

For Fastleger

NYHETS BREV FRA SYKEHUSET ØSTFOLD

Ressursside Tjenester til barn og unge i Østfold

Det er etablert en ressurside på Kompetansebroen som er ment som et verktøy for fagpersoner/helsepersonell som jobber med barn og unge i helse-, oppvekst- og velferdstjenestene. Målet er å gjøre det enklere å finne riktig hjelp til riktig tid – og å styrke samarbeid på tvers av tjenester og nivåer.

Innholdet omfatter blant annet

- oversikt over tilbud og tjenester i kommunen/primærhelsetjenesten og spesialisthelsetjenesten
- informasjon om henvisningspraksis og rutiner for samarbeid og samhandling
- nyttige ressurser/veiledere og verktøy for arbeid med barn og unge

[Tjenester til barn og unge i Østfold - Kompetansebroen](#)

Mange pasienter – en anmodning fra akuttmottaket

Akuttmottaket har periodevis stor pasienttilstrømning, noe som medfører en utfordrende logistikk. Vi ser at flere pasienter virker å ha visse urealistiske forventninger til sine besøk i akuttmottaket, og vi trenger derfor hjelp av dere til å formidle følgende:

- Pasienter som ikke er kritisk syke, må regne med ventetid som kan strekke seg over flere timer
- Det er legene i akuttmottaket som avgjør hvilke undersøkelser som skal gjøres og hvilken eventuell behandling som skal utføres, inkludert hvorvidt sykehusinnleggelse er indisert
- Det er ønskelig at kun én pårørende følger pasienten, og denne kan få beskjed om å vente utenfor akuttmottaket (vestibyle, kantine, etc.) av hensyn til taushetsplikt og fysisk kapasitet.

Vi setter stor pris på om dette kan formidles til akuttnevnte pasienter der det er aktuelt, slik at vi sikrer mest mulig forutsigbarhet for pasientene.

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.

Kompetansebroen

Mitt område: Østfold

Fagressurser v Arrangement Helsefelleskap og samhandling Legesiden Utdanning

Søk Sak Logg inn

Forsiden = Helsefelleskap og samhandling

Østfold

Tjenester til barn og unge i Østfold

Lokal redaksjon Kompetansebroen Østfold. Alle illustrasjoner er laget av Lykketegnning - www.lykketegnning.no
Oppdatert 04.03.2026

Denne ressursiden er for deg som jobber med eller er i kontakt med barn og unge gjennom ditt virke. Siden er ment som et verktøy for fagpersoner/helsepersonell som jobber med barn og unge i helse-, oppvekst- og velferdstjenestene. Målet er å gjøre det enklere å finne riktig hjelp til riktig tid – og å styrke samarbeid på tvers av tjenester og nivåer.

Innholdet omfatter blant annet:

- oversikt over tilbud og tjenester i kommunen/primærhelsetjenesten og spesialisthelsetjenesten
- informasjon om henvisningspraksis og rutiner for samarbeid og samhandling
- nyttige ressurser/veiledere og verktøy for arbeid med barn og unge

Ressursiden oppdateres jevnlig for å sikre at informasjonen er relevant og tilgjengelig. Vi håper den kan bidra til tryggere veivalg, bedre oversikt og samhandling, samt god støtte for barn og unge i Østfold.

Hvem gjør hva for hvem, og hva gjør vi sammen?

Skole og oppvekst

Les mer om tilbud som ferier, skole- og oppvekstskoleens høst

Tjenester til barn og unge i kommunen

Kommunene i Østfold har ulike tilbud og tilbud for barn og unge. Les mer her!

Barn og unge med moderate til alvorlige helse-, skader eller sykdom

Skil henviser til spesialisthelsetjenesten. Les mer her!

Samarbeid og samhandling

Felles rettigheter for barn og unge som mottar tjenester fra begge forvaltningene

Øyeblikkelig hjelp

Øyeblikkelig hjelp

Øyeblikkelig hjelp tilbyr gjennom barnoverlegeposten, legesøk og ungdomspedagogisk sekasjon

Hvem skal henvises til spesialisthelsetjenesten?

