Sérnámsgrunnur í heilsugæslu

Vióletta Ósk Hlöðversdóttir
heimilislæknir í Heilsugæslu Árbæjar,
kennslustjóri sérnámsgrunnslækna og sérnámslækna í heimilislækningum í ÞÍH

Móttökudagar 13.okt 2026

ÞRÓUNARMIÐSTÖÐ
ÍSLENSKRAR HEILSUGÆSLU

Til hamingju!

ÞRÓUNARMIÐSTÖÐ
ÍSLENSKRAR HEILSUGÆSLU

Heilsugæslan

- Grunnþjónusta heilbrigðisþjónustunnar
  - „1.stopp“
  - „Allt“
  - Heilbrigt fólk vs langveikt
  - Mjög fjölbreytt verkefni, allur aldur
  - Heildræn nálgun
  - Lærdómsríkur tími í námi og starfi
  - Bráðaþjónusta – slys og veikindi
  - Langvinnur vandi með fjölda þráða, uppvinnsla, eftirfylgd, utanumhald
- Önnur nálgun en á sjúkrahúsum
  - Hefur áhrif á mat, rannsóknir, meðferð
- Heimilislækningar er 5 ára sérnám, elsta sérnámið á Íslandi og fjölmennasta☺
- Heilsubrú, ýmiskonar námskeið, fræðsla, meðferð (t.d. HAM námskeið, Kvenheilsa, ofþyngd ofl)

ÞRÓUNARMIÐSTÖÐ ÍSLENSKRAR HEILSUGÆSLU

Marklýsing fyrir sérnámsgrunnsárið

- https://throunarmidstod.is/kennsla/sernamsgrunnslaeknar/
- Einnig á heimasíðu LSH
- www.landspitali.is

Kennsla og vísindi – Sérnámsgrunnur
Marklysing-mai-2024-vegna_nyju-reglugerdarinnar.pdf

Verkefni læknis í sérnámsgrunni

- Almenn sjúklingamóttaka á dagvinnutíma, **hóflegt** vinnuálag
- Vaktþjónusta að degi til og eftir atvikum utan dagvinnutíma.
  - Síðdegisvaktir í þéttbýli, vaktþjónusta í dreifbýli. **Alltaf** bakvakt til staðar
- Kynnist almennri heilsuverndarstarfsemi; bólusetningar, mæðra- og ungbarnavernd, heilsuvernd skólabarna
- Hálfur pappírsdagur í viku
- Stytting vinnuvikunnar í samráði við yfirmann á ykkar stöð.
- Kynnist starfsemi annarra starfsstétta á heilsugæslu
  - Teymisvinna, heilsueflandi móttökur, þjónusta við börn, hjúkrunarfræðingar, ljósmóðir, sálfræðingur, félagsráðgjafi, lyfjafræðingur, sjúkraliði t.d.

Handleiðari

- Læknir í sérnámsgrunni fær handleiðara sem fylgir eftir námstímann
  - Vikulegir fundir með handleiðara, klukkustund í senn
  - Farið yfir markmið námstímans og gerð dagskrá í upphafi starfstíma - handleiðsla, fræðsla, SMS (setið með sérfræðingi), vídeóupptaka
  - Farið yfir samskipti, verkefni, úrlausnir, skráningu í sjúkraskrá og þau vandamál sem við rekumst á í daglegu starfi
  - Allir læknar stöðvar þátttakendur í náminu – kalla til þegar áhugaverð atvik/verkefni koma upp
- Fræðslufundir reglulega – í samræmi við þarfir hvers og eins
  - Fundir um algeng verkefni í heilsugæslu, heildræn nálgun sbr. marklýsingu
  - Almennir fræðslufundir lækna

Mat á starfsnámi í heilsugæslu –e portfolio, lágmarksviðmið:

- **Induction meeting** with Clinical Supervisor (Fyrsti fundur)
- Matsblöðin (lágmark á 4 mánuðum), **skila inn jafnt yfir tímabilið! Annars fæst tíminn ekki metinn.**
  - **2 DOPS** (directly observed procedural skills)
  - **8 CBD** (Case Based discussion)
    - 1 um sjúkling með geðræn vandamál
    - 1 um sjúkling sem er barn
    - 1 um sjúkdómstilfelli sem snýst um lög og reglugerðir
    - 1 um tilfelli um siðferðileg álitamál (t.d. Barnaverndarmál)
    - Amk 1 um vottorð
    - 3 CBD að eigin vali

