



PMU 2026

Program

Primærmedisinsk uke – 19. – 23. oktober

EMNEKURS

Praktisk gynekologi

Radisson Blu Scandinavia Hotel

19.-20.10.2026

Kurset dekker de vanligste gynekologiske tilstandene vi møter i allmennpraksis, fra ungdom (prevensjon, seksuelt overførbare sykdommer) til voksne kvinner (blødningsforstyrrelser og inkontinens). Vi tar også opp endometriose og hormonbehandling i overgangsalderen, med praktiske råd og oppdaterte anbefalinger for behandling.

Kurset er i hovedsak praktisk rettet, blant annet med øvelser i innsetting av p-stav og spiral. Det legges vekt på matnyttige og praktiske tips, tilpasset en travel fastlegehverdag, og gir en gjennomgang av oppdaterte retningslinjer for de ulike temaene.

I tillegg til et toppet lag med engasjerende forelesere, kommer også lege Ellen Støkken Dahl, forfatter av den internasjonale bestselgeren "Gleden med skjeden", for å knuse myter og snakke om klitoris, jomfruhinne og om de fysiologiske prosessene som skjer når kvinner blir kåte.

Kurset passer for allmennleger og leger på helsestasjon for ungdom. Tidligere år har kurset vært fulltregnet, med lange ventelister, så meld deg på i dag! Vi lover deg praktiske verktøy og oppdatert kunnskap du kan ta i bruk allerede fra mandag morgen etter PMU!

MÅLGRUPPE	Leger
LÆRINGSMÅL	ALM 019, ALM 026, ALM 028, ALM 029, ALM 034, ALM 037, ALM 038, ALM 041, ALM 045, ALM 050, ALM 056, ALM 057, ALM 060, ALM 061, ALM 062, ALM 063, ALM 064, ALM 071, ALM 072, ALM 073, ALM 074, ALM 078, ALM 080 FKM LM-04, FKM LM-21, FKM LM-34, FKM LM-41, FKM LM-60
KURSLEDER	Marius Johansen
KURSTIMER	16

19.10.2026 (Mandag)

08.30 – 10.00	Prevensjonsveiledning (2 x 45 min forelesning) <i>Marius Johansen</i>
10.00 – 10.20	PAUSE
10.20 – 11.50	Langtidsvirkende prevensjon (p-stav og spiral) og praktisk trening (2 x 45 min forelesning) <i>Marius Johansen</i>
11.50 – 12.50	LUNSJ
14.10 – 14.55	Parallellsesjon - gruppe 1: Underlivsplager (45 min forelesning) <i>Trine Aarvold</i>
	Parallellsesjon - gruppe 2: Praktisk spiraltrening (45 min gruppeundervisning) <i>Marius Johansen, Mariann Olsvik, Simon Ertzeid og Anette Søholt</i>
14.55 – 15.40	Parallellsesjon - gruppe 1: Praktisk spiraltrening (45 min gruppeundervisning) <i>Marius Johansen, Mariann Olsvik, Simon Ertzeid og Anette Søholt</i>
15.40 – 16.00	Parallellsesjon - gruppe 2: Underlivsplager (45 min forelesning) <i>Trine Aarvold</i>
15.40 – 16.00	PAUSE
16.00 – 17.30	Seksuelt overførbare infeksjoner (2 x 45 min forelesning) <i>Åse Haugstvedt</i>



Program

Primærmedisinsk uke – 19. – 23. oktober

PMU 2026

20.10.2026 (Tirsdag)

08.30 – 09.15	Inkontinens (45 min forelesning) <i>Mari Bjørkman</i>
09.15 – 10.00	Endometriose (45 min forelesning) <i>Marius Johansen</i>
10.00 – 10.20	PAUSE
10.20 – 11.05	Cytologi og HPV (45 min forelesning) <i>Marianne Natvik</i>
11.05 – 11.50	Blødningsforstyrrelser (45 min forelesning) <i>Marianne Natvik</i>
11.50 – 12.50	LUNSJ
13.00 – 14.30	Klimakterielle plager (2 x 45 min forelesning) <i>Marianne Natvik</i>
14.30 – 15.20	PAUSE
15.20 – 15.40	Let's talk about sex (20 min forelesning) <i>Jenny Toftner og Trine Aarvold</i>
15.40 – 16.25	Når sex gjør vondt: Vulvasmerter (45 min forelesning) <i>Jenny Toftner og Trine Aarvold</i>
16.25 – 16.50	Klitoris, skjedekrans, våt og kåt (25 min forelesning) <i>Ellen Støkken Dahl</i>

Kurskomite og forelesere:

Marius Johansen – Universitetet i Oslo, Institutt for helse og samfunn, Oslo

Anette Søholt – Sex og Samfunn, Oslo

Åse Haugstvedt – Nasjonal kompetansetjeneste for seksuelt overførbare infeksjoner (NKSOI), Oslo

Ellen Støkken Dahl – lege og forfatter, Oslo

Simon Erzeid – Sex og samfunn, Oslo

Jenny Toftner – Storo og Nydalen Mensendieck-fysioterapi AS, Oslo

Mari Bjørkman – Rosenhoff Legegruppe, Oslo

Mariann Olsvik – Sex og samfunn, Oslo

Marianne Natvik – Universitetet i Oslo, Oslo

Trine Aarvold – Sex og samfunn, Oslo