

- Komplette innholds-
fortegnelse
s. 2
- Hans Ånstad er død
s.3
- Folkehelsekonferansen
2015
s. 3
- Allergifrisk-konferanse
i november
s. 4
- Nyhetsbrev nr. 4/2015
fra Helsedirektoratet
s. 6
- Aktive eldre i Telemark
s. 13
- Mange kommuneledere
tar ikke ansvar for folke-
helse
s. 17



Helserådet

INNHold NR. 14/15

Hans Ånstad er død	3
Folkehelsekonferansen 2015	3
Allergifrisk-konferanse 18. – 19- november	4
Nyhetsbrev – folkehelsearbeid	6
Aktive eldre 60 +. Telemark fylkeskommune	13
Jakten på tuberkulose-vaksinen	17
Slik unngår du at kjæledyret smitter deg	17
Bekymring for rabiesfare hos hunder fra Øst-Europa	17
Mange kommuneledere tar ikke ansvar for folkehelse	17
Tryggere mopedungdom med strenge foreldre	18
Ikke farlig for ungdom å drikke litt med foreldrene	18
Røykende fedre kan få færre barnebarn	18
Dette skjer hvis du røyker hasj ofte	18
Spreke folk sitter like mye i ro som andre	19
Trening mot apati hos demente	19
Idrett styrker demokratiet	19
Trening i naturen frister lite aktive mest	20
Genet som beskytter mot slag, men øker faren for blodpropp	20
Hormoner påvirker selvdisciplinen	20
Paracetamol kan ramme fostres testikler	20
Mulig kur mot ebola	21
Få alvorlige bivirkninger av HPV-vaksine	21
Vanlig parasitt koblet til schizofreni og tvangslidelser	21
Slurver med håndvask på sykehus	22
Ikke sikkert alkohol er noe bra for hjertet	22
Arbeidsledige har dårligere helse enn vi har trodd	22
Nesten én av tre har høyere utdanning	23
Nye allergier skyller inn over Europa	23
Litt amming gir bra babymage	24
Skal få barn til å spise mer grønt	24
Rapport: - Sjømaten ved Fedje-ubåten er trygg	24
Spisevaner betyr mest når barn går opp i vekt	25
Derfor er slanking så vanskelig	25
Da forskningen viste at sukker var sunt	25
Tidlig barnehagestart gir skoleforsprang	26
Ny helsepolitikk tvinger kommunene til å tenke nytt	26
Mer penger ga flere helsesøstre	27
160.000 boliger ligger i områder med høy radonfare	27
Store områder mangler informasjon om radon	28

Helserådet

Nytt fra Helsebiblioteket, emnebibliotek samfunnsmedisin og folkehelse

Postboks 7004 St. Olavs plass, 0130 Oslo.

Utgiver: Helsebiblioteket, Nasjonalt kunnskapscenter for helsetjenesten.

<http://www.helsebiblioteket.no/samfunnsmedisin-og-folkehelse>

ISSN 0806 - 7457

Redaktør: Anders Smith, spes. i samfunnsmedisin, M. Sc. E-post: smi@helsebiblioteket.no. Tlf. 92 89 56 16.

Web-redaktør: Katrine Rutgerson. E-post: katrine.rutgerson@kunnskapscenteret.no

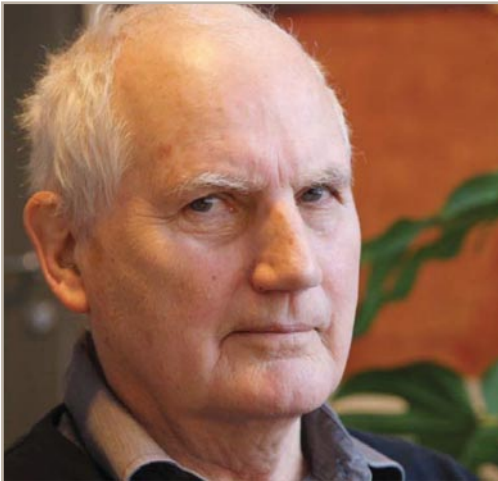
Trykk: In-trykk AS

Layout: ASAP Media

Distribusjon: Postklart Distribusjon as

Forsiden: Hans Ånstad 1932 – 2015.

Hans Ånstad er død



Hans Ånstad døde den 31. august. Departementsråd Bjørn Inge Larsen og helsedirektør Bjørn Guldvog har skrevet nedenstående nekrolog i Aftenposten:

Hans Johan Ånstad døde 31. august av ALS, 83 år gammel. Etter oppvekst i Sørreisa studerte han først ved NTH, så medisin, da han møtte sin kone Unni. Han var assistentlege ved Ullevål sykehus fra 1963, distriktslege i Hadsel fra 1966 og stadslege i Tromsø. Fra 1979 arbeidet han i sentral helseforvaltning, i Helsedirektoratet, Sosialdepartementet og i Helse- og omsorgsdepartementet.

Ånstad var opptatt av at helsetjenesten er til for det enkelte mennesket. Han ble hentet til Helsedirektoratet til arbeidet med ny lov for helsetjenesten i kommunene i 1982 og bidro sterkt til at miljørettet helsevern, medisinsk attføring og sykehjemmene ble lovbestemte oppgaver.

Fra 1994 var han avdelingsdirektør for ny forebyggingsenhet i departementet og bidro til å løfte lovområdene innen helsemessig beredskap, sykdomsforebyggende og helsefremmende arbeid. I dag er folkehelsearbeidet et selvsagt politisk område.

Etter oppnådd pensjonsalder fortsatte han i Helsedirektoratet på pensjonistvilkår med helsekonsekvensutredninger, utvikling av kommunelegefunksjonen og utdanning av leger til primærhelsetjenesten. I mai 2011 ble han pensjonist, men ikke arbeidsledig. Han var fulltids barnepasser på dagtid frem til barnebarnet fikk barnehageplass.

Hans Johan Ånstad var en sterk fagperson og et godt menneske. Han var en klok veiviser for kolleger som lette etter de store sammenhengene. Med sitt lune vesen, klare tanker og skarpe blikk gjorde han et uutslettelig inntrykk på dem som fikk gleden av å samarbeide med ham. Selv i sykdomsperioden med gradvis tap av funksjoner fulgte han utviklingen i helsetjenesten etter nye reformer og lover for helse- og omsorgstjenester og folkehelsearbeid i kommunene.

Våre tanker går til Unni og familien. Vi takker for all innsats for norsk helsetjeneste,

Red.: I 'Helserrådet' nr. 6/12 hadde undertegnede et lengre intervju med Hans Ånstad. I det påfølgende nummer (nr. 7/12) var det omtale av det som Hans Ånstad betraktet som «De tre samfunnsmedisinske katastrofene på1980-tallet».

Anders Smith

Folkehelsekonferansen 2015



Friluftslivet, både det urbane og det landlige, har stor betydning for helsa vår. Hvordan kan kommuner, fylkeskommuner, frivillige organisasjoner og andre legge til rette for at flere får glede av det, enten det er snakk om rene naturopplevelser eller grønne glimt i den urbane skogen?

Dette er det overordnede spørsmålet på [årets nasjonale folkehelsekonferanse](#) (direkte klikkbar lenke), som går av stabelen i Oslo 26. og 27. oktober.

I tillegg til et [fyldig faglig program](#) vil det være gode muligheter for å oppleve det nære friluftslivet under konferansen. Norsk Friluftsliv [inviterer til lavvo-natt i naturen](#) kvelden før, man kan bli med Tjukkasgjengen på morgentur langs hovedstadens grønne

årer eller delta på walkshop om hvordan man kan bruke det nære friluftslivet i sin arbeidshverdag. (De viste lenkene er direkte klikkbare)

Vel møtt til en spennende konferanse om viktigheten av det nære friluftslivet! www.folkehelsekonferansen.no

Referansekode i 'Helserrådet': MET 2015 – 22. Stikkord: Folkehelsekonferansen 2015.

Allergifrisk 2015

- 18. og 19. november i Helsedirektoratets Auditorium
- Kontakt oss på mabje@helsedir.no
- Målgruppe:
 - Ansatte i helsetjenester i kommuner helseforetak og apotek
 - Det søkes legeføreningen og sykepleierforbundet om tellende kurstimer.
- Ingen deltakeravgift. Lunsj inkludert. Begrenset antall plasser.
- Frist for påmelding 1. november 2015
- Påmelding

[Klikk her for din registrering til Allergifrisk 2015](#)

Allergifrisk 2015 fra KUNNSKAP til TILTAK



**Nasjonal fagkonferanse –
utvidet
Voksentoppenseminar**

Allergifrisk 2015 - Nasjonal fagkonferanse om forebygging og behandling av astma- og allergisykdommer / utvidet Voksentoppen seminar

Dag 1 Onsdag 18. november

0830 Registrering med kaffe, te og frukt

0900 Åpning 10-års plan for Astma, allergi og overfølsomhets- sykdommer i Norge v/Helse- og omsorgsdepartementet Kulturinnslag

1000 Kunnskap ut til fagmiljøene:

Retningslinjer i EAACI (astma, allergisk rhinitt, atopisk eksem, fødemiddelallergi, urticaria) v/Lars Paulsen (DK)

1100 Kaffe, te og frukt

1115 Peanut allergy; lessons from the LEAP study –

v/ New Norwegian guidelines for nuts in schools/ kindergartens
Implementation in schools/ kindergartens

Discussion

1230 LUNSJ med postervandring

1345 Nasjonale retningslinjer for Helsestasjonen v/Jorunn Lervik, Hdir
1415 Tobakk

Nye former for tobakk e-sigaretter, nye trusler for helsen?
v/Kai-Håkon Carlsen, OUS

Nytt om snus v/Rune Becher, FHI

Nasjonalit tobakksforebyggende arbeid v/Marianne Hammer

1500 Kaffe med noe til

1515 Biodiversitet og allergiske sykdommer v/ Jan Vilhelm Bakke, Arbeidstilsynet

1545 Diskusjon til dagens temaer

1615 Takk for i dag

Konferansmiddag på Bristol Hotell onsdag kl. 20.00 (for de som har meldt seg på)
Vi gjør oppmerksom på at det kan bli endringer i programmet.

Dag 2 Torsdag 19. november

0830 Kulturinnslag

Voksentoppenprisen v/ Kai-Håkon Carlsen

Prispresentasjon 2 x 15 min ved prismottakere

0930 Allergiske sykdommer - Overgang fra barn til voksen v/Gunilla Hedlin, Karolinska instituttet - med diskusjon

1010 Kaffe, te og frukt

Den allergiske Ønsketimen

1025 Urtikaria – utredning og behandling v/Linn Landrø, OUS

1100 Epigenetikk og astma – v/ Vegard Hovland, OUS

1135 Hudscoring ved atopisk eksem - v/Eva Rehbinder, OUS

1210 Atopisk eksem; lik behandling fra nord til sør – v/Teresa Berents, OUS og Roald Bolle, UNN

1300 LUNCH med postervandring

1400-1600 RAAOenes time:

NSAID og overfølsomhet v/ Malcolm Sue Chu, RAAO Midt-Norge
og Eva Stylianou, RAAO Sør-øst

1500 Kaffe, te med noe til

Utdanningsprogram for kompetanseområde Allergologi v/leder
Faglig nettverksbygging på Vestlandet v/ Torgeir Storaas,
RAAO Vest

Sammensatte symptomer ved miljøplager v/Torgeir Storaas

1600 Takk for Allergifrisk 2015

Nyhetsbrev - folkehelsearbeid 4/2015

Dette brevet går til landets fylkesmannsembeter, fylkeskommuner og kommuner, og inneholder informasjon fra Helsedirektoratet av relevans for lokalt og regionalt folkehelsearbeid. Brevet inneholder ingen bestillinger eller oppdrag. Kategorier og temaer i nyhetsbrevene vil variere.

Folkehelsearbeid på agendaen under Arendalsuka/ nye produkter til bruk i lokalt og regionalt folkehelsearbeid

Gode steder skaper god helse

Sammen med Folkehelseinstituttet deltok Helsedirektoratet med stand og debatt under Arendalsuka. Vi samlet fullt hus i Arendal bibliotek under overskriften «Hvem har ansvaret for folkehelsen». Debatten *Hvem har ansvaret for folkehelsen?* ble innledet av Camilla Stoltenberg og Bjørn Guldvog som understreket at det i barnehagen og skolen, i nærmiljøet, hjemme, på idrettsbanen, i skogen og i gatene legges grunnlaget for befolkningens helse og trivsel. En god oppvekst reduserer risikoen for en rekke helseutfordringer på kort og på lang sikt.



Spørsmålet om hvem som eier ansvaret ble gitt til ordfører i Arendal Einar Halvorsen og avdelingsleder for Arendal helsestasjon Aslaug Hustadnes samt stortingspolitikere Torgeir Micaelsen (Ap), Kjersti Toppe (Sp) og Kristin Ørmen Johnsen (H).

«Gode steder skaper god helse» var tema på standen. Her ble det fokusert på folkehelseprofilene, sjekklister for kommuner som vil skape gode nærmiljøer og besøkende ble invitert til å svare på hva som skaper god livskvalitet og helse der du bor (ordsky). I tillegg utviklet Helsedirektoratet en filmsnutt som skal inspirere lokalpolitikere til å sette folkehelse på dagsorden. Det ble også arrangert en workshop, «design the future», for et inkluderende Arendal hvor ungdom trives. Dette var et kreativt verksted for og med ungdom.

Se film, sjekklister og ordsky [her](#). Dette er produkter som kan benyttes i det lokale og regionale folkehelsearbeidet. Filmen skal også distribueres på Facebook, så følg med!

Kampanjer som starter nå

Manifest mot mobbing 2015 « GJØR EN FORSKJELL »

Manifest mot mobbing-kampanjen 2015 starter denne uken (uke 36) og varer i 4 uker. Manifest mot mobbing 2015 handler om voksne som griper inn, som bidrar til at

vennskapsbånd knyttes, som forebygger mobbing og som vet hva som nytter. Det handler om de profesjonelle voksne og det handler om de voksne som er med barna på fritiden. Kampanjen skal svare på spørsmålet «Hva kan jeg gjøre?» Det handler om å gjøre en forskjell, f.eks. i skolegården, i klasserommet, i barnehagen, på lekeplassen, i nærmiljøet eller på nett.

Et av målene med kampanjen er å gi tips til hva voksne kan gjøre for å skape vennskap og forebygge mobbing. Målgruppene skal involveres mer enn ved tidligere års kampanjer. Mye av innholdet på kampanjesiden (Udir.no) skal skapes av brukerne selv, gjennom at de inviteres til å dele sine egne tips for å skape vennskap, bidra til inkludering og forbygge mobbing.

Fagstoff til de som jobber med barn finnes på kampanjesiden:

- Læringsmiljø i skolen
- Trivsel i barnehagen
- Arbeid mot mobbing
- DuBestemmer
- Dembra
- Foreldremøter
- Gratis fra filmrommet.no
- Lesetips

Bidra gjerne til å spre informasjonen om årets kampanje. **Kontaktperson:** Janne Oftedal, jao@helsedir.no

«Nye» Dine30 – litt friskere og litt frekkere

Dine30 vil fra tidlig i september dukke opp på en skjerm nær deg – og mange vil støtte på kampanjen utendørs. Vi har valgt en litt friskere stil i denne runden, og vi tror mange vil



legge merke til det vi forsøker å få fram. Med mye glimt i øyet fortsetter vi der vi slapp. Vi bygger ned terskelen for å komme i gang med mer aktivitet og understreker at «alt teller som fysisk aktivitet». Vi håper kommunene kan fortsette som gode støttespillere og bidra til lokal spredning av budskapene. Vi setter særlig pris på om dere aktivt deler og liker innholdet vi legger ut på facebook.com/dinetretti. Hver kommune følges av en høy andel av

Du må ikke ha startnummer for å komme i form – det holder å sykle en tur med barna! Hver bevegelse teller. Det er 30 minutter om dagen som gjelder.

innbyggerne og innhold som deles gir god drahjelp. Tips oss også gjerne om morsomme tiltak og aktiviteter som vi kan skape blest om, og ikke nøl med å spørre oss om bistand til lokale kommunikasjons tiltak.

Vi håper årets utgave av Dine30 også gir dere drahjelp til den viktige jobben dere gjør lokalt – og at det blir både morsommere og lettere å satse på lokale tilbud og aktiviteter!

Kontaktperson: Øystein Tveite: oyt@helsedirektoratet.no

Helsedirektoratet lanserer snuskampanje

Helsedirektoratet lanserer en snuskampanje rettet mot ungdom fra 8. klasse til 1. videregående fra **6. oktober** for å øke kunnskap om helserisiko knyttet til bruk av snus og påvirke holdninger knyttet til bruk av snus. Bruk gjerne oppmerksomheten som vil oppstå i forbindelse med kampanjen til å ta opp snusbruk på skoler, foreldremøter, helsestasjon for ungdom og i idrettsmiljøet!

Den store sluttedagen arrangeres **19. oktober**. Planlegg gjerne høstens sluttetilbud i tilknytning til denne dagen! Vi oppfordrer vi til lokale aktiviteter for eksempel på kjøpesentre, arbeidsplasser, legekontor, skoler og frisklivssentraler. Helsedirektoratet vil tilby 24-timers støtte til dem som gjør et sluttetforsøk denne dagen på Røyketelefonen 800 400 85, [Slutta – din røykeslutt på Facebook](#) og via Slutta-appen. Nytt i år er at vi også vil tilby chat på slutta.no

Kontaktperson: Anne.Kathrine.Aambo@helsedir.no

Riksrevisjonens undersøkelse av offentlig folkehelsearbeid

«Det er viktig å styrke systematikken i arbeidet for å kunne møte de store folkehelseutfordringene.»

Dette uttalte riksrevisor Per-Kristian Foss da Riksrevisjonens undersøkelse av det offentlige folkehelsearbeidet ble presentert i slutten av juni. Riksrevisjonens undersøkelse viser at kommunene er positive til folkehelseloven, og ni av ti mener den har ført til økt satsing på folkehelse lokalt. Undersøkelsen viser imidlertid at mange kommuner ennå ikke har fått på plass et systematisk folkehelsearbeid. Bare 24 prosent av kommunene har foreløpig utarbeidet oversikt over innbyggernes helsetilstand og faktorer som påvirker denne. Godt over halvparten av kommunene har ikke drøftet folkehelseutfordringer og angitt mål og strategier for folkehelsearbeidet i sine kommuneplaner. Hver fjerde kommune har ikke evaluert egne folkehelse tiltak. En av konklusjonene i [rapporten](#) (Dokument 3:11 2014-2015) er at statlige myndigheter bør bidra med tettere oppfølging og tiltak som kan hjelpe kommunene.



Konferanser

Påmelding åpnet til nordisk konferanse om sosial ulikhet i helse 30. november – 1. desember

Det er nå åpnet for påmelding til konferansen «Sosial ulikhet i helse i Norden – fra kunnskap til handling» som avholdes i FN-byen i København. Målgruppen er politikere, ledere og planleggere på lokalt, regionalt og nasjonalt nivå. På konferansen presenteres ny kunnskap om hva som skal til for å implementere en styrket innsats for møte utfordringen med sosial ulikhet i helse. Konferansen tar utgangspunkt i en felles nordisk rapport som eksperter fra Norden utarbeider til konferansen. Konferansen har et særlig fokus på å dele kunnskap og erfaringer på tvers av de nordiske landene.



Konferansen arrangeres av Sundhedsstyrelsen og KL fra Danmark, Helsedirektoratet og KS fra Norge, Folkhälsomyndigheten og SKL fra Sverige. Les mer om konferansen og programmet [her](#). Frist for [påmelding](#) er 21. september. Antall plasser er begrenset.

Folkehelsekonferansen 26.-27. oktober

Vi minner om Folkehelsekonferansen i oktober (omtalt i forrige nyhetsbrev). Konferansen har tittelen "Det nære friluftslivet". Se nærmere om konferansen og påmelding [her](#).

Friluftslivssamling for fylkeskommuner og fylkesmenn 2.-3. november

Miljødirektoratets årlige friluftslivssamling for fylkeskommunene og fylkesmennene arrangeres i år i samarbeid med Helsedirektoratet og har friluftsliv og helse som et viktig tema. Friluftsliv i nærmiljøet, nærmiljøutvikling og helse og trivsel i plan er noen sentrale stikkord. Samlingen har fokus på utveksling av informasjon og erfaringer til nytte i lokalt og regionalt utviklingsarbeid. Samlingen arrangeres i Trondheim 2.-3. november. Invitasjon med program vil bli sendt ut til fylkeskommunene og fylkesmennene i nærmeste framtid. Embetene vurderer selv deltakelse.

Kontaktpersoner: Miljødirektoratet, Elisabeth Sæthre, Naturavdelingen, e-post:

elisabeth.sathre@miljodir.no og Helsedirektoratet, Heidi Fadum, heidi.fadum@helsedir.no

Helsefremmende levevaner

Ungkost – undersøkelse om barn og unges kosthold starter høsten 2015

Ungkost er en landsdekkende kostholdsundersøkelse blant 4-åringer og elever ved 4.- og 8. trinn. Undersøkelsen gjennomføres 2015-2016. Slik kunnskap er viktig for utforming og

evaluering av folkehelsearbeidet. Helsedirektoratet håper på stor oppslutning om undersøkelsen fra skolene, lærerne, elevene og foreldrene som blir bedt om å delta. Vi ber om at de som arbeider med lokalt folkehelsearbeid bidrar til at undersøkelsen blir godt mottatt. Helsedirektoratet har i eget brev oppfordret skoleledere til å la elevene delta i den kommende Ungkost. Elevene som deltar skal med foreldrenes samtykke fylle ut en web-basert kostdagbok i fire sammenhengende dager. Ungkost er et samarbeid mellom Helsedirektoratet, Mattilsynet og Universitetet i Oslo. Resultatene fra tidligere Ungkost har vært brukt aktivt til å videreutvikle ernæringspolitikken i Norge. **Kontaktperson:** Lars Johansson, Helsedirektoratet, laj@helsedir.no

Abonnementsordningen Skolefrukt - fortsatt mulig for skoler og elver å melde seg på høstsemesteret

Alle grunnskoler kan delta

Foresatte betaler for abonnement og elevene får utdelt Skolefrukt de dagene skolen har bestemt. Det betales bare for de dagene elevene får frukt/grønt. Alternativt kan kommuner/skoler kjøpe inn frukt slik at det blir gratis for elevene. I begge tilfeller blir pris kr. 3,- per frukt eller grønnsak inklusive mva og frakt, og da har staten subsidiert hver enhet med kroner 1,-. Skolefrukt er også et verktøy for å oppfylle deler av myndighetenes retningslinjer for skolemåltidet, som kommer i ny utvidet versjon fra høsten 2015.

Enkelt å administrere

Skolen legger kun inn litt informasjon i starten av hvert semester og mottar automatisk genererte lister over elever som blir påmeldt. Skolene får låne svalskep gratis og elever kan dele ut frukt/grønt til de som abonnerer. **Bli med:** Send en e-post til support@skolefrukt.no eller ring 815 20 123.



Kontaktperson: Prosjektleder for Skolefrukt Tore Angelsen: tore.angelsen@frukt.no

Lenke: <http://www.skolefrukt.no/>

Publikasjoner om mat og helse

Mulighet til å bestille publikasjoner om mat og helse i arbeidslivet (BM/NN)

Måltider spist i løpet av arbeidsdagen har betydning for trivsel, kosthold og helse og kan forebygge sykdom. Folderen « Nasjonale anbefalinger for mat og drikke i arbeidslivet (IS-2259)» og den utdypende brosjyren «Mat og helse i arbeidslivet. Små grep for å tilby sunn mat og drikke (IS-2260)» bygger på Helsedirektoratets kostråd. Materiellet belyser hvorfor og hvordan tilrettelegge for sunt tilbud ved ulike rammevilkår og er beregnet for de som jobber med mat, helse, personalpolitikk og ledelse i arbeidslivet og aktuelle utdanningsinstitusjoner.

L

Les mer Logbestrillmateriellet her (så langt lageret trekker): [Nasjonale anbefalinger for mat- og drikketilbud i arbeidslivet](#) og [Mat og helse i arbeidslivet – Små grep for å tilby sunn mat og drikke](#).

Kontaktperson: Hanne Kristin Larsen, Hanne.Kristin.Larsen@helsedir.no



Mulighet til å bestille publikasjoner om Sunn mat på farten (for tilbydere og forbrukere)

Mange handler mat på farten som ledd i arbeid, reiser og fritid. Å spise mer fullkorn, fisk, grønt, frukt og bær og mindre mettet fett, sukker og salt er godt for både helse og velvære. Helsedirektoratet har samlet tips til sunne alternativ for tilbydere og brukere av mat på farten. Materiellet (IS-0400) kan også brukes i rådgivning.



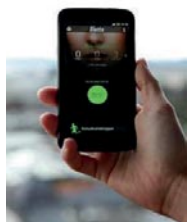
Brukerønsker og folkehelse på lag: I en kartlegging gjort i 2012, svarer en drøy tredel at helse og sunnhet spiller stor rolle når de kjøper mat i bensinstasjoner, kiosker og/eller fastfoodsteder. Fire av ti ønsker å finne nøkkelhullsvarer på disse stedene (Norstat 2012). Valgfri porsjonsstørrelse og mulighet til å bestemme saltmengden selv er eks på helsefremmende kundeservice.

Les også: [Små grep for å tilby sunn mat på farten](#). **Kontaktperson:** Hanne Kristin Larsen, Hanne.Kristin.Larsen@helsedir.no

Slutta.no åpner chat for snus- og røykeslutt

Fra 1. september åpner slutta.no chat-tjeneste. Slutta-chatten er et nytt tilbud hvor man får god hjelp av en veileder til å bli snus- og røykfri. Ønsker man fortsatt å bruke telefontjenesten treffes de samme veilederne på telefon (Røyketelefonen) 800 400 85. Pasienter som samtykker kan [henvises](#) til Røyketelefonen. **Kontaktperson:** Bjørn Andreas Bang, Bjorn.andreas.bang@helsedir.no

Slutta-appen i vinden



Appen har passert 350.000 nedlastinger. Appen justeres for tiden, og skal ha åpen kildekode slik at flere land kan få nytte og hjelp til røykeslutt. Det mange ikke vet er at appen også er et verktøy for å slutte med snus, og at den passer for alle aldersgrupper.

Appen er nominert til Digital Communication Awards 2015.

Kontaktperson: Ove Jørgensen, ovj@helsedir.no

Trygge lokalsamfunn – eksempel fra Vestfold

Vestfold viser vei for tryggere lokalsamfunn

Trygge lokalsamfunn står for en systematisk og langsiktig arbeidsmåte som involverer hele kommunen i skade- og ulykkesforebygging. Konseptet blir brukt av kommuner over hele verden. I Norge er Vestfold kommet lengst, ved at hele 9 av 14 vestfoldkommuner arbeider etter denne modellen. I mer enn 10 år har fylkeskommunen støttet opp om kommunenes arbeid. Metodikken og erfaringene fra Vestfold presenteres nå i brosjyren "[Vestfold viser vei](#)". Her formidles resultat av en evaluering av Trygge lokalsamfunnet i Vestfold utført av Transportøkonomisk institutt (2014).



Den viser et løft i det forebyggende arbeidet for kommuner som deltar. Brosjyren presenterer en rekke eksempler på tiltak som er gjennomført i de medvirkende kommunene. Satsingen og motivasjonsheftet er resultat av et samarbeid med Skadeforebyggende forum som har et nasjonalt ansvar for koordinering og utvikling av Trygge lokalsamfunn. I alt medvirker ca 40 kommuner i det nasjonale Trygge lokalsamfunn-nettverket.

Kontaktpersoner: Anne Slåtten, folkehelsekoordinator, Vestfold fylkeskommune, annesla@vfk.no og Eva J Vaagland, daglig leder i Skadeforebyggende forum, Eva.Vaagland@skafor.org

Nyttige lenker - folkehelsearbeid

- **Helsedirektoratet:**
Folkehelse og forebygging: <https://helsedirektoratet.no/folkehelse>
Folkehelsearbeid i kommunen: <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/folkehelsearbeid-i-kommunen>
Veivisere i lokalt folkehelsearbeid:
<https://helsedirektoratet.no/folkehelse/folkehelsearbeid-i-kommunen/veivisere-i-lokalt-folkehelsearbeid>
- **Folkehelseinstituttet**
Folkehelseprofiler og kommunehelse statistikkbank:
<http://www.fhi.no/helsestatistikk/folkehelseprofiler>
<http://khs.fhi.no/webview/>
Diverse - lokalt folkehelsearbeid:
<http://www.fhi.no/helsestatistikk/folkehelseprofiler/folkehelsearbeid-i-kommunen>
- **Helse- og omsorgsdepartementet**
<http://www.regjeringen.no/nb/dep/hod/tema/folkehelse.html?id=10877>

- Helsebiblioteket – samfunnsmedisin og folkehelsearbeid:
<http://www.helsebiblioteket.no/samfunnsmedisin-og-folkehelse/metoder-i-folkehelsearbeidet>
- Kommunetorget: <http://kommunetorget.no/>
- Sunne kommuner:
<http://sunnekommuner.no/>
- Skadeforebyggende forum: <http://skafor.org/>

Aktive eldre 60 + . Telemark fylkeskommune

På de neste sidene følger forsiden samt sammendrag og forord i en fersk rapport (del 1) fra Telemark fylkeskommune. Du får tilgang til hele rapporten ved å gå inn på eller klikke på <http://www.telemark.no/Vaare-tjenester/Folkehelse/Regional-folkehelsestrategi/Aktiv-aldring>

Referansekode i 'Helserådet': MET 2015 –21. Stikkord: Eldre. Telemark.

Aktive eldre 60+

Del I

«Fremme helse og
forebygge mer -
for å reparere mindre»



TELEMARK
fylkeskommune



Sammendrag

Bakgrunn: Prosjektets utredning har sin bakgrunn i Regional strategi for folkehelse i Telemark 2012-2016.

Kommunene ønsket en utredning for å unngå at det iverksettes parallelle satsinger. Spesielt viste de til Samhandlingsreformen og de avtaler som foreligger mellom Sykehuset Telemark HF og kommunene som omhandler forebyggende innsats.

Fylkestinget ba om å få utredet om og eventuelt hvordan folkehelsesatsingen kan bidra innenfor Samhandlingsreformen med helsefremmende og forebyggende tiltak. En plan for utredningsoppdraget ble lagt fram for fylkesutvalget i møte 13.oktober 2014, en utredningsgruppe nedsatt og en kartlegging er gjennomført.

Hensikt: Skaffe ny kunnskap om kommunenes og helseforetakets helsefremmende og forebyggende tiltak til gruppa eldre

Metode: Spørreundersøkelse er benyttet som metode for datainnsamlingen og er statistisk bearbeidet ved hjelp av dataprogrammet Questback. Utvalget i spørreundersøkelsen er alle rådmennene og eldrerådsledere i Telemark fylke.

Kartleggingen gjelder hele aldersgruppa 60+.

Resultater/hovedfunn:

- Det er stor aktivitet og det skjer mye bra for eldre i kommunene i Telemark
- Svarene viser likevel at kommunene ikke har gjort vesentlige grep tilpasset en ny generasjon eldre og bærer preg av tradisjonell tenking
- I de fleste kommuner finnes ikke noen samlet oversikt over tilbudene som finnes for gruppa 60+
- Det er behov for økt involvering og samhandling med eldrerådene
- I lys av Samhandlingsreformen og de avtalene som foreligger mellom STHF og kommunene pågår det ingen parallelle satsinger med andre aktører i forhold til helsefremmende og forebyggende arbeid
- Samhandlingsreformens møte- og tiltaksarenaer har et potensiale til å øke fokus på helsefremmende og forebyggende tiltak, bl.a. innen fallforebygging, demens/kognitiv svikt og psykiske lidelser og ensomhet
- Hverdagsrehabilitering er på trappende i flere kommuner
- Kommunene har fokus på differensiert boligtilbud, inkl. framtidig bruk av velferdsteknologi, men mangler foreløpig de «interessante tilbudene» til yngre eldre
- Mange kommuner synes å ha god kontakt med frivillig sektor, men oftest ikke formalisert eller koordinert

Konklusjon:

Kartleggingen avdekker behov for nye grep for å møte en stor generasjon eldre, på beste måte både for dem selv og for samfunnsregnskapet. utfordringer og muligheter knyttet til gruppen 60+ må løstes inn i kommunenes planarbeid. Første mulighet er det kommende planstrategiarbeidet.

Fase II av utredningsarbeidet bør igangsettes med bred medvirkning fra kommunene, frivillig sektor og helst også fra næringslivet. Det bør tenkes to løp i forhold til målgruppen 60 +:

1. De som har helseutfordringer som kan defineres inn under Samhandlingsreformens arenaer
2. Den nye gruppen yngre pensjonister med god helse

Forord

Denne rapporten er fase I av oppdraget; kartlegging, oppsummering og vurdering av om det er behov for den regionale folkehelsesatsingen å bidra i forhold til utfordringene kommunene står overfor når det gjelder andelen eldre – her definert til 60+.

Det legges fram forslag til et eventuelt videre arbeid i fase II, med mål og noen strategiske grep.

Takk til alle rådmennene som har bidratt til at dette har blitt det beste grunnlaget vi kunne få ved at alle kommunene har svart. Det er strålende og ganske unikt i slike sammenhenger.

Takk til eldrerådslederne som har svart. Spørsmålene var ikke spesielt tilrettelagt for dere og var således ikke enkle å svare på.

En stor takk til deltakerne i utredningsgruppa. Dere har bidratt med solid kompetanse fra ulike fagområder, etater og organisasjoner, både i utarbeiding av kartleggingsskjemaet og i analysen. Disse har vært med.

Elisabeth Aase, HIT, forskningsprosjektet Morgendagens Aktivitetssentre

Berith Langbach, Porsgrunn kommune, Helsefremmende tilbud eldre

Birgit Lia, Telemark Pensjonistforbund

Cathrine de Groot, Sykehuset Telemark, STHF, fallforebygging

Gunnar Thuve, Porsgrunn kommune, Seniorressursen

Mette Halvorsen, Bamble kommune, folkehelse voksne

Hege Holmern, Sykehuset Telemark HF, Samhandlingskoordinator i Grenland

Eva Løberg, Nasjonalforeningen for folkehelsen, Aktivitetsvenn, Demens

Lillian Olsen Opedal og Roger Jensen, Fylkesmannen i Telemark

Eli Ducros og Gisle Lunde, Forum for Frivillighet & Folkehelse (Røde Kors og Frivilligsentralene)

Heidi Johnsen, USHT-Utviklingscenteret sykehjem og hjemmetjenesten, Porsgrunn

Foruten utredningsgruppa har deltakere fra en åpen ressursgruppe vært med i fellesmøter.

I denne deltar bl.a. KS Telemark. Takk til dere som engasjerte dere og gav nyttige innspill .

Takk til Bjørn H. Larsen i TFK, som ansvarlig for den tekniske delen av undersøkelsen.

Vi kjenner ikke til at det er gjort noen tilsvarende kartlegging i Norge.

Fylkeshuset, 25.juni 2015

Anne Karin Andersen

Jakter på tuberkulose-vaksinen *(forskning.no 23.4.2015)*

Forskere prøver ut 12 nye tuberkulosevaksiner på mennesker. Sykdommen tar 1,5 millioner liv hvert år. Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/2015/04/jakten-pa-tuberkulose-vaksinen>.

Referansekode i 'Helserådet': TSS 2015 – 107. Stikkord: Tuberkulosevaksine.

Slik unngår du at kjæledyret smitter deg *(forskning.no 23.4.2015)*

Husdyreiere er mer utsatt enn andre for smitte. Canadiske forskere advarer mot husdyrbakterier. Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/2015/04/kjaeledyr-kan-vaere-smittefarlige>.

Referansekode i 'Helserådet': TSS 2015 – 108. Stikkord: Kjæredyr.

Bekymring for rabiesfare hos hunder fra Øst-Europa

(forskning.no 25.6.2015)

Mange av de rabiesvaksinerte gatehundene som er importert fra Øst-Europa til Norge, kan være smittefarlige likevel, viser en undersøkelse.

Ifølge Aftenposten har over halvparten av gatehundene som kommer til Norge fra Øst-Europa ingen beskyttelse mot rabies, selv om de har papirer på obligatorisk vaksine. Vaksinen har liten effekt på hunder som allerede er smittet, viser undersøkelsen som Veterinærinstituttet har gjennomført på oppdrag for Mattilsynet.

Undersøkelsen er fra 2013, men publiseres nå i det internasjonalt anerkjente tidsskriftet Veterinary Record, som tilhører British Medical Journal Group.

Undersøkelsen viser at hver femte hund med vaksineattest har så lite antistoffer i blodet at det er tvilsomt om de i de hele tatt er blitt vaksinert.

Ifølge avisen vekker resultatene av undersøkelsen internasjonal oppsikt og blir trolig et viktig argument for fagfolk og nasjonale myndigheter som ønsker å skjerpe EUs regelverk for transport av kjæledyr over landegrensene.

Dette er hele artikkelen fra forskning.no. Du får også tilgang til den ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/dyresykdommer/2015/06/bekymring-rabiesfare-hos-hunder-fra-ost-europa>.

Referansekode i 'Helserådet': TSS 2015 – 111. Stikkord: Rabies.

Mange kommuneledere tar ikke ansvar for folkehelse

(forskning.no 24.6.2015)

Rådmannen og ordføreren har ansvar for folkehelsen i kommunen sin. Men i mange kommuner tar de ikke dette ansvaret.

Folkehelse skapes stort sett alle andre steder enn i helsetjenesten. Det er både Verdens helseorganisasjon og norske myndigheter enige om.

Derfor kom lov om folkehelse i 2012. Denne skulle få ledelsen i kommunene til å tenke helt nytt om folkehelse. Nå skulle folkehelsearbeidet ut av helsesektoren og integreres i kommunale planleggingsprosesser.

Dessverre har det ikke gått helt som planlagt.

Bare 28 prosent plassert i ledelsen

Forskere ved Høgskolen i Buskerud og Vestfold (HBV), Norsk institutt for by- og regionforskning og Universitetet i Bergen har sett på hvordan folkehelsearbeidet er organisert i kommunene.

Å ansette en folkehelsekoordinator ble sett på som et av de viktigste virkemidlene for å få til et folkehelsearbeid på tvers av sektorene.

Rett før den nye loven kom i 2012 hadde over tre av fire kommuner ansatt en folkehelsekoordinator. Men bare 22 hadde 70 prosent stilling eller mer.

De fant at bare 28 prosent av kommunene hadde plassert folkehelsekoordinatoren der han eller hun hører hjemme, nemlig på rådmannsnivå. 49 prosent av kommunene organiserte stillingen under helsetjenesten.

Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/2015/06/norske-kommuneledere-tar-ikke-ansvar-folkehelse> .

Referansekode i 'Helserådet': OLE 2015 – 6. Stikkord: Folkehelse. Kommuner

Tryggere mopedungdom med strenge foreldre *(forskning.no 24.5.2015)*

Forskere råder foreldre til å være strengere mot de aller yngste sjåførene.

179 unge mellom 13 og 24 år ble drept eller hardt skadd på moped fra 2005 til 2009. Det skriver **Trygg Trafikk**.

To nye rapporter fra Statens väg- og transportforskningsinstitut (VTI) i Sverige trekker frem hvordan foreldre kan oppdra trygge trafikanter.

En av konklusjonene er at foreldre som setter klare regler, har mer trafiksikre mopedungdommer.

Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/2015/05/strenge-foreldre-gir-tryggere-mopedkjoring> .

Referansekode i 'Helserådet': SKA 2015 – 13. Stikkord: Trafikkopplæring.

Ikke farlig for ungdom å drikke litt med foreldrene *(forskning.no 3.6.2015)*

Tenåringer som drikker sammen med foreldrene sine en sjelden gang, har verken større eller mindre risiko for fyll og mye drikking.

Blant ungdom i alderen 14–17 år oppgir 16 prosent at de har drukket alkohol sammen med foreldrene det siste året. Bare blant de som gjør dette ofte, finner forskerne økt forekomst av risikofyllt drikking.

– Det er ikke hold i de forenklete forestillingene som lever i beste velgående på dette feltet, sier Hilde Pape, forsker ved Statens institutt for rusmiddelforskning (Sirus). Du får tilgang til hele denne artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/alkohol-og-narkotika-barn-og-ungdom/2015/06/ikke-farlig-ungdom-drikke-litt-med-foreldrene> .

Referansekode i 'Helserådet': RUS2015 – 9. Stikkord: Ungdom. Alkohol Drikkevaner.

Røykende fedre kan få færre barnebarn *(forskning.no 5.6.2015)*

Sønner av menn som røyker får færre sædceller som voksne. Det fører igjen til færre barn, ifølge en svensk doktorgradsavhandling.

314 unge menn og deres fedres røykevaner er undersøkt i Jonatan Axelssons studie ved Lunds universitet. Det viser seg at fedrenes røyking under mors graviditet har større innvirkning på sønnenes sperm enn det mødrenes røyking har. Du får tilgang til hele denne artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/royking/2015/06/roykende-fedre-kan-fa-faerre-barnebarn> .

Referansekode i 'Helserådet': TOB 2015 – 24. Stikkord: Røyking. Sæd kvalitet.

Dette skjer hvis du røyker hasj ofte *(forskning.no 24.6.2015)*

Ungdom som røyker hasj ofte risikerer å få varige hjerneskader og droppe ut av skolen, viser en ny studie. Det lenge vært debatt om hvorvidt cannabis skal legaliseres, og hvor farlig det egentlig er å røyke hasj.

Rundt seks prosent av norske 15-16-åring har prøvd cannabis, mens i Danmark er andelen 25 prosent. I tillegg røyker de danske ungdommene oftere.

- Les også: **Ungdom bruker mindre hasj** (direkte klikkbar lenke)

Seks danske forskere har nå forsøkt å skape overblikk over konsekvensene. Ifølge arbeidsgruppen har cannabis alvorlige konsekvenser for unge som røyker mye. De risikerer å få varige skader i hjernen. De får også problemer med å være i jobb og fullføre en utdanning.

– Det er veldig mange unge som røyker hasj, og de røyker altfor ofte, sier Morten Grønabæk, som er direktør ved Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.

Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/helse-alkohol-og-narkotika-menneskekroppen-hjernen-sykdommer/2015/06/dansk-rapport-dette-er> .

Referansekode i 'Helserådet': RUS 2015 – 10. Hasj.

Spreke folk sitter like mye i ro som andre *(forskning.no 25.5.2015)*

Folk med god kondis sitter like mye hver dag som de med dårlig kondis, viser en ny nasjonal undersøkelse.

En artikkel fra [Universitetet i Stavanger](#).

Det å ligge eller sitte i lengre perioder er knyttet til overvekt, diabetes og høyt blodtrykk.

Forskere fra Universitetet i Stavanger og Norges idrettshøgskole har nå undersøkt sammenhengen mellom kondisjon og aktivitetsvaner hos et utvalg på 759 voksne mellom 20 og 84 år. Deltakerne i undersøkelsen ble tilfeldig trukket fra Folkeregisteret. De besvarte spørsmål om fysisk aktivitet i et spørreskjema, gikk med en avansert skritteller i en uke og gjennomførte en laboratorietest for måling av kondisjon. Testene ble gjennomført ni ulike steder i landet. Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/slanking-menneskekroppen-overvekt-samfunnsmedisin-trening-sport/2015/05/spreke-mye-i-ro-som-andre> .

Referansekode i 'Helserådet': FYS 2015 – 16. Stikkord: Kondisjon.

Trening mot apati hos demente *(forskning.no 3.6.2015)*

– Når du sitter stille hele dagen, er det ikke rart at du blir slapp og sløv, sier forsker som etterlyser flere fysioterapeuter til norske sykehjem.

Hele 80 prosent av eldre på sykehjem har demens, og de blir som regel stillesittende, inaktive og preget av apati og søvn.

Løsningen er intensiv styrketrening. Det gjør beboerne mindre apatiske, ifølge forskningen til Elisabeth Wiken Telenius, forsker og fysioterapeut ved Høgskolen i Oslo og Akershus (HiOA).

– Kommunene burde derfor få flere fysioterapeuter inn i eldreomsorgen, slik at beboere på sykehjem får daglig fysisk aktivitet, og aller helst individuelt tilpasset trening, mener hun.

– Tilbud om trening burde være et minstekrav på alle sykehjem. Det fortjener de eldre, sier hun. Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/helse-aldring/2015/06/onsker-flere-fysioterapeuter-pa-sykehjem> .

Referansekode i 'Helserådet': FYS 2015 - 17. Stikkord: Fysioterapi. Demens.

Idrett styrker demokratiet *(forskning.no 4.6.2015)*

Noen ganger blir resultatene litt annerledes enn vi hadde sett for oss, men det må vi godta, mener doktorgradstipendiat.

Hvordan skal vi hjelpe? Hva virker og hvorfor? Dette er stadig tilbakevendende spørsmål i diskusjonen om bistandsarbeid. Vi får antakelig aldri noen klare, entydige svar.

Men forskerne gir seg ikke. I disse dager fullfører Anders Hasselgård på Norges idrettshøgskole en doktorgrad om norsk idrettsbistand. Idrettsbistand betyr at man bruker idrett som virkemiddel for å oppnå utvikling og fred. Et fire år langt dypdykk i hvordan norske organisasjoner jobber, har gjort Hasselgård litt klokere på hva som fungerer og hvorfor.

– Bruk av idrett i bistandsarbeid har en rekke dokumenterte og fordelaktige direkte effekter. For eksempel at det er noe positivt ungdommen kan engasjere seg i, de får helsegevinster av fysisk aktivitet og det gir sosialt samhold. Men akkurat som med all annen bistand, er det vanskelig å måle effekter på samfunnmessig og strukturelt nivå, sier han. Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/bistand-sport/2015/06/idrettsbistand-styrker-demokrati-i-u-land> .

Referansekode i 'Helserådet': FYS 2015 – 18. Stikkord: Idrett. Demokrati.

Trening i naturen frister lite aktive mest *(forskning.no 24.6.2015)*

Det er de som er minst fysisk aktive, som fristes mest av å trene ute i naturen. De som trener hardt, synes det er helt greit å være inne på treningscenteret, også.

Trening i naturen reduserer stress. Det er ikke nytt. Men Giovanna Calogiuri har også funnet ut at det er de som trener minst fra før, som fristes mest av grønn trening.

– Det er ikke alle som liker begrepet «grønn trening». Men det dreier seg om fysisk aktivitet i naturen. Det er ikke det samme som «friluftsliv», fordi friluftsliv signaliserer nærmere kontakt med naturen, forklarer Calogiuri. Den grønne treningen er ordinær trening, men i grønne omgivelser.

- Les også: **Mer trening er ikke alltid bedre** (direkte klikkbar lenke)

Calogiuri er førsteamanuensis ved Høgskolen i Hedmark. Hun har gått gjennom litteratur om grønn trening. Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/2015/06/trening-i-naturen-frister-slappfiskene-mest>.

Referansekode i 'Helserådet': FYS 2015 – 19. Stikkord: Trening.

Genet som beskytter mot slag, men øker faren for blodpropp *(forskning.no 2.5.2015)*

Vi har et gen som kan forårsake dødelig blodpropp, men som også beskytter oss mot at cellene våre dør hvis vi får slag. Det gir forskerne et dilemma. Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/medisin-menneskekroppen-blod-hjernen-hjertet-sykdommer-dna-genteknologi/2015/04/genet-som-gjor-oss>.

Referansekode i 'Helserådet': SEX 2015 – 16. Stikkord: Blodpropp.

Hormoner påvirker selvdisiplinen *(forskning.no 25.5.2015)*

Belønningshormonet dopamin, som også skiller ved ut sex, gjør oss mer bevisste på oss selv, viser ny forskning. Det kan forklare hvorfor personer med spillgalskap, sexavhengighet og ADHD er mer impulsstyrte enn andre, mener forsker.

Bo Christensen, journalist, videnskab.dk

I løpet av dagen skiller kroppene våre ut en kaskade av hormoner som aktiverer forskjellige cellenettverk i hjernen. Det er med på å styre lyster og følelser.

Hvis det blir for mye eller for lite av det ene eller det andre hormonet, kan det skape en psykisk ubalanse.

Hjerneskaninger viser nå at dopamin aktiverer et område i hjernen som er forbundet med selvkontroll. Det kan være med på å forklare hvorfor personer med spillgalskap, sexavhengighet og ADHD har problemer med å vurdere sine egne valg, konkluderer forskerne. Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/hjernen-psykiske-lidelser/2015/05/hormoner-pavirker-selvdisiplin>.

Referansekode i 'Helserådet': SEX 2015 – 17. Stikkord: Dopamin. Hormoner.

Paracetamol kan ramme fostres testikler *(forskning.no 3.6.2015)*

Når gravide tar hodepinetabletter, kan det svekke produksjonen av testosteron hos gutte-fostre, viser ny forskning på mus.

– Paracetamol halverer produksjonen av testosteron etter syv dagers bruk. Det er første gang en studie påviser noe slikt, skriver Rod Mitchell, forsker ved The University of Edinburgh, i en e-post. Han er hovedforfatter for den nye artikkelen, som er utgitt i tidsskriftet Science Translational Medicine. (direkte klikkbar lenke). Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/medisiner-menneskekroppen-svangerskap/2015/05/hodepinetabletter-pavirker-fostres-testikler>.

Referansekode i 'Helserådet': SEX 2015 – 18. Stikkord: Paracetamol. Fosterskade.

Mulig kur mot Ebola *(forskning.no 26.5.2015)*

Museforsøk har klart å blokkere proteinet som er virusets inngangsnøkkel i cellen.

Det vil være en tøff kur, hvis den noensinne blir tilgjengelig. For å stanse ebolaviruset i forsøkene blokkerte nemlig forskerne et livsviktig protein hos laboratoriemusene.

Folk som naturlig mangler dette proteinet, har en feil i arvestoffet. Den gjør at kolesterol hopper seg opp i cellene. Tilstanden er dødelig. Likevel tror forskerne bak forsøkene at en kur kan være mulig. Proteinene må bare fjernes for en kort periode. Det er nok til å hindre ebolaviruset i å komme inn i cellene.

- Les også: [Cellesevmord kan være viruskur](#) (direkte klikkbar lenke)

Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/medisin-medisinske-metoder-sykdommer-epidemier-virus/2015/05/mulig-kur-mot-ebola>.

Referansekode i 'Helserådet': TSS 2015 – 109. Stikkord: ebola.

Få alvorlige bivirkninger av HPV-vaksine *(forskning.no 25.6.2015)*

Det er rapportert 581 tilfeller av bivirkninger av HPV-vaksinen Gardasil. De fleste av dem betegnes som lite alvorlige, og det er ingen dødsfall.

Det viser [Legemiddelverkets](#) (direkte klikkbar lenke) tall som er oppdatert for juni 2015.

Siden 2009 er rundt 150 000 jenter blitt vaksinert. De 37 tilfellene av bivirkninger som regnes som alvorlige, er i hovedsak at jentene er lagt inn på sykehus på grunn av besvimelse, kramper eller allergi.

I Danmark er det for tiden oppmerksomhet rundt diagnosen POTS – Postural Orthostatic Tachycardia Syndrome – hos jenter som har fått Gardasil-vaksine. Europeiske legemiddelmyndigheter har imidlertid ikke funnet noen årsakssammenheng mellom vaksiner og POTS. Både danske og norske myndigheter mener at fordelene med å vaksinere seg fortsatt er klart større enn de mulige ulempene, opplyser [Folkehelseinstitutt](#) (FHI).

– Det er nylig meldt to tilfeller med noen symptomer som også ses ved POTS. Disse jentene er under utredning, og vi avventer flere opplysninger før vi kan si noe mer om saken, sier overlege Margrethe Greve-Isdahl i FHIs avdeling for vaksine.

HPV-infeksjon er den vanligste seksuelt overførbare infeksjonen i verden, og ca. 70 prosent av oss blir smittet av i løpet av livet. Målet med vaksinen er å beskytte jenter mot de to HPV-typene som oftest er årsak til livmorhalskreft.

Dette er hele artikkelen fra forskning.no. Du får også tilgang til den ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/vaksiner/2015/06/fa-alvorlige-bivirkninger-av-hpv-vaksine>.

Referansekode i 'Helserådet': TSS 2015 – 110. Stikkord: HPV-vaksine.

Vanlig parasitt koblet til schizofreni og tvangslidelser

(forskning.no 29.6.2015)

Forskere har funnet en sammenheng mellom katteparasitten *Toxoplasma gondii* og utviklingen av forskjellige psykiske lidelser hos mennesker.

En parasitt fra katteavføring, *T. gondii*, kan sette fast seg i menneskehjernen og føre til schizofreni, manisk depressiv sinnslidelse, avhengighet og tvangstanker.

Det er konklusjonen i en ny studie fra nederlandske forskere. De har analysert store mengder data fra tidligere forskning.

– Spesielt i forhold til schizofreni så vi en klar sammenheng. Smitte fra *Toxoplasma gondii* ga en fordobling av risikoen, forteller hovedforfatter Arjen Sutterland, som er psykiater ved Academic Medical Center, Early Psychosis Department.

- Les også: [Vanlig parasitt koblet til selvmord](#) (direkte klikkbar lenke)

På verdensbasis har hele 20–30 prosent av alle mennesker en kronisk infeksjon med parasitten i hjernen. I Danmark er tallet antakelig omkring 25 prosent. Antallet nordmenn med parasitten er lavere, men antakelig har minst én av ti i Norge parasitten.

Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/helse-hjernen-sykdommer-psykologi/2015/06/oppsiktsvekkende-studie-katteparasitt-kan-gi-schizofreni> .

Referansekode i 'Helserådet': TSS 2015 – 112. Stikkord: Toxoplasmoser. Tvangslidelser. Schizofreni.

Slurver med håndvask på sykehus *(forskning.no 29.5.2015)*

Helsepersonellet ved Universitetssykehuset Nord-Norge vasker ikke hendene når de skal.

I en liten observasjonsstudie har medisinstudent Kristin Olsen ved Universitetet i Tromsø undersøkt håndhygiene til de ansatte ved Universitetssykehuset Nord-Norge (UNN).

Ledelsen syntes resultatene hennes var nedslående.

Følger ikke reglene

Kristin Olsen har blant annet observert håndhygiene til de ansatte før og etter at de hadde kontakt med pasientene.

Følge reglene skal de ansatte alltid vaske eller sprite hendene før pasientkontakt, før sterile prosedyrer, etter fare for kontakt med kroppsvæsker, etter pasientkontakt og etter kontakt med pasientens omgivelser.

Det ble bare fulgt i 19 prosent av de tilfellene som Olsen observerte.

Prosentene er beregnet ut fra 69 observasjoner. Det inkluderer samme pasient flere ganger og noen av de samme ansatte for hver pasient.

Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/helse-forebyggende-helse-samfunnsmedisin/2015/05/avdekket-slurv-i-handhygiene-ved-sykehus>.

Referansekode i 'Helserådet': PER 2015 – 9. Stikkord: Håndvask. Sykehushygiene.

Ikke sikkert alkohol er noe bra for hjertet *(forskning.no 4.6.2015)*

Hjertesaker øker nemlig når du drikker, men ikke for alle eldre.

Eldre kvinner får stadig dårligere hjertefunksjon med økende alkoholforbruk. Eldre menn tåler litt mer, men får sykkelig forstørret hjertemuskel ved mer enn 14 alkoholenheter per uke.

Det sier den ene og nyeste studien fra American Heart Association. En britisk-australsk studie fra februar i år sier noe litt annet:

Menn i alderen 54 – 60 år kan likevel få en beskyttende virkning på hjertet hvis de drikker 15 – 20 alkoholenheter i uka.

Den sikreste og bredeste, men mindre beskyttende virkningen har likevel eldre kvinner som drikker mindre enn ti enheter i uka. Disse mer positive resultatene er publisert i British Medical Journal. Du får tilgang til hele denne artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/helse-alkohol-og-narkotika-forebyggende-helse-helsepolitikk/2015/05/alkoholens-helsefordeler-kan> .

Referansekode i 'Helserådet': RUS 2015 – 8. Stikkord: Alkohol. Hjertesykdom.

Arbeidsledige har dårligere helse enn vi har trodd *(forskning.no 5.6.2015)*

Folk uten jobb, med lav utdanning eller lite penger har dårligst helse, men de klager ikke mer over helsa si enn de ressurssterke. Tvert imot – de kunne klaget mer.

Når forskere kartlegger befolkningens helse, bruker de ofte opplysninger som er gitt av deltakerne selv. Personene blir i undersøkelser bedt om å vurdere hvordan de opplever sin egen helse akkurat nå, ofte ved hjelp av svaralternativene svært god, god, mindre god eller dårlig.

Nå har forskere ved NTNU undersøkt om det er grunn til å stole på disse svarene. De sammenlignet slike helsesvar med hvor mange i ulike samfunnsgrupper som døde i løpet av en periode. Det kunne fortelle forskerne om deltakernes opplevelse av egen helse som stemte overens med virkeligheten – altså dødsstatistikken.

Den nye studien fra tyder på at arbeidsledige oppgir å ha en bedre helse enn hva de faktisk har. Det har eksistert fordommer om at jo lengre ned på rangstigen man er, jo mer klager man om helse. Det stemmer ikke, ifølge studien til sosiologiprofessor Terje Andreas Eikemo og kollegaene. (Foto: Terje Trobe/NTNU)

– Det finnes fordommer om at jo lavere ned på den sosiale rangstigen man er, jo mer klager man. Funnene våre snur det hele på hodet. Det sier sosiologiprofessor ved NTNU Terje Andreas Eikemo, som også leder to av EUs store helseundersøkelser.

Funnene kan bety at vi har enda større helseforskjeller her i landet, enn vi har trodd. Du får tilgang til hele denne artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/2015/06/arbeidsledige-har-darligere-helse-enn-de-oppgir>.

Referansekode i 'Helserådet': ULI 2015 – 5. Stikkord: Arbeidsledighet.

Nesten én av tre har høyere utdanning *(forskning.no 18.6.2015)*

Over 1,3 millioner personer i Norge har nå høyere utdanning, viser nye tall fra Statistisk sentralbyrå.

Per 1. oktober hadde 714 166 kvinner og 587 864 menn høyere utdanning, viser de nye [SSB-tallene](#) (direkte klikkbar lenke).

Andelen personer med høyere utdanning har økt jevnt i mange år, og den har økt mer blant kvinner enn blant menn.

28 prosent av mennene og 35 prosent av kvinnene i befolkningen på 16 år eller mer har fullført en høyere utdanning.

Forskjellene skyldes først og fremst at en langt høyere andel kvinner enn menn har fullført en såkalt kort høyere utdanning, som omfatter universitets- eller høyskoleutdanning på til og med fire år.

26,8 prosent av kvinnene og 18,6 prosent av mennene hadde en kort høyere utdanning per 1. oktober i fjor. Samtidig hadde 9,7 prosent av mennene og 7,7 prosent av kvinnene en lang høyere utdanning, som betyr utdanninger på mer enn fire år, samt forskerutdanning.

Samtidig er andelen menn med videregående skole som høyeste fullførte utdanning på 45 prosent, mot 38 prosent for kvinner.

For alle aldersgrupper i befolkningen er det kvinner fra 25 til 39 år som er høyest utdannet.

Dette er hele artikkelen fra forskning.no. Du kan også se den ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/skole-og-utdanning/2015/06/nesten-en-av-tre-har-hoyere-utdanning>.

Referansekode i 'Helserådet': ULI 2015 – 6. Stikkord: Utdanningsnivå.

Nye allergier skyller inn over Europa *(forskning.no 30.5.2015)*



Det giftige konserveringsmiddelet MI finnes stort sett overalt. Og har du først fått allergi mot det, kan du bli hardt rammet av å komme inn i et rom hvor det er brukt MI i malingen – noe som skjedde med Emma. (Foto: Contact Dermatitis © 2014 John Wiley & Sons A/S, utgitt av John Wiley & Sons A/S, utgitt av John

Overalt i Europa utvikler folk nye allergier fordi vi blir påvirket av stadig flere kjemikalier. Forskerne er særlig frustrerte over MI – et veldig allergifremkallende stoff som har erstattet de utskjulte parabenene.

Thomas Hoffmann, journalist i videnskab.dk

Det giftige konserveringsmiddelet MI finnes stort sett overalt. Og har du først fått allergi mot det, kan du bli hardt rammet av å komme inn i et rom hvor det er brukt MI i malingen – noe som skjedde med Emma. (Foto: Contact Dermatitis © 2014 John Wiley & Sons A/S, utgitt av John Wiley & Sons Ltd. Bringes med tillatelse fra Wiley)

Verden er etter hvert så full av kontroller, forbud og merker om allergivennlige produkter at du kan få inntrykk av at du er godt beskyttet. Det er du ikke.

Hver dag foregår en kamp i laboratorier rundt om i Europa mot en lang rekke allergifremkallende stoffer som industrien tilsetter alle slags produkter.

Folk har fått eksem og andre allergiske reaksjoner av: dongeribukser, leggbeskyttere, implantater, våtservietter, gel til ultralydskanninger, motorsager, gummihansker, madrastrekk mot midd, vannsenger, lærprodukter, brusbokser, tapet og mye mer. Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/helse-sykdommer-allergi-kjemi/2015/05/nye-allergier-skyller-inn-over-livet>.

Referansekode i 'Helserådet': HTJ 2015 - 51. Stikkord: Allergi. Konserveringsmiddel.

Litt amming gir bra babymage *(forskning.no 31.5.2015)*

Mange av de nyttige bakteriene i magen til spedbarn forsvinner hvis mor slutter helt å amme før de fyller ett år.

Spedbarn som vennes helt av med amming før de er ett år, har færre nyttige bakterier i tarmene. Det viser en ny, svensk studie. Ammeslutt påvirker faktisk den lille magen mer enn det introduksjon av fast føde gjør.

- Det skulle bare små mengder morsmelk til. For eksempel én amming hver dag, sier Professor Jovanna Dahlgren ved Göteborgs universitet.
- Men foreldre må ikke stresse med dette, sier Jovanna Dahlgren til forskning.no.

Hun er en av forskerne bak den nye studien. Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/2015/05/litt-ammig-gir-bra-babymage> .

Referansekode i 'Helserådet': ERN 2015 – 44. Stikkord: Morsmelk. Amming.

Skal få barn til å spise mer grønt *(forskning.no 11.6.2015)*

Med nysgjerrige forskerblikk over skulderen kaster barnehagebarna seg over maten.

I Eidsfoss Barnehage i Hof kommune i Vestfold er det duket for ettermiddagsmåltidet. Det serveres knekkebrød med brunost, hvitost eller skinkeost etterfulgt av epler og pærer.

- Jeg liker knekkebrød med skinkeost, sier Remy. Han tar en eplebit.
- Du må spise opp knekkebrødet først, ippetsetter Sara-Emilie og putter knekkebrødet i munnen hans.

På bordet

Høgskolen i Buskerud og Vestfold (HBV) og Universitetet i Oslo (UiO) samarbeider om et forskningsprosjekt for å finne effektive og kunnskapsbaserte tiltak som øker inntaket av grønnsaker blant barnehagebarn.

– Det er spennende å ta pulsen på hva som står på bordet i norske barnehager. Vi ser hele spekteret fra et lite tilbud av grønnsaker til et veldig godt tilbud av grønnsaker, sier UiO-forsker Anne Lene Kristiansen.

- Les også: [Usunne ettåringer er like usunne som sjuåringer](#) (direkte klikkbar lenke)

Datainnsamlingen er i full gang hos barnehager i Vestfold og Buskerud. Forskere besøker denne våren 73 barnehager.

Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/mat-og-helse-barn-og-ungdom/2015/06/skal-fa-barn-til-spise-mer-gront> .

Referansekode i 'Helserådet': ERN 2015 – 45. Stikkord: Barnehager.

Rapport: – Sjømaten ved Fedje-ubåten er trygg *(forskning.no 16.6.2015)*

Mattilsynet opphever nå advarselen om å spise sjømat fra området rundt ubåtvirket utenfor Fedje.

I 2014 var det fremdeles lave nivåer av kvikksølv i sjømat ved ubåtvirket utenfor Fedje, viser en ny rapport. – Sjømaten er trygg ut fra de resultatene vi har fra brosmen og krabbe, sier forsker Sylvia Frantzen ved Nasjonalt institutt for ernærings- og sjømatforskning (Nifes) i en artikkel på deres nettsider.

Siden 2004 har Nifes overvåket kvikksølvinnholdet i sjømat fra området rundt vraket av den tyske ubåten U-864, som ble funnet utenfor Fedje i Nordhordland i februar 2003.

I fjor sommer ble det tatt nye prøver av brosmen og krabbe fra området. Konklusjonen i Nifes' nye rapport er at konsentrasjonene av kvikksølv i sjømaten som ble testet, er under EUs og Norges øvre grenseverdi for menneskemat, bortsett fra i én av brosmene. Se hele denne artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/2015/06/milj%C3%B8gifter/rapport-sjomaten-ved-fedje-ubaten-er-trygg> .

Referansekode i 'Helserådet': ERN 2015 – 46. Stikkord: Ubåt Fedje.

Spisevaner betyr mest når barn går opp i vekt *(forskning.no 25.6.2015)*

Fysisk aktivitet og TV-titting ser ut til å ha langt mindre å si.

På helsestasjonen har de fleste foreldre sett målekurver over hvordan barnets vekt øker. Barnets vekt skal øke – barn skal få rundere kropper etter hvert som de blir eldre, opp til en viss alder. Men hvordan kan vi hindre at denne kurven blir for bratt?

En ny undersøkelse fra NTNU gir signal om hvorfor noen barn legger raskere på seg enn andre. Målet for denne forskningen har vært å identifisere det som kan føre til overvekt.

– Vi har undersøkt om fysisk aktivitet, TV-tid og spiseatferd forklarer hvorfor noen barn øker mer i BMI enn andre gjør, sier førsteamanuensis Silje Steinsbekk ved NTNU.

Steinsbekk og professor Lars Wichstrøm står bak undersøkelsen. Se hele denne artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/2015/06/spisevaner-betyr-mest-nar-barn-gar-opp-i-vekt>.

Referansekode i 'Helserådet': ERN 2015 – 47. Stikkord: Spisevaner. Overvekt. Barn.

Derfor er slanking så vanskelig *(forskning.no 27.6.2015)*

Pass deg for å legge for mye vekt på fremskritt hvis du slanker deg. Vi overvurderer nemlig små forsakelser når vi prøver å gå ned i vekt. Og vi undervurderer utskeielser.

Har du gått opp på badevekten i yr forventning om at nålen vil vise færre kilo enn før, men sjokkert konstatert at du har lagt på deg? Eller har du store planer om å spare mye penger, men ender bare opp med bunnskrapt konto hver eneste måned? Du er ikke alene.

Amerikanske forskere har prøvd å finne grunnen til at slanking og sparing er så vanskelig å gjennomføre for mange av oss.

Selvbedrag ser ut til å være forklaringen. Studiene er publisert i Journal of Consumers Research.

En bragd å droppe dessert?

Mange som er på slankekur, syns de har utført en bragd om de hopper over desserten. De tror dermed at de er på god vei til å rase ned i vekt.

– Forbrukere har en tendens til å legge mer vekt på fremskritt i form av det de forsaker enn på utskeielsene, ifølge vår studie, sier professor Margaret C. Campbell ved Universitetet i Colorado til The University of Chicago Press.

- Les også: [Jo-jo-slanking kan gjøre deg syk](#) (direkte klikkbar lenke)

Dermed tror slankerne at målet er nærmere enn det er i virkeligheten.

I syv eksperimenter har Campbell sett nærmere på hva som skjer når folk skal prøve å spare penger, gå ned i vekt eller vinne et spill. Sammen med Caleb Warren ved Universitetet i Texas avdekket hun et mønster.

Du får tilgang til hele denne artikkelen ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/mat-og-helse-slanking-forbruk-psykologi/2015/06/derfor-er-slanking-sa-vanskelig>.

Referansekode i 'Helserådet': ERN 2015 – 48. Stikkord: Slanking.

Da forskningen viste at sukker var sunt *(forskning.no 30.6.2015)*

På 1970-tallet viste studier at mennesker ikke kunne bli overvektige eller få hjertesykdom av å spise karbohydrater som sukker. Denne feilen betaler vi for fremdeles, mener norsk professor. Det er fett som ble den store fienden.

Fra midten av 1900-tallet begynte det å komme forskningsresultater som antydte at fett i kosten kunne være farlig.

Ikke bare var fett fullt av kalorier som gjorde oss fete. Mye tydet også på at det var en av hovedforklaringene på bølgen av hjerte- og karsykdommer som skylte inn over vestlige land fra begynnelsen av 1900-tallet.

Ernæringsforskerene trodde karbohydrater var ufarlige. Kjempetabbe, mener professor Birger Svihus fra NMBU. (Foto: NMBU)

Forskningsinnsats og kostråd fokuserte på det farlige fett og mot slutten av århundret var sunn kost ensbetydende med mager kost, både på legekantorene og i ukebladene.

Samtidig gikk karbohydratene, også sukker, ufortjent under radaren, mener Birger Svihus, professor ved Norges miljø- og biovitenskapelige universitet (NMBU).

Hvorfor ble karbohydratene lenge ansett som bare positive for helsen?

Svihus tror han har funnet svaret i forskningen:

Forskere på 1970-tallet konkluderte faktisk med at menneskekroppen ikke kunne omdanne karbohydrater til fett.

Dermed kunne man verken bli overvektig eller få fettstoffer i blodet av å spise karbohydrater, uansett om de kom fra godteri eller grovbrød.

– Dette er en av de største tabbene i moderne ernæringsforskning, sier Birger Svihus, som nylig holdt foredrag på et seminar om fett og karbohydrater i kostholdet, ved NMBU.

Se hele artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/2015/06/da-forskningen-frikjente-sukker>.

Referansekode i 'Helserådet': ERN 2015 – 49. Stikkord: Sukker. Fett.

Tidlig barnehagestart gir skoleforsprang *(forskning.no 4.6.2015)*

Barn som starter tidlig i barnehagen gjør det bedre i språk og regning på skolen enn de som starter senere, ifølge en ny studie.

Det er en studie fra Statistisk sentralbyrå (SSB) som viser at tidlig barnehagestart har positive effekter for barnets senere språk- og regneferdigheter, skriver Aftenposten (direkte klikkbar lenke)

Forskerne bak [studien](#) (direkte klikkbar lenke) sammenlignet resultatene på prøvene fra to grupper barn i Oslo født i årene 2005 til 2007. Du får tilgang til hele denne artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/barn-og-ungdom-skole-og-utdanning/2015/06/tidlig-barnehagestart-gir-skoleforsprang>.

Referansekode i 'Helserådet': UNG 2015 -10. Stikkord: Barnehager. Barnehagestart.

Ny helsepolitikk tvinger kommunene til å tenke nytt

(forskning.no 11.6.2015)

Kommunene lager god helsepolitikk selv om de får sprikende signaler fra staten, mener forsker.

Pleie- og omsorgssektoren i kommunene blir styrt, organisert og omorganisert på grunn av stadig ny statlig politikk. Handlingsplaner for blant annet psykisk helsevern, eldreomsorg, rus og andre områder i sektoren kommer på løpende bånd. Ofte er de statlige skrivingene ganske rundt formulert.

Dette kommer fram i et forskningsprosjekt om hvordan sju norske kommuner forholder seg til statlig styring av tjenester til eldre og psykisk syke. En av hovedkonklusjonene er at staten bruker mange og ulike virkemidler for å styre kommunene, og at disse styringsvirkemidlene, som for eksempel lover, rundskriv og økonomiske tildelinger, til dels står i motsetning til hverandre.

– Men kommunene tolker signalene og lager tjenester og tiltak tilpasset kommunens behov. Selv om de opplever at innspillene er uoversiktlige, har de fortsatt muligheten til å styre, sier Marit Kristine Helgesen, seniorforsker hos Norsk institutt for by- og regionforskning (NIBR) og leder for forskningsprosjektet.

– Jeg er positivt overrasket over kommunenes evne til nytenkning.

- Les også: [Sammenslåing av helseregion uten gevinst](#) (direkte klikkbar lenke).

Du får tilgang til hele denne artikkelen fra forskning.no ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/helse-helsepolitikk-helsetjeneste-helseadministrasjon/2015/06/kommunen-er-helten-i-dagens-helsevesen>.

Referansekode i 'Helserådet': HTJ 2015 – 52. Stikkord: Kommunehelsetjeneste.

Mer penger ga flere helsesøstre *(forskning.no 17.6.2015)*

Antall helsesøstre er på vei opp etter at regjeringen satt av mer penger til skolehelsetjenesten.

Antall årsverk i helsestasjons- og skolehelsetjenesten har økt, ifølge tall fra Statistisk sentralbyrå (SSB). Det inkluderer leger og fysioterapeuter, men økningen er størst for helsesøstre. I 2014 ble det registrert en økning på 157 årsverk, som tilsvarer 7,2 prosent.

– Vi ser at satsingen på skolehelsetjenesten har gitt resultater, sier helse- og omsorgsminister Bent Høie (H).

200 millioner neste år

Året før var det en nedgang i årsverk på helsestasjoner og skolehelsetjenesten samlet sett. Nå kan det se ut som utviklingen har snudd.

– Vi tror kommunene vil følge opp videre også når de ser at dette ikke er en engangssatsing, sier Høie.

Regjeringen satt av 270 millioner kroner til helsestasjoner og skolehelsetjeneste i 2015, og har varslet en økning på 200 millioner kroner til tjenestene i kommuneproposisjonen for neste år.

Brukte penger på annet

Landsgruppen av helsesøstre har tidligere vist til eksempler på kommuner hvor pengene er brukt på andre formål. Det er ikke kjent for helseministeren.

– Tallene viser at ikke alle pengene gikk til flere stillinger. Men noen har påstått at pengene ikke virket, og disse tallene viser med all tydelighet at det gjør det, sier Høie. Han mener det ikke er grunn til å øremerke midler.

– Vi unngår byråkrati som øremerking medfører. Da må en søke om midler og dokumentere i etterkant. Da ville en god del ressurser gå med til byråkratiet, sier han.

Til sammen økte årsverk i helsestasjoner og skolehelsetjeneste med 112 i 2014. Det har vært en vekst i antall helsesøstre, sykepleiere, leger, fysioterapeuter og jordmødre, mens det var en nedgang i ansatte med annen fagutdanning.

Dette er hele artikkelen fra forskning.no. Du får også tilgang til den ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/helsetjeneste-helseadministrasjon/2015/06/mer-penger-ga-flere-helsesostre>.

Referansekode i 'Helserådet': HTJ 2015 – 53. Stikkord: Helsesøster.

160 000 boliger ligger i områder med høy radonfare

(forskning.no 25.6.2015)

Over 10 prosent av norske boliger ligger i områder med fare for radongass, viser nye kart fra Statens strålevern.

Sammenholdt med statistikk fra Statistisk sentralbyrå har NRK undersøkt kartene og funnet ut at ti prosent av norske boligbygg ligger i områder med høy eller særlig høy aktsomhet. Det tilsvarer minst 159 418 boligbygg.

Aktsomhetskartene, som er de første av sitt slag, viser at hele 15 596 boligbygg i Fredrikstad er utsatt for den luktfrie gassen, etterfulgt av Bergen og Kristiansand med henholdsvis 12 621 boligbygg og 8 949 boligbygg.

Kartene er laget av Norges geologiske undersøkelse (NGU) i samarbeid med Statens strålevern.

– Den statistiske beregningen er troverdig. Dette er en veldig grov inndeling og vi har ganske god sikkerhet for det vi sier. Der det er høy eller særlig høy fare har vi god sikkerhet for å kunne si at det er slik, sier geolog Guri Ganerød i NGU.

Faren for forhøyede radonverdier varierer rundt om i landet, og er ofte tett knyttet til hvilke bergarter som er i bakken under husene.

– Radon er en radioaktiv gass, og når vi puster den inn så får vi bestrålt lungene våre fra innsiden – og det gir økt risiko for lungekreft, sier Ingvild Finne ved Statens strålevern.

Dette er hele artikkelen fra forskning.no. Du får også tilgang til den ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/geofag/2015/06/160-000-boliger-ligger-i-omrader-med-hoy-radonfare>.

Referansekode i 'Helserådet': MHV 2015 – 31. Stikkord: Radon.

Store områder mangler informasjon om radon (forskning.no 28.6.2015)

Statens strålevern og NGU mangler informasjon om radon-faren i flere områder. Antallet hus i områder med høy radonfare kan dermed være enda høyere, tror fagfolk bak nye radonkart.

De nye aktsomhetskartene, laget av Norges geologiske undersøkelse (NGU) i samarbeid med Statens strålevern, viser at over 10 prosent av norske boliger ligger i områder med fare for radongass.

Hele 20 prosent av tettbygd areal i Norge ligger imidlertid i områder definert som usikker aktsomhet for radon. Usikker aktsomhet innebærer at det ikke finnes nok målinger på stedet til at aktsomhet kan beregnes, eller at beregningene ikke gir tilstrekkelig grad av sikkerhetsgrunnlag for å si om aktsomheten er høy, moderat eller lav. I disse områdene ligger det over 290.000 bolighus.

Fagfolk i Statens strålevern og NGU frykter noen ikke sender inn målerapporter fordi de er bekymret for at boligverdien skal synke eller for personvern, skriver NRK.

Både Statens strålevern og NGU er klare på at de ønsker seg flere målinger, og at resultatene bør inn i den sentrale databasen.

– Kommunene med mye grå områder bør måle i egne bygninger, og folk i egen bolig, sier Ingvild Finne i strålevernet.

For eksempel ligger 6875 bolighus i Drammen kommune i et område der radonaktsomheten er usikker. Kommunene Tana, Hof, Granvin, Årdal, Sokndal og Tolga har også høy grad av usikker aktsomhet for radon.

Se hele artikkelen ved å gå inn på eller klikke på <http://forskning.no/geofag/2015/06/store-omrader-mangler-informasjon-om-radon> .

Referansekode i 'Helserådet': MHV 2015 – 32. Stikkord: Radon.