

For Fastleger

NYHETSBRV FRA SYKEHUSET ØSTFOLD

Bruk av kokain kan påvises lengre tid enn tidligere antatt

Betydelig økning i kokain-bruk

Kokain-bruken har økt betydelig de siste årene. Kripos rapporterer økning i antall beslag og disse har høyere renhetsgrad enn tidligere. I hele landet har man sett økning i urinprøver som avdekker bruk av kokain, blant annet fra barnevern, rusomsorg og sosial- og yrkeslivssaker.

Kokain kan akkumulere i kroppen ved store inntak

Kokain er et potent rusmiddel som er svært avhengighetsskapende og kan gi alvorlige bivirkninger som hjerteinfarkt og arytmier. Ruseffektene oppnås raskt og kan vare fra minutter til en time. Den korte virketiden gjør at gjentatte inntak er vanlig. Med økt bruk, har laboratoriene blitt oppmerksomme på at inntak av store mengder kokain kan påvises lenger enn 4-5 dager i urin, slik man tidligere har antatt. Dette skyldes at kokain akkumulerer i kroppens vev og sentralnervesystemet etter gjentatte inntak. Ved avsluttet bruk vil kokain gradvis frigjøres til blodbanen og det inaktive omdannelsesproduktet benzoylekgonin kan påvises i urin inntil 2-3 uker.

Anbefaling om nasjonal lav rapporteringsgrense

Kokainbruk kan få alvorlige konsekvenser for prøvegiver og i enkelte saker har det blitt stilt spørsmålsteget ved om analyseresultatet er riktig. Laboratoriene har derfor sendt prøver til hverandre for å kontrollere resultatene. Sammenlikning av prøver ved ulike laboratorier har medført en diskusjon knyttet til valg av rapporteringsgrense. Laboratorier med lave grenser kan avdekke inntak av mindre mengder kokain og vil påvise kokain i lengre tid enn laboratorier med høyere grenser. Senter for laboratoriemedisin, Sykehuset Østfold har ledet et nasjonalt arbeid hvor det nå har kommet nasjonale anbefalinger om

felles rapporteringsgrense ved analyse av kokain i urin. For de fleste laboratoriene, inkludert SØK, vil dette medføre at dagens rapporteringsgrense for påvisning av kokain blir lavere.

Dersom du er i tvil om hvordan er prøve skal fortolkes så ta kontakt med klinisk farmakolog. Vakttelefon 960 90 861 eller via sykehusets sentralbord. Telefonen er vanligvis bemannet mandag, onsdag og fredag mellom kl. 8-15.30. Artikkelen finner du også her: [Farmakologens hjørne - Kompetansebroen](#)

Henvisninger til PICCline

Vi får av og til henvisninger til PICCline fra primærhelsetjenesten: sykehjem/helsehus/fastleger osv. Vi har kort ventetid og henvisningen vurderes som regel av anestesilege samme dag som den mottas. Dersom det blir besluttet å legge PICCline så er det anestesisykepleier i PICCline-gruppa som tar kontakt med henviser og avtaler tid/sted. **Merk:** Vi ber om at henvisningen inneholder **telefonnummer** som vi effektivt kan ringe for å gjøre avtale om oppmøte for PICCline-innleggelse.

Ventetid ØNH-poliklinikk

Øre-, nese-, halspoliklinikken har utfordringer med lang ventetid og ber om at fastlegene vurderer å henvise til avtalespesialist der det er mulig.



Er pasientens mobilnummer riktig? Viktig for påminnelse av avtaler.

Sykehuset Østfold innfører nå en ny rutine for å minne pasienter om timeavtaler. Sykehuset sender allerede ut en påminnelse på SMS tre dager før pasienter har time. Fra 16. januar vil vi også sende ut en påminnelse på SMS dagen før timeavtalen. Målet er at mange flere skal møte opp til avtalen sin.

