

Spillet om sykehusene

Vi nærmer oss femårsjubileet for reformen i spesialisthelsetjenesten. Fra 1.1. 2002 ble den organisert som foretak – og alt skulle bli mye bedre. Det skulle bli mindre byråkrati og bedre pasientbehandling. Det skulle bli tydeligere ansvarsforhold og mindre svarteperspill. Ikke minst skulle man få kontroll over sykehusøkonomien. «Den nye foretaksmodellen gir bedre utnyttelse av kapital og ressurser,» uttalte reformens far, tidligere helseminister Tore Tønne, i slutten av november 2001. Og daværende helseminister Dagfinn Høybråten lovet samtidig at reformen skulle bli både «lønnsom og bra for pasientene». Nå er det igjen – som sedvanlig når statsbudsjettet diskuteres – snakk om svære underskudd, nedbemanning og stengte poster. Alt var ikke bedre før, men det må være lov å spørre når det skal slutte å bli verre i sykehusene.



Charlotte Haug

Charlotte Haug
redaktør

Tidsskrift for Den norske lægeforening

Legenes hus
Akersgata 2
Postboks 1152 Sentrum
0107 Oslo
www.tidsskriftet.no

Redaktør

Charlotte Haug

Medisinske redaktører

Michael Bretthauer
Jan C. Frich
Petter Jensen Gjersvik
Trine B. Haugen
Åslaug Helland
Erlend Hem
Geir Jacobsen
Elisabeth Swensen
Kjetil Søreide
Torgeir Bruun Wyller
Preben Aavitsland

Redaksjonskomité

Steinar Solberg (leder)
Per Brodal
Lill-Tove Rasmussen Busund
Ola Dale
Guri Rørtveit
Baard-Christian Schem
Terje Vigen
Marte Walstad

Faste medarbeidere

Anne Forus
Olav Spigset
Kari Tveito
Marit Tveito
Leiv Otto Watne
Ragnhild Ørstavik

Sentralbord 23 10 90 00
Redaksjon 23 10 90 50
Telefaks 23 10 90 40
tidsskriftet@legeforeningen.no

Redaksjonssjef

Anne Ringnes

Produksjonssjef

Berit Seljebotn

Manuskriptredaktører

Åslaug Flo
Marit Fjellhaug Nylund
Raída Ødegaard

Bilderedaktør

Anne Gitte Hertzberg

Redaksjonssekretærer

Jorunn B. Kvarme
Gunn Marit Seberg
Liv Thier

Nettredaksjonen

Nettredaktør Stine Bjerkestrand
Hans Petter Fosseng
Eline Feiring
Gro Rabben
nettredaksjonen@legeforeningen.no

Prosjektutvikler

Frauke Becher

Markedsavdelingen

Markedssjef Maud P. Kaino
Telefon 23 10 90 95
maud.kaino@legeforeningen.no

Stillings-, kurs-, møte- og spesialistannonser
Markedssekretær Anne-Britt Dahl
Telefon 23 10 90 94
Telefaks 23 10 90 90
marked@legeforeningen.no



Foto Corbis/SCANPIX

Oljejungelen

Er det farlig å steke i olje? Skal man heller velge smør? Bør man bruke kaldpresset olje? Er det miljøgifter i tran? Beskytter omega-3-fiskeolje mot sykdom?

Vi trenger noen få gram av de essensielle fettsyrene fra plante- og fiskefett. Utover dette setter fett smak på maten og gir mye energi (dobbel så mye som protein og karbohydrater). Ulike fettsyrer påvirker noen av de sentrale mekanismene som regulerer metabolismen, f.eks. peroksisomproliferatoraktiverte reseptorer (PPAR) og sterolregulerende elementbindende protein (SREBP). Valg av riktige fettsyrer er dermed av stor betydning.

En god regel er å spise 25–35 energiprosent fett, hovedsakelig av de fettypene som regulerer lipider og inflammasjonsprosesser på en gunstig måte. Bruk rene vegetabiliske oljer daglig, fortrinnsvis oliven- og rapsolje, som har mer omega-9 og mindre omega-6 enn andre oljer. Oljene brukes som dressing, i middagsretter og til steking. Under vanlige forhold på kjøkkenet hjemme der man ikke bruker for høy steketemperatur, dannes det ikke farlige kjemiske forbindelser under steking. Men kaldpressede oljer skal ikke varmes.

Omega-3 kan redusere risiko for hjerte- og karsykdom, men har ubetydelig effekt på andre lipider enn triglyseridnivå. Tran er renset for miljøgifter, så både voksne og barn har godt av det og/eller to måltider som inneholder fet fisk ukentlig. Margarin beriket på plantesteroler reduserer serum-kolesterolnivå i enda større grad enn vanlig margarin. Margariner i dag inneholder ikke lenger transfettsyrer. Unngå mettet fett, som finnes både i meieri- og kjøttprodukter, men også i mange ferdige matvarer.

I dette nummeret av Tidsskriftet s. 2784 og 2792 omtales alfaolienolensyre, enda en fettype å forholde seg til.

Serena Tonstad

serena.tonstad@ullevål.no
Ullevål universitetssykehus

Lever manus på Internett
www.manusnett.no