

## Modul: Kolsforverring

### Visjon

Helsepersonell har kunnskap og engasjement for å kunne møte personer med kols på en god måte. De kan tilby hjelp slik at personer med kols kan meste hverdagen best mulig. Helsepersonell har også kunnskap og gjennomføringsevne som bidrar til å bremse utviklingen av kols, samt utøve tiltak som reduserer symptomene sykdommen gir.

### Målgruppe

Helsepersonell og andre som arbeider i kommunale helse- og omsorgstjenester.

### Kompetansemål

- Økt kunnskap slik at kolsforverring kan identifiseres på et tidlig tidspunkt og omfanget reduseres
- Vite hva som er anbefalt behandling av kolsforverring
- Kunne iverksette hensiktsmessige tiltak for å forbygge kolsforverring
- Forstå viktigheten av å kjenne pasientens behov, for å kunne utøve god sykepleie
- Kursdeltakere reflekterer over egen praksis og justerer evt. dagens praksis iht anbefalinger.

### Forkunnskaper

Ta gjerne basiskompetansemodul 6.2 e-læringskurs kols, i forkant av kurset. E-læringskurser er tilgjengelig på ulike på ulike plattformer:

- <https://www.kompetansebroen.no/courses/kols/> (uten kompetansebevis)
- <https://kurs.helse-sorost.no/Login> (krever innlogging, får kompetansebevis ved fullført kurs)
- Det tilbys også å ta e-læringskurset kurs med veiledning i gruppe. Se her for oppdatert info om når og hvor: <https://www.kristiansand.kommune.no/helse-og-omsorg/utvikling-og-prosjekter/utviklingscenter-for-sykehjem-og-hjemmetjeneste.-vest--agder/informasjon-om-basiskompetanse/>

### Annen informasjon

Det er ønskelig at den enkelte arbeidsplass kan sende inn aktuelle case fra arbeidshverdagen, slik at undervisningen i størst mulig grad blir tilpasset arbeidsted.

### Innhold

- Hva er kols? Anatomi og fysiologi
- Observasjon og symptomer
- Kolsforverring
- Tiltak ved kolsforverring
  - Årsak
  - Behandling
  - Lindring
- Kommunikasjon, etikk, motivasjon, dokumentasjon

- Forebygging
  - Røykeslutt
  - Hvordan få til fysisk aktivitet
  - Riktig bruk av inhalasjonsmedisiner
  - God ernæringsstatus

### **Arbeidsformer og arbeidsomfang**

Klasseromsundervisning, bruk av helsepedagogiske verktøy, gruppeoppgaver og plenumsdiskusjoner. Omfanget er to timer. De ulike temaene vektlegges ulikt basert på innspill fra kursdeltaker i forkant av kurset.

### **Videre kurs**

- Basismodul: E-læringskurs kols, se forkunnskap
- Påbyggingsmodul: Inhalasjonsmedisiner
- Påbyggingsmodul: Pleie og omsorg

### **Referanseliste**

- Helsebiblioteket.no
- <https://helsenorge.no/sykdom/lunger-og-luftveier/kols>
- Shb.no
- Naaf.no
- Helseatlas.no
- Helsenorge.no/baredu
- Aktivitetshåndboka
- Kolsveilederen (helsedirektoratet.no)
- Lhl.no
- Gold guidelines <https://goldcopd.org/>
- Lungesykdommer – Peter Giæver
- E-læring kols sshf.no <http://ss.prod.fpl.nhn.no/e-læring>
- Felleskatalogen.no
- Nhi.no
- Lvh.no
- Elæring fra vestre viken, inhalasjonsmedisiner
- <https://helsenorge.no/sykdom/lunger-og-luftveier/kols>