

For Fastleger

NYHETS BREV FRA SYKEHUSET ØSTFOLD

Nyttige tips fra osteoporosepoliklinikken

Sykehuset Østfold har siden 1997 hatt en egen poliklinikk for utredning og behandling av osteoporose. Den er en del av Revmatologisk avdeling ved sykehuset i Moss. Her kommer noen nyttige tips for deg som vurderer å henvise en pasient til osteoporosepoliklinikken.



Hensikten med benmineralmåling er å bedømme risiko for fremtidige brudd. Osteoporose gir i seg selv ingen symptomer. Benmineralmåling er derfor ikke egnet til å utrede smertetilstander.

Ved å kombinere resultatet av benmineralmåling med andre risikofaktorer øker nøyaktigheten av risikovurderingen. Dette gjør det lettere å finne de pasientene som bør bruke medikamenter mot osteoporose. Obs! Det har ingen hensikt å henvise til måling hvis pasienten ikke er motivert for behandling.

Gjennomgått lavenergibrudd

(=brudd som skjer fra stående eller gående stilling) øker risikoen for nye brudd. Det samme gjør Prednisolonbruk, røyking, lav BMI, kronisk obstruktiv lungesykdom, primær hyperparathyreoidisme, osteoporose i familien, etc. Ved henvisning til oss er vi derfor interessert i opplysninger om slike risikofaktorer.

Mange henvises pga av thorakal kyfose. Hos eldre kan dette være en naturlig del av aldersprosessen og trenger ikke bety gjennomgått kompresjonsbrudd. Her vil en vanlig rgt av columna være avklarende.

Kjønn og alder er spesielt

viktig. Fordi kvinner har lavere benmasse enn menn er de generelt mer utsatt for osteoporotiske brudd enn menn, bentapet øker dessuten ytterligere før menopause. I tillegg er det slik at benets kvalitet også svekkes med alderen. En 70-åring har betydelig større risiko for brudd enn en 40-åring med samme benmasse. Det har derfor sjelden hensikt å måle yngre personer, og kvinner anbefales til å vente til etter menopause.

Husk at henvisninger skal sendes til Revmatologisk avdeling, ikke Radiologisk avdeling.

Henvisninger til radiologisk avdeling SØ

Alle henvisninger til radiologiske undersøkelser skal sendes til

Sykehuset Østfold HF,
postboks 16
Radiologisk bookingkontor
Sarpsborg, 1603 Fredrikstad.

Faksnummeret er:
69 86 32 15,
telefon: 69 86 32 10.

Det er viktig at henviser skriver på henvisningen om pasienten har behov for tolk, og hvilket språk.

OBS! Henvisninger til BDS/mammografi og nucleærmedisin skal sendes til samme adresse som før

Hospitere på Sykehuset Østfold!

Hospiteringen gir valgfrie poeng til spesialisering og resertifisering av spesialitet innen allmennmedisin. 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 samhandlings-sjef Odd Petter Nilsen oddnil@so-hf.no mobil 917 94 151

Les mer om hospiteringsordningen på vår hjemmeside www.sykehuset-ostfold.no / fagfolk / samhandling fastleger

Hjerte- og lungepoliklinikken delt i to

1. september ble hjerte- og lungepoliklinikken i SØ delt i to seksjoner; hjertepoliklinikken og lungepoliklinikken. Begge poliklinikkene vil ha drift både i Fredrikstad og i Moss.

Både hjertepoliklinikken og lungepoliklinikken vil være både i Fredrikstad og Moss som tidligere, men hjerterehabilitering og det meste av driften ved sviktpoliklinikken vil nå kun være i Moss. Det betyr

blant annet at sykehusets tilbud om opptrening i form av trim, er samlet i Moss.

Endringene består altså av:

- Nye navn er
- hjertepoliklinikken SØ.
- lungepoliklinikken SØ.
- Poliklinisk hjerterehabilitering som er en del av hjerte-poliklinikken, har flyttet all sin drift fra SØ Fredrikstad til SØ Moss.

- Sviktpoliklinikken som også er en del av hjertepoliklinikken, har flyttet det meste av sin drift fra SØ Fredrikstad til SØ Moss. Beholder 1-2 dager i uken i Fredrikstad for de dårligste nyhenviste sviktpasientene.