For at sykehuset skal kunne minne om timeavtalen, er det viktig at riktig telefonnummer er registrert. Dessverre er mange av mobilnumrene som er oppgitt i henvisningene vi mottar, ikke i bruk lenger. Da får ikke pasienten påminnelsen, og vi får heller ikke tak i pasienten hvis vi får en avbestilling og kan tilby time tidligere enn planlagt.

Trenger pasienten tolk?

Når pasienter med behov folk tolk henvises sykehuset, må tolkebehovet beskrives i henvisningen inkl. hvilket språk pasienten snakker. I dag må mange timer kanselleres og pasientene sendes hjem med uforrettet sak fordi det ikke er tolk til stede ved konsultasjonen. Sykehuset har avtale med tolkeselskapet **Tolkenett** og kan ha riktig tolk på plass til pasienten hvis vi kjenner tolkebehov og språk. Navn og telefon til nære pårørende er også viktige opplysninger i henvisningen.

Hospitere på Sykehuset Østfold!

Hospiteringen gir valgfrie poeng til spesialisering og resertifisering av spesialitet innen allmenntilleggsmedisin. Hospitering gir i tillegg faglig påfyll, du blir kjent med kollegaer på sykehuset og blir tryggere på samhandlingen med sykehuset.

Med andre ord: En særdeles nyttig og hyggelig måte å samle poeng på.

Kontakt avdelingen der du ønsker å hospitere direkte eller kontakt samhandlingsavdelingen samhandling@so-hf.no eller telefon: 901 43 922

Les mer om hospiteringsordningen på vår hjemmeside www.sykehuset-ostfold.no / [samhandling](#) / [fastleger](#) og [avtalespesialister](#)

SUFF - innspill til saker du vil ha behandlet

Samhandlingsutvalg for fastleger er en del av Helsefelleskapet Østfold og gir råd i samhandlings saker / endringsforslag som påvirker fastlegene i Østfolds arbeid. SUFF foretar en systematisk gjennomgang og vurdering av aktuelle saker for å belyse konsekvenser for involverte parter (pasient, fastleger, kommuner og sykehus). På denne bakgrunn gir SUFF begrunnede råd til forslagsstiller om hvorvidt endringsønsket er / ikke er gjennomførbart og ev. hvordan endringer må tilpasses fastlegenes arbeid for å sikre best mulig resultat.

SUFF består av:

- Fastlegene Hanne Tolsen, Elin Ileby Nakstad, Jens Lind-Larsen, Oskar Mathisen og Per Øyvind Grønningsæter
- Kommuneoverlegene Jens Espeland og John Ødegård
- Samhandlingssjef kommune
- Kliniksjeff medisinsk avdeling SØ Volker Solyga og samhandlingssjef Lise W. Storhaug, SØ.

Gi innspill til saker du ønsker behandlet i SUFF på e-post samhandling@so-hf.no

Referat fra møtene finner du under legesidene i [Kompetansebroen Østfold](#) og på sykehusets hjemmeside <https://www.sykehuset-ostfold.no/helsefaglig/samhandling/helsefelleskapet/>
#Samhandlingsutv

Endringer på legekantoret?

Er din virksomhet oppdatert i Norsk Helsenetts Adresseregister?

Sykehuset Østfold importerer rekvi-rentinformasjon automatisk fra Norsk Helsenetts adresseregister, og er avhengig av at alle kommunikasjonsparter- / virksomheter til enhver tid har oppdatert egen informasjon på Helsenett.

Når personer slutter eller begynner så skal virksomheten oppdateres på Norsk Helsenett. På den måten vil Sykehuset også få oppdatert tilgang til korrekt rekvi-rentinformasjon pr. legekantor.

Dette gjelder også for tjenesterekviren-ter (kommuner, helseforetak og private institusjoner som er publisert med tjene-ster).

Oppslagstavla

Konferere eller melde kirurgisk pasient til mottak?

Kirurgisk avdeling ber om at det tydeliggjøres for sykehuset om henvendelsen handler om

- Akutt vurdering av pasient i mottak (vurdering innleggelse)
- Konferering om utredning der man tenker at situasjonen ikke krever umiddelbart oppmøte.

