

## **KÖTELEZŐ SZAKMACSOPORTOS TOVÁBBKÉPZÉS EGÉSZSÉGÜGYI SZAKDOLGOZÓKNAK A stressz és kezelési lehetőségei**

**Nyilvántartási szám: KTK-2000986/2025/25/18951894**

**A továbbképzés formája:** 16 órás jelenléti képzés

**Célcsoportjai:** 63/2011. (XI. 29) NEFMI 4 § (1) és (2) a felsőfokú egészségügyi szakképesítések kivételével

1. Felőtt ápolás és gondozás szakmacsoport
2. Gyermek ápolás és gondozás szakmacsoport
3. Sürgősségi ellátás szakmacsoport
4. Laboratóriumi diagnosztika szakmacsoport
5. Képi diagnosztika szakmacsoport
6. Általános és elektrofiziológiai asszisztencia szakmacsoport
7. Fogászati ellátás szakmacsoport
8. Gyógyszertári ellátás szakmacsoport
9. Mozgásterápia és fizioterápia szakmacsoport
10. Műtéti ellátás szakmacsoport
11. Szülészeti ellátás szakmacsoport
12. Védőnői ellátás szakmacsoport
13. Közegészségügyi és népegészségügyi szakmacsoport
14. Egészségügyi menedzsment szakmacsoport
15. Rehabilitációs és életvezetést támogató szakmacsoport
16. Dietetikai szakmacsoport
17. Természetgyógyászat szakmacsoport

**A továbbképzés célja:**

A továbbképzés célja, hogy a résztvevők megismerjék a stresszelmélet, a stresszfajták, a stresszorok klasszifikációját, a stressz és pszichiátriai kórképek, valamint a magatartászavarok összefüggéseit, a stressz, a szorongásos zavarok és a depresszió kialakulásának okait a klinikai gyakorlatban. Elsajátítsák a stresszkezelési, valamint a relaxációs technikákat. Rendelkezzenek megfelelő egészségügyi jogi ismerettel, valamint elsajátítsák az eszköz nélküli újraélesztés (BLS) szabályait, és gyakorlati tapasztalatot szerezzenek annak kivitelezésében.

**A továbbképzésen az alábbi témakörökben kerül sor gyakorlati demonstrációval egybekötött előadásokra:** Stresszelmélet, stresszfajták, stresszorok klasszifikációja; Stressz és pszichiátriai kórképek, magatartászavarok összefüggései; A stressz, a szorongásos zavarok és a depresszió kialakulásának okai a klinikai gyakorlatban; Stresszkezelés, terápia; Relaxációs technikák a gyakorlatban; Reanimáció 1 óra elmélet, 2 óra gyakorlat (tartalmazza az aktuális nemzetközi ajánlásoknak megfelelő újraélesztést (BLS)). Egészségügyi jogi ismeretek.

**A kötelező továbbképzés pontértéke: 30 pont**  
(más szakmacsoporton belüli szakképesítéssel szabadon választható továbbképzésként 20 pont)

**Továbbképzés időpontja: 2025.03.05-06.**  
(1. nap 8:30–17:00 óráig, 2. nap 8:30-16:15 óráig)

**Jelentkezési határidő: 2025.03.03.**  
(A jelentkezéseket érkezési sorrendben 50 főig tudjuk fogadni!)

**Jelentkezés a továbbképzésre:**

- **SzafTex rendszeren keresztül (szafTex.aEEK.hu), vagy**
- **Jelentkezési lap honlapunkról letölthető: [www.enkk.hu](http://www.enkk.hu)**

**A jelentkezéseket [tovabbkepzesjelentkezés@okfo.gov.hu](mailto:tovabbkepzesjelentkezés@okfo.gov.hu) e-mail címen fogadjuk.**

**A továbbképzés költsége:**

1. **Térítésmentes:** A továbbképzési időszak alatt egy kötelező szakmacsoportos továbbképzés a továbbképzésre kötelezett számára térítésmentes a fent megnevezett szakképesítéssel rendelkezők részére.
2. **Térítésköteles:** Minden további kötelező továbbképzés esetén, vagy más szakmacsoporton belüli szakképesítéssel szabadon választható továbbképzésként a részvételi díj 10.000 Ft.

**A továbbképzés helyszíne: OKFŐ 1085 Budapest, Horánszky u. 24.**

**Információk: Kocsis Anikó,**

e-mail: [tovabbkepzesjelentkezés@okfo.gov.hu](mailto:tovabbkepzesjelentkezés@okfo.gov.hu), tel.: +36-1/919-0343/285