



Karolina Lewandowska



Dansk Selskab for Muskuloskeletal Medicin

Basiskursus i muskuloskeletal medicin – fra deltagerens perspektiv

Tekst Karolina Lewandowska, hoveduddannelseslæge i almen medicin samt yngre læge-repræsentant i DSMM, Breeze Diggle, hoveduddannelseslæge i almen medicin i Midtjylland, og Mette Tolstrup Jansen, hoveduddannelseslæge i almen medicin i Hovedstaden. lew.karolina@outlook.dk

Dansk Selskab for Muskuloskeletal Medicin (DSMM) er et videnskabeligt selskab, der afholder postgraduat uddannelse for læger med mulighed for at blive diplomalæge inden for området. To gange om året afholdes et basiskursus, hvor to yngre læger har muligheden for at deltage gratis. Grundkurset er et femdages intensivt kursus på Comwell Kolding med undervisning kl. 9-21 de fleste dage. Her lærer du at undersøge og behandle den dårlige ryg, ligesom du også bliver undervist i at diagnosticere 95 % af lidelser i de store led. Via teoretiske oplæg og gentagne øvelser tilegner du dig praktiske færdigheder i diagnostik, bløddelsbehandling og led-artikulering. Dette er undersøgelses- og behandlingsgreb, som du umiddelbart kan anvende i konsultationen efter kursus. Det drejer sig om bevægeapparatets sygdomme og dysfunktioner i bred forstand og dermed om et meget stort problemområde i almen praksis, hvor op mod en tredjedel af henvendelsesårsagerne vedrører bevægeapparatet.

Nedenfor kan du læse, hvad to gratis deltagere fik ud af kurset afholdt i november 2016:



Breeze Diggle.

Nu kan jeg gøre en forskel

Det er det bedste og mest relevante kursus, jeg har været på, siden jeg afsluttede universitetet!

Kort genopfriskning af den vigtigste anatomi og noget teori, men i de fem dage er de fleste af kursustimerne praktisk undersøgelses- og behandlingsteknik.

Jeg har desværre ikke haft ansættelser inden for de kirurgiske specialer i min uddannelse. Men nu – efter de fem døgn – er jeg virkelig godt rustet til disse patienter, som jeg før kurset ikke har kunnet undersøge, diagnosticere eller hjælpe godt nok. De blev ofte vejledt med et par råd, måske en øvelse, smertestillende me-

dicin og ofte en henvisning til fysioterapi. Nu kan jeg rent faktisk gøre en forskel, og det føles virkelig bare så godt og giver mig meget mere arbejdsglæde.

Skriv DSMM's basiskursus på jeres to-do-liste. Overvej det i starten af fase 2, det synes jeg vil være det helt perfekte tidspunkt for at få mest gavn af det. Til jer HU-læger, der ikke har kirurgiske forløb, er dette kursus et absolut must!

Nu glæder jeg mig til at være med i en lokal øvelsesgruppe og deltage på endnu et af kurserne.



Mette Tolstrup Jansen.

Det blev en virkelig succesoplevelse

I forbindelse med starten af mit hoveduddannelsesforløb i almen medicin, for cirka fire år siden, havde jeg mit A-kursus i muskuloskeletal medicin, og det var virkelig en øjenåbner. Jeg var fascineret og

tog hjem fra A-kurset determineret på at søge en af fripladserne til DSMM's basiskursus, således at jeg kunne arbejde videre med teknikken og håndgrebene.

De første to dage af kurset udløste nogen frustration, og det var mit indtryk, at jeg ikke stod alene med den. Anatomen og fysiologien lå langt væk. Teorien gav mening, men var abstrakt, og håndgrebene så så nemme ud, når instruktørerne udførte dem, men var svære i praksis. Herefter begyndte gradvis repetition, og pludselig var det genkendelsens glæde, håndgrebene begyndte at flyde, palpationerne gav mening og kunne udføres.

Jeg følte, at jeg over de fem dage havde fået introduktionen til dette håndlag i tilstrækkelig grad til, at jeg kunne gå hjem og føre det videre i klinikken. Jeg er dog samtidig bevidst om, at det drejer sig om håndlag og praktik.

Der er rigeligt med patienter, som kan have gavn af de kompetencer, jeg opnåede på basiskurset, og allerede første uge efter jeg kom hjem fra kurset, så jeg adskillige patienter med hold i nakken, spændingshovedpine, akutte skuldersmerter, lændesmerter og andre helt dagligdags almen praksis-patienter.

Vil du vide mere, kan du gå ind på hjemmesiden www.dsmm.org eller kontakte Karolina Lewandowska, yngre læge-repræsentant for DSMM.