Det er sentralbordet som setter over henvendelser til rett instans (se [For fastleger nr. 6/2024](#))

Smittopoliklinikken

Startet opp 6. november 2024. Målgruppen er i første omgang helsearbeidere som har fått MRSA og som skal gjennomgå sanering. Henvising adresseres til Infeksjonsmedisin, Sykehuset Østfold, og merkes med «Til Smittopoliklinikken»

(se [For Fastleger nr. 8/2024](#)).

Angående henvisning til håndkirurgi

Ved henvisning til de aller fleste håndkirurgiske problemstillinger, og spesielt artroser, er det ikke behov av MR av hånd eller håndledd. Kun vanlige røntgenbilder

(se [For fastleger nr. 3/2024](#)).

Nyheter fra Samhandlingslegene finner du på [Arkiv for Aktuelt fra legesiden - Kompetansebroen](#)



Qutenza-behandling

Fastlegetjenesten kan selv ta kontakt med leverandør (Grünenthal) for opplæring av helsesekretærer/leger i Qutenza behandling.

Kontaktperson:

Jeanette Virik, Key Account Manager
Terapiområde: Smerte.
Mobil: 982 18 268.
Mail: jeanette.virik@grunenthal.com

(se [For fastleger nr. 6/2024](#))

«Test deg-poliklinikk»

Startet 2. oktober 2024. Tilbud om drop-in-timer for lavterskel SOI-testing. Tilbudet er gratis

(se [For fastleger nr. 6/2024](#)).

Somatisk avklaring i forbindelse med henvisning til psykisk helsevern

Dersom det er behov av somatisk avklaring i forbindelse med henvisning til psykisk helsevern så skal det sendes som egen henvisning til aktuelt fagområde

(se [For Fastleger nr. 5/2024](#)).

Telefonnummer til Samhandlingsavdelingen: 901 43 922

Smertopoliklinikken: Kapasitet

Fremdeles økt ventetid på smertopoliklinikken

(se [For Fastleger nr. 6/2024](#)).

Pasient- og fastlegeinformasjon på Kompetansebroen

Revmatologisk avdeling i Moss har utarbeidet og publisert pasient- og fastlegeinformasjon, som nå er tilgjengelig i Kompetansebroen. Hensikten med fastlegeinformasjonen er å gjøre det lettere for fastleger å raskt finne nyttig og oppdatert informasjon. Følg denne linken [Informasjon fra revmatologisk avdeling - Kompetansebroen](#) eller benytt QR-koden for å navigere frem.



Forskning på ketamin mot terapieresistent depresjon

Forskergruppen Psykforsk ved DPS nordre Østfold fikk i desember av forskingsfondet til de regionale helseforetak (KlinBeForsk) tildelt 24,9 millioner kroner for gjennomføring av en nasjonal studie med ketamin mot terapieresistent depresjon.

Tildelingen representerer en viktig anerkjennelse av vår innsats over flere år, og er en milepæl på vei til å få ketamin akseptert som medikament i fremtidens depresjonsbehandling. Med dette prosjektet ønsker vi også å bidra til mer presis behandling for pasienter med depresjon. Gjennom studien vil vi undersøke hvor lenge ketamin-behandling bør pågå og å undersøke om vi kan forutsi respons ved hjelp av presisjonsmedisin.

Til sammen deltar 10 helseforetak i studien og disse vil få opplæring i behandlingsmetoden i Østfold. Fastlegene i Østfold har allerede over lengre tid fått muligheten til å henvise pasienter til utprøvende behandling med ketamin mot depresjon. Om kort tid vil tilbudet utvides i forbindelse med studien, og vi ber fastlegene å informere egnede pasienter om muligheten til å delta i forskningen. Henvisninger til studien vil kunne tas imot i forbindelse med at vi legger ut nærmere informasjon på Sykehusets nettsider i løpet av våren.

