# **Instruktioner för att utforma en Journal Club för ST-läkare i Region Örebro län**

Det här dokumentet är utformat för att ge ST-läkare inom primärvård hjälp i att utforma en egen journal club. Det innehåller praktiska tips runt hur man gör för att anordna en journal club, tips om hur vetenskapliga artiklar kan bedömas kritiskt samt går igenom metoder för att värdera vetenskapliga artiklar. Texten är framtagen av Mikko Hellgren, specialist i allmänmedicin och universitetslektor vid Örebro Universitet, i samråd med ST-studierektorerna Hanne Carlsson och Maria Nyström.

## **Syfte journal club**

En journal club syftar till att främja kontinuerlig medicinsk utbildning genom att granska och diskutera aktuella vetenskapliga artiklar. Detta hjälper läkare att hålla sig uppdaterade med de senaste forskningsrönen och förbättra sin kliniska praxis. Inom primärvården är detta extra värdefullt eftersom de kunskapsområden som skall täckas kliniskt är bredare utifrån diagnoser och ålder på patienterna.

#### **Steg för steg 1-6:**

#### **Bestäm mål och syfte för er journal club**

Definiera vad ni vill uppnå med er journal club. Exempelvis kan målet vara att förbättra kunskapen inom ett specifikt medicinskt område eller att utveckla kritiskt tänkande kring vetenskapliga artiklar. Diskutera gärna också vad ni förväntar er av varandra så att ni alla har ungefär samma målbild av arbetet i er journal club. Syfte och mål är också något som ni kan modifiera över tid.

#### **Välj Artiklar att granska**

Välj aktuella och relevanta vetenskapliga artiklar att diskutera. Rotera på ansvaret för att välja artiklar mellan ST-läkarna.

Relevanta tidskrifter för primärvård med i huvudsak studier gjorda i de nordiska länderna:

* + Scandinavian Journal of Primary Health Care
  + Journal of the Norwegian Medical Association (Tidsskrift for Den norske legeforening)
  + Danish Medical Journal (Danish Medical Bulletin)
  + Scandinavian Journal of Public Health
  + Acta Medica Scandinavica

Relevanta tidskrifter för primärvård med mer internationell prägel:

* Annals of Family Medicine - Fokuserar specifikt på forskning inom allmänmedicin och primärvård.
* Family Practice - Publicerar forskning och artiklar som är relevanta för allmänmedicin.
* BMC Family Practice - En öppen tillgångs-tidskrift som täcker alla aspekter av allmänmedicin.
* Primary Care: Clinics in Office Practice - Fokuserar på praktiska aspekter av primärvård.
* American Family Physician - En praktiskt inriktad tidskrift för allmänläkare

Framgångsrika internationella tidskrifter med högsta renommé:

* The Lancet - En av de äldsta och mest respekterade medicinska tidskrifterna i världen.
  + The New England Journal of Medicine (NEJM) - Känd för sin höga kvalitet på publicerade forskningsartiklar.
  + JAMA (Journal of the American Medical Association) - En ledande tidskrift inom medicinsk forskning och klinisk praxis.
  + BMJ (British Medical Journal) - En annan mycket respekterad tidskrift som täcker ett brett spektrum av medicinska ämnen.

#### **Förberedelse inför journal club**

Välj ut minst en ST-läkare inför nästa journal club som ansvarar för att skicka ut artiklarna i förväg så att alla har tid att läsa och förbereda sig. Uppmuntra varandra att notera viktiga punkter och frågor. En eller flera ST-läkare förbereder sig extra på en artikel och kan därigenom leda diskussionen kring den vetenskapliga artikeln.

#### **Strukturera mötet**

Börja med att låta en i förväg utvald ST-läkare ge en kort sammanfattning av artikeln.

#### **Diskutera metodologi, resultat och klinisk relevans.**

Uppmuntra till frågor och diskussion. Avsluta med att sammanfatta de viktigaste lärdomarna och eventuella kliniska tillämpningar. Se längre ned i dokumentet för tips runt hur ni kan värdera kvalitén på vetenskapliga artiklar.

#### **Dokumentation och Uppföljning**

Dokumentera diskussionerna och de viktigaste lärdomarna, enskilt och/eller gemensamt, från varje möte. Detta kan vara användbart för framtida referens och för att följa upp hur kunskapen tillämpas i praktiken.

### **Tips för en framgångsrik Journal Club**

Engagemang: Uppmuntra aktivt deltagande från alla ST-läkare.

Variation: Variera ämnen och typer av artiklar för att hålla intresset uppe.