Mat á starfsnámi í heilsugæslu-e portfolio, lágmarksviðmið-frh

  - **1 MiniCEX** (Mini clinical evaluation exercise), hægt að nota til að meta t.d.viðtal, samskiptafærni, líkamsskoðun, lyfjalistayfirferð, klínísk skráningarfærsla, sögutaka, greining/mismunagreining, skoðun, vandamálalisti, meðferðaráætlun, samskiptafærni, útskriftarleiðbeiningar osvfrv.
  - **1 Developing the clinical teacher** (amk 1 fræðslufyrirlestur á heilsugæslutímanum)
  - **4 Mid-placement review** (vikulegir fundir skráðir amk 1 x í mánuði á svona matsblað)
  - **2 PDP** (personal developmental plan; starfsþróunaráætlun), t.d. um kunnáttutengt atriði; færnitengt atriði; fagmennsku atriði
- Clinical supervisor, **end of placement report** (lokafundur)
- Gera **reflection/ígrundun** á stjörnumerkta fræðslu á vegum LSH, etv 1-2 á meðan á heilsugæslutímabili stendur. Á miðvikudögum.

Starfsvottorð fyllt út í lok starfstíma (yfirlæknir stöðvar), upplýsingar um starfstíma og fjarvistir

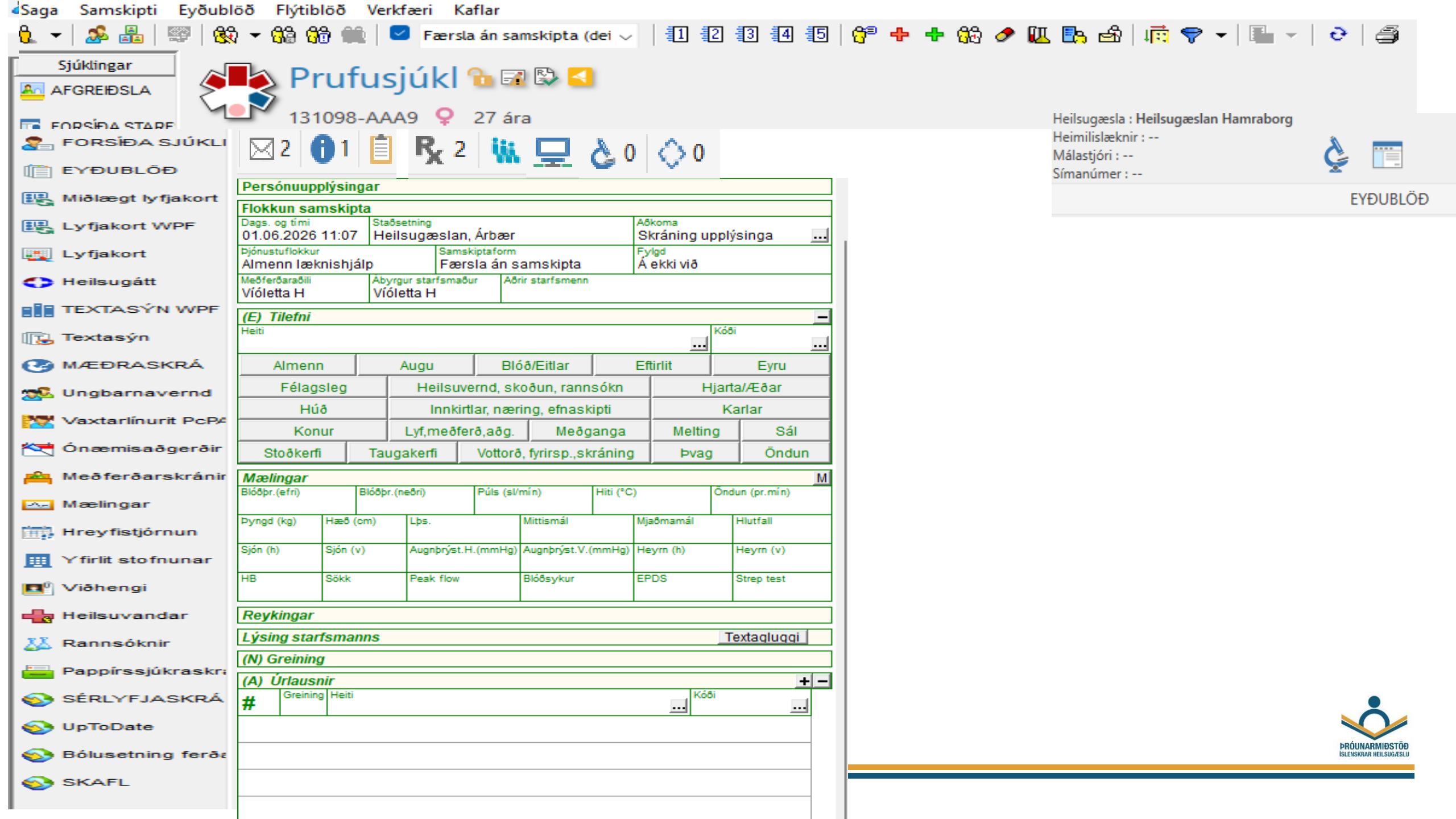
Ef heilsugæslutímabil skiptist á tvær stöðvar þarf að vera vakandi fyrir því að fylla út matsblöð jafnóðum

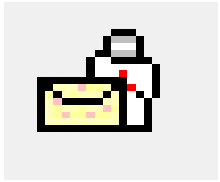
ÞRÓUNARMIÐSTÖÐ ÍSLENSKRAR HEILSUGÆSLU

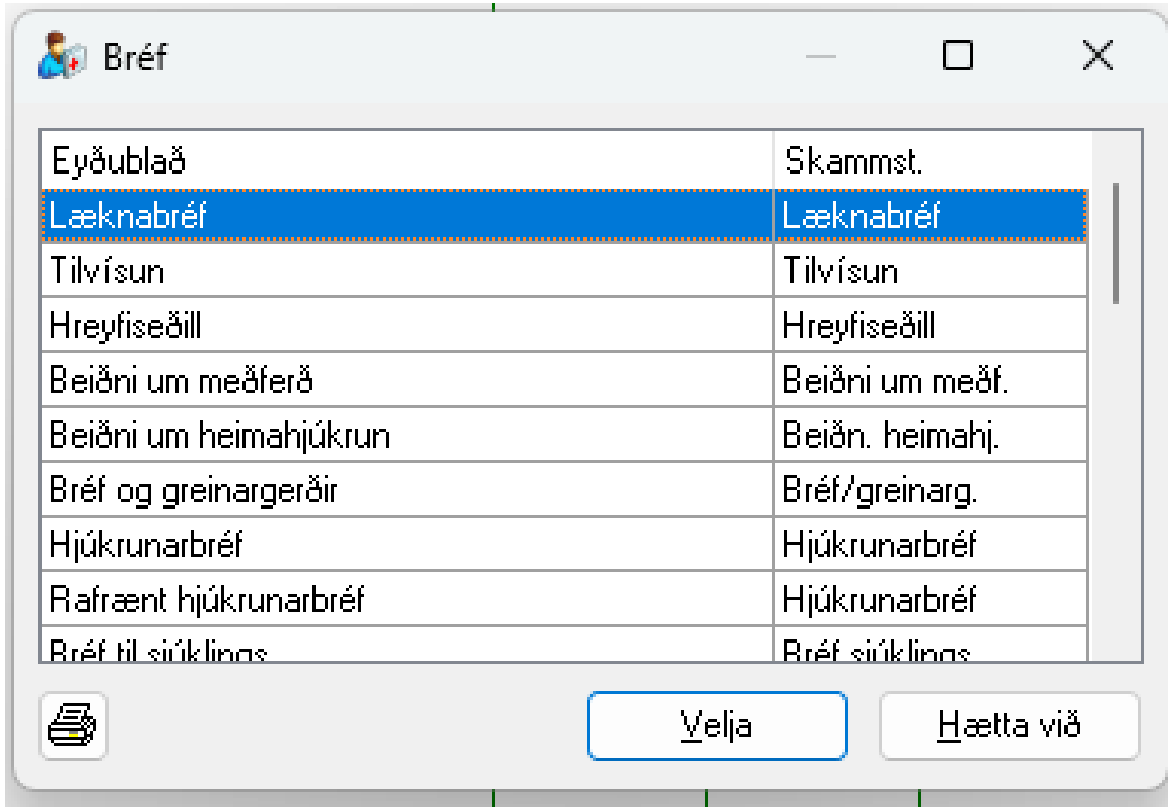
SAGA

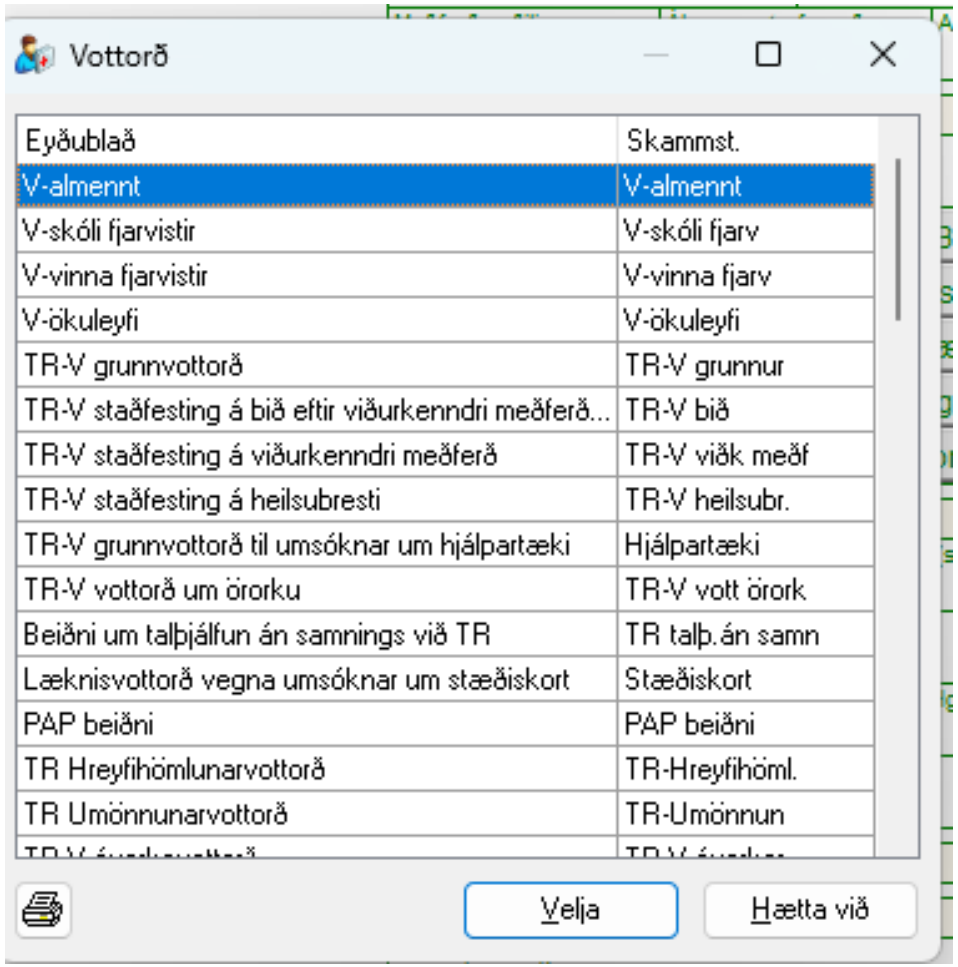
- Vinnuumhverfi heilsugæslunnar
- Skráning á samskiptum fer fram í **SÖGU**
  - Sjúkraskrárnótur í þágu sjúklinga, **öll** samskipti við/um sjúkling, viðtöl, símtöl, færsla án samskipta ofl.
  - Lagaleg skylda að færa rétta sjúkraskrá
  - Upplýsingar frá 3ja aðila-sérstakur reitur neðarlega
  - Brýnt að skýr og rekjanleg spor séu þar um öll samskipti
  - Mikilvægt fyrir rannsóknir (t.d. Unnið úr gögnum mtt greininga/tilefnis/úrlausna)
- Greiðslumódel heilsugæslunnar
  - Rétt skráning mikilvæg – greiningar, úrlausnir, vandaliðun
  - Skrá vottorð rétt inn svo þið fáið greitt fyrir þau.
- Klára nótur fyrir 10.hvers mánaðar; vinnulisti
- Fara yfir rannsóknarniðurstöður og fylgja eftir
- Heilsugátt
  - Fof rannsóknarhlutinn nýttur
  - Samskipti sem fara fram í heilsugátt sjást hvergi í SÖGU og nýtast ekki í starfi
  - Bréf/útskriftarnótur sem ekki eru sendar á heilsugæslu berast ekki læknum heilsugæslu
    - Upplýsingar berast ekki !
    - Ekki hægt að nota gögn í þágu sjúklings td við tilvísanir eða í annarri vinnu
    - ALLTAF senda læknabréf !

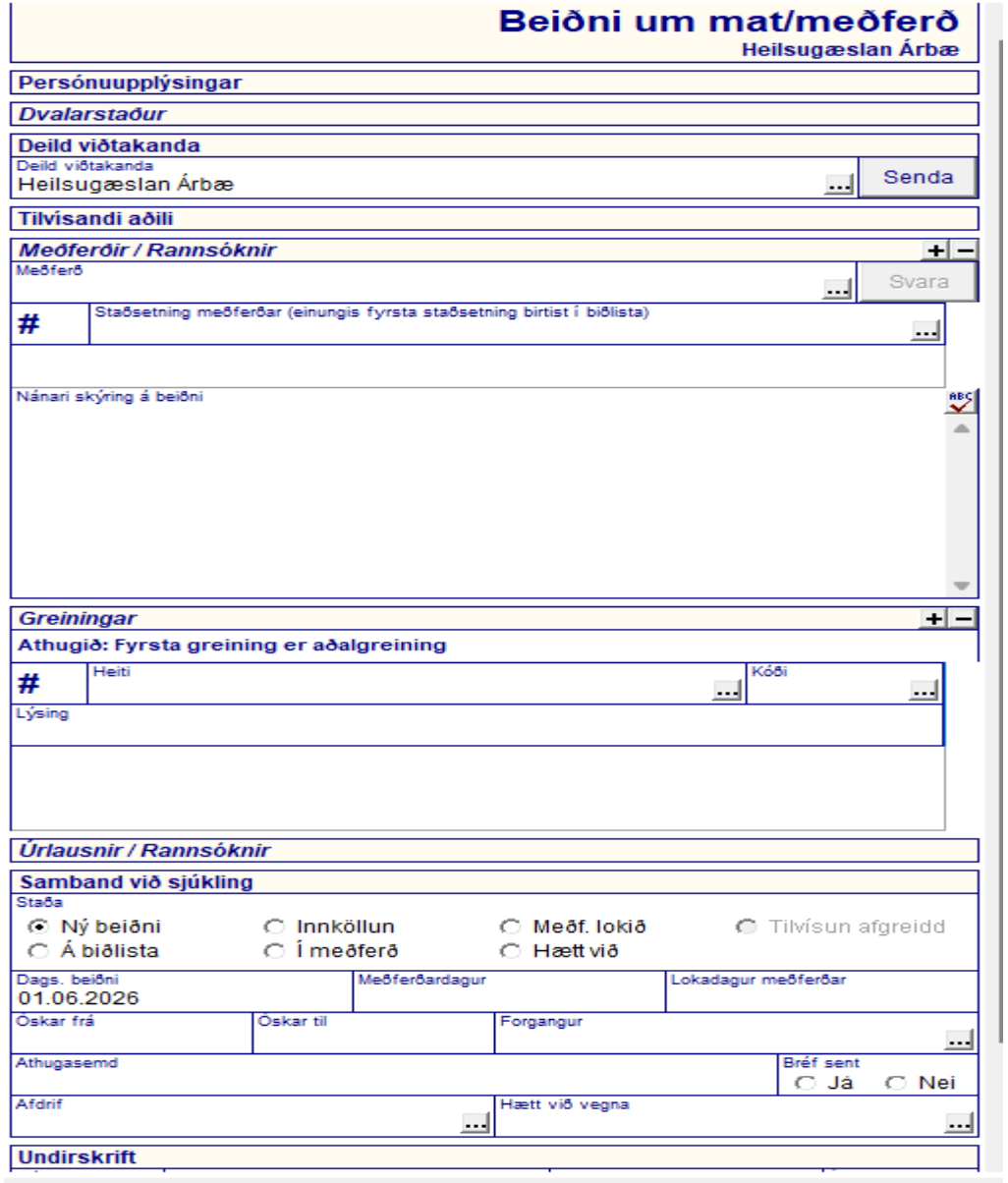
ÞRÓUNARMIÐSTÖÐ ÍSLENSKRAR HEILSUGÆSLU


Saga Samskipti Eyðublöð Flýtiblöð Verkfæri Kaflar
Færsla án samskipta (dei
Sjúklingar
AFGREIÐSLA
FORSÍÐA STARF
FORSÍÐA SJÚKLI
EYÐUBLÖÐ
Miðlægt lyfjakort
Lyfjakort WPF
Lyfjakort
Heilsugátt
TEXTASÝN WPF
Textasýn
MÆÐRASKRÁ
Ungbarnavernd
Vaxtarlínurit PcP
Ónæmisaðgerðir
Meðferðarskráni
Mælingar
Hreyfistjórnun
Yfirlit stofnunar
Viðhengi
Heilsuvandar
Rannsóknir
Pappírssjúkraskr
SÉRLYFJASKRÁ
UpToDate
Bólusetning ferð
SKAFL
Prufusjúkl
131098-AAA9
27 ára
Heilsugæsla : Heilsugæslan Hamraborg
Heimilislæknir : --
Málastjóri : --
Símanúmer : --
EYÐUBLÖÐ
Persónuupplýsingar
Flokkun samskipta
Dags. og tími
01.06.2026 11:07
Staðsetning
Heilsugæslan, Árbær
Aðkoma
Skráning upplýsinga
Þjónustuflokkur
Almenn læknishjálp
Samskiptaform
Færsla án samskipta
Fylgd
Á ekki við
Meðferðaraðili
Víóletta H
Ábyrgur starfsmaður
Víóletta H
Aðrir starfsmenn
(E) Tilefni
Heiti
Kóði
Almenn
Augu
Blóð/Eitlar
Eftirlit
Eyru
Félagsleg
Heilsuvernd, skoðun, rannsókn
Hjarta/Æðar
Húð
Innkirtlar, næring, efnaskipti
Karlar
Konur
Lyf,meðferð,aðg.
Meðganga
Melting
Sál
Stoðkerfi
Taugakerfi
Vottorð, fyrirsp.,skráning
Þvag
Öndun
Mælingar
Blóðþr.(efri)
Blóðþr.(neðri)
Púls (sl/mín)
Hiti (°C)
Öndun (pr.mín)
Þyngd (kg)
Hæð (cm)
Lþs.
Mittismál
Mjaðmamál
Hlutfall
Sjón (h)
Sjón (v)
Augnþrýst.H.(mmHg)
Augnþrýst.V.(mmHg)
Heyrn (h)
Heyrn (v)
HB
Sökk
Peak flow
Blóðsykur
EPDS
Strep test
Reykingar
Lýsing starfsmanns
Textagluggi
(N) Greining
(A) Úrlausnir
#
Greining
Heiti
Kóði
ÞRÓUNARMIÐSTÖÐ