Informasjon fra Senter for laboratoriemedisin

Krav til fremvisning av gyldig identifikasjon

I forbindelse med prøvetaking for kontroll av alkohol (inkludert PEth) og rusmidler er det krav om at prøvegivere, som ikke er kjent for prøvetaker, identifiserer seg før prøvetakingen. Gyldig identifikasjon er førerkort, pass eller nasjonalt ID-kort.

Dette er omtalt i kapittel 5 i Helsedirektoratets veileder IS-2231 som beskriver «Prosedyrer for rusmiddeltesting»

Ny referansegrense for PSA

Sykehuset Østfold HF endrer referanse-grenser og nedre rapporteringsgrense for analysen PSA fra 01.02.25

NOKLUS (Norsk kvalitetsforbedring av laboratorieundersøkelser) har anbefalt nasjonal samordning av rapporteringspraksis for analysen PSA. SØ endrer derfor grenser i tråd med denne anbefalingen.

Alder (År)	PSA (µg/L)*
< 39	< 1,5
55-59	< 3,5
60-64	< 4,5
65-69	< 6,5
70-74	< 10
75-79	< 12
>80	< 15
40-44	< 2,0
45-49	< 2,0
50-54	< 2,5

* Fast kommentar: Egne grenser gjelder etter prostatakreftebehandling. Nedre rapporteringsgrenser: 0,1 µg/L. Vi gjør oppmerksom på at egne grenser gjelder etter prostatakreftebehandling.

Ny referansegrense for TSH

SØ har brukt samme referanseområde for TSH som OUS (hormonlab, Aker). OUS har nå endret både aldersgruppering og grenser for TSH, og vi har derfor gjennomgått egne produksjonsdata for en ny vurdering. Det viser at TSH for aldersgruppen ≥75 år ligger høyere, mens aldersgruppen 19-74 år samsvarer med eksisterende referansegrenser.

Nye referansegrensene innføres ved Senter for laboratoriemedisin fra 1. februar 2025.

Alder	mIU/l
0-1 mnd	0,7-18,1
1-12 mnd	1,1-8,2
1-10 år	0,8-6,3
11-18 år	0,5-4,6
19-74 år	0,35-3,6
> 75 år	0,4-4,1

* Aldersgruppe ≥ 75 år er hentet fra egne produksjonsdata med utgangspunkt i endringen fra Hormonlab, Aker sykehus. Referansegrensene er uendret for alle <75 år.

Kompetansebroen Østfold – legesiden

Helsefellesskapet, samhandlingsarenaen mellom Sykehuset Østfold og kommunene i opptaksområdet, har besluttet å bruke Kompetansebroen som felles informasjonsplattform. Kompetansebroen er en digital plattform for samhandling og kompetansedeling mellom sykehus, fastleger, kommuner og utdanningsinstitusjoner. Nettsiden gir tilgang til digitale læringsressurser, temabaserte fagområder, arrangementskalender og nyheter. Legesiden på Kompetansebroen inneholder en del av det som tidligere var tilgjengelig via Fastlegeportalen. I disse dager lanseres en ny legeside, som vi selv skal fylle med innhold.

Klikk deg inn her: <https://www.kompetansebroen.no/leger-ostfold?o=ostfold>

Du kan også melde deg på nyhetsbrev: [Nyhetsbrev - Kompetansebroen](#).

Innspill til hva du ønsker av lett tilgjengelig informasjon, maler, veiledninger, rutiner, nyheter og annet kan sendes til samhandling@so-hf.no.

Forbedring av samhandling fastleger – sykehus

Sykehus og fastleger må hjelpe hverandre til å etterleve «[Anbefalinger om samarbeid mellom fastleger og sykehus](#)» som ble vedtatt i Samhandlingsutvalget 22.11.2018.

Det betyr at man må si ifra hvis noe ikke fungerer og gjerne gi tilbakemelding når noe fungerer skikkelig bra! Det lærer man minst like mye av.

Her finner du et enkelt skjema for raskt å gi tilbakemeldinger

For dem som leser dette på papir: Sykehusets hjemmeside – Fag- og forskning – samhandling - Avviksmelding knyttet til samhandling.

