

Nasjonal konferanse i klinisk helsepsykologi
24. – 25. mars 2022, Felix konferansesenter, Oslo

TORSDAG 24. mars 2022

10.00 – 10.15 Åpning

10.15 – 11.00 Per Brodal, professor i nevroanatomi
Hjernenettverk, alarmer og stress

11.00 – 11.15 Pause

11.15 – 12.00 Helene Helgeland, overlege i barne- og ungdomspsykiatri
Kroppens stressreguleringssystemer og implikasjoner for behandling av sammensatte
symptomtilstander

12.00 – 12.15 Pause

12.15 – 13.15 Parallellsesjoner

1. Utredning og behandling av barn og unge med stressrelaterte tilstander. Linn Breen
Herner, psykologspesialist
2. Stressmestring ved hjelp av biofeedback. Ingrid Hyldmo, psykologspesialist
3. Mindfulness i møte med en stresset kropp: Katinka Salvesen, psykologspesialist
4. «Kroppsspråk» – smerter hos unge mennesker. Munnhelse og psykisk helse. Anne Kristine
Bergem, psykiater og førsteamanuensis & Heming Olsen-Bergem, oral kirurg og
førsteamanuensis

13.15 – 14.00 Lunsj

14.00 – 14.50 Anne Kristine Bergem, psykiater og førsteamanuensis
Tidlige traumer og risiko for utvikling av somatiske plager

15.00 – 15.50 Parallellsesjoner

1. «Kroppsspråk» – smerter hos unge mennesker. Munnhelse og psykisk helse. Anne
Kristine Bergem, psykiater og førsteamanuensis & Heming Olsen-Bergem, oral kirurg og
førsteamanuensis
2. Stressmestring ved hjelp av biofeedback. Ingrid Hyldmo, psykologspesialist
3. Smerte 1: Hvilken metode virker for hvem? Teoretisk grunnlag for ACT og ISTDP/
Emosjonsfokuset terapi som behandling ved smertetilstander. Heidi Trydal,
psykologspesialist

4. Ikke fastsatt ennå

15.50 -16.05 **Pause**

16.05 – 16.55 Vegard Bruun-Wyller, professor og overlege i barnemedisin
Vedvarende symptomer etter Covid-19: Forekomst, årsaksmekanismer og
behandlingsmuligheter

17.00 – 17.15 **Paneldebatt/drøfting COVID-19**

FREDAG 25. mars 2022

09.00 – 09.45 Mats Lekander, professor i helsepsykologi, Stockholms universitet
Stress, inflammasjon og betydning for psykisk og somatisk helse

09.50 – 10.20 Borrik Schjødt, psykologspesialist
Placebo og behandlerrelasjonen

10.20- 10.30 **Pause**

10.30 – 11.00 Silje Reme, professor, Psykologisk institutt, UiO
Evidens for medisinsk hypnose for reduksjon av smerte

11.05 – 11.40 Maren Lindheim, psykologspesialist
Hypnose og betydningen av det terapeutiske språket for stress- og smerteregulering

11.45 – 12.15 **Paneldebatt** (Lekander, Lindheim, Reme og Schjødt): Implikasjoner for klinisk praksis
Moderator: Arnstein Finset.

12.15 – 13.15 **Lunsj**

13.15 – 14.15 **Parallellsesjoner**

1. Effekt av søvnbehandling på angst, smerte, depresjon og opplevd stress. Søvn som mediator av effekt av KBT ved stresstilstander. Mats Lekander, professor i helsepsykologi
2. Hypnose ved forberedelse til kirurgi hos voksne. Silje Reme professor, psykolog
3. Barn i helsevesenet; forebygging og behandling av behandlingstraumer. Maren Lindheim, psykologspesialist
4. Smerte 2: ACT som terapiform ved langvarige smertetilstander. Heidi Trydal, psykologspesialist

14.15 – 14.40 **Pause**

14.40 – 15.45 Parallellsesjoner

1. Smerte 3: ISTDP som terapiform ved langvarige smertetilstander. Heidi Trydal, psykologspesialist
2. Stressrelaterte tilstander hos barn og unge. Prinsipper for oppfølging basert på erfaringer fra BUP i somatikken. Trond Diseth, professor og overlege i barne- og ungdomspsykiatri
3. Kvernetanker under sykdom: Mentale strategier ved energitappende grubling og stressende bekymring. Torkil Berge, psykologspesialist
4. Helse og seksualitet. Randi Gjessing, onkologisk sykepleier, spesialist i sexologisk rådgiving

15.45 – 16.00 PAUSE

16.00 – 16.30 Avsluttende innlegg. Paul Joachim Bloch Thorsen, barne- og ungdomspsykiater

16.30 – 17.00 Oppsummering og avslutning