Kompetansebroen Østfold – legesiden

Helsefellesskapet, samhandlingsarenaen mellom Sykehuset Østfold og kommunene i opptaksområdet, bruker 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.

Klikk deg inn her: [Legesiden Østfold - Kompetansebroen](#)

Det henstilles til å abonnere på Nyhetsbrev på Kompetansebroen. Det gjør du her: [Nyhetsbrev - Kompetansebroen](#).

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

Ny representant i samhandlingsutvalg for fastleger (SUFF)

Fastlege Fredrik Hassel fra Kambo legesenter har tatt over etter Ola Amundsen i samhandlingsutvalg for fastleger.

SUFF - innspill til saker du vil ha behandlet

Samhandlingsutvalg for fastleger (SUFF) er en del av Helsefellesskapet Østfold og gir råd i samhandlings- og endringssaker som påvirker fastlegenes arbeid. Utvalget vurderer konsekvenser for pasienter, fastleger, kommuner og sykehus, og gir begrunnede råd om gjennomførbarhet og nødvendige tilpasninger.

SUFF består av:

- Fastlegene Hanne Tolfsen, Mohammed Quadori, Ola Amundsen, Oskar Mathisen og Per Øyvind Grønningseter.
- Kommuneoverlegene John Ødegård og Kjersti Gjøsumd
- Samhandlingssjef kommune, Karianne Jensen Bergman
- Samhandlingslegene (SLO)
- Klinikksjef medisinsk avdeling SØ Volker Solyga, assisterende fagdirektør Birgitte B.Brandt og samhandlingssjef Lise W. Storhaug.

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

Transkraniell Magnetstimulering (TMS) ved behandlingsresistent depresjon – et alternativ når psykoterapi/ samtalebehandling og medikamentell behandling ikke gir tilstrekkelig effekt

Av Pål Dåstøl, Avdelingssjef/psykologspesialist DPS Nord og Anne Elisabeth Aam, Vernepleier/TMS-operatør

Behandling av depresjon i allmennpraksis er ofte effektiv, men ikke alltid tilstrekkelig. Mange fastleger kjenner utfordringer med pasienter som ikke oppnår tilfredsstillende effekt av verken samtaleterapi eller antidepressiva, eller som opplever plagsomme og vedvarende bivirkninger. Pasienter med behandlingsresistent depresjon, kan henvises til Transkraniell magnetstimulering (TMS). TMS er en ikke-invasiv behandlingsmetode som innebærer at magnetiske impulser rettes mot spesifikke områder i hjernebarken, oftest til venstre dorsolaterale prefrontale cortex, med mål om å modulere nevralt aktivitet i dette området som er affisert ved depressive lidelser. Behandlingen gjennomføres poliklinisk uten behov for anestesi

En typisk pasient kan være en person med tilbakevendende depresjon som har forsøkt to eller flere ulike antidepressiva uten tilfredsstillende effekt, og som fortsatt har betydelig funksjonssvikt. For denne gruppen kan TMS representere et viktig behandlingsalternativ før mer invasiv nevromodulerende behandling som ECT vurderes.

Ved DPS Nord, Sarpsborg poliklinikk tilbys nå TMS som behandlingstilbud siden 1. september 2025. Det benyttes en såkalt intermitterende theta burst- stimulering (iTBS) – en behandlingsprotokoll, som er en tidsforkortet variant av standard protokoll TMS med samme effekt. Behandlingen gis daglig (man til fre) over seks uker.

Henvissningskriterier – når bør fastlegen vurdere TMS?

Følgende forhold taler for henvisning:

- Moderat til alvorlig depressiv episode (unipolar depresjon)

- Utilstrekkelig effekt av minst to antidepressiva forsøkt i adekvat dosering.
- Vedvarende funksjonssvikt til tross for behandling (både samtaleterapi og medikamenter)
- Bivirkninger eller kontraindikasjoner knyttet til medikamentell behandling

Før henvisning bør følgende være avklart:

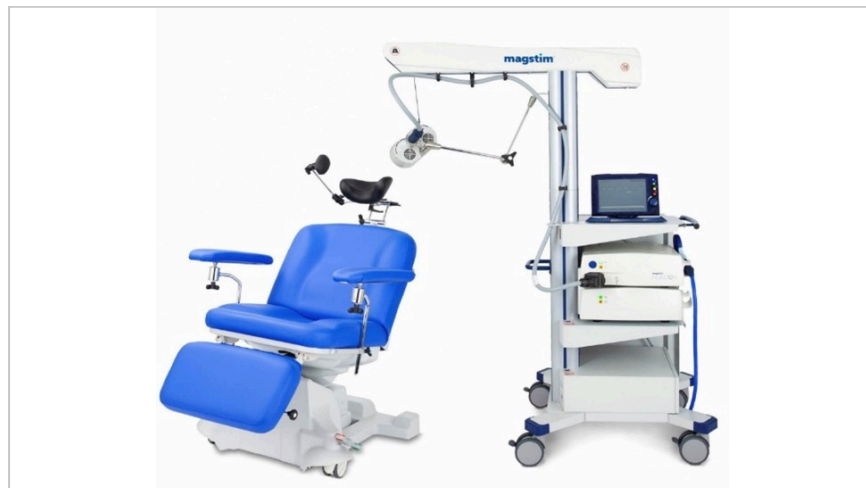
- Diagnosen depressiv lidelse er vurdert og kjent
- Medikamentell behandling er forsøkt i adekvat dose og varighet
- Eventuelle komorbide tilstander er kartlagt
- Tidligere forsøkt behandling skal kartlegges

Kontraindikasjoner og forholdsregler inkluderer særlig metallimplantater i eller nær hodet (f.eks cochleaimplantat, aneurismeklips) og tidligere epileptiske anfall (relativ kontraindikasjon).

TMS er godt tolerert og en evidensbasert behandlingsform ved behandlingsresistent depresjon. Økt kjennskap i allmennpraksis, kombinert med økt tilgjengelighet i spesialisthelsetjenesten, kan bidra til at flere pasienter får tilgang til et relevant og potensielt effektivt behandlingstilbud.

Henvisningen

- Henvisningen sendes til Sarpsborg DPS poliklinikk. Dette er et tilbud for alle pasienter i SØ sitt opptaksområde og det er indikasjon for behandling av behandlingsresistent depresjon.
- Henvisningen skal inneholde all tidligere behandling, type antidepressiva og psykoterapi hvis det er forsøkt



TMS maskin som benyttes i behandling av pasienter med transkraniell magnetstimulering

Avtale på INR-apparat ved hjemmemåling (microINR)

Sykehuset Østfold byttet leverandør på INR-apparat i desember 2022. Apparatet heter microINR og leveres fra Aidian Norge. Apparat og forbruksmateriell er tilgjengelig på vårt lager ved behandlingshjelpemidler, Sykehuset Østfold. De pasienter som har INR apparat fra tidligere leverandør vil bli fulgt opp med sitt ordinære forbruksmateriell.

Fastlege bestiller apparat via Avdeling behandlingshjelpemidler i sykehuset, og leverandøren lærer opp pasienten i bruken av apparatet. Ved behov for opplæring er det flere muligheter for kontakt: Key Account Manager Britt Fredriksen på mobil [97 53 88 60](tel:97538860) Eller e-post britt.fredriksen@aidian.no Leverandøren har også en nettside som det kan søkes informasjon på: www.aidian.no



microINR måler fra Aidian

Informasjon fra Artroskopiseksjonen ved SØ

Knesmerter oppstått uten noe større traume skal sjelden opereres med kikkhullskirurgi > 40 års alder.

