

Bertel Laurell -symposiumi

LÄÄKÄRI – PIDÄ ITSESTÄSI HUOLTA

Lääkäri kohtaa työssään paljon kognitiivisia haasteita, jotka kuormittavat aivoja. Pitkät työvuorot, potilaiden ja omaisten vaativuus, työyhteisön vuorovaikutuksen haasteet sekä inhimilliset virheet tuovat oman lisänsä työn kuormittavuuteen. On tärkeää tiedostaa, että riittävän kuormituksen alaisena kuka tahansa meistä voi uupua. Kriisissä oleva kollega tarvitsee tukea sekä herkästi ohjauksen työterveyden arvioon. Tule kuulemaan neuvoja myös oman työssä jaksamisesi tueksi!

Erikoistumiskoulutuksena 3 tuntia: akuuttilääketiede, anestesiologia ja tehohoito, endokrinologia, foniatria, fysiatria, gastroenterologia, gastroenterologinen kirurgia, infektiosairaudet, kardiologia, kliininen neurofysiologia, kliininen hammashoito, kliininen hematologia, kliininen kemia, korva-, nenä- ja kurkkutaudit, käsikirurgia, lastenkirurgia, lastenneurologia, lastenpsykiatria, lastentaudit, naistentaudit ja synnytykset, nefrologia, neurologia, nuorisopsykiatria, oikeuslääketiede, oikeuspsykiatria, ortopedia ja traumatologia, patologia, perinnöllisyyslääketiede, psykiatria, reumatologia, silmätaudit, sisätaudit, suu- ja leukakirurgia, sydän- ja rintaelinkirurgia, syöpätaudit, terveydenhuolto, terveydenhuolto (hammasl.), työterveyshuolto, urologia, verisuonikirurgia, yleiskirurgia, yleislääketiede, hallinnon koulutus; 2 tuntia: neurokirurgia; 1 tunti: liikuntalääketiede

Puheenjohtaja ylilääkäri LIISA LÄNSIPURO, Pirkkalan terveyskeskus

- | | | | |
|--------------|--|--------------|--|
| 13.45 | Tampereen Lääkäriseuran puheenjohtaja KARI-MATTI HILTUNEN. Bertel Laurellin palkinnon jako | 15.15 | TAUKO (30 min) |
| 14.00 | Dosentti KITI MÜLLER, Nokia Technologies. Kognitiivinen ähky: aivot maitohapoilla | 15.45 | Erikoislääkäri KRISTIINA TOIVOLA, Diacor, Turku. Parempi työnhallinta työkyvyn tukena |
| 14.25 | Dosentti KATARIINA HINKKA, Kela. Kun lääkäri uupuu, oma-kohtainen kokemus | 16.10 | Dosentti ANU RAEVUORI, HY ja HYKS. Tietoisesta läsnäolosta apua arjen haasteisiin |
| 14.50 | Erikoislääkäri, kognitiivinen psykoterapeutti KIRSI JÄNKÄLÄ, Diacor, Helsinki. Kriisissä olevan kollegan kohtaaminen | 16.35 | Mindfulness-ohjaaja, johdon ja työyhteisöjen valmentaja ANTTI-JUHANI WIHURI, Mind at Work Oy. Tietoisien läsnäolon harjoitus |
| | | 17.10 | Ohjelma päättyy |