ÍSLENSKRAR HEILSUGÆSLU




Bréf
Eyðublað
Skammst.
Læknabréf
Læknabréf
Tilvísun
Tilvísun
Hreyfiseðill
Hreyfiseðill
Beiðni um meðferð
Beiðni um meðf.
Beiðni um heimahjúkrun
Beiðn. heimahj.
Bréf og greinargerðir
Bréf/greinarg.
Hjúkrunarbréf
Hjúkrunarbréf
Rafrænt hjúkrunarbréf
Hjúkrunarbréf
Velja
Hætta við


Vottorð
Eyðublað
Skammst.
V-almennt
V-almennt
V-skóli fjarvistir
V-skóli fjarv
V-vinna fjarvistir
V-vinna fjarv
V-ökuleyfi
V-ökuleyfi
TR-V grunnvottorð
TR-V grunnur
TR-V staðfesting á bið eftir viðurkenndri meðferð...
TR-V bið
TR-V staðfesting á viðurkenndri meðferð
TR-V viðk meðf
TR-V staðfesting á heilsubresti
TR-V heilsubr.
TR-V grunnvottorð til umsóknar um hjálpartæki
Hjálpartæki
TR-V vottorð um örorku
TR-V vott örork
Beiðni um talþjálfun án samnings við TR
TR talþ.án samn
Læknisvottorð vegna umsóknar um stæðiskort
Stæðiskort
PAP beiðni
PAP beiðni
TR Hreyfihömlunarvottorð
TR-Hreyfihöml.
TR Umönnunarvottorð
TR-Umönnun
Velja
Hætta við



ÞRÓUNARMIÐSTÖÐ
ÍSLENSKRAR HEILSUGÆSLU

Takk fyrir mig ☺

- Ef vandamál, fyrirspurnir eða ábendingar:

- violetta.osk.hlodversdottir@heilsugaeslan.is

Mikilvægt að fá upplýsingar um það sem betur má fara ☺ og það sem ánægja er með ☺☺

- Glærurnar/fyrirlestrar dagsins munu sjást á síðu ÞÍH:
  - https://throunarmidstod.is/kennsla/sernamsgrunnslaeknar/

ÞRÓUNARMIÐSTÖÐ ÍSLENSKRAR HEILSUGÆSLU

Socrative

- 1. skref → Fara inn á **www.socrative.com**
- 2. skref → Velja “Student login” efst í hægra horni
- 3. skref → Í “Room Name” á að skrifa SGRUNN
- 4. skref → Svara könnun
- 5. skref → Logga sig út