

# Mange leger forskriver til seg selv

Over halvparten av norske leger forskriver medikamenter til seg selv, allerede fra de er nyutdannede.

Mange leger som trenger antibiotika, prevensjonsmidler, smertestillende eller sovemiddel tar frem reseptblokken og skriver ut dette til seg selv. I en norsk prospektiv studie publisert i tidsskriftet *BMC Medicine* har forskerne fulgt en kohort unge norske leger over ni år. 252 leger deltok ved å fylle ut spørreskjema ett, fire og ni år etter endt utdanning.

I turnus rapporterte 69 % av legene at de hadde selvfor skrevet, og det var større sannsynlighet for at de samme legene forskrev til seg selv også senere i karrieren. Fire og ni år etter embetseksamen svarte 54 % at de hadde forskrevet til seg selv i løpet av det siste året. Hele 90 % av legene som hadde brukt medikamenter i løpet av det siste året, hadde skrevet ut disse til seg selv.

Det var ingen forskjell mellom mannlige og kvinnelige leger, eller mellom sykehusleger og allmennpraktiserende leger. Leger som trengte behandling for psykiske problemer skrev ut sovemidler og beroligende til seg selv i større grad enn de andre kollegene som ble spurt.

Erlend Hem og medarbeidere ved Universitetet i Oslo står bak denne første longitudinelle studien av selvfor skrivning blant leger.

– Det kan være praktisk for en lege å forskrive til seg selv i enkelte tilfeller, for eksempel å fornye en resept på p-piller, eller å behandle seg selv med antibiotika for en triviell infeksjon. Men man skal passe



Mange leger skriver ut resepter til seg selv.  
Foto Hans Petter Fosseng

på. Selvfor skrivning kan være et tegn på at man ikke er tilstrekkelig påpasselig med egen helse, sier Erlend Hem til Tidsskriftet.

Han mener det er viktig at også leger har en fastlege. Hvis man forskriver til seg selv, mister man lett den profesjonelle objektivitet og distanse som er nødvendig i et lege-pasient-forhold.

– Det er ikke uten grunn at etiske regler for leger i mange land sier at også leger bør søke profesjonell hjelp når de er syke. Mange leger føler at det er vanskelig å være i pasientrollen. Derfor kan lege for lege-ordningen være nyttig, sier Hem.

Les hele saken: [www.tidsskriftet.no/9539](http://www.tidsskriftet.no/9539)

**Eline Feiring**  
[eline.feiring@legeforeningen.no](mailto:eline.feiring@legeforeningen.no)  
Tidsskriftet

## – Ginseng virker mot forkjølelse

Nordamerikansk ginseng ser ut til å ha effekt mot forkjølelse, ifølge en studie publisert i *The Canadian Journal of Medicine*. 279 personer tok to kapsler med enten ginseng eller placebo daglig i fire måneder. 10 % i intervensjonsgruppen mot 23 % i kontrollgruppen hadde to eller flere forkjølelser i løpet av perioden. Ginseng så også ut til å gi mildere symptomer og færre dager med symptomer. Professor Vinjar Fønnebo ved Universitetet i Tromsø mener studien støtter pasienterfaringer om forebyggende effekt mot forkjølelser. Han mener dette midlet kan komme til å bli anbefalt til hele befolkningen.

Les hele saken: [www.tidsskriftet.no/9619](http://www.tidsskriftet.no/9619)

## Klar i hodet av mye fisk

Eldre som spiser minst ett fiskemåltid i uken reduserer den kognitive svekkelsen med rundt 10 % hvert år, viser en studie publisert i *Archives of Neurology*. En diett med noe fisk ble assosiert med redusert aldersbetinget kognitiv svekkelse over en seks års periode.

– Undersøkelsen er interessant, men assosiasjonen er vanskelig å forklare, sier professor Knut Engedal ved Nasjonalt kompetansesenter for aldersdemens.

Les hele saken: [www.tidsskriftet.no/9549](http://www.tidsskriftet.no/9549)

## HIV-pasienter føler seg diskriminert av legen

En amerikansk studie viser at tre av ti HIV-pasienter føler seg diskriminert av leger og annet helsepersonell. I studien, som er publisert i *Journal of General Internal Medicine*, ble 2 500 amerikanske HIV-pasienter intervjuet. Nærmere tre av ti rapporterte om minst én av fire typer opplevd diskriminering. 8 % var blitt nektet behandling. 26 % mente legen hadde følt seg ukomfortabel med å ha dem som pasient, 17 % mente legen behandlet dem som mindreværdige eller ønsket å unngå dem (18 %).

Les hele saken: [www.tidsskriftet.no/9527](http://www.tidsskriftet.no/9527)

## Ullevål hyppig omtalt i mediene

Ullevål universitetssykehus ble omtalt 6 200 ganger i media i sommer, noe som er langt mer enn flere av de store bedriftene her i landet. Bare Statoil var oftere nevnt, ifølge tall fra Norsk Samfunnsbarometer. Ullevål er det suverent mest omtalte sykehuset i Norge.

Les hele saken: [www.tidsskriftet.no/9610](http://www.tidsskriftet.no/9610)

## Karl Evang-prisen til kreativ helsesøster

Sykepleier, jordmor og helsesøster Borghild Haaland er tildelt årets Karl Evang-pris for sitt kreative forebyggende helsearbeid gjennom flere år. Borghild Haaland har blant annet som

helsesøster i Gjerstad kommune i Aust-Agder vært en pådriver for å få satt i gang helsefremmende tiltak overfor ulike grupper i alle aldre, skriver Helsetilsynet.

– Borghild Haaland har i sitt arbeid vist en allsidighet og vilje til å tenke utradisjonelt som har kommet brukerne hennes til gode gjennom mange år, sa prisutdeler og medlem av komiteen, professor Steinar Westin.

Les hele saken: [www.tidsskriftet.no/9509](http://www.tidsskriftet.no/9509)