Feedback: Ge feedback till varandra samt utvärdera era möten för att kontinuerligt förbättra er journal club. Byt erfarenheter med andra ST-läkares journal clubs.

Medicinska biblioteket (Campus USÖ) kan erbjuda er god hjälp om ni behöver stöd i att hitta relevanta artiklar eller andra frågor. Där finns också trevliga rum att sitta och arbeta i.

Inspiration: Bjud in någon forskare till er journal club för inspiration, kanske inom något ämne ni är särskilt intresserade av.

### **Metoder för att värdera kvalitén på vetenskapliga artiklar**

Följande faktorer för att bedöma kvalitén och relevansen för primärvården kan vara av värde att diskutera och fundera kring när ni redovisar och diskuterar artiklar tillsammans.

#### **Peer review-processen**

Kontrollera om artikeln har genomgått peer review, vilket innebär att andra experter inom området har granskat och godkänt forskningen innan publicering. Det finns mycket kritik kring hur processen för peer review går till och ni kan gärna fördjupa er i denna viktiga del av granskningsprocessen som föregår en vetenskaplig publikation.

#### **Impact factor**

Titta på tidskriftens impact factor, som är ett mått på hur ofta artiklar från tidskriften citeras. En hög impact factor kan indikera att tidskriften publicerar forskning av hög kvalitet.

#### **Författarnas meriter**

Granska författarnas bakgrund och tidigare publikationer. Erfarenhet och tidigare arbete inom området kan ge en indikation på trovärdigheten.

#### **Studiens design och metodologi**

Bedöm om studien har en robust design och metodologi. Kontrollera om studien har en tydlig hypotes, adekvat urvalsstorlek samt om metoderna är välbeskrivna och lämpliga för att besvara forskningsfrågan. Är urvalet relevant för primärvården i Sverige, finns det en selektionsbias i urvalet och hur påverkar detta generaliserbarheten?

#### **Resultat och analys**

Granska resultaten och analysen noggrant. Är resultaten statistiskt signifikanta? Hur stor är den kliniska effekten? Har författarna diskuterat potentiella felkällor och begränsningar?

#### **Referenser och citeringar**

Kontrollera om artikeln refererar till och citeras av andra relevanta och aktuella studier. Detta kan indikera att forskningen är väl integrerad i det befintliga kunskapsfältet.

#### **Transparens och reproducerbarhet**

Bedöm om studien är transparent i sin rapportering och om resultaten är reproducerbara. Detta innebär att andra forskare ska kunna upprepa studien och få liknande resultat.

#### **Etiska överväganden**

Kontrollera om studien har följt etiska riktlinjer, såsom att ha fått godkännande från en etisk kommitté och att ha informerat deltagarna om studiens syfte och deras rättigheter.

### **Några kommentarer till att ta med sig**

En lyckad journal club bygger på att alla som deltar förbereder sig inför möten genom att läsa artiklarna ni ska diskutera. Ni kommer också upptäcka att det finns genvägar i att snabbt läsa en vetenskaplig artikel och ändå kunna bidra till diskussionen. Samtidigt så finns det många fallgropar att gå i om man bara snabbt läser abstract och tittar lite på resultaten. Den vetenskapliga granskningen av artiklar bygger på god kännedom om vetenskaplig metodik och andra utmaningar som kan vara svårt som läsare att upptäcka vid en snabb genomläsning.

Ni behöver inte följa alla råden i det här dokumentet på hur ni ska gå tillväga när ni utforma er journal club, utan se dokumentet mer som något att utgå från och som ett stöd för er i att utforma en bra diskussion kring vetenskapliga artiklar.

Förhoppningen med införandet av journal clubs för ST-läkare i allmänmedicin är att ni i slutändan ska kunna bidra till en bättre primärvård även på ett organisatoriskt plan. Detta kan ske genom att ni bidrar till utvecklandet av regionala (t.ex. läkemedelskommittén) eller nationella riktlinjer eller att ni mer aktivt bidrar genom att främja lärande och förbättrad patientvård på just er VC. I handledning av kollegor samt läkarstudenter så kan det vara ett stöd att också känna sig mer vetenskapligt förankrad i forskning med relevans för primärvården. Vidare kan ni stärkas i att inhämta ny kunskap som stöd i er kliniska vardag både när det gäller våra primära kärnuppdrag så som DM2, hypertoni, BVC, MVC för att nämna några, men även när ni stöter på ovanliga tillstånd som kanske bara några få läkare i Sverige är väl insatta i.