



**Norsk forening for
allmennmedisin**

DEN NORSKE LEGEFORENING

Medlemsinformasjon



NCGP
2022

New dates for the 22nd Nordic Congress of General Practice

According to the national and global pandemic situation the 22nd Nordic Congress of General Practice in Stavanger, Norway will be postponed to 2022. This decision has been taken by the Host Organizing Committee together with the Scientific Committee, the Norwegian College of General Practice (NFA) and the Nordic Federation for General Practice (NFGP).

The new dates for the 22nd Nordic Congress will be 22nd to 24th of June 2022.

Olav Thorsen
Chair Host Organizing Committee

Gunnar T Bondevik
Chair Scientific Committee

Johann A Sigurdsson
Chair, NFGP

Marte Kvittum Tangen
Chair Norwegian College of General Practice



European Conference of Family Doctors

/ DEGAM Annual Congress- blir digitalt fra 16-19. desember

Siden konferansen holdes digitalt vil alle foredragene bli tatt opp, slik at man kan følge flere parallelle foredrag en tidligere.

[Les mer og meld deg på her.](#)

Hormonbehandling i overgangsalderen?



III: NHI

Kurset 13. november avholdes på zoom og vil gi oppdatert kunnskap om overgangsalderen, om indikasjoner for og kontraindikasjoner mot bruk av hormonbehandling, spesielle pasientgrupper, alternativer til hormonbehandling.

Kurset arrangeres av Norsk forening for klinisk farmakologi og er godkjent med 8 valgfrie timer i allmennmedisin. [Meld deg på innen 11. november her.](#)

I november tilbyr Trinnvis **gratis etablering til alle legekantor** som starter opp med verktøyet. Etableringen koster vanligvis kr. 2.000,-.



Trinnvis holder også gratis 45-minutters oppstartskurs via web for nye brukere.

Mer informasjon om tilbudet og gratiskurset:

<https://trinnvis.no/gratis-etablering-i-november/>



Forskningsnytt fra Allmennmedisinsk forskningsfond

Allmennmedisinsk forskningsfond produserer artikler om forskningsutvikling i allmennmedisin.

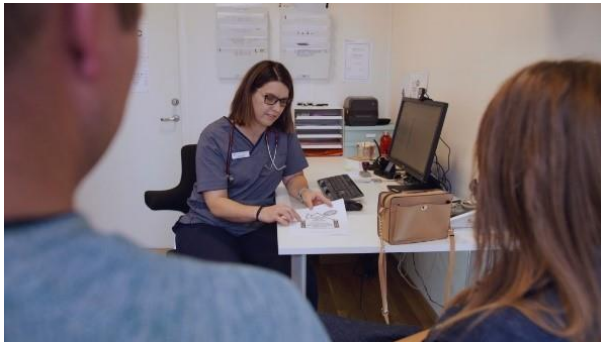


Svein Z. Bratland. Foto: Ole Marius Kvamme UiB

Flere klager på legevaktleger med få vakter

Svein Z. Bratland, allmenn- og samfunnsmedisiner og forsker ved NKLM i Bergen, har studert klager på legevaktsleger og funnet en økt hyppighet hos leger som tar sjeldne vakter. Han fant videre at sannsynligheten for å få en pasientklage er dobbelt så stor ikke-spesialister i allmennmedisin som for spesialister. Funnene taler for at legevakt bør organiseres slik at legene deltar jevnlig.

[Se intervju i Forskningsnytt.](#)



Én av tre ønsker å snakke med fastlegen om samlivsproblemer

Siri Dalsmo Berge fikk 75% svarrespons på spørreundersøkelse om samlivsproblemer ved 70 fastlegekontor, og fant at en av fire allerede hadde snakket med fastlegen om samlivsproblemer, en av tre ønsket å ta det opp med fastlegen og halvparten mente at fastleger burde interessere seg for parforholdet deres.

Siri Dalsmo Berge. Foto: Bjarte Haugen

– Når vi tar opp livsstilsintervensjon med pasientene våre, snakker vi om røyking, fysisk aktivitet og kosthold. Det er like naturlig å snakke om parforholdet, mener fastlege og forsker Siri Dalsmo Berge.

[Se intervju i Forskningsnytt.](#)



Allmennytt

Medlemsinfo sender ut et bidrag fra Alexander Wahl, redaktør for primærhelsetjeneste i Helsebiblioteket, med viktige fagnyheter for allmennpraksis.



Korona og smittevern på legekontoret

Dessverre er koronaviruset usynlig. Studier og filmer kan imidlertid hjelpe oss til å bli bedre i smittevern.

Som fastleger er vi utsatt for koronasmitte. Vi spriter hendene så godt vi kan, men mange av oss kan nok bli bedre, både når det kommer til håndhygiene og desinfeksjon.

Hvor finnes viruset?

En studie fra et legekontor i Nebraska (1) påviste koronavirus på 81,3 % av helsepersonells personlige eiendeler. Viruset ble funnet på spirometre, pulsoksimetre, pc/tastatur/mus, lesebriller og ikke minst mobiltelefoner.

Mange av oss er flinke til å desinfisere dørhåndtak, stolrygger og bordplater, men hvor ofte desinfiserer vi vindushåndtak og overflater på personaltoalettet? Også disse stedene viste seg å ha en høy andel positive prøver ved PCR-testing (over 80 %).

Positive prøver av gulvet

For dem som jobber på feberpoliklinikk, vil smittepresset være høyt. Selv om man tørker over flater med sprit, blir gulvet gjerne neglisjert mellom pasientkontaktene.

I en studie fra et apotek i Wuhan (2) var 100 % av testene som ble tatt av gulvet når kundene ikke var tilstede positive for koronavirus. Det betyr at skosåler og objekter som plukkes opp fra gulvet med stor sannsynlighet er kontaminerte.

Referanser:

<https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.03.23.20039446v2.full.pdf>

https://wwwnc.cdc.gov/eid/article/26/7/20-0885_article



Hva om bakteriene ikke var usynlige?

[Folkehelseinstituttet har laget en opplysningsfilm om den usynlige utfordringen.](#)

Filmen synliggjør hvordan bakterier og virus på hendene spres, og viser oss hvor viktig det er å utføre håndhygiene.

Hvor fant jeg nyheten?

Helsebiblioteket har laget en [emneinngang for koronavirus](#). Under temaet Statistikk og epidemiologi fant jeg lenken til Worldometers tjeneste. Worldometer omtaler smittestatistikk og viser til omtalte studier.

Råd om D-vitaminer og tran til spedbarn

– Barn som får morsmelkerstatning behøver ikke tilskudd av vitaminer, mineraler eller fettsyrer, og bør ikke få noen form for tilskudd. Årsaken er at morsmelkerstatning nå inneholder mer av både D-vitamin og omega-3-fettsyren DHA enn tidligere, i tråd med nytt regelverk. Hvis barnet får 6-7,5 dl morsmelkerstatning, vil det få nok av både D-vitamin og DHA.

– Barn som ammes behøver tilskudd av D-vitamin og bør få D-vitamindråper fra de er ca. 1 uke gamle. Barn som delammes bør også få tilskudd av D-vitamin i form av D-vitamindråper, men mengden kan reduseres avhengig av hvor mye morsmelkerstatning barnet får.

[Lenke til Hdirs hjemmeside.](#)



Foreldreveiledning ved depresjon

Diakonhjemmet Sykehus har publisert en guide i «Foreldreveiledning ved depresjon»

[Veilederen finner du her.](#)

Forfatterne Torkil Berge og Ellen Østberg skriver følgende om bakgrunnen for veilederen: “Barn har behov for å bli informert, hørt og ivaretatt når psykisk lidelse eller somatisk sykdom rammer en i familien. Det å snakke med foreldre om barnas situasjon er viktig når mor eller far er deprimert.

Veilederen beskriver hvordan man kan snakke med foreldre som er deprimert om barnas situasjon. Intervensjonene integreres i ens vanlig behandling eller rådgivning. Samtalene er med den deprimerte alene eller med begge foreldre, og eventuelt med barna. Veilederen er skrevet til alle de som møter foreldre som er deprimert, enten de jobber i spesialisthelsetjenestene, allmennlegepraksis, barnevern, familievern, helsestasjon eller skolehelsetjeneste.



DEN NORSKE LEGEFORENING

Norsk forening for allmennmedisin
Telefon: 23 10 90 00
Leder: Marte Kvittum Tangen
Epost: nfa@nfa.legeforeningen.no

[Unsubscribe](#)