Det vil ikke bli noen endring ifht henvisning eller konsultasjon.

Overvektspoliklinikken ved Sykehuset Østfold Moss er åpnet

Den 20. august åpnet overvektspoliklinikken ved Sykehuset Østfold Moss. Vi kan nå tilby tverrfaglig utredning og vurdering samt behandling av pasienter med sykelig overvekt, dvs. pasienter med BMI >40 eller BMI >35 med vektrelatert komorbiditet.

Overvektspoliklinikken tilbyr i hovedsak behandling i form av gruppebasert undervisning, eller individuelle konsultasjoner. Pasienter henvises også til Startkurs ved Lærings- og Mestrings-senteret (LMS) ved Sykehuset Østfold Sarpsborg. I tillegg kan pasienter henvises videre til rehabiliteringsinstitusjoner alternativt til vurdering om bariatrisk kirurgi.

Etter gjennomført behandling kommer pasienten til ny vurdering ved overvektspoliklinikken, og videre plan legges for pasienten. Noen ganger kan det være aktuelt med ytterligere behandlingsalternativ.

Når pasienten etter hvert avsluttes ved overvektspoliklinikken følges pasienten videre hos fastlege. Fastlege får da en oversikt over den behandling pasienten har gjennomgått, og resultat av dette. I tillegg oversendes også et forslag

på individuell plan. Dette for å underlette oppfølging og kontroller hos fastlege. Pasienten selv får også skriftlige instruksjoner om anbefalt regime for kosthold og fysisk aktivitet.

Overvektspoliklinikken kommer i tillegg til utredning, behandling og oppfølging av pasienter, også til å drive med forskning innen faget for sykelig overvekt. Dette for å fremme pasientsikkerhet og kvalitetssikring samt for å øke faglig kompetanse hos poliklinikkens medarbeidere.

Fastleger som ønsker å henvise pasienter til overvektspoliklinikken, kommer til å bli bedt om å vedlegge separat legeopplysningsskjema. Dette skjema omhandler status, komorbiditet, tidligere behandlingstiltak og effekt. Henvisning bør også inneholde opplysninger om høyde, vekt og BMI.

Pasientene kompletterer opplysningene fra fastlege ved å fylle ut pasientopplysningsskjema samt 5 døgns kostregistrering. Pasientene får også tatt blodprøver i forbindelse med utredningen.

Henviste pasienter innkalles til obligatorisk informasjonsmøte der

de får informasjon om overvektspoliklinikkens tilbud. Etter oppmøte på informasjonsmøte og så snart samtlige vedlegg er tilsendt poliklinikken, får pasienten time til tverrfaglig konsultasjon.

Ved den tverrfaglige konsultasjonen treffer pasienten i løpet av samme dag både sykepleier, lege, fysioterapeut, klinisk ernæringsfysiolog (KEF) og evt. psykolog. Etter konsultasjonen tar faggruppene sammen standpunkt til videre behandlingstilbud utifra pasientens behov, evne, utfordringer og mål. Brev med vurdering og behandlingstilbud sendes til pasient, fastlege og evt. annen henvisende lege.

Overvektspoliklinikkens hjemmeside er under utarbeidelse og kommer snarlig å finnes tilgjengelig under Sykehuset Østfolds hjemmeside:

www.sykehuset-ostfold.no. Klikk deretter videre til Avdelinger og deretter Overvektspoliklinikken. Her finner både fastleger og pasienter informasjon om henvisninger, skjemaer, BMI-beregning med mer. Sekretær ved overvektspoliklinikk nåes på telefon 69866890.

I henvisning til overvektspoliklinikken trenger følgende å være spesifisert: Pasientens vekt, høyde og gjerne BMI.

Eventuell vektrelatert komorbiditet: diabetes mellitus type 2, søvnapné, hjerte- og karsykdom, hypertensjon som er vanskelig å regulere medikamentelt eller atrose som medfører betydelig funksjonstap.

Tidligere behandlingstiltak, for eksempel tidligere behandling ved rehabiliteringsinstitusjon, bør angis med år og effekt.

NB. Hvis pasient ønsker vurdering om kirurgisk behandling -

For å bli vurdert til kirurgisk behandling av overvekt skal pasienten i samarbeid med fastlege ha gjort konkrete forsøk på endring av levevaner i minst 6 måneder. Tiltak og effekt må da spesifiseres i henvisning.

