Månadsbrev från studierektorerna

Maj 2026



Innehåll

Hållbart arbetsliv 1
Kommande ST-seminarier 2
Kurser 3
Save the date – kongresser, sammankomster och kunskapsprov 3
Sidotjänstgöring 4
Journal Club och diskussionsunderlag 5
Kultur 5
Stödlinjer 6

Hållbart arbetsliv

Vi har nu kommit till vårterminens sista ST-seminarium och månadsbrev. En del av er är ”hemma” på geriatriken, andra ute på randningar – vissa mer krävande än andra. Sommaren och välbehövlig semester hägrar. Vi påminner oss om varför vi är eller vill bli geriatriker.

Dr Mohan och jag

Krönika av Johan Ovesson, ST-läkare Nackageriatriken

Jag sitter i bastun på Friskis med en vän. Det är kväll och jag ska snart gå på ett nattjourspass på internmedicin. Min vän frågar mig hur nattjourer brukar vara när en annan man i bastun bryter in: ”Är du läkare? Har du sett *The Pitt*? Herregud vad bra den är! Är det så du har det på jobbet?”.

Jag har sett *The Pitt*. Det var svårt att låta bli att börja titta när jag gjorde min randning på akuten och läkarna där, med blanka ögon, ivrigt diskuterade det senaste avsnittet och verkade längta sig bort till en verklighet där deras specialitet faktiskt får ta plats. För er som inte sett serien utspelar den sig på en kaotisk akutmottagning i Pittsburgh, ledd av den omnipotenta ”Dr Robby”. Vid sin sida har han ett gäng underläkare som, med bara lite ”see one – do one – teach one”, utan att blinka kan genomföra en thorakotomi. En av dessa är Samira Mohan, eller ”Dr SlowMo” som hon kallas av kollegorna – för noggrann, för långsam och alltför engagerad i sina patienter.

I säsong två får Dr Mohan bröstsmärta på jobbet. Spoiler alert: Hon har en panikattack. Ett par avsnitt senare konfronteras hon välvilligt av sin ledningsläkare ”du har inte övervägt att göra ST i geriatrik i stället för akutmedicin?”. Polletten trillar lika plötsligt som motvilligt ner - är jag Dr Mohan?

Månadsbrev från studierektorerna

Maj 2026



På *Reddit* finner jag en tråd där användarnamn som ”Miami_Mice” med orimligt engagemang diskuterar Dr Mohans karriärsval och om det är nedlåtande att som läkare få förslaget att man ska satsa på geriatrik. ”Wet_wet_2” avrundar diskussionen med det något mer adekvata: ”You know these aren’t real people right?”.

Att randa sig är ofta en hemlös upplevelse. Man får en temporär övertejpad namnskylt, en obligatorisk brandutbildning och konfronteras nästan dagligen med frågan ”var randar du dig ifrån?”. Jag har noterat att jag ibland har en liten svarslatens innan jag säger ”geriatriken”. I den där korta pausen pågår en inre dragkamp. Vad är det egentligen jag är bra på? Är det teamronder och ändlösa läkemedelslistor som utgör min spetskompetens? Kanske delar vi något med akutläkarna, en önskan om att tydligare definiera vad vi gör bäst och var vårt område egentligen börjar och slutar.

Mot slutet av en arbetsvecka säger specialisten jag jobbar med: ”Ni från geriatriken verkar alltid så harmoniska.” Jag undrar tyst - jämfört med vem? Kanske borde jag bara omfamna min inre Dr Mohan, släppa självtvivlet och i stället vara glad över att tillhöra gruppen som utstrålar harmoni på akutsjukhuset.

När jag frågar chat-gpt om varför man blir geriatriker får jag svaret att specialiteten erbjuder en givande karriär som kombinerar kliniska, sociala och personliga aspekter, vilket möjliggör en hanterbar balans mellan arbete och privatliv jämfört med andra specialiteter. Det låter utmärkt, för både mig och Dr Mohan.

Kommande ST-seminarier

- 16/9: Geriatrisk rehab ur fysioterapeutperspektiv
- 21/10: Depression hos äldre (OBS! Lokal Josabethsalen, Sabbatsberg)
- 11/11: Urologi för geriatriker
- 9/12: Presentation av ST-arbeten – om du har skrivit ett ST-arbete är du välkommen att presentera! Kul om vi kan dela med oss till varandra. Är du intresserad, mejla josefina.skogonyvang@capio.se eller prata med Josefina på en ST-eftermiddag.

Seminarierna hålls på Stockholms Sjukhem, Kungsholmen. Mariebergsgatan 22, Stockholm. Kl 13:15-16:30. Anmälan via st-geriatrik.se. Sista anmälningsdag är vanligen måndagen veckan innan seminariet äger rum. Det går bra att komma till aulan och lyssna på seminariet även utan anmälan, men då kan fika tyvärr inte erbjudas.

Vi föredrar att du deltar på plats. 40 digitala platser finns för de som inte har möjlighet att ta sig till lokalen. De som deltar digitalt ordnar själva intyg tillsammans med sin huvudhandledare.

Månadsbrev från studierektorerna

Maj 2026



Intyg hittar du på st-geriatrik.se och under kalendarium finner du aktuella delmål samt en beskrivning av vad eftermiddagen har innehållit.

Kurser

SK-kurser hösten 2026

Den här veckan kommer ni som har sökt SK-kurser få besked om ni har blivit antagna. Det är viktigt att ni går in och bekräftar er plats inom utsatt tid för att få behålla den. Mejla sk-kurser@socialstyrelsen.se vid frågor.

Kurs i Vetenskapsmetodik för ST-läkare i geriatrik

22–23/9, 2026. Kursavgift: 4000:-. sista anmälningsdag 21/8. Anmäl dig HÄR. Kursen ges av FoUU-enheten på Stockholms Sjukhem.

Kurs i palliativ medicin för ST läkare

14–16/10, 2026. Delmål: 2015: b5 och c5 och 2021: STb4 och STc5. Kursen ges av Södertäljegeriatriken/FoUU. Kursavgift: 4000:-.

- Plats: Södertälje sjukhus och Hagabergs Folkhögskola, Erik Dahlbergs väg 60, Södertälje
- Anmälan: Anmälan till ST-kurs: Palliativ medicin – Fyll i formulär
- Sista anmälningsdag 1/9

PKC-kurser

- Kurs i palliativ medicin motsvarande delmål B5 och STb4 – **17–18/9**, digitalt
- Kurs i palliativ medicin motsvarande delmål C5 och STc5 – **5/2 2027**, digitalt

Se övrigt kursutbud på www.pkc.regionstockholm.se, där finns även bl.a. Webbutbildningar i Palliativ vård hos äldre

LIPUS-kurser

Lipus samlar kvalitetsgranskade och certifierade kurser från olika kursarrangörer. Kurserna vänder sig till läkare under utbildning och färdiga specialister. Kurskatalogen uppdateras löpande med nya kurser.

Save the date – kongresser, sammankomster och kunskapsprov

- 23rd IAGG World Congress of Gerontology and Geriatrics **5-9/7 2026**, Amsterdam
- EUGMS 2026 **16–18/9 2026,** Lille, Frankrike
- SIM-veckan, **7–8/10**, Göteborg

Månadsbrev från studierektorerna

Maj 2026



- Framtidens specialistläkare Kongress 2026, **13–15/10,** Malmö
  Under FLS finns möjlighet att gå följande ST-kurser:
  - Sjukdomsförebyggande och hälsofrämjande arbete (delmål b2, STb2)
  - Kommunikation med patienter och närstående (delmål b1, STb1)
  - Medicinsk etik (delmål a2, STa4)
  - Medicinsk pedagogik/lärande (a1, Sta6)

  För närvarande finns plats kvar på samtliga kurstillfällen så passa på att anmäla er! (Efter godkännande från er chef)

Kunskapsprov för den gemensamma kunskapsbasen – Svensk Internmedicinsk Förening

Fredagen den **13/11** är nästa tillfälle för SIMs kunskapsprov som täcker common trunk. Boka redan nu in datumet! Sista anmälningsdag är **31/10**. Vi rekommenderar att man gör provet en gång under sin ST, företrädesvis under sin placering på akutsjukhuset eller därefter. Mer information kommer i septembers månadsbrev.

Kunskapsprov för den gemensamma kunskapsbasen | Svensk Internmedicinsk Förening

Sidotjänstgöring

ST-läkare i geriatrik är eftertraktad arbetskraft och flera specialiteter har hört av sig till oss om att de önskar att ni söker er till dem för valfri randning:

- Infektionskliniken, Danderyds sjukhus.
  ”De geriatrik-ST som randar sig hos oss är oftast mycket uppskattade och kvalitetshöjningen av infektionshandläggningarna efter infektionsrandning vittnar om att sidoutbildningen fyller sitt syfte. Vi har nu möjlighet att ta emot något fler randare än tidigare och tror att just geriatrik-ST har extra nytta av det. Vi välkomnar era ST-läkare på upp till 3 månaders randning.”
  Kontaktperson: Kristina Nilsson, kristina.nilsson@regionstockholm.se
- Kirurgkliniken, Södersjukhuset.
  Önskemål från kirurgkliniken på SÖS att fler ST-läkare i geriatrik randar sig hos dem. Arbetet skulle främst innefatta avdelningsarbete men även placering som avdelningsjour kvällstid.
  Kontaktperson: Sara Eckberg, sara.eckberg@regionstockholm.se