Driver du med forskning?

En del fastleger har forskningsprosjekter i allmennmedisin, men disse er lite kjent for andre.

Vi vil gjerne fortelle om alt som skjer av forskningsaktivitet i vårt område. Det kan være kort informasjon om prosjekter som er avsluttet, skal påbegynnes eller er i gang.

Send en notis til samhandlingsavdelingen på SØ: Samhandling@so-hf.no

Samhandlingslegeordningen

SLO - Samhandlingsleger

Samhandlingslegene skal sikre og styrke samarbeidet mellom sykehusets avdelinger og allmennpraktiserende leger til beste for pasientene.

Kontakt dem for å spille inn temaer for dette forbedringsarbeidet
(e-post: samhandlingslege@so-hf.no).

Fire fastleger jobber en dag i uken som samhandlingsleger og arbeidsområdet er hele SØ inkl. somatikk, psykisk helsevern og laboratoriefagene.



Bjørn-Tore Martinussen

Samhandlingslege – leder for SLO. Fastlege i Fredrikstad.

Telefon: 69 30 09 99

Mobil: 997 26 614

E-post: btmartinussen@gmail.com



Dag Eivind Syverstad

Samhandlingslege

Fastlege i Sarpsborg.

Telefon: 69 16 86 84

Mobil: 905 27 822

E-post: desyvers@gmail.com



Petter Samuelsen

Samhandlingslege

Fastlege i Fredrikstad.

Telefon: 69 30 47 00

Mobil: 922 12 956

E-post:

petter.samuelsen@gmail.com



Jens Lind-Larsen

Samhandlingslege

Fastlege i Moss

Telefon: 69 20 99 80

Mobil: 997 17 191

E-post:

jens.lindlarsen@gmail.com

«For fastleger» utgis av Samhandlingsavdelingen ved Sykehuset Østfold i samarbeid med samhandlingslegene (PKO).

Innspill, tilbakemeldinger eller tips: Kontakt oss på telefon 901 43 922, eller send mail til samhandlingsavdelingen:
samhandling@so-hf.no.

Alle nyhetsbrevene *For Fastleger* ligger også på vår hjemmeside www.sykehuset-ostfold.no / samhandling / fastleger og avtalespesialister og i Kompetansebroen Østfold

Kurs / møter som kommer

Velkommen til vårmøte for leger 27. og 28. mars 2025!

Nytt av året er at vårmøte arrangeres torsdag 27. mars på ettermiddag/kveld og fredag 28. mars på dagtid.

Dag 1 gjennomføres på Sykehuset Østfold Kalnes og dag 2 gjennomføres på Quality Hotell Sarpsborg. Vårmøte for sekretærer går parallelt på fredagen.

Målgruppen for vårmøte er alle fastleger, kommuneleger, avtalespesialister og sykehusleger!

Programmer er snart klart, og blir ettersendt. Påmelding via denne lenken;

<https://forms.office.com/e/XuEVHd6kfH>

Mer informasjon om arrangementet her;
[Vårmøte for leger 2025 - Kompetansebroen](#).

Ved spørsmål ta kontakt med
martine.hemstad.lyslid@so-hf.no

Kursnavn: SIBS-kurs for søsken i alderen 8 – 16 år

For mer informasjon her
[SIBS-kurs for søsken i alderen 8-16 år - Sykehuset Østfold HF \(sykehuset-ostfold.no\)](#)

Seminar for pårørende til personer med psykoselidelser.

Seminarer går over to kvelder:
31. mars og 7. april kl. 18.00-20.45.

Familiemedlemmer er de viktigste omsorgspersonene når en person blir psykisk syk. Det er ikke alltid lett å forstå psykose. Derfor anbefales det å involvere pårørende i behandlingen, og at pårørende får kunnskap om psykose og behandling.

PS! Pasienter og helse-personell kan ikke delta på dette seminarer.

Påmelding gjøres via QR-koden:

