

For Fastleger

NYHETSBREV FRA SYKEHUSET ØSTFOLD

Utredning av kognitiv svikt – ny organisering

Fra 1. september i år foreligger det en ny organisering av utredning ved kognitiv svikt. Pasienter med mistanke om kognitiv svikt/demens henvises til *Geriatrisk poliklinikk – Hukommelsesklinikken*. Pasienter under 65 år får først en avgrenset vurdering ved nevrologisk avdeling før videre utredning ved Hukommelsesklinikken. Ved mistanke om primær nevrologisk sykdom henvises det til nevrologi. Dette er som ledd i arbeidet med å etablere en dør inn for kognitiv svikt-utredning i spesialisthelsetjenesten.

Før henvisning bør MMSE-NR3, klokke-test, komparentopplysninger, CT caput og førerkortvurdering foreligge. Bruk gjerne henvisningsmalen for å få med alle relevante opplysninger i henvisningen for å sikre en bedre vurdering. [Henvisningsmal kognitiv svikt](#) (word).

Pasientene vil etter vurdering av henvisningen bli inkludert i ett av tre forløp:

- **Video/ telefonkonsultasjon geriater–fastlege** når det hovedsakelig er behov for diagnostisk støtte og råd.
- **Forenklet poliklinisk vurdering** når pasienten allerede er godt utredet, men trenger spesialistvurdering.
- **Full NorKog-utredning** når det er behov for en omfattende spesialistutredning.

Alderspsykiatriske problemstillinger henvises fortsatt direkte til alderspsykiatrisk avdeling som tidligere (der det hovedsakelig er adferdsproblematikk/ pasienten har kjent psykiatrisk lidelse).

Se forøvrig temasiden [Kognitiv svikt - Kompetansebroen](#) som er publisert under fagartikler på legesidene



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.

Trenger pasienten tolk?

Når pasienter med behov for folk som snakker et annet språk henvises til 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.



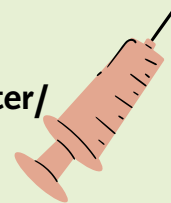
MÅNEDENS KLOKE VALG

Unngå legemiddelbehandling av søvnvansker uten utredning og klar indikasjon

For lite søvn, dårlige søvnvaner, forstyrret søvn og søvn sykdommer kan medføre psykiske helseplager og psykiatriske symptomer hos barn og unge. Søvn og søvnvansker hos pasienter i barne- og ungdomsårene bør kartlegges tidlig og utredes grundig etter gjeldende retningslinjer. Hvis behandling er nødvendig, skal denne initialt bestå av ikke-medikamentelle tiltak. Dette inkluderer psykoedukasjon, søvnhygieneråd, kognitiv atferdsterapi for søvn (CBTi ved insomni) eller lysbehandling (døgnrytmelidelser).

Legemidler bør kun vurderes dersom slike tiltak ikke har gitt effekt.

Utfasing av insulinprodukter/insulatard



Novo Nordisk trekker en rekke insulinpreparater. 30. november 2026 utgår Insulatard. Det er ikke tilstrekkelig Humulin tilgjengelig, så mange vil trenge å bytte til en insulintype med en annen virkningsprofil.

I lenken nedenfor finner du omforente råd fra Norsk forening fra allmennmedisin og Norsk endokrinologisk forening om hvem som bør få Humulin og hvordan overgangen til andre produkter kan gjennomføres [Utfasing av insulinprodukter/insulatard](#) (legeforeningen.no)

Kompetansebroen

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.

Kompetansebroen som henvisningsstøtte

Under **Fag** finner man aktuelle fagmiljøer som har lagt ut informasjon som er nyttig ved henvisning til Sykehuset Østfold. Gå til **Legesiden for Østfold** og scroll ned til **Fag**, eller følg denne linken; [Fag](#).

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.

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. 17 - Rutine for håndtering av samhandlingsavvik eller forbedringsforslag](#). Rutinen skal gjøre det enklere å sende avvik/ forbedringsforslag med pasient-sensitiv informasjon til SØ. Dette gjøres ved å sende meldingen i fritekst direkte til samhandlingsavdelingen i [eDialog](#).

Rutinen finnes i QR-koden.



Bilde fra arkiv. Laboratoriet ved Sykehuset Østfold Kalnes

Rekvirering av blodutstryk

Blodutstryk er en manuell og ressurskrevende analyse med lengre svartid enn maskinelle analyser, og bør derfor rekvireres målrettet. Ved de fleste hematologiske problemstillinger anbefales det å starte med hematologisk status (hemoglobin, leukocytter med maskinell differensialtelling, trombocytall, MCV og MCH), eventuelt supplert med relevante biokjemiske analyser. Laboratoriet vurderer behovet for blodutstryk når analyseresultater eller instrumentvarsler tilsier at morfologisk vurdering er nødvendig.

Blodutstryk bør rekvireres ved konkrete spørsmål knyttet til blodcellenes morfologi som ikke forventes avklart gjennom innledende analyser. Klinisk problemstilling og relevante opplysninger må oppgis på rekvisisjonen. For best mulig vurdering bør blodutstryk fremstilles snarest mulig etter prøvetaking, helst innen fire timer.

Ved spørsmål om analysevalg eller tolkning av prøvesvar kan det sendes dialogmelding til Sykehuset Østfold HF Medisinsk biokjemi (HER-id 151004).

Nytt, aldersjustert referanseintervall for seksualhormonbindende globulin (SHBG) hos menn ≥ 60 år

Senter for laboratoriemedisin innfører fra 1. oktober 2026 aldersjustert referanseintervall for P-SHBG hos menn. Endringen gjelder kun menn over 60 år.

Nye referanseintervaller:

Gruppe	Referanseintervall (nmol/L)
Menn < 60 år	13,5–71,4 (uendret)
Menn ≥ 60 år	15–90 (nytt)
Kvinner	19,8–155,2 (uendret)

SHBG produseres i leveren, og syntesen hemmes normalt av testosteron. Med økende alder faller testosteronnivået gradvis, og denne hemmingen svekkes – noe som gir en fysiologisk, aldersbetinget stigning i SHBG hos friske eldre menn, ikke et tegn på sykdom.

Fri testosteron index/FTI (= testosteron $\times 10$ / SHBG) beregnes direkte ut fra SHBG-verdien. En aldersbetinget fysiologisk økning i SHBG vil isolert sett trekke FTI ned – dette er en forventet konsekvens av at

SHBG inngår i nevneren. Det aldersjusterte referanseintervallet endrer ikke selve FTI-beregningen, men reduserer risikoen for feilklassifisering av SHBG. Vurdering av om en gitt FTI-verdi er forventet for alderen, bør gjøres mot et relevant referansegrunnlag eller relevante beslutningsgrenser for FTI/ fritt testosteron.

For kvinner er referanseintervallet uendret, og endringen har derfor ingen klinisk konsekvens for denne gruppen.



Rehabiliteringskoordinator SØ Moss og Kalnes

Rehabiliteringskoordinator ved SØ vurderer og henviser pasienter til spesialisert rehabilitering. Pasientgruppen er inneliggende eller henvist fra sykehusets poliklinikk.

Fastleger som vurderer at pasienten har behov for spesialisert rehabilitering sender ikke henvisning til rehabiliteringskoordinator SØ, men via Regional Koordinerende Enhet (RKE) ved Sunnaas sykehus, som rettighetsvurderer henvisningen.

Ved rehabilitering i spesialisthelsetjenesten skal det være behov for spesialisert kompetanse og faggrupper samlet på et sted, nærhet til spesialisert medisinsk kompetanse, erfaringer knyttet til smalere og mer spissede problemstillinger.

Pasienter som trenger tverrfaglig breddekompetanse, tverrfaglig samhandling, langvarig og koordinert oppfølging, nærhet til brukers livsarena bør følges opp lokalt i egen kommune.

Informasjon om Senter for laboratoriemedisin sine medisinske faglige ressurser



Arash Bigonah

Arash er spesialist i medisinsk biokjemi og overlege ved Senter for laboratoriemedisin, Sykehuset Østfold.

Han har bred tverrfaglig klinisk erfaring og bistår rekvirenter med klinisk-kjemiske problemstillinger, herunder vurdering av laboratoriesvar.

Ved konkrete pasientproblemstillinger kan han kontaktes via dialogmelding til «Medisinsk biokjemi», på telefon 69 86 84 37 eller via laboratoriets ekspedisjon 69 86 84 10.



Nedka Georgieva Taneva-Dimitrova

Nedka er spesialist i medisinsk biokjemi og overlege ved Senter for laboratoriemedisin, Sykehuset Østfold.

Hun jobber innen hele fagområdet medisinsk biokjemi, og har spesiell interesse for laboratoriets referanseintervaller.

Ta kontakt på tlf. 960 90 860 dersom du har spørsmål.

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.

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 www.sykehuset-ostfold.no / samhandling / fastleger og avtalespesialister

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, Fredrik Hassel, Oskar Mathisen og Per Øyvind Grønningsæter
- Kommuneoverlege John Ødegård og Kjersti Gjøsund
- Samhandlingssjef kommune Karianne Jenseng Bergman
- Samhandlingslegene (SLO)
- Klinikksjef medisinsk avdeling SØ Volker Solyga, assisterende fagdirektør SØ Birgitte B. Brandt og samhandlingsjef 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 i [Kompetansebroen Østfold](#) og på [sykehusets hjemmeside](#).

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:

Emnekurs i psykofarmakologi 28. og 29. januar

Ny dato!



Sykehuset Østfold inviterer til emnekurs i psykofarmakologi torsdag 28. januar 2027 kl. 15.30–20.00 og fredag 29. januar kl. 08.00–17.00. Tema er de vanligste antidepressiva, antipsykotika og ADHD-legemidlene som brukes i primærhelsetjenesten. Virkninger, bivirkninger, interaksjoner og farmakogenetikk/CYP vil adresseres. Kurset vil inneholde en kombinasjon av forelesninger og gruppediskusjoner. Kurset er godkjent av Dnlf med 15 poeng som klinisk emnekurs for emneområde klinisk farmakologi (for etterutdanning av spesialister). For leger i spesialisering kan kurset bidra til oppfyllelse av læringsmål i spesialiteten allmennmedisin; ALM-001, 018, 029, 037, 041, 056, 063, 077 og 085.

For påmelding, program og mer informasjon: [Emnekurs psykofarmakologi - Kompetansebroen](#)



Etikksseminar «Bør dødshjelp bli tillatt i Norge?»

Palliasjon – tredagers grunnkurs



Kurset arrangeres av Senter for lindrende behandling SØ 12.11, 17.11 og 24.11 alle dager 8:45–15:00 på Tune administrasjonsbygg. Kurset er diagnoseuavhengig, men mye av det faglige innholdet rettes mot den alvorlig syke kreftpasienten. Kurset er tverrfaglig og retter seg mot alle faggrupper som jobber med pasientgruppen. Kurset er søkt godkjent som tellende timer Dnlf. For påmelding, program og mer informasjon: [Palliasjon – tredagers grunnkurs - Kompetansebroen](#)

Med dødshjelp oppstår mange og vanskelige etiske dilemma. Om dødshjelp skulle bli innført i Norge, vil helsepersonell få en sentral rolle. Morten Magelssen er lege, professor og leder for Senter for medisinsk etikk ved Universitetet i Oslo. Edvin Schei er professor ved Universitetet i Bergen, lege og spesialist i allmennmedisin. De to innlederne har flagget ulikt syn på dødshjelp, og dette vil komme fram gjennom innlegg og en avsluttende panelsamtale. Seminaret arrangeres av klinisk etikk komite ved SØ. For påmelding, program og mer informasjon: [«Bør dødshjelp bli tillatt i Norge?» - Kompetansebroen](#)

Kurs for pasienter og pårørende

Benskjørhet – Osteoporose
(digitalt kurs)

20. oktober
Kurset krever henvisning fra fastlege for pasienter som ikke er pasient ved Diakonhjemmet sykehus: [Benskjørhet – Osteoporose \(digitalt\) - Diakonhjemmet sykehus](#)



Cøliakikurs

10. november



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

3 dagers kurs november



Temakveld
Å navigere i ukjent landskap – For pårørende til pasienter over 18 år med alvorlig, uhelbredelig kreftsykdom

2 dagers kurs november

