



## Utbildning till diplomerad tobaksavvänjare

### Utbildningens syfte

Kursen ger en övergripande kunskap om epidemiologi, prevention och behandlingsmetoder vid nikotin- och tobaksbruk. Efter genomgången kurs kommer deltagaren att kunna utföra kvalificerat rådgivande samtal vid nikotin- och tobaksbruk.

### Utbildningsinnehåll

Diplomeringsutbildningen genomförs över ca fyra månader och innehåller ett varierat program med föreläsningar, praktiska övningar, handledning och gruppdiskussioner. Utbildningen är uppdelad i två delar. Först en grundutbildning över två dagar där du lär dig metodiken i tobaks- och nikotinavvänjning. Det innefattar bland annat läkemedelsbehandling, beteendeförändringar, motivation och återfallsprevention men även epidemiologi och samtalsmetod. Därefter får du både individuell- och grupphandledning utifrån egna patientfall som du presenterar. Vi avslutar med hemtentamen och heldag med föreläsningar och diskussion.

Utbildningen hålls i lokaler på Universitetssjukhuset Örebro (USÖ) samt via telefon/digitalt för den individuella handledningen. Vi som utbildar arbetar på tobakspreventiva mottagningen vid USÖ och har mångårig erfarenhet som tobaksavvänjare och inom tobakspreventivt arbete.

### För att bli diplomerad tobaksavvänjare krävs:

- Genomförd grundkurs
- Genomförd handledning av tre patientfall, där ett fall har följts i minst två månader.
- Godkänd hemtentamen
- Obligatorisk närvaro på kursdagar (3.5 dagar + individuell handledning)
- Egen nikotinfrihet (minst 1 år).

En förutsättning för att gå utbildningen är att du i ditt arbete träffar personer som behöver stöd att sluta bruka tobak, samt att du har mandat från din arbetsgivare att arbeta med tobaks- och nikotinavvänjning.



## Utbildningstillfällen HT25

- **Grundkurs 30 september – 1 oktober**
  - Föreläsningar tobaksprevention samt grunderna i tobaks- och nikotinavvänjning
- **Individuell telefonhandledning/digitalt möte, 18 eller 20 november**
  - Patientfalldiskussion, ca 45 minuter
- **Gruppträff, 15 eller 16 december**
  - Patientfalldiskussioner med övriga deltagare och handledare
- **Individuell telefonhandledning/digitalt möte, 13 eller 15 januari**
  - Patientfalldiskussion, ca 45 minuter
- **Föreläsning / seminarium – avslutande heldag, 3 februari**
  - Genomgång hemtentamen
  - Föreläsningar och diskussioner
  - Diplomerings

Anmälan görs via [utbildningsportalen](#), sista anmälningsdatum är 14 september. För anmälan efter den 14 september kontakta Jesper. Inomlänsdeltagare har förtur. Detaljerat schema fås efter anmälan.

Tidigare har denna utbildning delats upp på en grundkurs respektive en diplomeringsutbildning. Har du gått grundkursen och vill nu gå diplomeringsutbildningen kan du maila Jesper.

**Kostnad:** Anställda inom Region Örebro går kostnadsfritt. Utomlänsdeltagare 5600:- exkl. moms. Kursmaterial, fika samt lunch ingår i priset, på halvdagen ingår inte lunch. Avbokningsavgift på 1000:- tas ut om avbokning sker efter sista anmälningsdatum oavsett utomlänsdeltagare eller anställd inom Region Örebro.

### Med vänliga hälsningar

Jesper Hellberg, hälsoutvecklare/diplomerad tobaksavvänjare  
[jesper.hellberg@regionorebrolan.se](mailto:jesper.hellberg@regionorebrolan.se), 019-602 55 94  
Tobakspreventiva mottagningen, USÖ.

Sanna Eriksson, sjuksköterska/diplomerad tobaksavvänjare  
[Sanna.eriksson2@regionorebrolan.se](mailto:Sanna.eriksson2@regionorebrolan.se), 019-602 55 93  
Tobakspreventiva mottagningen, USÖ.