

Sommer

Når er det egentlig sommer? Etter primstaven regnes sommeren som halvåret fra 14. april (sommerdagen) til 14. oktober (vinterdagen). Den astronomiske sommeren varer fra sommersolverv til høstjevndøgn. Ut fra klimalæren er sommeren den perioden av året da den normale døgnmiddeltemperaturen er høyere enn 10 °C. På våre breddegrader kalles gjerne juni, juli og august for sommermånedene. I Tidsskriftet er det sommer når sommernummeret er sendt ut til leserne.

Vi i redaksjonen ønsker alle en god sommer! Neste nummer av Tidsskriftet utkommer 13. august.



Charlotte Haug

Charlotte Haug
redaktør

Tidsskrift for Den norske legeforening

Legenes hus
Akersgata 2
Postboks 1152 Sentrum
0107 Oslo

Redaktør

Charlotte Haug

Medisinske redaktører

Are Brean
Michael Bretthauer
Odd Terje Brustugun
Trine B. Haugen
Åslaug Helland
Erlend Hem
Geir Jacobsen
Anne Kveim Lie
Siri Lunde
Preben Aavitsland

Redaksjonskomité

Guri Rørtveit (leder)
Lill-Tove Rasmussen Busund
Ola Dale
Karl Otto Nakken
Geir Riise
Baard-Christian Schem
Annetine Staff
Marte Walstad

Faste medarbeidere

Anne Forus
Anne Langdalen
Guttorm Raknes
Oda Riska
Mette Sagsveen
Jan Didrik Schjøtt
Kari Skinningsrud
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
www.tidsskriftet.no

tidsskriftet@legeforeningen.no
nettredaksjonen@legeforeningen.no
annonser@legeforeningen.no

Redaksjonssjef

Anne Ringnes

Produksjonssjef

Berit Seljebotn

Manuskriptredaktører

Åslaug Flo
Marit Fjellhaug Nylund
Raida Ødegaard

Bilderedaktør

Anne Gitte Hertzberg

Redaksjonssekretærer

Jorunn B. Kvarme
Gunn Marit Seberg
Liv Thier

Nettredaksjonen

Nettredaktør Stine Bjerkestrand
Kari Ekelund
Eline Feiring
Ine E. Furulund
Gro Rabben
Tengel Sandtrø
Stein Runar Østigaard
Anne Aaby

Prosjektutvikler

Frauke Becher

Markedsseksjonen

Markedssjef Ellen Bye Knutsen
Anne-Britt Dahl
Karin Wallin
Mira Østbye



Illustrasjonsfoto Espen Gees/SCANPIX

Risikosport?

Forsidebildet viser en barbert jentunge som løper innover i skogen på en sti. Med dagens vektlegging av risiko og skjulte farer vil mange foreldre og voksenpersoner karakterisere det som uansvarlig, kanskje som risikosport. Skogen kan skjule overgrepere, hoggormer, løse hunder, flått, brennesle og torner. Man kan vrikke foten, bli skadet eller få infeksjoner.

Mens det for dem som vokste opp like etter krigen var betydelig fare for å bli syk, skadet eller dø i ulykke, er oppveksten i dag mye tryggere. De fleste vil si heldigvis. Men selv om alvorlig, langvarig eller kronisk skade bør unngås, kan lettere skader og infeksjoner være viktig som del av det man før kalte «herding» og som i den internasjonale forskningen kalles «toughening». Både immunforsvar, smertetoleranse, utholdenhet og styrke trenger eksponering for å utvikles på en gunstig måte.

Det betyr at barn kan ha godt av å fryse av og til, være sultne, få skrubbsår, brette et bein eller blø litt. De trenger å være ute – bruke kroppen, utvikle hjerte og muskler. Dagens trend er motsatt. Barn og unge er mindre ute. Flere blir overvektige og klønete. Hjelm og bobledress hjelper mot skader, men hindrer bevegelsesfrihet og aktivitet, ikke minst for de små barna.

Jenta på bildet lever kanskje et farligere liv enn de fleste av dagens barn, men hun har en frihet og en bevegelsesglede som mange barn i dag går glipp av. Det betyr ikke at kunnskap om farer og skader er uviktig. Ingen ønsker unødvendige og «dumme» skader eller infeksjoner. I dette nummer av Tidsskriftet kan du lese Knut Hagens artikkel om infeksjonsrisiko hos orienteringsløpere (s. 1326), der også forebyggende tiltak blir diskutert.

Gunnar Breivik

gunnar.breivik@nih.no
Norges idrettshøgskole