

For Fastleger

NYHETSBRØV FRA SYKEHUSET ØSTFOLD

Nasjonalt senter for søvnmedisin har utarbeidet ny

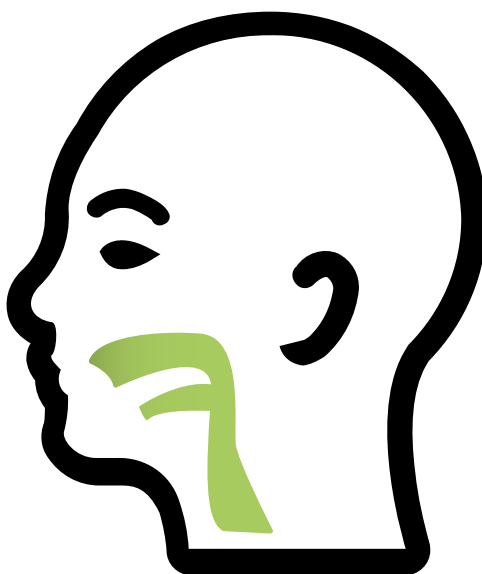
Nasjonal anbefaling for praktisk utredning og behandling av obstruktiv søvnapné hos voksne

I relasjon til dette endrer Søvnheten ØNH praksis som er mer i tråd med disse anbefalingene. Endring iverksettes 01.10.24.

Kort om dagens praksis:

Søvnheten ØNH utreder og behandler respirasjonsutløste søvnforstyrrelser, primært hos pasienter uten komorbiditet.

Pasienter henvist for søvnutredning har som standard vært til konsultasjon hos lege, som basert på søvnregistrering og anamnese konkluderer med videre behandlingsforløp.



Ny praksis:

Endring i dette forløpet gjør at lege kun unntaksvis er involvert i diagnostikken av søvnapné, da jamfør disse kriterier;

1. Indikasjon for behandling, men non-compliant til C-PAP eller kontrær til C-PAP – vurdering skinn, skinn skal alltid godkjennes av ØNH lege.
2. Ved høyt symptomtrykk og non-compliant til C-PAP.
3. Hvis det under samtale/kartlegging fremkommer spørsmål hvorvidt krav til førerkort er oppfylt.
4. Hvis det i behandlingsforløp fremkommer mistanke om sentralapné.

For henviser

Det vil ikke lenger utføres blodprøvetagning som ledd i utredningen ved Søvnheten ØNH. Dette har fungert som en screening for å avdekke eventuelt andre tilstander som forklaring på pasientens plager.

Ved henvisning til søvnheten utgår vi fra at differensial diagnoser som f.eks. stoffskifte-problematikk, vitamin mangel, anemi og diabetes er undersøkt i primærhelsetjenesten.

Vi ønsker fokus på pasientens symptombyrde og byrden det utgjør i pasientens dagligliv. Dette legger grunnlag for prioritering.

Henvisning vurderes av spesialist som

differensierer pasienten til enten ØNH eller lunge avdelingen. Det er derfor svært viktig at pasientens evt komorbiditet tydelig kommer frem av henvisningen slik at riktig utredningsløp blir iverksatt.

Vi ser for oss et raskere og mer strømlinjeformet pasientforløp som er mer effektivt for pasienten.

Pasienten innkalles til søvnregistrering og samtale hos sykepleier. Det benyttes anerkjente standarder som Epworth Sleepiness Scale-ESS samt kompletterende spørsmål som berører søvn og mulig respirasjonsutløst påvirkning på denne.

Det legges opp til mer symptomrettet behandling og mindre direkte fokus på AH indeks, hvilket sannsynliggjør at færre vil være kandidater for behandling. Dette gir større kapasitet for innsats mot pasienter med størst symptombyrde.

Samtalen med sykepleier vil generere en utfyllende epikrise til henviser/fastlege, inneholdende de samlede data, konklusjon og eventuelt videre behandlingsforløp. Pasientene vil få brev med informasjon om funn og forventet forløp videre.

Pasient som skal motta behandling innkalles i hastegrad jamfør den samlede vurderingen.

Ny øyelege i Moss

Thien Tran er ny avtalespesialist innen øyesykdommer i Moss, og overtok etter Vibeke Wankel fra 1.september. Avtalehjemmelen er nå økt fra 60 % til 100 %, og har foreløpig god kapasitet. Nye lokaler blir i Varnaveien 35 på Høyda i Moss.

Info om praksisen:

Moss øyeklinikk v/øyelege Thien Tran

Adresse: Varnaveien 35 (zetg. over Skotland på Høyda), 1526 Moss

Tlf: 69 25 98 00

SMS melding: 489 20 008 (bestilling/ endring av time - resept fornyelse - andre beskjeder)

Informasjon om kapasitet smertepoliklinikken

Det har over lang tid vært utfordrende å rekruttere anestesilog til smertepoliklinikken i SØ. Med unntak av en kort periode i vår har det kun vært en smertelege ved poliklinikken. Nåværende seksjonsoverlege på smertepoliklinikken, Justyna Pryjma slutter på smertepoliklinikken denne høst. Det jobbes med å få en løsning og ny anestesilog fases inn fra og med september. I den forbindelse må det dessverre regnes med økt ventetid på smertepoliklinikken.

Endringer på legekontoret?

Er din virksomhet oppdatert i Norsk Helsenetts Adresseregister?

Sykehuset Østfold importerer rekvisitinformasjon 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 rekvisitinformasjon pr. legekontor.

Dette gjelder også for tjenesterekvirenter (kommuner, helseforetak og private institusjoner som er publisert med tjenester).

Kompetansebroen Østfold – legesiden

Helsefelleskapet, 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: [Legesiden Østfold - Kompetansebroen](#)

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 allmenmedisin, 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

Oppstart av sekundærprofylakse mot osteoporose i primærhelsetjenesten etter brudd, pasienter > 70 år

Ved hoftebrudd og vertebrale kompresjonsbrudd oppstått ved lavenergitraume (fall fra egen høyde) er det i prinsipp alltid indikasjon for sekundær osteoporoseprofylakse.

Vurdering av oppstart:

- Ved vertebralt kompresjonsbrudd hos pasienter > 70 år kan fastlege starte osteoporoseprofylakse uten DXA-måling:
 - Førstevalg er Alendronat 70 mg/uke
 - Hvis pasienten har svelgvansker eller reflux, kan henvisning sendes til revmatologisk dagavdeling for i.v. zoledronsyre
 - Ved redusert nyrefunksjon, men eGFR >20 ml/min, vil Prolia være naturlig valg, livslang behandling. Refusjon gis > 75 år.
- Ved andre brudd enn hoftebrudd og vertebrale kompresjonsbrudd skal det tas en [FRAX-skår](#), og start behandling som ved vertebralt kompresjonsbrudd ved FRAX > 20 %.

- Alle skal ha kalk og D-vitamin
- Pasientene bør få informasjon om osteoporose og egenbehandling
 - [Beinskjørhet - Helsenorge](#)
 - [Fallforebygging](#)
 - [Livsstilsråd](#)
- Hvis pasienten har dårlig dentalstatus, bør en tannundersøkelse med egnet preventiv tannlegebehandling vurderes før behandling. Fritt kalsium må være normal ved oppstart Alendronat eller Prolia. Viser til Felleskatalogtekst.
- Ved mistanke om sekundær osteoporose kan utredning med følgende blodprøver vurderes: SR, CRP, Hb, Na, K, Fritt Ca, albumin, kreatinin, eGFR, ALAT, fritt T4, TSH, 25OH-vitamin D, PTH, ALP, og testosteron hos menn. På indikasjon f.eks: s-elektroforese, cøliakiscreening, østrogeen, FSH.

Henvisning

- Forespør/henvis til osteoporosepoliklinikken ved flere kompresjonsbrudd, multiple brudd, alder < 70 år, nye brudd under forebyggende behandling, eller spørsmål/diskusjon om en aktuell pasient.
- Henvis til osteoporosepoliklinikken hvis lavenergitraume og FRAX 15-20%
- [FRAX](#) (kan justeres under Calculation Tool ved annen etnisitet)

Oppfølging

- Ved behandling med Alendronat kan PiNP kontrolleres årlig (heter prokollagen i DIPS Interaktor). Hvis verdi > 35 sjekk compliance, og vurder annen behandling. PiNP er økt ved redusert nyrefunksjon og blir økt opp til 1 år etter brudd.
- Etter 5 år tas behandlingspause fra Alendronat. Henvis pasienten da til DXA ved osteoporosepoliklinikken, revmatologisk avdeling.
- Prolia er livslang behandling. Hvis man må stoppe, kontakt osteoporosepoliklinikken.

Det finnes to gode behandlingsveiledere på legeföreningens nettsider:

Ortopedi: <https://www.legeföreningen.no/foreningsledd/fagmed/norsk-ortopedisk-forening/faggrupper/faggruppe-for-osteoporose-og-benhelse/behandlingsveileder-ved-lavenergitraume/>

Revmatologi: <https://metodebok.no/index.php?action=topic&item=AtEEtj7q>

Innføringen av Felles henvisningsmottak (FHM) i psykisk helsevern for voksne

Sykehuset Østfold opplever at det er et godt samarbeid med fastlegene og avtalespesialistene i psykiatri/psykologi i forbindelse med innføringen av FHM. Vi har ett års erfaring når vi kommer til 1. september. Vi ser fremdeles at det er lav kapasitet når det gjelder inntak av nye pasienter til avtalespesialistene i vårt opptaksområde. Henvisningene rettighetsvurderes på samme måte som andre henvisninger til spesialisthelsetjenesten. Deretter fordeles pasientene til aktuell avtalespesialist.

Henvisninger til avtalespesialist i nevropsykologi på pasienter med diagnoser som behandles i psykisk helsevern går til Felles Henvisningsmottak (FHM) i DPS. I praksis betyr dette eksempelvis henvisninger for ADHD, autisme samt kognitive vansker ved affektive lidelser, psykose og rus. **I samarbeid med avtalespesialistene i nevropsykologi, har de ønsket at denne type henvisninger i første omgang skal starte forløpet i DPS.** Vi har fått forståelse av at dere fastleger ønsker mer informasjon om hvordan henvisninger til avtalespesialist i nevropsykologi er avtalt. Henvisninger til avtalespesialist i nevropsykologi, særlige hensyn.

1) Henvisninger som dreier seg om pasienter og problemstillinger som faller utenfor psykisk helseverns primære målgrupper (alle spørsmål om kognitiv svikt på basis av hjernedysfunksjon/hjerneskade/hjernesykdom) skal fortsatt kunne sendes direkte fra fastlege til nevropsykolog. I de tilfeller hvor denne typen henvisning kommer til Felles Henvisningsmottak, kan den videresendes til nevropsykolog uten saksbehandling eller rettighetsvurdering. Dersom henvisningen er stilet direkte til en av nevropsykologene,

sendes henvisningen direkte til denne. Dersom henvisningen ikke inneholder ønske om spesiell nevropsykolog, er det rimelig å sende henvisningen til den nevropsykologen som sogner til det aktuelle DPS/henvisningsmottak.

2) Henvisninger med spørsmål om psykisk helsevikt inklusive ADHD og autismespekterforstyrrelse skal ikke videresendes til nevropsykolog, disse skal først vurderes ved DPS. Dersom den grunnleggende utredningen ved DPS tilsier at det er behov for å innhente nevropsykologisk undersøkelse som del av utredningen eller som et ledd i behandlingsplanleggingen, sender DPS en intern henvisning til samarbeidende nevropsykolog. Nevropsykolog sender rapport til DPS etter fullført undersøkelse. Andre henvisninger til avtalespesialist i nevropsykologi kan sendes direkte til avtalespesialist i nevropsykologi.

3) DPS kan be om nevropsykologisk undersøkelse hos nevropsykolog i alle de pasientsakene det er relevant for behandlingen ved DPS.

4) I de tilfellene hvor nevropsykologen avdekker tilstander og problemstillinger som trenger utredning/behandling ved DPS, sender nevropsykologen henvisning til felles henvisningsmottak med kopi til fastlege.

FHM organiseres i tett samarbeid med avtalespesialistene. Avtalespesialist delta regelmessig ukentlig i inntaksmøte ved DPS sammen med spesialist i psykiatri eller psykologi ved DPS i Sykehuset Østfold.

SUFF - innspill til saker du vil ha behandlet

Samhandlingsutvalg for fastleger er en del av Helsefelleskapet Østfold og gir råd i samhandlingssaker /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 Tolfsen, Jens Lind-Larsen, Oskar Mathisen, Elin Ileby Nakstad, og Per Øyvind Grønningsæter

- Kommuneoverlegene Jens Espeland og John Ødegård
- Samhandlingssjef kommune
- Klinikkjef 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/>

#Samhandlingsutvalg for fastleger (SUFF)

«Test deg-poliklinikk» åpner onsdag 2. oktober

Infeksjonsmedisinsk poliklinikk, Kalnes sykehus, vil prøve ut tilbud om drop-in timer for lavterskel SOI (seksuelt overførbare infeksjoner)-testing.

Helsestasjon for ungdom har tilbud til ungdom og unge voksne (primært tilbud til de fra 12-20 år) om drop-in testing for SOI.

Øvrig befolkning må bruke fastlege, alternativt reise til Oslo (Olafiaklinikken).

Vi ønsker å tilby en lavterskel drop-in tilbud for befolkningen i Østfold som ikke kan/ønsker å bruke helsestasjon eller fastlege, med kveldsåpen poliklinikk for testing av Klamydia, Gonore, Syfilis, HIV, Hepatitt B + C. Dette er primært basert på bekymringsfull utvikling av antall Gonoretifeller de siste årene, og utfordringer rundt diagnostikk og behandling i primærhelsetjenesten.

Mange allmennleger behandler ikke Gonore selv, i og med at behandlingen er intramuskulær injeksjon av Ceftriaxone. (Mindre erfaring med bruk av dette hos allmennpraktikerne samt at apoteket selger Ceftriaxone i 10 pakninger.) Pasienten blir da ofte henvist til oss- alternativt får behandling i Oslo, noe som kan medføre forsinkelse i behandlingen.

Vi vil holde åpent onsdager fra kl. 16:00 – 19:00 med oppstart onsdag 2.10.2024. Det krever ikke timebestilling. Det vil være sykepleier og infeksjonsmedisinere til stede.

De som vil teste seg skal gå inn hovedinngangen på sykehuset og deretter følge anvisning på skilt/plakat merket «Test-deg» som plasseres ut i vestibyen.

Diagnostikk, behandling og oppfølging av SOI er gratis.

Poliklinikktilbudet evalueres ved utgangen av 2024.

Qutenza-behandling

Fastlegetjenesten kan selv ta kontakt med leverandør (Grunenthal) for opplæring av helsesekretærer/leger i Qutenza-behandling ved fastlege-kontorene. Flere kontorer kan også gå sammen om opplæring.

Kontaktperson: Jeanette Virik, Key Account Manager Terapiområde: Smerte. Mobil: 98 218 268. Mail: jeanette.virik@grunenthal.com



Praksiskonsulentordningen (PKO)

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.

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 PKO. 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

Kurs i Helsepedagogikk

Kurset i helsepedagogikk bidrar til å styrke kursdeltakerens kompetanse innen pasient- og pårørendeopplæring (PPO), ved at deltakeren tilegner seg ulike verktøy og metoder som fremmer læring og mestring hos pasienter og pårørende.

Sted: Kalnes samfunnsbygg (administrasjonsbygget ved sykehuset Kalnes).

Datoer: 9.10., 23.10., 6.11., 20.11 og 4.12.

Varighet: Kurset går over 5 dager.

Mer informasjon her:

[Helsepedagogikk - Kompetansebroen](#)

Spørsmål om kurset kan rettes til seksjon opplæring ved fag- og kompetanseavdelingen. Mailadresse: mestring@so-hf.no, telefon: 900 49 534.

Temadager til foreldre med CFS/ME-syke barn og unge

Barne- og ungdomsklinikken ved Sykehuset Østfold inviterer til temadager for foreldre til barn (opptil 18 år) som har CFS (chronic fatigue syndrome) /ME (myalgisk encefalopati). **Henvvisning fra fastlege.** Det er kun foreldre til barn/ungdom som har fått diagnosen CFS/ME som kan delta.

Pris: Gratis, men utgifter til reise og parkering må påregnes.

Påmeldingsfrist 11. oktober.

Informasjon om seminar for pårørende til personer med psykoselidelser.

Seminalet går over to kvelder: 21. oktober og 28.oktober kl. 18.00-20.45. Påmeldingsfrist 1. oktober.

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 helsepersonell kan ikke delta på dette seminaret.

Påmelding gjøres vi link her: [Seminar for pårørende til personer med psykoselidelser - Sykehuset Østfold HF \(\[sykehuset-ostfold.no\]\(http://sykehuset-ostfold.no\)\)](#)

Forum for sykehjemsmedisin

Alle samlingene avholdes i lokaler til Sykehuset Østfold, mellom kl. 14:00 – 16:00 alle datoer.

Program fremover i 2024:

- 26. september – forhåndssamtale v/ geriater i Sykehuset Østfold og palliasjon v/ onkolog i Sykehuset Østfold)

- 24. oktober – psykiske lidelser, atferdsforstyrrelser og depresjon hos eldre v/ psykiater i Sykehuset Østfold

- 21. november – EKG og hjertesvikt v/ kardiolog i Sykehuset Østfold

For mer informasjon og påmelding til de ulike samlingene kan man lese her [Forum for sykehjemsmedisin - Kompetansebroen](#). Kursrekken godkjennes med minimum deltakelse på 6 timer (3 samlinger) for kompetanseområdet alders- og sykehjemsmedisin og spesialiteten allmennmedisin. Deltakelse i hele kursrekken kan godkjennes med 18 timer som valgfritt kurs.

PS! Send oss gjerne en e-post med påmelding (Karen.Saugestad@so-hf.no eller martine.hemstad.lyslid@so-hf.no).

IBS-kurs

Varighet: 3,5 timer (08.30-12.00)

Datoer høsten 2024: 10.10., 7.11 og 12.12.

Henvvisning: Kurset krever henvvisning fra fastlege eller fra lege på sykehuset. Det er et krav om at pasienten som ønsker kursplass er tilstrekkelig utredet.

Innhold: Orientering om sykdommen, kostveiledning (lavFODMAP), informasjon om mage- tarmforbundet, å leve med IBS, fokus på mestring og erfaringsutveksling

Pris: Egenandel

Annet: Det er kun plass til en pårørende pr. kursdeltaker.

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 \(\[sykehuset-ostfold.no\]\(http://sykehuset-ostfold.no\)\)](#)