

For Fastleger

NYHETS BREV FRA SYKEHUSET ØSTFOLD

Vårmøte for leger 2026

Hold av datoene
5. og 6. mars.

Vårmøte for helsesekretærer 2026

Hold av datoen
6. mars.

Det skal kun sendes en henvisning per problemstilling

Vi minner om at samme pasient kun skal henvises ett sted i sykehuset, og til enten avtalespesialist eller sykehus, for en og samme problemstilling. Dobbelthenvisninger fører til at samme pasient blir satt opp på flere ventelister – og pasienten risikerer å bli kalt inn til flere utredninger av ulike spesialister for samme tilstand. Dette gir uheldig ressursbruk, og fører til tomme timer både hos avtalespesialister og i sykehuset som andre kunne fått nytte av og bidrar til lenger ventetid for andre som trenger helsehjelp. Minner også om at svar på bildediagnostikk og blodprøver som hovedregel skal foreligge før pasienten henvises. Takk for godt samarbeid for at flest mulig får tilgang til helsehjelp innen rimelig tid!

Informasjon om Henvisninger til Sykehuset Østfold

Nye henvisningsveiledere ØNH

Øre-nese-hals avdelingen har utarbeidet henvisningsveiledere for de mest forekommende problemstillingene som det henvises til i ØNH, og det vil bli publisert flere veiledere på kompetansebroen etter hvert. Formålet er å øke kvaliteten på henvisningene. Avdelingen har utfordringer med kapasitet som viser seg i lange ventetider til utredning og behandling, spesielt for de med mindre alvorlige problemstillinger. Ventetidene til operasjon er også lange.

Nesetetthet

- Komedbiditet
- Røyking
- Varighet/debut
- Unilateral
- Allergi
- Bihulesymptomer (tetthet, renning, luktesans, ansiktssmerter)

Pasienten skal ha forsøkt minst tre måneder med nasale kortikosteroider før henvisning – to spray begge sider morgen og kveld. Eventuelt supplert med saltvannsskylling.

Tonsillektomi

Indikasjon for operasjon er infeksjonsproblem eller luftveisobstruksjon.

Infeksjon

Tre tonsillitter årlig i tre år på rad, fem tonsillitter årlig i to år på rad, syv eller flere tonsillitter siste 12 måneder.

Luftveisobstruksjon:

Obstruktiv søvnapne hos barn med pustestopp nattestid.

Voksne med søvnapne behandles primært ikke kirurgisk.

Store mandler uten symptomer hos barn er ikke kirurgisk behandlingskrevende, og trenger ikke henvises til spesialisthelsetjenesten.

Mediaottitt/mellomørebetennelse:

God [veileder hos Helsedirektoratet](#) som skal benyttes, behandlingen er sjelden kirurgisk. Mastoiditt sjeldent hos immunkompetent pasient eldre enn 3 år.



Henvisninger ved Arytmi

Hjertepoliklinikken minner om at henvisninger til flimmer/arytmi skal ha vedlagt EKG (flimmer- eller anfalls-EKG).

EKG sendes elektronisk til sykehuset som vedlegg til henvisningen.



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 Tolsen, Mohammed Qadori, Jens Lind-Larsen, Oskar Mathisen og Per Øyvind Grønningsæter
- Kommuneoverlegen 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)

Vårmøte for leger 2026

Hold av datoene
5. og 6. mars.

Vårmøte for helsesekretærer 2026

Hold av datoen
6. mars.

Digital konsultasjon med SLB

Senter for lindrende behandling (SLB) ønsker å invitere fastleger til å delta digitalt på første konsultasjon når pasienten blir henvist til dem. Ønsket er å få til et godt samarbeid mellom pasienten, SLB og fastlegen i pasientens siste fase av livet og sammen lage en plan for oppfølging av pasienten.

Møtet med SLB skal også bidra til å støtte og trygge fastlegen i oppfølging av terminale pasienter, og kan utvides med et ekstra møte med SLB-lege dersom fastlegen ønsker dette. Fastlegen vil få en dialogmelding med spørsmål om deltagelse i felleskonsultasjon og kan komme med ønsker for tidspunkt for konsultasjon.

Førerkort

Fastleger kan vurdere førerkort selv om pasienten bruker c-pap-maskin når det er spørsmål rundt dette. Dersom pasienten bruker maskinen minimum 4 timer per natt, og heller ikke har symptomer som dagtrettighet, skal fastlege som hovedregel håndtere dette. Det finnes veiledninger ang dette i førerkortforskriften.

(Søvnenheten, Sykehuset Østfold)



Fastlegeavvik – ny rutine

Rutine for fastlegeavvik er nå implementert i Samarbeidsavtalen mellom kommuner og sykehus [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. Rutinen finnes i QR koden.



Leger som pårørende

Sykehuset har den siste tiden fått henvendelser via dialogmeldinger fra fastleger som også er pårørende, der det etterspørres informasjon eller stilles spørsmål om den man er pårørende til (og ikke samtidig behandler/henviser). Leger som pårørende må henvende seg til sykehuset på samme måte som alle andre, og om de ønsker informasjon om et familiemedlem skal det i utgangspunktet fremlegges fullmakt. Sykehuset som dataansvarlig skal kun utlevere pasientopplysninger dersom det foreligge gyldig rettsgrunnlag for å sette taushetsplikten til side.



Henvvisning til tverrfaglig poliklinikk (ORT/NEV/HAB)

I høst feirer tverrfaglig ortopedisk nevrologisk poliklinikk 3 år.

Rekruttering av pasienter kommer fra voksenhabilitering, noen som har gått hos OCH uten spesialistoppfølging, og senere alle fra barnehabilitering som vi ser behov for tverrfaglig oppfølging. Kriteriene er at pasienten har medfødt eller tidlig ervervet bevegelsesforstyrrelse (cerebral parese, myelomeningocele, Rett syndrom, andre genetiske

tilstander som gir sammensatte symptomer og resulterer i behov for tverrfaglig oppfølging i spesialisthelsetjeneste). Henvisning bør inneholde korrekte diagnoser, tidligere behandling og aktuelle problemer. Henvisning skal sendes til Ortopedisk Kirurgi (evt. Nevrologi) og det bes om at henvisningen tydelig merkes med **Tverrfaglig vurdering/poliklinikk ORT/NEV/HAB**.

Informasjon fra Senter for laboratoriemedisin

Transferrin (TRF)

Den 01.09.25 ble det mulig å rekvirere TRF i DIPS interactor. Tidligere har denne analysen kun blitt analysert internt for å beregne TIBC-verdien. TRF er nå rekvirerbar i DIPS interactor og vil bli gitt ut med egen verdi på svarrapporten. Ved rekvirering av TIBC vil både TRF og TIBC gis ut på svarrapport.

For mer informasjon om analysene og referanseområder, se vår metodebok: <https://metodebok.no/bok/ostfoldlab>

Brukerundersøkelsen i april 2025

Basert på innspillene vi mottok, arbeider vi nå med å utvide analysepertoaret innen legemiddelanalyser (antipsykotika, antidepressiva og benzodiazepiner). På sikt vil vi også vurdere behovet

for å inkludere nye analyser innen antiepileptika og hormoner.

Vi mottok også innspill knyttet til brukervennligheten i DIPS Interactor og tilgang til prøvesvar. Det pågår et kontinuerlig arbeid i samarbeid med DIPS og HSØ for å forbedre funksjonaliteten, og deres innspill er videreformidlet som endringsønsker.

Når det gjelder tilgang til prøvesvar, vil dette bli mulig i forbindelse med utrulling av Pasi-entens prøvesvar. Enkelte foretak er allerede i gang, og Sykehuset Østfold planlegger oppstart 1. desember. I første fase vil prøvesvar rekvirert av primærhelsetjenesten bli tilgjengelige, mens prøvesvar rekvirert ved sykehuset vil bli inkludert i neste fase.

Viktig om Pakkeforløp tykk- og endetarmskreft

Viktig om Pakkeforløp tykk- og endetarmskreft
Det er et stort antall pasienter som henvises til gastromedisinsk poliklinikk for koloskopi i pakkeforløp. Disse tar stor del av koloskopivirksheten vår. Det er ingen form for filterfunksjon for disse pasientene slik man har med eksempelvis radiologiske undersøkelser i forkant av andre pakkeforløp. Det er derfor viktig at pakkeforløpskriteriene følges:

- Det er kun pasienter over **40 år** som skal inkluderes i pakkeforløp
- Uavklart blødning fra tarmen – **viktig med iFobt**
- Funn av tumor eller polyp ved ano-/rektoskopi
- Endring av et ellers stabilt avføringsmønster som har vart i over 4 uker

at grunnen til dette er at det mistenkes kreft i tarmen. Vi opplever stadig at pasienter avlyser/utsetter undersøkelser av mer eller mindre viktige årsaker, men tror ikke de ville ha gjort det hvis de var klar over mistanken om kreft.

Pasienter som er **gamle og/eller multisyke** må det være noe høyere terskel for å henvise – de bør uansett vurderes og **tas med på råd** om de vil være **aktuelle for behandling** av eventuelle funn og om de er **interessert i behandling**.

Informasjon om **tidligere skopier** må også fremkomme i henvisningen, særlig hvis det har vært de **siste 2 år**.

Ser frem til enda flere henvisninger fremover som fyller disse kravene!
(Gastrolab/Sykehuset Østfold)

Det som også er svært viktig er at **pasienten informeres om at de henvises i pakkeforløp** og

Dette er Ketamin

Ketamin er et velkjent legemiddel som har vært i bruk som narkosemiddel og i smertelindrende behandling. Det har vist seg også å ha god effekt på pasienter med depresjon og suicidale tanker. Prosedyren varer 2 timer og utføres i spesialisthelsetjenesten. Selve infusjonen varer 40 minutter, mens pasienten ligger i en seng. Pasienten er våken og bevisst under behandlingen, men kan oppleve en drømmelignende tilstand. Angst og ubehag kan forekomme.

Ketamin kan øke nervescellens evne til å lage nye forbindelser, samt endre den elektriske aktiviteten i hjernenettverk. Dette åpner et vindu der hjernen midlertidig får evne til å danne nye nervebaner. Ketamin brukes av enkelte som rusmiddel. I studiene, som er gjort hittil, er det imidlertid ikke rapportert om avhengighet når ketamin gis i en klinisk kontekst.



[Godkjenner ketamin for behandling av depresjon: - Dette var på tide! - Sykehuset Østfold HF](#)

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.

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.

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

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

Navn: Kurs i helsepedagogikk

Varighet: 5 dager (08.30-15.00)

Datoer: 15.10., 29.10., 13.11., 26.11., 10.12.

Om kurset:

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.

Målgruppe:

Helsepersonell som arbeider med informasjon til pasienter og pårørende, f.eks. innen friskliv, læring og mestring, rehabilitering, habilitering, helsestasjon mm. Helsepersonell og brukermedvirkere i spesialist- og kommunehelsetjenesten som planleg-

ger eller arbeider med opplæring for pasienter og pårørende.

Pris:

For brukermedvirkere og medarbeidere i Sykehuset Østfold: Gratis (minimum 40 % fast stilling). For eksterne: 4000,-.

Påmelding:

Mestring@so-hf.no (Oppgi navn, stilling, arbeidssted, telefonnummer og fakturaadresse)

Mer informasjon om kurset og temaer her:



Kurs for pasienter og pårørende			
Å navigere i ukjent landskap – For pårørende til pasienter over 18 år med alvorlig, uhelbredelig kreftsykdom.	1 kveldssamling	22. september	
Seminar for personer med psykoselidelse	2 kvelds-samlinger (18.00-20.45)	20. og 27. oktober	
Temadager for foreldre med CFS/ME-syke barn og unge	3 dagerskurs (09.00-15.00)	9., 15. og 21. oktober	
IBS-kurs	1 samling à 3,5 timer (08.30-12.00)	7.oktober, 18. November, 11.desember	
Cøliakikurs	3,5 timer (08.30-12.00)	18. november	
Stomikurs	2 dagerskurs (09:30 – 15:00)	28. oktober 30. oktober	

For detaljer og øvrig kurs-oversikt, Sykehuset Østfold:

