



**Studiehandledning**  
**Hälsa och livsstil inom öppenvård I 7,5hp**  
Health and lifestyle in public health 7,5 credits

Examinator Margaretha Pejner  
margaretha.pejner@hh.se

# Kursmål

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

## *Kunskap och förståelse*

1. identifiera hur hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande åtgärder hanteras och kommuniceras på individ-, grupp- och samhällsnivå
2. beskriva hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande åtgärder på individ-, grupp- och samhällsnivå

## *Färdighet och förmåga*

3. analysera hälsans bestämningsfaktorer ur ett genus- och mångfaldsperspektiv
4. analysera samband mellan levnadsvillkor, levnadsvanor, livsstil och hälsa

## *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

5. kritiskt värdera och analysera hälsofrämjande insatser utifrån etiska aspekter
6. granska forsknings- och utvecklingsarbete inom hälsa och livsstil

## **Examinationsformer**

Bedömningsområde 1, Provkod 1401; Individuell skriftlig hemexamination (5,0 hp)

Bedömningsområde 2, Provkod 1402; Hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande strategier, seminarium (2,5 hp)

Se bedömningskriterier nedan.

## **Undervisningsform**

Undervisning kan ske i form av föreläsningar, seminarier samt via utbildningsplattform (Blackboard). Undervisningen bedrivs normalt på svenska men undervisning på engelska kan förekomma.

## **Kommentarer till examinationsuppgifter, betygskriterier och bedömningsområden.**

Som betyg för hel kurs används något av uttrycken Underkänd eller Godkänd. Se nedan.

För att erhålla betyget G på hela kursen ska samtliga bedömningsområden vara Godkända.

Bedömningsområde 1 utgörs av en individuell skriftlig hemexamination. Bedömningsområde 2 utgörs av ett seminarium med obligatoriskt deltagande.

### Bedömningsområde 1 (5,0hp)

Lärandemål (Lm) 1, 2, 3 och 6 utgör tillsammans ett bedömningsområde och examineras genom en individuell skriftlig hemexamination där studenten skall ha erhållit minst 90% av den totala poängsumman för godkänt.

Lm	Kriterium	Godkänd
1	identifiera hur hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande åtgärder hanteras och kommuniceras på individ-, grupp- och samhällsnivå	studenten kan identifiera hur hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande åtgärder hanteras och kommuniceras på individ-, grupp- och samhällsnivå
2	beskriva hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande åtgärder på individ-, grupp- och samhällsnivå	studenten kan beskriva hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande åtgärder på individ-, grupp- och samhällsnivå
3	analysera hälsans bestämningsfaktorer ur ett genus- och mångfaldsperspektiv	studenten kan analysera hälsans bestämningsfaktorer ur ett genus- och mångfaldsperspektiv
6	granska forsknings- och utvecklingsarbete inom hälsa och livsstil	studenten kan granska forsknings- och utvecklingsarbete inom hälsa och livsstil

### Bedömningsområde 2 (2,5hp)

Lärandemål (Lm) 3,4, 5 och 6 utgör ett bedömningsområde och examineras genom ett seminarium med obligatoriskt deltagande.

Lm	Kriterium	Godkänd
3	analysera hälsans bestämningsfaktorer ur ett genus- och mångfaldsperspektiv	studenten kan analysera hälsans bestämningsfaktorer ur ett genus- och mångfaldsperspektiv
4	analysera samband mellan levnadsvillkor, levnadsvanor, livsstil och hälsa	studenten kan analysera samband mellan levnadsvillkor, levnadsvanor, livsstil och hälsa
5	kritiskt värdera och analysera hälsofrämjande insatser utifrån etiska aspekter	studenten kan muntligt kritiskt värdera och analysera hälsofrämjande insatser utifrån etiska aspekter
6	granska forsknings- och utvecklingsarbete inom hälsa och livsstil	studenten kan granska forsknings- och utvecklingsarbete inom hälsa och livsstil

## Kurslitteratur

\*Andersson, Ingemar & Ejlertsson, Göran. *Folkhälsa som tvärvetenskap- möten mellan ämnen*. Studentlitteratur, 2009.

\*Andersson, Lars. *Socialgerontologi*. Studentlitteratur, 2013.

\*Bramhagen, Ann-Cathrine., & Carlsson, Anna. *Hälsofrämjande arbete för barn och ungdomar*. Studentlitteratur, 2013.

\*Brülde, Bengt. *Folkhälsoarbetets etik*. Studentlitteratur, 2011.

\*Clausson, Eva, & Morberg, Siv (Red.). *Skolsköterskans hälsofrämjande arbete*. Studentlitteratur, 2012.

\*Folkhälsomyndigheten. *Folkhälsorapport 2015: (Elektronisk)*

\*Fossum, Björn. *Kommunikation Samtal och bemötande i vården*. Studentlitteratur, 2013.

\*Hallström, Inger., & Lindberg, Tor. *Pediatrisk omvårdnad*. Lieber. 2015.

\*Hertting, Anna., & Kristenson, Margareta. *Hälsofrämjande möten från barnhälsovård till palliativ vård*. Studentlitteratur 2012.

\*Johansson, Åsa. *Att möta döden. Omvårdnad vid livets slut*. Studentlitteratur, 2014.

\*Kylberg, Elisabeth, Westlund, Anna Maria & Zwedberg, Sofia. *Amning i dag*. 4.uppl. Gothia Förlag, 2009.

\*Magnusson, Margaretha., Blennow, Margareta., Hagelin, Elisabet.,& Sundelin, Claes. *Barnhälsovård- att främja barns hälsa*. Lieber. 2010.

\*NANDA International. *Omvårdnadsdiagnoser- definitioner och klassifikation 2012- 2014*.

\*Raadu, Gunnel. *Författningshandbok för personal inom hälso- och sjukvård*. Liber, Stockholm, 2015

\*Sandberg, Håkan. *Sjuksköterskans samtal. Professionalitet och medmänsklighet*. Studentlitteratur. 2014.

\*Socialstyrelsen. *Barnvaccinationsprogrammet*. (elektronisk)

\*Wijma, Barbro., Smirthwaite, Goldina., & Swahnberg, Katarina. *Genus och kön inom medicin- och vårdutbildningar*. Studentlitteratur 2010.

\*Wiklund Gustin, Lena & Bergbom Ingegerd (red). *Vårdvetenskapliga begrepp i teori och praktik*. Studentlitteratur, 2013

Ytterligare litteratur kan tillkomma

Referenslitteratur tillkommer

\*Förekommer i andra kurser

<b>Datum</b>	<b>Tid</b>	<b>Innehåll</b>
	09.15-12.00	<p><b>Barnhälsovårdens och elevhälsans uppdrag</b></p> <p>Föreläsning</p> <p><u>Litteratur</u></p> <p>Bramhagen, Ann-Cathrine, &amp; Carlsson, Anna. Hälsöfrämjande arbete för barn och ungdomar. Studentlitteratur, 2013. Kap 7,9</p> <p>Clausson, Eva.&amp; Morberg, Siv. Skolsköterskans hälsofrämjande arbete. Studentlitteratur, 2012. Del 1</p> <p>Hallström, Inger., &amp; Lindberg, Tor. Pediatrisk omvårdnad. Liber2015. Del 1</p> <p>Magnusson, Margaretha, Blennow, Margareta, Hagelin, Elisabet &amp; Sundelin, Claes. Barnhälsovård- att främja barns hälsa. Liber, 2010.Kap. 1 och 7-8</p>
	13.00-16.00	<p><b>Vaccinationsprogrammet</b></p> <p>Föreläsning</p> <p><u>Litteratur</u></p> <p>Clausson, Eva.&amp; Morberg, Siv. Skolsköterskans hälsofrämjande arbete. Studentlitteratur,2012. s19,25,38, 41</p> <p>Hallström, Inger., &amp; Lindberg, Tor. Pediatrisk omvårdnad. Liber2010. s. 83</p> <p>Magnusson, Margaretha, Blennow, Margareta, Hagelin, Elisabet &amp; Sundelin, Claes. Barnhälsovård- att främja barns hälsa. Liber, 2010. Kap. 3</p> <p>Socialstyrelsen. Barnvaccinationsprogrammet. (elektronisk)</p>
	09.15-12.00	<p><b>Kontroller inom barnhälsovården</b></p> <p>Föreläsning</p> <p><u>Litteratur</u></p> <p>Hallström, Inger., &amp; Lindberg, Tor. Pediatrisk omvårdnad. Liber2010. Del 2</p> <p>Magnusson, Margaretha, Blennow, Margareta, Hagelin, Elisabet &amp; Sundelin, Claes. Barnhälsovård- att främja barns hälsa. Liber, 2010. Kap. 2,4</p>
	13.00-15.00	<p><b>Amning, Kostintroduktion, Kost</b></p> <p>Amningsmottagningen kommer och ger information om olika problemområden och lösningar. Efter given litteratur förbered dig på att ställa de frågor du har.</p> <p><u>Litteratur</u></p> <p>Bramhagen, Ann-Cathrine, &amp; Carlsson, Anna. Hälsöfrämjande arbete för barn och ungdomar. Studentlitteratur, 2013. Kap 10, 13</p> <p>Hallström, Inger., &amp; Lindberg, Tor. Pediatrisk omvårdnad. Liber 2015.</p> <p>Kylberg, Elisabeth, Westlund, Anna Maria &amp; Zwedberg, Sofia. <i>Amning i dag</i>. 4.uppl. Gothia Förlag, 2009.</p> <p>Magnusson, Margaretha, Blennow, Margareta, Hagelin, Elisabet &amp; Sundelin, Claes. Barnhälsovård- att främja barns hälsa. Liber, 2010. Kap. 2</p>

Datum	Tid	Innehåll
	09.15-12.00	<p><b>Att kommunicera med barnet och familjen</b> Efter en kort föreläsning kommer ni i mindre grupper att diskutera hur kan man som distriktssköterska kommunicera hälsa för barn/barnet och familjen? Hur bemöter jag och kommunicerar hälsa och mänskliga rättigheter för barn och familjer i olika kulturer, genus och mångfaldsperspektiv?</p> <p><u>Litteratur</u> Bramhagen, Ann-Cathrine, &amp; Carlsson, Anna. Hälsöfrämjande arbete för barn och ungdomar. Studentlitteratur, 2013. Kap 7 Clausson, Eva.&amp; Morberg, Siv. Skolsköterskans hälsöfrämjande arbete. Studentlitteratur, 2012. Del 3 Fossum, Björn. Kommunikation Samtal och bemötande i vården. Studentlitteratur, 2013 Hertting, Anna., &amp; Kristenson, Margareta. <i>Hälsöfrämjande möten från barnhälsovård till palliativ vård</i>. Studentlitteratur 2012. Sandberg, Håkan. <i>Sjuksköterskans samtal. Professionalitet och medmänsklighet</i>. Studentlitteratur. 2014. Wijma, Barbro., Smirthwaite, Goldina., &amp; Swahnberg, Katarina. <i>Genus och kön inom medicin- och vårdutbildningar</i>. Studentlitteratur 2010. Del 1</p>
	13.00-15.00	<p><b>Vanliga problem</b> Föreläsning <u>Litteratur</u> Bramhagen, Ann-Cathrine, &amp; Carlsson, Anna. Hälsöfrämjande arbete för barn och ungdomar. Studentlitteratur, 2013. Kap 8 Hallström, Inger., &amp; Lindberg, Tor. <i>Pediatrik omvårdnad</i>. Liber2010. s.143- 159 Magnusson, Margaretha, Blennow, Margareta, Hagelin, Elisabet &amp; Sundelin, Claes. <i>Barnhälsovård- att främja barns hälsa</i>. Liber, 2010. Kap. 4</p>
	09.15-12.00	<p><b>Barn och familjer med särskilda behov</b> Föreläsning Utifrån ett skolsköterskeperspektiv ges fokus på hur du som distriktssköterska kan kommunicera med barnet och familjen, dess resurser och problematik. Efter given litteratur förbered dig på att ställa de frågor du har. <u>Litteratur</u> Bramhagen, Ann-Cathrine, &amp; Carlsson, Anna. Hälsöfrämjande arbete för barn och ungdomar. Studentlitteratur, 2013. Kap 2- 7, 12- 15 Clausson, Eva.&amp; Morberg, Siv. Skolsköterskans hälsöfrämjande arbete. Studentlitteratur, 2012. Del 2 Hallström, Inger., &amp; Lindberg, Tor. <i>Pediatrik omvårdnad</i>. Liber2010. s.321 Magnusson, Margaretha, Blennow, Margareta, Hagelin, Elisabet &amp; Sundelin, Claes. <i>Barnhälsovård- att främja barns hälsa</i>. Liber, 2010. Kap. 5,6 Wijma, Barbro., Smirthwaite, Goldina., &amp; Swahnberg, Katarina. <i>Genus</i></p>

		<i>och kön inom medicin- och vårdutbildningar. Studentlitteratur 2010. Del 3</i>
<b>Datum</b>	<b>Tid</b>	<b>Innehåll</b>
	13.00-15.00	<p><b>Anmälningsskyldighet och socialtjänst</b>  Socialtjänsten kommer och ger information om anmälningsskyldighet. Efter given litteratur förbered dig på att ställa de frågor du har.</p> <p><u>Litteratur</u>  Bramhagen, Ann-Cathrine, &amp; Carlsson, Anna. Hälsofrämjande arbete för barn och ungdomar. Studentlitteratur, 2013. Kap 7  Clausson, Eva.&amp; Morberg, Siv. Skolsköterskans hälsofrämjande arbete. Studentlitteratur, 2012. Del 1  *Raadu, Gunnel. <i>Författningshandbok för personal inom hälso- och sjukvård</i>. Liber, Stockholm, 2015</p>
	09.15-12.00	<p><b>Livsloppsperspektivet</b>  Vad händer efter barndom och adolescens och hur påverkas du genom livshändelserna? Efter en kort föreläsning kommer ni att delas upp i grupper för att utifrån kurslitteraturen diskutera olika frågor som kommer att delas ut till er vid seminariet.</p> <p><u>Litteratur</u>  Andersson, Lars. Socialgerontologi. Kap. 2-3 och 14</p>
	13.00-15.00	<p><b>Sjuk eller frisk?</b>  Inför detta tillfälle skall ni blicka tillbaka på kursen Folkhälsa 7,5hp, momenten Folkhälsa från olika perspektiv, Hälsokommunikation och Epidemilogi.  Efter en kort föreläsning om begreppen sjuk- frisk kommer du enskilt att få reflektera över hur hälsa kan ses utifrån olika perspektiv och hur hälsa uppfattas och kommuniceras. Under din reflektion skall du lyfta 3 frågor kring självuppskattad hälsa och vilka faktorer som kan påverka den. Dina frågor kommer du att få diskutera med dina kurskamrater i mindre grupper.</p>
	09.15-12.00	<p><b>Acceptans</b>  Du skall inför seminariet repetera moment från kursen Folkhälsa 7,5hp, Folkhälsa från olika perspektiv och Hälsokommunikation.  Efter en kort föreläsning om acceptans kommer du enskilt att få reflektera över hur acceptans kan påverka individer med långvarig sjukdom. Under din reflektion ska du formulera 2 frågor kring begreppet acceptans. En fråga som talar för acceptans och en som talar mot. Frågorna kommer att diskuteras i större grupper.</p> <p><u>Litteratur</u>  Fjerstad, Elin. Både frisk och sjuk- att möta personer med långvarig sjukdom. Kap. 5- 7  Pejner Norell, M. (2015) Serenity- Uses in the care of chronically ill older patients. A concept clarification. <i>Open Journal of Nursing</i>, 2015, 5, 1-9</p>
	13.00-15.00	<p><b>Livsstilmottagning</b>  Föreläsning  Hur kan man som distriktssköterska bedriva en livsstilmottagning och vad innebär det? Goda exempel ges, men vilka behov av kunskap behövs?</p>

<b>Datum</b>	<b>Tid</b>	<b>Innehåll</b>
	09.15-15.00	<p><b>Vad är åldrandet?</b></p> <p>Ni skall utifrån kurslitteraturen skriva ner (max 2 A4 sidor, exklusive försättsblad och referenslista) era reflektioner gällande vad ni anser vara god omvårdnad till den äldre patienten.</p> <p>Ni skall vid dagens seminarium läsa igenom en av era kurskamraters reflektioner och skriva några kommentarer till den.</p> <p>Efter en kort föreläsning om åldrandet kommer ni delas upp i mindre grupper i vilka ni skall sammanfatta era reflektioner utifrån olika frågeställningar som kommer att delas ut till er. Era sammanfattningar skall redovisas före vi slutar för dagen.</p>
	09.15-15.00	<p><b>Vård i livets slut</b></p> <p>Till dagens seminarium är ni uppdelade i grupper. Vardera grupp har tilldelats olika kapitel utifrån kurslitteratur:</p> <p><u>Litteratur</u>  Johansson, Åsa. <i>Att möta döden. Omvårdnad vid livets slut</i>. Studentlitteratur, 2014.  *Wiklund Gustin, Lena &amp; Bergbom Ingegerd (red). <i>Vårdvetenskapliga begrepp i teori och praktik</i>. Studentlitteratur, 2013</p> <p>Ni skall inför seminariet ha förberett en Power Point presentation där ni kopplar era tilldelade kapitel till varandra och stöder ert resonemang med tre vetenskapliga artiklar.</p>
	09.15-16.00	<p><b>Simuleringsövning</b></p> <p>Inför dagen kommer ni i mindre grupper, på kliniskt tekniskt centrum (KTC), medverka i en simuleringsövning.</p>
	09.15-16.00	<p><b>Simuleringsövning</b></p> <p>Inför dagen kommer ni i mindre grupper, på kliniskt tekniskt centrum (KTC), medverka i en simuleringsövning.</p>
	09.15-16.00	<p><b>Examinationsseminarium</b></p> <p>I grupper kommer ni att få tilldelat er ett "case" utifrån vilket ni skall analysera vilka hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande strategier som bedrivs i samhället och vilka förutsättningar individen har för att bibehålla eller förbättra sin hälsa utifrån ett genus-, socioekonomiskt-, etiskt- och mångfaldsperspektiv. Uppgiften skall baseras på kurslitteratur, 3 vetenskapliga artiklar, riktlinjer samt nationella mål.</p> <p>Under seminariet skall ni presentera ert "case" samt vara beredda på att svara på era kurskamraters frågor.</p>