Fyll ut «Legeopplysninger – henvisningsvedlegg» som finnes på hjemmesiden og send til overvektspoliklinikken.

Kurs / møter som kommer

Lærings- og mestrings-senteret, Sykehuset Østfold

- **Avføringslekkasje**
- Sarpsborg, 8. oktober kl 10-15 (henvisning)
- **Fibromyalgi**
- Moss, 9. oktober kl 10 -14 (henvisning)
- **Temadag for pårørende til hjertesyke**
- Sarpsborg, 9. oktober kl 0830 -1530 (henvisning)
- **Å leve et friskere liv**
- Sarpsborg, 14. oktober kl 12-1430 (ikke henvisning)
- **Temadager for foreldre til barn med overvekt i alderen 4 til 9 år**
- Sarpsborg, 16. oktober kl 12-15 (henvisning)

For mer informasjon og påmelding, kontakt lærings- og mestrings-senteret på tlf. 69 86 33 80 mandag, tirsdag og torsdag kl. 0830-1400 eller på e-post mestring@so-hf.no

Invitasjon til åpen temadag

«De urolige barna – hvordan forstå dem – Er alt ADHD? Hvordan skape grobunn for inkludering, mestring og gode relasjoner?»

Tid: Torsdag 24. oktober 2013
Sted: Filadelfia – Astrids gate 18 i Sarpsborg

Temadagen arrangeres av kommunene Sarpsborg, Halden, Rakkestad og Aremark i samarbeid med DPS Halden/Sarpsborg, BUPP, SMP og brukerorganisasjonene forbindelse med Verdensdagen for psykisk helse 2013.

Billetter på billett-service.no (søk på Verdensdagen)

Emnekurs i urologi

Sykehuset Østfold arrangerer, i samarbeid med Østfold Legeforening, emnekurs i urologi for fastleger 01. og 02.. november. Se utlysning på Østfold Legeforenings hjemmesider

Seksjon voksenhabilitering inviterer til kurs:

Psykisk utviklingshemming/autisme/asperger syndrom og psykiske lidelser

Bruk av legemidler

Tirsdag 12. november 2013

Tid:
09.00 – 15.00
registrering fra kl. 08.30

Sted:
Seksjon voksenhabiliterings kurslokaler i Oredalsveien 128, Fredrikstad.

Foredragsholdere: Nils Olav Aanonsen, overlege, nevrolog, avdelingsleder for Avd. for Nevrohabilitering ved Oslo Universitetssykehus, Ullevål.

Sigrun Hope er forskningsansvarlig overlege ved Avd for Nevrohabilitering, Oslo Universitetssykehus.

Nils Olav Aanonsen og Sigrun Hope vil dele kunnskap fra ny forskning og fra sine erfaringer fra den kliniske hverdagen

Målgruppe:

- Kommuneleger og fastleger
- Behandlerne ved DPS
- Ansatte i kommunene med 3 årig høgskoleutdanning (spesielt de med «medisinsansvar») og deres ledere.

Det er søkt Dnlf om tellende kurspoeng innen allmennmedisin

Fullstendig kursprogram vil innen kort tid bli lagt ut på Sykehusets hjemmesider.

Døgnet for kognitiv gruppeterapi, DPS Moss

Enheten tilbyr kognitiv terapi. I hovedsak foregår behandlingen i grupper. Behandlingsformen er strukturert, den fordrer egenaktivitet, og den gir mulighet for å endre negative tanker og følelser.

Praktiske forhold

Enheten har 8 plasser og er organisert i døgnsesjonen.

Varighet på behandlingsoppholdet er vanligvis 6 uker.

Ukeprogram mandag til fredag. Vi har stengt i helgene.

I første del av behandlingsoppholdet overnatter pasientene i enheten mandag til fredag. Deretter gradvis overgang hjem med hyppigere permisjoner. Dette planlegges individuelt ut ifra den enkeltes problemfokus/ behov.

Henvising

Vårt primære opptaksområde er fra kommunene Råde, Rygge, Våler og Moss.

Henvisinger kommer fra fastleger, privatpraktiserende, eller spesialisthelsetjenesten; SMP, Akuttavdelingen og eget DPS..

