



Utbildningscentrum,  
Anna Lindén Wikblom

2023-04-05

Information till  
AT-läkare på  
vårdcentral Örebro

## Information inför primärvårdsstart AT

**Varmt välkommen** till primärvården! Vi hoppas att allt ska fungera bra för dig på vårdcentralen och att du ska uppleva att du får en fullgod utbildning. Man utvecklas mycket i sin läkarroll när man får arbeta mer självständigt med patienterna, och många beskriver upplevelsen av att ”knyta ihop säcken” efter de olika sjukhusplaceringarna. Nedan följer viktig information inför din vårdcentralsplacering.

### Inför start

Kontakta vårdcentralschef på vårdcentralen i god tid före din placering, dels för att presentera dig, men också för framförhållning gällande önskemål om ledighet/frånvaro under placeringen (semester, seminarier och om du redan före primärvårdsstart vet med dig när du tänker skriva AT-tentan).

### Introduktion och presentation av verksamheten

Varje vårdcentral ska ha en gedigen introduktionsplan för nya AT. Din vårdcentralschef och din handledare har fått detaljerad information för att din introduktion ska bli så bra som möjligt. Är det något som du ändå tycker missas, så ta upp det direkt med handledare och/eller verksamhetschef så att ni kan komplettera.

Introduktionen är vanligen (1-)2 veckor lång och ska både innehålla en presentation av verksamheten rent övergripande, att gå bredvid/auskultera hos läkare, och att gästauskultera hos vårdcentralens övriga personalkategorier för att lära dig just denna vårdcentralens arbetssätt och personer. Introduktion av NCS cross har tidigare givits under utbildningstid en onsdagseftermiddag i början av placeringen, men om din AT-start inte stämmer överens med NCS-introduktionen så står vårdcentralen för denna.

Under dina månader inom primärvården vill vi att du ska se de olika verksamheter som bedrivs på vårdcentralen, såsom diabetesmottagning, astma-KOL-mottagning, fysioterapi, BVC, rond på särskilda boenden och hemsjukvård mm. Vissa av dessa moment kommer

säkert planeras in under din introduktion, men om du saknar något - tala med vårdcentralschef.

## Handledning

Du kommer att få en utsedd personlig handledare och regelbunden handledning 1 timma varje vecka, även under perioder av lägre bemanning såsom sommaren. Om handledaren har en längre ledighet ska du få handledning av annan kollega. Var uppmärksam på att detta planeras in och prata med vårdcentralschefen om det uppstår oklarheter.

Handledaren ska göra medsittning för utvärdering, gärna som sit-in, göra halvtidsbedömning och slutbedömning. En officiell medsittning ska göras av annan läkare än handledaren, inför ansökan till AT-tentan. Det är handledaren, som mot slutet av placeringen, ger underlag till VC-chef (om läkare) eller MLU för godkännande av AT-läkaren.

Vissa undersökningar och **praktiska moment** brukar kännas extra ovana i början, såsom rektoskopi, proktoskopi, ögon- och öronmikroskop, chirurgica minor, injektion, näsblödning, främmande kropp i öga och öra, ögontrycksmätning och gynekologisk undersökning. Försök tillsammans med din handledare att hitta ett sätt att få bra introduktion när det gäller dessa undersökningar, förslagsvis genom att boka en patient till er båda samtidigt, eller att gå igenom de praktiska momenten utan patient. Ett vanligt sätt är att förlägga det till sin handledartid tidigt under din AT.

## Anpassad arbetsbörda

Arbetsbelastningen ska vara anpassad till din förmåga under hela din tjänstgöring. Du kommer att utvecklas mycket yrkesmässigt och exempelvis antalet patienter du träffar behöver justeras vartefter. I början rekommenderas ett mindre antal besök (5 st), telefonsamtal (2 st) och administrativa ärenden per dag, och så snart du känner dig redo kan du och din handledare hjälpas åt att öka arbetstempo och –belastning på ett pedagogiskt sätt.

Ha gärna tidboken som stående punkt under din handledning, och kommunicera med din handledare och vårdcentralschef så att arbetsbelastningen blir lagom och att du har tid för ditt administrativa arbete. Tänk på att du behöver en variation av patienter för att uppnå dina AT-mål; akutfall, utredningar och kontroller vid kronisk sjukdom, barn och äldre, och en blandning mellan lätta, snabba fall och mer komplicerade.

## AT-utbildning och studietid

Under din primärvårdsplacering har du studietid i form av **AT-undervisning** eller självstudier. Studietiden är förlagd till onsdag eftermiddag, 4 timmar per vecka, både under terminer och i perioder av lägre bemanning (inklusive sommaren). AT-undervisningstiden är arbetstid, du förväntas delta och närvarokontroll görs. Vid förhinder skall du själv meddela föreläsaren som håller i undervisningen. Du blir inte kallad till undervisningen, utan behöver själv hålla dig uppdaterad om schemat via vårdgivarwebben (länk nedan).

De onsdagseftermiddagar som ingen AT-undervisning är planerad, är avsedda för **självstudier**. Självstudierna är dels till för möjlighet att täcka upp de delmål som inte kan uppnås med föreläsningar, seminarier eller klinisk erfarenhet, samt för att möjliggöra förberedelse inför AT-tentan. Självstudier ska ske på vårdcentralen om du inte har kommit överens om annat med vårdcentralschefen. Om det av bemanningspraktiska skäl finns behov att byta dag för självstudier kan du behöva byta dag för studietid.

Utöver undervisning och självstudier förväntas du delta i de **heldagsseminarier** som är utspridda under hela AT-tiden, och som du själv ansöker till.

## Jourer

Jourer på vårdcentralernas jourmottagning VCJ ingår i tjänsten, och du förväntas gå minimum 6-10 jourpass. Primärvårdsjouren är olika organiserad i länsdelarna. I norr, väster och söder blir du kontaktad för jourönskemål. I Örebro går man ”utöver” på jouren, och bokar själv datum via Ann Djurfeldt [ann.djurfeldt@regionorebrolan.se](mailto:ann.djurfeldt@regionorebrolan.se) på vårdcentralernas jourmottagning. Första jouren brukar man gå med handledare eller annan kollega från sin vårdcentral. Om det inte passar kan man gå med annan kollega även första gången, men meddela isåfall denna kollega att det är din första jour och att du behöver introduktion. De pass ni kan gå är vardagar 17-21, helg 9-13 och 17-21.

Introduktion till VCJ sker under utbildningstid i början av placeringen.

## Ledighet och frånvaro

Socialstyrelsen godkänner en frånvaro motsvarande 1/6 del av primärvårdstiden. Som frånvaro räknas inte intern utbildning och studietid samt kurser, inte heller semester och jourkomp (som ju är intjänad arbetstid). Man rekommenderar att man ändå sprider på dylik frånvaro så mycket som möjligt under sin AT, eftersom vissa av blocken har mindre marginaler för frånvaro än andra. Jourkomp som intjänats under primärvårdsplaceringen kan tas ut som tid ifall jourerna är planerade, men det är ingen rättighet. Om du åtar dig jourer utanför ordinarie planering (för primärvård Örebro ca 6-10 jourer, både vardag och helg), så minskar möjlighet och rättighet att ta ut ersättning i tid.

Du har också rätt till två dagars tjänstledigt med lön för inläsning till AT-tentan; kom ihåg att ansöka om ledighet i god tid. Vårdcentralerna försöker å det längsta tillgodose att dina önskemål om ledighet inför AT-tentan ska infalla i anslutning till tentadatumet.

En påminnelse; all ledighet / frånvaro från verksamheten ska även stämmas av med din vårdcentralschef och schemaläggare i god tid.

## Vårdgivarwebben

Utöver ovanstående, rekommenderas att ni tar del av information som finns att hitta på Vårdgivarwebben [Allmäntjänstgöring \(AT\) • Vårdgivare Region Örebro län](http://Allmantjanstgoring(AT)•VardgivareRegionOrebro.lan) ([regionorebrolan.se](http://regionorebrolan.se)) ”Handledning och stöd” / ”För dig som är AT-handledare” innehåller

tips på kontaktpersoner och handledarutbildning, Socialstyrelsens målbeskrivning och Blankett – Feedback på allmäntjänstgöring som används vid mitt- och slutavstämning.  
”Utbildningar under din AT” innehåller schema för onsdagsundervisning och seminarier.  
”Dokument från regionen rörande din AT” innehåller bland annat AT-läkarens loggbok (med mål för primärvården).”Bedömningsmall Medsittning för AT-läkare” skall användas vid den examination som skall göras inför anmälan till AT-tentan.

## **Välkommen tillbaka!**

Hoppas att du får en riktigt bra och lärorik tid i primärvården! Om du är nyfiken på ST i allmänmedicin, så prata med din verksamhetschef och primärvårdens ST-studierektorer Maria Nyström [maria.nystrom@regionorebrolan.se](mailto:maria.nystrom@regionorebrolan.se) eller Hanne Carlsson [hanne.carlsson@regionorebrolan.se](mailto:hanne.carlsson@regionorebrolan.se).

**Lycka till; hoppas du ska trivas!**

*Anna Lindén Wikblom AT-studierektor primärvård*