

Curriculäre Fortbildung

Stressmedizin

Diagnostik und Therapie stressbedingter Erkrankungen

Blended-Learning-Angebot

Veranstalter: Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL in
Zusammenarbeit mit der Klinik für Innere Medizin/Kardiologie,
Bergmannsheil und Kinderklinik Buer GmbH, Gelsenkirchen

Termine: 1. Präsenzphase (16 UE): Freitag/Samstag, **30./31.10.2015**, 09:00 bis 16:30 Uhr
Telelernphase (8 UE): Montag, **02.11.** bis Freitag, **20.11.2015**
2. Präsenzphase (8 UE): Samstag, **21.11.2015**, 09:00 bis 16:30 Uhr

Veranstaltungsort: 45894 Gelsenkirchen
Bergmannsheil und Kinderklinik Buer
GmbH, Medical Center, Schernerweg 4



Zielgruppe: Ärzte/innen

Erstmalig setzt die Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL die curriculäre Fortbildung „Stressmedizin“ in Form von Blended Learning, einer Mischung aus eLearning und lernen in Präsenzform, um.

Unter Stress versteht man eine Über- bzw. Dauerbelastung aufgrund von psychischen oder körperlichen Faktoren. Gerade im hektischen Alltagsleben bleibt kaum noch Zeit für körperliche Erholung. Immer mehr Menschen leiden daher an den Auswirkungen von Stress.

In der curriculären Fortbildung „Stressmedizin“ geht es darum, die Grundlagen dieser Stressreaktion zu verstehen und Erkrankungen in diesem Kontext einzuordnen. Gerade Hausärzte/innen werden sehr oft mit dem Problem der stressbedingten Erkrankungen konfrontiert und haben eine Schlüsselrolle in der Diagnostik und Therapie. Daher geht es in diesem Curriculum darum, Stress als Ursache der Erkrankung zu erkennen, aber auch die vielen therapeutischen Ansätze vorzustellen.

Da sich Stress auf vielfältige Weise darstellt und nicht nur einem Fachgebiet (z. B. der Psychosomatischen Medizin) zugeschrieben werden kann, ist das Curriculum so angelegt, dass Ärzte/innen aller Fachrichtungen angesprochen sind.

Wir würden uns freuen, Sie im Rahmen dieser Veranstaltung der Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL begrüßen zu dürfen.

bitte wenden!

Was ist Stress?

- Physiologie des Stress
- Evolution und Stressreaktion
- Hormonelle Wirkung
- Beteiligte Hirnareale

Wie wirkt Stress auf den Körper und das Verhalten?

- Kardiale Auswirkungen
- HNO (Tinnitus, Hörsturz)
- Reizdarm
- Magenbeschwerden
- LWS Schmerzen
- "Umgang mit sich selbst"

Psychiatrische Diagnostik und Therapie

- Diagnostik
- Überblick ICD 10
- Psychopharmakotherapie

Psychosomatik

- Stress- und Affektregulation, Coping, Bewältigung

Gesprächsführung

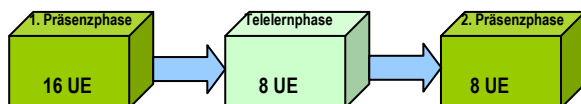
- Gesundheitsorientierte Gesprächsführung
- Motivierendes Interview

Entscheidungsfindung in belasteten Situationen

- Polizeiliche Strukturen zur Problembewältigung
- Kommunikation/Entscheiden unter Stress
- Fehlervermeidung

Kursstruktur:

Die Fortbildung besteht aus zwei Präsenzphasen von 16 bzw. 8 UE und einer Telelernphase von 8 UE. Nach der ersten Präsenzphase erhalten die Teilnehmer/innen einen Zugang zur elektronischen Lernplattform ILIAS der Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL, in der sie die Inhalte der 8 x 45-minütigen Telelernphase bearbeiten.



Leitung:

Dr. med. **Christoph Haurand**, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin/Kardiologie, Bergmannsheil und Kinderklinik Buer GmbH, Gelsenkirchen

Dr. med. **Heiko Ullrich**, Chefarzt der Psychiatrie am Kreisklinikum Siegen gGmbH, Siegen

Dr. med. **Matthias Weniger**, Oberarzt der Klinik für Innere Medizin/Kardiologie, Leiter der Abteilung für Psychokardiologie, Bergmannsheil und Kinderklinik Buer GmbH, Gelsenkirchen

BITTE BEACHTEN SIE, DASS ZUR TEILNAHME EIN BREITBAND-INTERNET-ANSCHLUSS (DSL-LEITUNG) NOTWENDIG IST !

Teilnehmergebühren:

- € 585,00 Mitglieder der Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL
- € 645,00 Nichtmitglieder der Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL
- € 525,00 Arbeitslos/Erziehungsurlaub

Auskunft und schriftliche Anmeldung unter:

Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL, Postfach 40 67, 48022 Münster, Tel.: 0251/929-2235, Fax: 0251/929-27 2235, E-Mail: petra.poettker@aekwl.de – **Begrenzte Teilnehmerzahl !**

Nutzen Sie den Online-Fortbildungskatalog der Akademie, um sich für den Kurs anzumelden: www.aekwl.de/katalog bzw. die kostenlose Fortbildungs-App: www.aekwl.de/app



Die Veranstaltung ist im Rahmen der Zertifizierung der ärztlichen Fortbildung der ÄKWL mit insgesamt 40 Punkten (Kategorie: K) anrechenbar.

Körperliche und psychologische Diagnostik

- Herzratenvariabilität
- Laborparameter
- Internistische Diagnostik
- Fragebögen (Burnout, ADHS, usw.)
- Antreiber Test
- Stresstagebücher

Entspannungsverfahren

- Autogenes Training, PMR, Hypnose
- Fernöstliche Verfahren (Yoga, Tai Chi, Qi Gong)
- Achtsamkeit (MBSR Verfahren)

Sport

- Welchen, welche "Dosis", wie lange?
- Trainingspläne

Selbstorganisation

- Prinzipien setzen
- Leitbilder erstellen
- 80/20 Regel
- ABCD Prinzip
- "Wie kann ich mich selber organisieren?"

Stress in der Arbeitswelt

- Gefährdungsbeurteilung
- Stress durch den Wandel der Arbeit