Det er en stor fordel om pasienten på forhånd er ferdig utredet, da vi har et ønske om å komme i gang med behandling umiddelbart.

Kognitiv terapi

Fokuserer på bevisstgjøring av egne tankeprosesser, og ser på hvordan disse henger sammen med følelser og atferd.

Er en strukturert, tidsbegrenset og nåtidsorientert psykoterapi, som er rettet mot å løse aktuelle problemer og modifisere uhenksiktssmessig tenkning og atferd.

Har som mål å gi kunnskap om egen lidelse, den kognitive modellen og virksomme teknikker for symptomlette.



Hovedmålet er å sette pasienten i stand til å fungere som sin egen terapeut i hverdagen.

Terapiens rammer

For å få best mulig utbytte av behandlingen er det viktig å være motivert. Terapiformen krever egeninnsats i løpet av behandlingstiden, også i form av hjemmearbeid.

Permisjoner er en del av behandlingsoppholdet.

Ukeprogrammet er variert og alle gruppene er arenaer for behandling. Det er derfor viktig å delta kontinuerlig gjennom hele innleggelsen.

Mellom gruppene vil pasientene få ukentlige individuelle samtaler, hvor fokus er lidelsesspesifikk kognitiv behandling.

Enheten tilbyr samtale med pårørende avhengig av ønsker og behov.

Enheten samarbeider med eksterne og interne instanser ved behov for oppfølging etter utskrivelse.

Vi tilstreber å arrangere en oppfølgingsamling etter utskrivelse

Effektmåling

Her bruker enheten både psykometri og pasientstyrt forberedingsarbeid. Psykometri tas ved innleggelse og utskrivelse. Begge effekt mål viser gode resultater.

Telefon: 69 86 97 93/97 00,

Adresse: DPS Moss,

Peer Gynts vei 2,

1535 Moss

Endringer på legekantoret?

Husk å melde fra til Sykehuset Østfold, i **god tid**, ved endringer på legekantoret. **Leger som slutter / begynner og navn- og adresseforandringer er viktige meldinger til sykehuset.** For korrekt utsendelse av epikriser og prøvesvar må vi ha korrekte kontaktopplysninger.

Skjema for endringsinformasjon finner dere på sykehusets internettside.

www.sykehuset-ostfold.no/, menyvalg: Fagfolk/Samhandling/ Samhandling fastleger og avtalespesialister/Endring telefon/adresser

Rekvirentskjema
Melding om ny rekvirent eller endring
Skjema finnes her: <http://www.sykehuset-ostfold.no/>

Skjemaet sendes til
Sykehuset Østfold, IT-avdelingen v/s

E-post:	dips@so-hf.no
evt.	
Faks:	69 86 03 21
Postadresse:	Pb. 9, 1603 Fredrikstad

Henvendelsen gjelder:

- Opprettelse av ny rekvirent
- Endring av rekvirentopplysninger for Ved adresseendring, vennligst oppgi om rekvirent
- Inaktivering av rekvirentkode

Vennligst fyll ut med blokkbokstaver. Alle fel

Etternavn	
Fornavn, mellomnavn	
Rekvirent nr. (HPR - nr)	
Organisasjonsnummer	
Legekantor/avdeling	
Postadresse	
Stnummer/Lekest	

Er pasientens mobilnummer i henvisningen oppdatert?

Manglende eller inaktive mobilnummer på henvisning gir konsekvenser for SØ.

Innen somatikken benytter vi oss av SMS-påminnelse til polikliniske konsultasjoner. Vi bruker mobilnummeret som står i henvisningen fra fastlegen, men får relativt ofte beskjed om at dette er gamle nummer som ikke fungerer lenger. Det medfører at pasientene ikke får denne påminnelsen.

Aldersgrensen i barneavdelingen endres

I Kalnes skal barneavdelingen behandle pasienter fra 0- tom 17 år. SØ starter nå innfasingen og begynner med diabetespasientene.

Dvs at de som nå fyller /har fylt 15 år ikke skal overføres voksenavdeling. De som allerede er overført og er under 18 år skal ikke føres tilbake til barneavdelingen.

