



For Fastleger

NYHETSBREV FRA SYKEHUSET ØSTFOLD

Ny behandlingsform mot behandlings-resistente depresjoner etableres i sykehuset ved DPS Sarpsborg.

Behandling med elektromagnetisk stimulering (rTMS) gir nye muligheter for personer med depresjon. DPS Halden-Sarpsborg har fått minimetodevurdering av behandlingsmetoden repetitiv Transkraniell magnetstimulering (rTMS) for å kunne ta den i bruk i Sykehuset Østfold.

Dette er en relativt ny behandlingsmetode med indikasjon behandlingsresistente depresjoner. Den har blitt mer utbredt internasjonalt siste årene og er godkjent av FDA (Food and Drug Administration) i USA og anbefales i nasjonale retningslinjer i bl.a. Sverige og NICE Guidelines i Storbritannia. Metoden, som bruker elektromagnetiske stimulering i dorsolaterale prefrontale korteks (DLPFC) venstre side, depolariserer nevroner i dette området i hjernen. Det har vist seg effektiv for mange som ikke har hatt nytte av behandling med antidepressiva og psykoterapi.

Behandlingen er smertefri og krever ingen anestes, og pasientene kan gå tilbake til sine daglige aktiviteter umiddelbart etter hver behandling.

rTMS kan gis i første omgang som behandling til voksne med moderat til alvorlig depresjon, der man ikke har nådd målet med tradisjonell behandling.

Det vil være spesialist i psykiatri eller psykologi som stiller indikasjon for denne behandlingen og kan utføre behandlingen. Annet helsepersonell, dvs som regel sykepleier/vernepleiere har opplæring i å gjennomføre selve behandlingen i samarbeid

med ansvarlig overlege/psykologspesialist. Et typisk behandlingsopplegg inkluderer daglige sesjoner over flere uker (ca. 4-6 uker), hvor hver sesjon varer omkring 3 minutter. Effektiviteten av behandlingen overvåkes nøye, og pasientene får tilpasset behandlingen etter deres spesifikke behov.

Det er flere sykehus i Norge som har tatt behandlingsformen i bruk allerede, som Oslo Universitetssykehus, Haukeland sykehus, St. Olavs Hospital og Helse Møre og Romsdal. Vi i Sykehuset Østfold har faglig samarbeid med fagmiljøet i Oslo Universitetssykehus og DPS Kristiansund i Helse Møre og Romsdal. Vi er også medlemmer av det nasjonale faglige nettverket for TMS.

Pasienter kan henvises på vanlig måte for utredning og behandling av depresjon. Polikliniske behandlere vil vurdere om pasienten kan ansees å ha en behandlingsresistent depresjon, og kan henvise for vurdering hos en av spesialistene som har ansvar for rTMS behandling. Vi har fått egne lokaler for dette behandlingstilbudet i de gamle lokalene etter Solbyen legesenter. Her vil dette behandlingstilbudet gis i en egen TMS-poliklinikk i DPS Halden-Sarpsborg. Det vil være et behandlingstilbud som skal være fylkesdekkende selv om det er lokalisert i DPS Sarpsborg i psykiatrisk poliklinikk. Vi vil starte opp behandlingstilbudet i september 2025, og har forberedt det polikliniske behandlingstilbudet godt med opplæring av helsepersonell og eget klinisk drøftings-/inntaksmøte.

Nytt behandlingstilbud ved Haldenklinikken

STEPPS og Prolonged exposure (PE) er behandlingstilbud ved Psykiatrisk forløpspoliklinikk i Halden. Seksjonen er et samarbeid mellom DPS Halden poliklinikk og Sarpsborg poliklinikk.

STEPPS er et gruppebehandlingstilbud som pågår i 20 uker. Gruppen består av 10 deltagere som møtes to ganger i uken, hvor man som deltager får en grunnleggende innføring og trening i ferdigheter for emosjonsregulering. I tillegg får også deltagerne individuelle samtaler med gruppeledere ved behov. Tilbudet er ikke diagnosestyrt, som vil si at det henvises pasienter med emosjonsreguleringsvansker. Dette kan gjelde blant annet PF, Bipolar lidelse, ADHD og PTSD.