Månadsbrev från studierektorerna

Maj 2026



Journal Club och diskussionsunderlag

Vi vill gärna tipsa om aktuella artiklar, relaterade till det senaste ST-seminariet, som kan vara lämpliga att använda som underlag för nästa Journal Club. I månadsbrevet från oktober 2025 finns tre artiklar på ämnet våld mot äldre och här kommer ytterligare tre:

Ludvigsson, M., Wiklund, N., Swahnberg, K. et al. **Experiences of elder abuse: a qualitative study among victims in Sweden.** BMC Geriatr 22, 256 (2022). https://doi.org/10.1186/s12877-022-02933-8

Fraga Dominguez, S., Storey, J. E., & Glorney, E. (2019). **Help-Seeking Behavior in Victims of Elder Abuse: A Systematic Review.** Trauma, Violence, & Abuse, 22(3), 466-480. https://doi.org/10.1177/1524838019860616 (Original work published 2021)

Tarzia et al 2020: **Women's experiences and expectations after disclosure of intimate partner abuse to a healthcare provider.** A qualitative meta-synthesis. BMJ open

Det kan vara av värde att samlas och diskutera andra ämnen och material än enbart vetenskapliga artiklar.

Bräcke Diakoni – filmer av I nöd och lust

Filmen Risken – för våld, övergrepp och kränkningar. Filmer - Bräcke Innovation

Varför är jag så arg? Så börjar filmen Risken. Den handlar om vad som händer när relationen förändras på grund av sjukdom eller funktionsnedsättning och orken tar slut. Vi vill visa att situationen som anhörig kan bli så ansträngd att man som partner riskerar att "gå över gränsen" för vad som faktiskt definieras som våld. Forskare, kurator och en anhörig med egen erfarenhet medverkar.

Kultur

Aziz Bitar om imposterfenomenet – SFAMpen på Spotify

Maria Stenman pratar med Aziz Bitar, som är specialist i allmänmedicin på en hälsocentral utanför Umeå och också arbetar som forskare och lektor/lärare på Umeå Universitets läkarprogram. De pratar om imposterfenomenet och hur det påverkar läkarstudenters och allmänläkares (och säkert också geriatrikers!) känslor och mående. Hur kan vi som möter och handleder studenter och utbildningsläkare stötta kring dessa imposterkänslor? Vad i arbetsmiljön bidrar till ökad psykologisk trygghet och hur påverkar det förekomsten av imposterkänslor? Vad är självmedkänsla?

Månadsbrev från studierektorerna

Maj 2026



Bok: I händelse av min död – Kerstin Weigl och Kristina Edblom, Natur & Kultur (2019)

Ett dokument över alla kvinnor som mördats av sin partner i Sverige under en tioårsperiod. En samling av rättegångsprotokoll, domar, dagböcker fotografier och brev. En skildring av dödligt våld mot kvinnor i Sverige, skriven av två av landets främsta journalister på området.

Stödlinjer

Kvinnofridslinjen	020-50 50 50
Stödlinjen för män	020-80 80 80
Stödlinjen för transpersoner	020-55 00 00

Det finns fler stödlinjer. T ex för unga personer som mår dåligt i sin relation: **Hem · Ungarelationer.se**

Tantjouren erbjuds av flera kvinnofridslinjer som stöd till äldre kvinnor som utsätts för våld eller hot. Googla på tantjouren.

VOOV – veterinär omtanke om våldsutsatta är en ideell organisation som ger tillfälliga jourhem till djur så att våldsutsatta kan fly. VOOV.nu | VOOV - Jourhem åt djur så att våldsutsatta kan fly

Glad sommar önskar ST-studierektorerna i geriatrik

Ann-Christine Nordström	ann-christine.nordstrom@regionstockholm.se
Frida Gustafsson	frida.gustafsson@capio.se
Josefina Skogö Nyvang	josefina.skogonyvang@capio.se
Katja Schubert Samuelsson	katja.schubert-samuelsson@regionstockholm.se
Peter Johnson	peter.johnson@capio.se
Sotiria Ntai	sotiria.ntai@stockholmssjukhem.se
Yin Hu	yin.hu@regionstockholm.se