Pasientene som behandles i barneavdelingens poliklinikk skal da også legges inn i barneposten når det er behov for det. Pasienter under 18 år som

følges /behandles av voksenmedisin skal ikke legges i barneposten.

Det vil også si at alle nyhenviste diabetespasienter under 18 år skal henvises til barneavdelingen fra og med nå.

Det blir dessverre ikke helt strømlinjet nå i overgangsfasen, men ta kontakt hvis det er spørsmål.

Eirin Paulsen,
Avdelingssjef barneavdelingen i Fredrikstad.
tlf 69 86 13 61/ 920 95 039

Her er praksiskonsulentene

Praksiskonsulentene 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.



Praksiskoordinator og praksiskonsulent Medisinsk service

Jørn Gilberg

Fastlege i Sarpsborg
Telefon: 69 97 20 00
Mobil: 402 00 403
E-post: jorngilberg@hotmail.com



Praksiskonsulent Kirurgisk klinikk -kvinneklirikken

Karoline van der Hagen

Fastlege i Fredrikstad
Telefon: 69 30 09 99
Mobil: 905 81 744 - Faks: 69 30 09 98
E-post: kdhagen@online.no



Praksiskonsulent DPS - Moss

Jon Aga

Fastlege i Rygge
Tlf. 69 26 44 00 - Mobil 995 22 746
E-post: jo.ag@live.no



Praksiskonsulent Kirurgisk klinikk

Benny Adelved

Fastlege i Sarpsborg
Telefon: 69 12 69 22
Mobil: 918 21 393
Faks: 69 12 69 25
E-post: benny@adelved.no



Praksiskonsulent BUPP Fredrikstad

Kari Gleditsch

Fastlege i Fredrikstad
Telefon: 69 36 63 30
Mobil: 900 35 958
Faks: 69 36 63 31
E-post: karigled@online.no



Praksiskonsulent Medisinsk klinikk

Dag Eivind Syverstad

Fastlege i Sarpsborg
Telefon: 69 16 86 84
Mobil: 905 27 822 - Faks: 69 16 81 69
E-post: desyvers@gmail.com



Praksiskonsulent BUPP Moss

Ola Amundsen

Fastlege i Moss
Mobil: 996 45 902
E-post: olaamundsen@me.com

Ventetider ved Sykehuset Østfold september 2013

Dette er utvalgte ventetider til viktige poliklinisk undersøkelse / behandling for den voksne uprioriterte gjennomsnittspasienten uttrykt i antall uker. Det gjøres selvsagt individuelle prioriteringer med bakgrunn i henvisningsskrivet. Sykehuset prioriterer etter de nasjonale prioriteringsveilederne. Fullstendig oversikt finnes på www.sykehuset-ostfold.no

Sykdommer i nervesystemet	Antall uker
Nevrologisk utredning	78
Kognitiv svikt, demensutredning -nevrologi	25
Kognitiv svikt, demensutredning -psykisk helse aldersgeriatri	5
Øyesykdommer	
Makuladegenerasjon	4
Skjeling / grå stær	24 / 20
ØNH	52
Lungesykdommer	76
Sykdommer i hjerte/blodårer	
Karkirurgi / pulsårer	24
Hjerteutredning / undersøkelse	61
Sykdommer i fordøyelsesorganer	
Brokk / hemoroider / gallestein	5 / 40 / 16
Sykdommer i muskel / skjelett	
Hånd / fot	36 / 36
Rygg / skulder	16 / 36
Revmatologisk utredning	26
Slitasjegikt hofte / kne protese / korsbånd	24
Sykdommer i nyre- og urinveier	
Cystoscopi / nyre- urinstein / prostata	6 / 6 / 8
Billediagnostikk	
MR m. kontrast	15
CT	9
UL	2
Konvensjonell enkel Rtg. Delvis drop-in	0-1

Send oss ditt bidrag, Innspill, tilbakemeldinger eller tips:

Kontakt samhandlingssjef/redaktør Odd Petter Nielsen, odd.petter.nilsen@so-hf.no, eller mobil 917 94 151. Alle nyhetsbrevene For Fastleger ligger også på vår hjemmeside www.sykehuset-ostfold.no /samhandling/samhandling fastleger. Ansvarlig redaktør: Direktør kommunikasjon og samhandling Anne Grethe Erlandsen.