

For Fastleer

NYHETSREVISOR FRA SYKEHUSET ØSTFOLD - med ønske om en god forjultid



Vår møte for leger 2026

—
Hold av datoene
5. og 6. mars.

Vår møte for helsesekretærer 2026

—
Hold av datoen
6. mars.

Etterbruddspoliklinikken ved Sykehuset Østfold

Mandag 8. september åpnet Sykehuset Østfold Etterbruddspoliklinikken ved skadepoliklinikken på Kalnes, ortopedisk avdeling. Tilbudet gjelder pasienter over 50 år med brudd (unntatt fingre og føtter), og har som mål å forebygge nye brudd og gi mer helhetlig oppfølging. Poliklinikken er en del av Fracture Liaison Service (FLS), en internasjonalt anbefalt modell som har vist å halvere risikoen for nye brudd og forbedre behandlingsoppfølgingen.

Etterbruddspoliklinikken driver med sekundærforebygging etter brudd, og må ikke forveksles med Osteoporosepoliklinikken i Moss, som tilhører Revmatologisk avdeling.

Pasientene innkalles automatisk og trenger ikke henvisning. De får tilbud om bentetthetsmåling (DXA), blodprøver og konsultasjon med osteoporoselege. Det gjøres vurdering av fallrisiko og gis veiledning om livsstil, kosthold og trening. Ved behov startes medikamentell behandling for osteoporose.

Etterbruddspoliklinikken ønsker tett samarbeid med fastlegene.

God oppfølging etter brudd kan halvere risikoen for nye brudd og redusere dødelighet. Pasienter med ett brudd har 2–5 ganger økt risiko for nye brudd, særlig de første to årene.



Ø-hjelpshenvisninger / akutte henvisninger

Minner om at pasienten alltid skal ha med papirkopi av ø-hjelpshenvisninger til sykehuset. Det gjelder både ved kliniske henvisninger og ved henvisninger til bildediagnostikk.

Se for øvrig informasjon på våre nettsider: [Informasjon til ekstern henviser - bildediagnostikk SØ](#). [Den gode henvisning - ø-hjelpshenvisninger](#)

Trenger pasienten tolk?

Når pasienter med behov for tolk 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.

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 pasientens sensitiv informasjon til SØ. Dette gjøres ved å sende meldingen i fritekst direkte til samhandlingsavdelingen i eDialog. Rutinen finnes i QR koden.



Kompetansebroen Østfold – legesiden

Helsefelleskapet, 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.

Avdeling for bildediagnostikk kan nå kontaktes via dialogmelding

Avdeling for bildediagnostikk (ABD) ved Sykehuset Østfold HF ønsker å legge til rette for bedre samhandling med fastleger og øvrige henvisere. Fra 1. oktober 2025 kan avdelingen motta dialogmeldinger gjennom Norsk Helsenetts adresseregister. Tjenesten gir mulighet for direkte kommunikasjon med avdelingens radiologer og sekretærer.

Eksempler på aktuell bruk:

- Oppklarende spørsmål om utførte radiologiske undersøkelser, f.eks. relatert klinisk betydning av funn og anbefalinger om videre utredning.
- Tilleggsopplysninger knyttet til planlagte undersøkelser, f.eks. endret hastegrad, MR-sjekkliste eller spørsmål om nyrefunksjon.
- Spørsmål relatert til undersøkelser under sykehusopphold som ikke er omtalt i epikrise til fastlege.
- Råd om relevante tilleggsundersøkelser, inkludert anbefalte kontrollintervaller og modalitetsvalg.
- Meldingene skal ikke brukes til:
- Henvisning til radiologiske undersøkelser
- Avviksmeldinger

Dialogmeldingen sendes til: «Bildediagnostikk, Sykehuset Østfold» i adresseregistret. Merk: det er kun dialogmeldingstypene Forespørsel og Svar på forespørsel som kan benyttes i dialog med SØ. [Avdeling for bildediagnostikk kan nå kontaktes via dialogmelding - Kompetansebroen](#)

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 Tølsen, Mohammed Quadori, Ola Amundsen, Oskar Mathisen og Per Øyvind Grønningsæter.
 - Kommuneoverlegene John Ødegård og Kjersti Gjosund
 - Samhandlingssjef kommune Karianne Jenseg Bergman
 - Samhandlingslegene (SLO)
 - Klinikksjef medisinsk avdeling SØ Volker Solysga, 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

Spilleavhengighet

Spilleavhengighet defineres som en tilstand der personen har mistet kontrollen over spillingen, og atferden preger tanker, følelser og livssituasjon (dårlig mental helse, økonomiske vansker, familiekonflikter, arbeidsledighet, og økt risiko for depresjon og selvmord).

Poliklinikk for rus- og avhengighetsbehandling (TSB) tilbyr behandling til personer med spilleavhengighet (penge- og dataspill).

Fastleger kan henvise pasienter med spilleavhengighet på lik linje med pasienter med rusproblematikk.

Behandlingstilbud gis etter poliklinisk kartlegging og behandling, tilpasset individuelt. Tilbudet kan være:

- individuelle samtaler
- par-/familiesamtaler
- pårørendebehandling

- Gruppebehandling planlegges oppstart i løpet av 2026

Lokasjoner

Avdeling for rus- og avhengighetsbehandling i Sykehuset Østfold har et nettverk av dedikerte medarbeidere som jobber spesifikt med spilleavhengighet innenfor TSB. Behandling gis ved alle poliklinikkene i Avdeling for rus- og avhengighetsbehandling, det vil si i Askim, Halden, Moss, Fredrikstad og Sarpsborg.

Mer informasjon Se Sykehuset Østfolds nettside: [Spilleavhengighet – Sykehuset Østfold HF](#)



Henvisninger ved arytmi

Hjertepoliklinikken minner om at ved henvisninger for flimmer/arytmi må det sendes med EKG (flimmer- eller anfalls-EKG).

EKG sendes elektronisk til sykehuset som vedlegg til henvisningen.



Informasjon fra høresentralen

Høresentralen vil fra 01.11.25 endre en del rutiner for hvordan vi forholder oss til NAV, og dette vil på sikt påvirke ventetiden vår på høreapparater positivt. Pr nå er ventetiden nærmere ett år, men vi håper at denne vil kunne halveres på sikt.



Hvordan håndtere barn og ungdom med magesmerter, obstepasjon, hodepine og ufrivillig vannlating.

Norsk forening for allmennmedisin (NFA) og Barnelegeforeningen har utarbeidet omforente skriv for fire vanlige og generelt sett ufarlige barnemedisinske tilstander: Hvordan håndtere barn og ungdom med magesmerter, obstepasjon,

hodepine og ufrivillig vannlating. Link til generell veileder, pediatri: [19. Omforente anbefalinger fra NFA og Barnelegeforeningen - Helsebiblioteket](#)

Generell påminnelse om informasjon i henvisninger til Sykehuset Østfold

Henstiller til å huske på disse punktene ved henvisning av pasient til sykehuset:

- behov for tolk
- rett språk
- smitte, spesielt resistente bakterier. Det mangler ofte MRSA-status når pas har vært på sykehus i utlandet.
- rullestolbruker, behov for heis - andre helse-tilstander og sykdommer vi må ta hensyn til.
- Oppdatert og samstemt legemiddelliste

Informasjon fra Senter for laboratoriemedisin

Endringer ved rekvirering av PCR for atypiske luftveisbakterier

Senter for laboratoriemedisin har gjort en endring i rekvirering av PCR-analyse for atypiske luftveisbakterier. Endringene trer i kraft f.o.m. 19.11.25. Den diagnostiske pakken Atypiske luftveisbakterier vil nå kun inkludere *Mycoplasma pneumoniae* og *Chlamydia pneumoniae*. Som tidligere er aktuelt prøvemateriale nasopharynxpensel tatt på UTM-medium, i tillegg til dypere luftveisprøver som ekspektorat. Dersom det klinisk er mistanke om *Legionella*-infeksjon, må denne analysen rekvireres separat. Analysen heter nå *Legionella* PCR og kan rekvireres via DIPS interactor. Godkjent prøvemateriale for denne analysen er ekspektorat, trakealsekret og BAL (bronkoalveolær skyllevæske). Nasopharynxsekret gir dårlig sensitivitet, og anbefales ikke. Les mer om analysen i vår metodebok: <https://metodebok.no/bok/ostfoldlab>

Nye åpningstider – blodprøvetaking Halden

Halden	Åpent	Stengt	Åpent
mandag-fredag	08.00 – 11:30	11:30 – 12:30	12:30 – 14:45

Digital konsultasjon med Senter for lindrende behandling (SLB)

Senter for lindrende behandling 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.

Prosjekt Integrerte helsetjenester (IHT) ved Sykehuset Østfold

Sykehuset Østfold er i gang med et tjenesteinnovasjonsprosjekt kalt Integrerte helsetjenester (IHT), som retter seg mot eldre med skrøpelig og sammensatte behov. Dette er pasienter som ofte er storforbrukere av helsetjenester, og som får fragmentert oppfølging.

IHT har som mål å gjøre en helhetlig tilnærming til pasienten gjennom en bred geriatrisk vurdering og kartlegging i hjemmet med personell både fra sykehuset og kommunen, herunder fastlegen. Prosjektet er plukket ut til å være et av regjeringens «Prosjekt X», og er særlig innovative tiltak som søker å løse samhandlingsutfordringer i dagens tjenesteinnretning. Det er i høst etablert tverrfaglige oppfølgingsteam (IHT-team) som består av koordinator fra kommunen, geriater og koordinator fra sykehuset. Pasientens fastlege inviteres til å delta i kartleggingssamtaler hjemme hos pasienten – enten fysisk eller digitalt. Pilotkommuner i prosjektet er Sarpsborg og Fredrikstad.

Teamet kartlegger pasientens behov, mål og risikoområder, og utarbeider en behandlings- og

Det er ikke lenger nødvendig å bestille time for glukose/Fe/laktose belastning.

Urinprøver for rusmiddeltesting er tatt med/uten tilsyn

Senter for laboratoriemedisin har endret interne rutiner når det gjelder registrering av informasjon om urinprøver for rusmiddeltesting er tatt med/uten tilsyn og om prøveglassene er forseglet. Ved svarutgivelse på rusmiddelanalyser har laboratoriet inntil nylig informert rekvirent tilbake om prøven var tatt under tilsyn eller ikke. Denne informasjonen vil ikke lenger utgis rutinemessig, men vil være tilgjengelig på laboratoriet. Vi vil understreke at det fortsatt er anbefalt at rusmiddeltester alltid tas under tilsyn og at prøvetaker dokumenterer dette i forbindelse med urinprøvetakingen. For medisinske rusmiddelprøver er det ikke krav om forsegling. Informasjon om prøver som mottas ved laboratoriet er forseglet eller ikke vil ikke lenger bli registrert i vårt datasystem. Ved spørsmål, ta kontakt med laboratoriet på telefon 960 90 864 (hverdager 08-15).

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.

oppfølgingsplan. Målet er å identifisere tiltak som kan forebygge forverring av helsetilstand og redusere behovet for akuttmedisinske tjenester – både i sykehus, kommune og hos fastlege.

Vi ønsker med dette å informere om at fastlegen kan bli kontaktet for å delta i kartleggingssamtaler og vil motta behandlingsplaner som det er viktig å bidra til at pasienten etterlever. Vi håper på godt samarbeid for å sikre helhetlig og trygg oppfølging av denne sårbare pasientgruppen.

Ved spørsmål om prosjektet, ta kontakt på: iht@so-hf.no



Rask og riktig sårbehandling med digital konsultasjon

- Kirurgisk poliklinikk ved Sykehuset Østfold tilbyr digital oppfølging av sårpasienter som blir behandlet ved fastlegekontor, eller som mottar hjelp fra hjemmetjeneste/institusjon og som er i behov av bistand til rett behandling.
- Fastlege kan sende henvisning med ønske om digital oppfølging. For nyhenviste pasienter vil det være karkirurg eller plastikkirurg og
- Sårsykepleier til stede under konsultasjonen.
- Spesifiser i henvisningen dersom behovet kun gjelder råd og veiledning fra Sårsykepleier.
- Utstyret man trenger er mobil, eller nettbrett med kamera. Tilgang til nettstedet får du ved å skrive hele adressen: <https://join.nhn.no> i nettleser.
- Pasienten vil motta time til Video-konsultasjon i svarbrev, sms og i Helse Norge. Kommune og fastlege blir informert via Dialogmelding.

Når konsultasjon foregår på fastlegens kontor, bruker fastlegen takst 2sf og krever inn egenandel fra pasient i henhold til takstforskriften. Når pasient er til konsultasjon på sykehuset, og fastlege deltar i samkonsultasjon, skal fastlege bruke takst 2ss. Da er det sykehuset, og ikke fastlegen som skal kreve inn eventuell egenandel.

Takstene 2sf og 2ss kan kombineres med tids tillegg, takst 2cd dersom konsultasjonen varer utover 20 minutter.

Hva er viktig å tenke på ved bruk av digital sår oppfølging:

- Alle presenterer seg før selve sårvurderingen.
- Det er viktig å avklare i hvilken grad pasienten og evt pårørende ønsker å involveres i samtalen.
- Pasienten kan ved ønske følge sårvurderingen på egen mobil/nettbrett (husk å mute lyd).
- Unngå å filme ved for eksempel av og påkledning.
- Sår-konsultasjonen legger til rette for kunnskapsdeling, og gir mulighet for spørsmål og dialog mellom partene i konsultasjonen.

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.

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

Kurs / møter som kommer

Navn: Kurs i helsepedagogikk

Varighet: 5 dager (08.30-15.00)

Dato: Oppstart 16. mars 2026

Om kurset:

Kurset er for helsepersonell og brukermedvirkere i primær- og sekundærhelsetjenesten som planlegger eller arbeider med opplæring for pasienter og pårørende. Det passer også for deg som jobber med informasjon til pasienter og pårørende, for eksempel innen friskliv, læring og mestring, rehabilitering, habilitering, helsestasjoner m.m.

Pris for eksterne deltakere:

kr 4 000,-

For mer informasjon om kurset og datoer, skann QR-koden.



Kurs for pasienter og pårørende

IBS-kurs	1 samling à 3,5 timer (08.30-12.00)	
Cøliakikurs	3,5 timer (08.30-12.00)	
Stomikurs	2 dagerskurs (09:30 – 15:00)	
Affektbevissthet – en gruppebehandling til pårørende med alvorlig psykisk lidelse	14 ukers program ved DPS Sarpsborg. Oppstart 19.1.2026	

«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

For detaljer og øvrig kurs-oversikt, Sykehuset Østfold:

