

Beste helseforetak på nett er kåret⁴¹⁰

Nettsidene til Akershus universitetssykehus HF skårer høyest blant helseforetakene i *Norge.no* sin kvalitetsvurdering.

Det er tredje gang det er gjennomført vurdering av offentlige nettsted. I 2004-vurderingen er det lagt vekt på at nettsteder skal være tilgjengelige for alle.

Blant de 31 nettsidene for helseforetak (HF) og regionale helseforetak (RHF) som er med i undersøkelsen, kommer Akershus universitetssykehus HF best ut med en gjennomsnittsskåre på 77 % og fem stjerner av seks mulige. Helseforetaket får spesielt god kritikk for nettsidenes tilgjengelighet. Nettsidene er godt leselig for blinde og svaksynte som bruker leselist, blant annet ved at det er knyttet meningsbærende tekst til bildene og at det er lett å skille grafiske elementer fra innholdet. Nettstedet får også skryt for god kontrast, noe som øker lesbarheten på skjerm. De får ikke like god kritikk for innholdet.

Andre plass blant helseforetak og regionale helseforetak går til Helse Nord RHF. Nettstedet fikk en totalskåre på 75 % og fem stjerner av seks mulige. De får nesten full pott innenfor innholdskategorien. Helse Bergen HF gjør det bra innenfor tilgjengelighet og havnet på en delt tredje plass sammen med Helse Øst RHF.

Les hele saken: www.tidsskriftet.no/pls/lts/pa_lt.visNyhet?vp_id=7239

Hvordan behandle kroniske ryggsmarter?

Flere typer diagnostisk vurdering og behandling som har vært vanlig ved uspesifikke kroniske ryggsmarter, kan ikke lenger anbefales.

Det er konklusjonen i de nye europeiske retningslinjene for behandling av kroniske ryggplager. EU har finansiert arbeidet, som har pågått over fire år, og som også har resultert i kunnskapsbaserte retningslinjer for forebygging og behandling av akutte ryggsmarter. Flere norske eksperter har vært representert i arbeidsgruppene, og Holger Ursin og Jens Ivar Brox har bidratt til retningslinjene om diagnostikk og behandling. Disse er utarbeidet ut fra tidligere forskning på feltet.

– Hovedbudskapet i retningslinjene er at kroniske ryggsmarter best behandles med kognitiv atferdsterapi og fysisk aktivitet. Det innebærer blant annet at man må forklare årsaken til ryggsmertene og på denne måten redusere frykten hos pasienten, sier professor i psykologi, Holger Ursin, til Tidsskriftet. Diagnostisk triangulering for å ekskludere spesifikk spinal patologi og rotsmerter er det eneste som anbefales med tanke på diagnostikk. Verken spinale palpatoriske tester, bløtvevstester, radiografi, CT – computertomografi, magnetomografi eller elektromyografi kan anbefales som diagnostiske metoder, ifølge retningslinjene.

Når det gjelder behandling deles dette opp i tre grupper; konservative, farmakologiske og invasive behandlinger. Kognitiv atferdsterapi og øvelsesterapi anbefales, og multidisiplinær «biopsykososial» behandling med trening anbefales når enklere

behandlinger ikke har hatt effekt. Ryggskoler kan vurderes, men dette avhenger av skolens innhold. Det gis detaljerte oversikter over medikamentelle behandlinger. – Noen behandlinger kan man vurdere selv om data er usikre, for eksempel manuell behandling, percutan elektrisk nervestimulering (PENS) og «nevrorefleksoterapi» hvor dette er tilgjengelig, sier Ursin.

Listen over behandling som ikke kan anbefales er lang, og omfatter blant annet fysikalsk behandling som bruk av varme eller kulde, massasje eller korsetter, antidepressiver, muskelavslappende, akupunktur, triggerpunktinjeksjoner og kirurgi.

– Generelt er det begrenset med positive data for mange aspekter av diagnostisk vurdering og behandling av pasienter med uspesifikke kroniske korsryggsmarter. De mest lovende behandlingsmetodene synes å være kognitive atferdsintervensjoner som oppmuntrer aktivitet og øvelser, sier Holger Ursin.

I Norge ble det utgitt retningslinjer for akutte korsryggsmarter i 2002. Disse ble også omtalt i Tidsskriftet.

Les hele saken: www.tidsskriftet.no/pls/lts/pa_lt.visnyhet?vp_id=7200

Eline Feiring

eline.feiring@legeforeningen.no
Tidsskriftet

TIDSSKRIFTET PÅ INTERNETT

Nytt fra nett er tidligere publisert på www.tidsskriftet.no der nyheter legges ut fortløpende.

Søkbar fulltekstversjon på nett: www.tidsskriftet.no

E-postabonnement på innholdsfortegnelsen: www.tidsskriftet.no

Kunnskapsprøver: www.tidsskriftet.no/quiz

Stillingsdatabase og mulighet til å bli varslet om ledige legestillinger via e-post: www.tidsskriftet.no/stilling

Siden litteratur for leger: www.tidsskriftet.no/bok

I gang med brakyterapi mot prostatakreft

Takket være en innsamlingsaksjon tilbys nå brakyterapi som behandling til pasienter med prostatakreft. Hvorvidt behandlingen er bedre enn utvendig strålebehandling er imidlertid uklart.

Les hele saken: www.tidsskriftet.no/pls/lts/pa_lt.visNyhet?vp_id=7252

Trinnprismodellen innført

Indeksprissystemet er avskaffet, og trinnprismodellen er innført som nytt refusjonssystem for generiske legemidler.

Les hele saken: www.tidsskriftet.no/pls/lts/pa_lt.visNyhet?vp_id=7263

Kunnskapsbase om forebygging

Nettstedet *Forebygging.no* er en database som inneholder et bredt spekter av emner innen forebyggende og helsefremmende arbeid generelt, og rusforebyggende arbeid spesielt.

Les hele saken: www.tidsskriftet.no/pls/lts/pa_lt.visnyhet?vp_id=7196

Vil skyve oppgaver fra spesialist til fastlege

Arbeids- og sosialdepartementet foreslår at fastlegene får fornye legespesialistenes rekvisisjoner til ortopediske hjelpemidler.

Les hele saken: www.tidsskriftet.no/pls/lts/pa_lt.visnyhet?vp_id=7190