Prologed exposure er en type traumbearbeidende behandling. Den er en evidensbasert metode som fokuserer på å hjelpe individer å gradvis og systematisk eksponere seg for traumerelaterte minner, følelser og situasjoner som de har forsøkt å unngå. Den inneholder to komponenter, «in-vivo eksponering» og «imaginær eksponering». Behandlingen består av ukentlig samtale av 90 minutter, i 8-15 uker. ([Nytt behandlingstilbud i Haldenklinikken - Sykehuset Østfold HF](#))

Infeksjonsmedisinsk konfereringstelefon - åpningstid i sommer

Redusert åpningstid fra uke 26 tom uke 32. Telefontid i denne perioden blir fra kl. 12.00-16.00.



iStock
Credit: lemono

SUFF - innspill til saker du vil ha behandlet

Samhandlingsutvalg for fastleger er en del av Helsefellesskapet 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, Mohammed Qadori, Jens Lind-Larsen, Oskar Mathisen og Per Øyvind Grønningseter
- Kommuneoverlegene Jens Espeland og John Ødegård
- Samhandlingssjef kommune Karianne Jenseg Bergman
- Klinikkssjef 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](https://www.sykehuset-ostfold.no/helsefaglig/samhandling/helsefellesskapet/) og på sykehusets hjemmeside <https://www.sykehuset-ostfold.no/helsefaglig/samhandling/helsefellesskapet/>

#Samhandlingsutvalg for fastleger (SUFF)

Endringer på legekontoet?

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.

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

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

Informasjon fra Senter for laboratoriemedisin

Endringer i referanseområder for HbA1c og MMA

Den 15.05.25 endret senter for laboratoriemedisin referanseområdene for enkelte analyser. Dette som et ledd i vårt kontinuerlige arbeid med kvalitetssikring og standardisering av laboratorieanalyser.

De nye referanseintervallene er fastsatt etter en samlet vurdering basert på anbefalinger fra Nasjonal brukerhåndbok i medisinsk biokjemi, samt analyser av egne populasjonsdata

Analyse	Tidligere referanseområde	Nytt referanseområde
HbA1c	20–42 mmol/mol	28–40 mmol/mol
MMA 19–70 år	0,10–0,26 µmol/L	<0,30 µmol/L
MMA >71 år	0,10–0,26 µmol/L	<0,36 µmol/L

Viktige endringer:

For HbA1c er referanseområdet blitt smalere. Nedre grense er hevet fra 20 til 28 mmol/mol, og øvre grense er senket fra 42 til 40 mmol/mol. Dette gir et mer presist normal-område og er bedre tilpasset nasjonale anbefalinger.

Ny organisering av ryggpoliklinikken

Ryggpoliklinikken ved Sykehuset Østfold, SØM er nå formelt flyttet fra Revmatologisk avdeling til Avdeling for fysikalsk medisin og rehabilitering (FMR). Samtidig skal akutte henvendelser vedrørende rygg rettes til nevrologi. Som følge av dette avvikles den tidligere «ryggvaktcallingen» ved revmatologisk avdeling.

Endringen innebærer ingen reduksjon i tilbudet til pasientene, men skal bidra til at henvendelser fra fastleger håndteres mer målrettet og at pasientene kommer raskere til riktig fagperson.

Analyseresultatet viser at amfetamin er påvist. Hva betyr det egentlig?

Kan en urinprøve skille mellom forskrevet amfetamin eller illegalt bruk?

En rekke medikamenter som brukes til behandling av ADHD inneholder amfetamin. Amfetamin foreligger i to former, som deksamfetamin og levoamfetamin. Disse formene kan skilles fra hverandre ved en kiral analyse av amfetamin i urin.

Hvorfor er det viktig å ha kunnskap om deksamfetamin og levoamfetamin ved forskrivning av ADHD-medikamenter?

Det er deksamfetamin som er det aktive virkestoffet og som gir ønsket sentralstimulerende virkning i forbindelse med behandling ved ADHD. Slike medikamenter kan enten inneholde deksamfetamin, eller det inaktive forstadiet lisdeksamfetamin, som omdannes til deksamfetamin i kroppen. Disse medikamentene kan imidlertid også inneholde en liten mengde levoamfetamin.

For MMA er det nå innført aldersdifferensierte referanseområder. Det tidligere området var det samme for alle voksne, men nå er det høyere øvre grense for begge aldersgrupper, og spesielt for personer over 71 år. Dette reflekterer nyere kunnskap om hvordan MMA-verdier varierer med alder ([Metodebok](#))

Pasientens Prøvesvar

Pasientens prøvesvar er en ny nasjonal tjeneste som skal tilgjengeliggjøre svarrapporter for helsepersonell via kjernejournal og for innbygger i Helsenorge. Prøvesvartjenesten starter først med prøver rekvirert fra fastleger og inkluderer etter hvert også prøvesvar fra rekvirenter i helseforetakene. Målet er at helsepersonell kan se tidligere og nylige rekvirerte prøver.

I løpet av året skal alle helseregioner implementere en minimumsløsning. Det starter gradvis med noen utvalgte legekantor og prøvesvar fra utvalgte fagområder.

Se også:

[Pasientens prøvesvar - Helsedirektoratet](#)

[Pasientens prøvesvar - Norsk helsenett](#)

Fastleger skal fortsatt ringe inn til sykehuset via sentralbordet.

Henvendelser vedrørende:

- Akutte problemstillinger ved rygg: Sentralbordet setter henvendelsen over til vakthavende nevrolog.
- Konferering om elektive henvisninger til ryggpoliklinikken: Går til vakt ryggortoped.
- Ikke-akutte henvisninger eller skriftlige forespørsler: Henvis/send forespørsel direkte til ryggpoliklinikken ved FMR, og vurderes fortløpende mandag–torsdag.

Tiltaket er en del av en intern omorganisering for å sikre god pasientflyt og tydeligere ansvarsdeling. Ordningen vil evalueres fortløpende ([Les mer](#)).

Hvordan vet man om amfetamin skyldes forskrevet legemiddel eller illegalt bruk?

Forholdet mellom deksamfetamin og levoamfetamin er viktig for å avgjøre om resultatet er forenelig med bruk av forskrevet legemiddel eller skyldes illegalt bruk.

Illegalt produsert amfetamin kan inneholde varierende mengder deksamfetamin og levoamfetamin, men forholdet mellom de ulike formene er vanligvis omtrent 50:50.

Ved bruk av legemidlene Attentin, Dexedrine, Elvanse, Aduvanz, Volidax og Balidax kan levoamfetamin være inntil 1% av total mengde amfetamin. For Metamina kan det påvises inntil 10% levoamfetamin og for Adderall kan det påvises inntil 40% levoamfetamin i urinprøven.



Ved spørsmål til vurderinger i konkrete saker kan du ta kontakt med klinisk farmakolog ved Senter for laboratoriemedisin på telefon 960 90 861.

[Farmakologens hjørne: Analyseresultatet viser at amfetamin er påvist. Hva betyr det egentlig? - Kompetansebroen](#)

Ny henvisningsveileder for urologiske problemstillinger

Urologisk avdeling v/ urolog Axel Bendiksby og samhandlingslege Petter Samuelson har utarbeidet henvisningsveileder for de urologiske problemstillingene for høyet PSA, LUTS, hematuri og nyrestein. Henvisningsveilederen er også publisert på legesiden på Kompetansebroen – [Henvisningsveileder for urologiske tilstander - Kompetansebroen](#)



Scann QR-koden for å komme direkte til siden på Kompetansebroen:

Henvisningsveileder for plastikkirurgiske problemstillinger og diagnosespesifikke henvisningsråd

Plastikkirurgisk avdeling v/plastikkirurg Martin Byholt og samhandlingslege Jens Lind-Larsen har utarbeidet veileder for henvisning til plastikkirurgisk avdeling, samt diagnosespesifikke henvisningsråd. Henvisningsveilederen er publisert på legesiden på Kompetansebroen – [Henvisninger til plastikkirurgisk avdeling - Kompetansebroen](#)

Scann QR-koden for å komme direkte til siden på Kompetansebroen:



Sommerferieavvikling i Sykehuset Østfold 2025

Klinikk/avdeling	Seksjon	Tidsrom	Kommentar
Klinikk for kirurgi			
Kirurgisk avdeling	Kalnes – akutt kirurgisk poliklinikk	Uke 26 - 33	Stengt. Øvrig poliklinisk drift både på Moss og Kalnes.
Ortopedisk avdeling	Moss 4	Uke 28 - 32	Ingen elektiv protesevirksomhet.
	Poliklinisk drift Moss	Uke 28 - 31	Stengt.
Operasjonsavdeling Moss og Kalnes		Ukene 25 – 32	Redusert drift
Avdeling for anestesileger	Smerteseksjonen	Uke 28 - 31	Stengt i uke 29. Redusert drift i ukene 28, 30, 31.
Øyeavdeling		Hele sommeren	Redusert poliklinisk drift. Øyeblikkelig og halvøyeblikkelig hjelp prioriteres. Injeksjonsbehandling som vanlig.
Øre-nese-hals avdeling	Sønnenhet (poliklinikk) - Moss	Uke 28 - 30	Stengt. Søvnpatienter som ikke kan vente, ivaretas på Kalnes.
Klinikk for medisin			
Hjertemedisinsk avdeling	Hjertepoliklinikken Moss	Uke 28 - 31	Redusert aktivitet. Enkelt dager stengt.
Geriatrisk og endokrinologisk avdeling	Geriatrisk poliklinikk	Uke 27 - 31	Stengt.
	Overvektspoliklinikk	Uke 29 - 31	Stengt.
	Endo/diapol	Uke 26 - 34	Redusert aktivitet. Svangerskapsdiabetes og fotsår som normalt. Tverrfaglig årskontroll utgår uke 26-32. Mulighet for drøfting: 69866086
Nyremedisinsk avdeling	Nyrepoliklinikk Moss	Uke 25 - 33	Stengt hele perioden.
	Nyrepoliklinikk Kalnes	Uke 25 - 33	Redusert aktivitet gjennom sommeren.
Infeksjonsmedisinsk avdeling	Infeksjonspoliklinikk Kalnes	Uke 26 - 27	Redusert aktivitet.
	Sykepleiepoliklinikk	Uke 28 - 32	Redusert aktivitet.
	Infeksjonspoliklinikk Kalnes	Uke 33	Redusert aktivitet.
Gastroenterologisk avdeling	Gastropoliklinikk Moss	Uke 27 - 31	Redusert aktivitet.
Lungemedisinsk avdeling	Lungepoliklinikk/søvn Moss	Uke 27 - 32	Redusert drift.
Neurologisk avdeling	Neurologisk dagavdeling	Uke 28 - 30	Redusert drift.
	Klinisk Nevrofyologi (KNF)	Uke 27 - 29	Redusert drift.