Noen oppfordringer:

- Bestill stående røntgenbilder i første omgang i stedet for MR. Viser røntgen artrose så har man en klar diagnose. Derimot så får MR bilder lite klinisk relevans da man stort sett ikke skal opereres allikevel.
- Oppfordre pasienten til å oppsøke fysioterapeut eksternt. Pasienter som har en epikrise fra ekstern fysioterapeut der de ikke responderer på trening, blir prioritert til time hos fysioterapeut på sykehuset. Klarer de ikke å få time hos fysioterapeut eksternt, så er det stor sannsynlighet for at de blir bedre av å trene styrke på egen hånd og ta tiden til hjelp.

Henvisninger med lite/ingen kliniske opplysninger vil bli avvist.

Hvilke pasienter skal Artroskopiseksjonen på sykehuset se på?

Pasienter som har lite artrose på røntgen og ikke responderer på styrketrening vil bli vurdert av våre fysioterapeuter, og da vil fysioterapeut i samråd med ortoped vurdere indikasjon for MR. Større kneskader må henvises sykehuset etter alvorlighetsgrad.

Hvilke pasienter over 40 år får tilbud om operasjon?

Degenerative meniskskader som ikke har respondert på trening med mye mekaniske symptomer der røntgen viser ingen artrose
Meniskskader som ikke responderer på trening og der røntgen ikke viser uttalt artrose
Begynnende medial artrose og malalignment kan osteotomi være aktuelt, men trening må forsøkes først
Korsbåndsskader vurderes individuelt, og jo yngre pasientene er jo oftere opererer vi de. «Eldre» pasienten med instabilitet på tross av tilstrekkelig trening hos fysioterapeut vil ofte tilbys operasjon.
[Informasjon fra artroskopiseksjonen ved SØ \(Kompetansebroen.no\)](#)

Trenger pasienten tolk?

Når pasienter med behov for 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 tolkeselskaper 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.

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.

Se for øvrig [Retningslinje nr. 18 - Rutine for håndtering av samhandlingsavvik eller forbedringsforslag](#). Ny rutine skal gjøre det enklere å sende avvik/ forbedringsforslag med pasientsensitiv informasjon til SØ. Dette gjøres ved å sende meldingen i fritekst direkte til samhandlingsavdelingen i [eDialog](#).

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

Endringer på legekantoret?

Er din virksomhet oppdatert i Norsk Helsenetts Adresseregister?

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

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 samhandlingsavdelingen samhandling@so-hf.no eller telefon: 901 43 922

Les mer om hospiteringsordningen på vår hjemmeside <https://www.sykehuset-ostfold.no/helsefaglig/samhandling/hospitering/>

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 (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 <https://www.sykehuset-ostfold.no/helsefaglig/samhandling/#fastleger-og-avtalespesialister> og i Kompetansebroen Østfold

Kurs / møter som kommer

Forum for sykehjemsmedisin med tema stomi.

Dato: Dato: 30. april

<https://www.kompetansebroen.no/kurs/forum-for-sykehjemsmedisin-sykehjemspasienter-med-stomi?o=ostfold>

Norsk forening for UL diagnostikk arrangerer symposium

Dato: Dato: 23 og 24 April

<https://nfud.no/nfuds-symposium-2026/>

Kurs for pasienter og pårørende

Cøliakikurs	28.05.2026 3,5 timer (08.30-12.00)	
Seminar for pårørende til personer med psykoselidelsespasienter	2 dagers kurs	
Temadager for foreldre med CFS/ME-syke barn og unge	3 dagers kurs	
IBS-kurs	23.4 (8.30-12.00)	
Stomikurs	2 dagers kurs	
Temakveld - Å navigere i ukjent landskap – For pårørende til pasienter over 18 år med alvorlig, uhelbredelig kreftsykdom	11.5 (17.30-21.00)	

For detaljer og øvrig kurs- og gruppetilbud ved Sykehuset Østfold:

