

Ingen bragd?

Marit Figenschou fikk kreft. Så fikk hun diagnosene leddgikt, osteoporose og artrose. Uførheten ventet. Men Figenschou tok opp kampen ved å sette seg mål hun var sikker på ikke å nå. Hun ville gå opp høye fjell. Og opp kom hun. I boken «Til Sydpolen ingen bragd» forteller hun om veien opp og om erkjennelsen av at det er andre ting enn å gå til Sydpolen som hun har større grunn til å være stolt av.

Ifølge en anmeldelse i Tidsskrift for Den norske legeforening er boken «god sengelektyre for både leg og helsefaglig lærd».



Diabetesfremkallende turnusarbeid

Tredelt turnusarbeid med minst tre nattevakter per måned, øker risikoen for type 2-diabetes hos sykepleiere. Derfor trengs det riktig screening og intervensjonsstrategier for skift- og turnusarbeidere for å forebygge diabetes.

Det er konklusjonen i en stor amerikansk studie som har sett på utviklingen av type 2-diabetes hos 178 000 turnusarbeidende sykepleiere, publisert i PLoS Medicine, november 2011.

Sykepleierne ble fulgt i 18-20 år. 10 126 av dem fikk type 2-diabetes, noe forfatterne omtaler som en beskjeden økning av risiko.

Tidligere studier har vist at turnusarbeid gir økt risiko for fedme og metabolsk syndrom, tilstander som er nært knyttet til type 2-diabetes. Noen studier har også vist at turnusarbeid kan øke risikoen for type 2-diabetes, men disse har vært av dårlig kvalitet på grunn av ulike metodiske problemer.

PPS til Århus

Århus kommune har valgt å kjøpe PPS (Praktiske prosedyrer i sykepleietjenesten) fra forlaget Akribe. En forundersøkelse kommunen har gjort, viser at PPS fungerer godt.

Århus er referansekommune for flere danske kommuner som vurderer PPS som kvalitetsverktøy i pleie- og omsorgstjenesten.

Kilde: Akribe



Foto: Colourbox

Ble årets bibliotek

Helsebiblioteket er kåret til årets bibliotek. Det er første gang et heldigitalt bibliotek vinner prisen.

Det er Norsk bibliotekforening som deler ut prisen, som går til et bibliotek som har anvendt nye ideer eller utmerket seg gjennom samarbeid med dem som styrer eller bruker biblioteket. Framtidsrettede, utradisjonelle og offensive tiltak kan være blant kriteriene for å få prisen.

Helsebiblioteket gir både befolkning og helsepersonell gratis tilgang til kvalitetssikrede kunnskapskilder. Juryen begrunner tildelingen med at Helsebiblioteket på mange måter er et pionerprosjekt.

Da ADHD'en ble et problem

Hågen Haugrønningen søkte om hjelp for sin ADHD. Da begynte problemene.

I siste nummer av tidsskriftet *Psykisk helse og rus* forteller Hågen Haugrønningen om sine erfaringer med diagnosen ADHD. Haugrønningen har det i dag bra og bygger opp en karriere som blant annet foredragsholder og coach. Han holder foredraget *Fra traume til ressurs – det var ingen selvfølge at jeg overlevde* og håper å bidra til økt kunnskap om ADHD.

Han mener diagnosen ble problematisk da han søkte offentlig hjelp for ADHD-problematikk.

– Det ble jeg overhodet ikke møtt på, sier han.

Derimot ble han møtt med at han hadde så mange ressurser.

– Det er skremmende at det fremdeles er så lite kompetanse og så mye fordommer mot ADHD og voksne i dag, mener Haugrønningen.

I 35 år gikk han rundt med ubehandlet ADHD. Han slet med depresjoner, ble utbrent og etter hvert medisineret. Medisinene førte til psykose. Han har vært på institusjon og i fengsel. Så tok han selv grep. Hvordan han gjorde det, forteller han i intervjuet.

PSYKISK HELSE OG RUS sendes med Sykepleien til medlemmer av NSFs landsgruppe av psykiatriske sykepleiere. Vil du abonnere, finn informasjon på sykepleien.no