Klinikk/avdeling	Seksjon	Tidsrom	Kommentar
Avd. for fysikalsk medisin og rehabilitering	Moss	Uke 28 - 31	Redusert drift.
	Kalnes	Uke 27 - 31	Redusert drift.
Kreftavdelingen			
	Senter for lindrende behandling	Uke 25 - 33	Stengt helger.
	Blodtappingsenhet	Uke 25 - 33	Redusert drift.
	Poliklinikk for kreft og blodsykdommer	Uke 25 - 33	Redusert drift. Åpent 08.00–16.30
	Dagenheten	Uke 23 - 33	Stengt.
Barne- og ungdomsklinikken, Kvinneklubben			
	Poliklinikk	Uke 27 - 33	Redusert aktivitet.
	Dagkirurgi	Uke 29 - 30	Stengt.
	Poliklinikk-føde, barsel, gyn og uro		Kalnes: Urodynamicisk redusert drift + stengt uke 29-30. Moss: Redusert aktivitet uke 28-32.
Klinikk for psykisk helsevern og rusbehandling			
DPS Nordre Østfold	Innovativ behandling og forskning	Uke 28 - 30	Stengt.
Halden-Sarpsborg DPS	Enhet for spiseforstyrrelser	Uke 28 - 30	Stengt.
Psykiatrisk avdeling	Alderspsykiatrisk seksjon Kalnes	Uke 28 - 31	Poliklinikk åpen hele sommeren.
Senter for laboratoriemedisin			
Blodbank	Tapping av blodgivere Askim	Uke 26 - 32	Ingen kveldstapping uke 26-32.
	Tapping av blodgivere Moss	Uke 28 - 31	Åpent torsdager.
	Tapping av blodgivere Halden	Uke 26 - 30	Åpent fredager.
Medisinsk biokjemi	Utestasjoner	Uke 28 - 32	Vanlige åpningstider. Moss stenger kl. 14:45 i uke 28-32. For detaljer: www.metodebok.no
Avdeling for Bildediagnostikk – åpningstider i sommer			
Billediagnostikk Moss og Nasjonalt ankomstsenter		Uke 28-32	CT 2 Stengt uke 28-32 Ingen kveldsdrift i Moss uke 27-32, stenger 15:30
		Uke 26-32	Ultralyd - stengt
Bilediagnostikk akutt Kalnes		Uke 25-34	Angio/intervensjon kun ø-hjelp Gjennomlysning kun ø-hjelp
MR		Uke 28-32	MR Moss stengt
Brystdiagnostikk og nukleærmedisin		Uke 25-33	Screening stengt i uke 25 – 32. Klinisk mammografi; ingen kveldsdrift i uke 26-33

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

Sommerhilsen fra samhandlingslegene

Vi jobber for øyeblikket med flere samhandlingsrelaterte prosjekter på ulike avdelinger, hvor mye av fokus ligger på sykehusets «innstrøm». Vi oppfordrer alle fastleger på å tenke over alternativer til henvisninger: kan avtalespesialister brukes i stedet, kan problemet løses med en dialog melding eller konferering med en kollega? Vi jobber også med å distribuere faglig informasjon som kan styrke fastlegenes kompetanse.

Kompetansebroen inneholder allerede mye nyttig informasjon. Vi har i vår også vært i møte med helseminister Vestre og framsnakket betydningen av å ha fastlege representasjon inn i helsefelleskapet og viktigheten av god samhandling på tvers av helsenivåene. Vi ønsker alle kollegaer en velfortjent god sommer og ferie!



Kurs / møter som kommer

Klinisk emnekurs med fokus på fedme og behandling av fedme i allmennpraksis

Overvektspoliklinikken, i samarbeid med kurskomiteen i Østfold legeforening, har den glede av å invitere til klinisk emnekurs med fokus på fedme og behandling av fedme i allmennpraksis.

Tid: 5. og 6. september 2025. **Sted:** Quality Hotel Sarpsborg
Kurset søkes godkjent som klinisk emnekurs med 15 poeng i videre- og etterutdanning for allmennleger.

Kurset vil gi en bred og praktisk tilnærming til fedmebehandling, med temaer som bl.a.:

- Oppfølging av gravide med fedme
- Barn og ungdom med fedme
- Spiseforstyrrelser relatert til overvekt, skam, stigma
- Livsstilsbehandling og tverrfaglig tilnærming, ernæring, fysioterapi, rehabilitering
- Medikamentell behandling
- Bariatrisk kirurgi og postoperativ oppfølging
- Gruppebehandling av pasienter med fedme i allmennpraksis

Påmelding: kommer snart. Vil bli annonsert på Legeforeningens kurssider.