

Caring for people where

14.-17. juni inviteres allmennleger til den 17. Nordiske kongressen i allmennmedisin, for første gang arrangert i Tromsø. Mottoet for kongressen, "Caring for people where they are", har en åpenbar dobbel betydning: Det handler om omsorg og helsehjelp til folk der de bor, og samtidig om å være en hjelper som møter folk der de befinner seg i sine liv.

Av Helen Branstorp



Mottoets ulike assosiasjoner reflekteres både i de ulike tema som kongressen tar opp og i de fire hovedforelesningene.

Biography, biology and health ved professor Bruce McEwen, Rockefeller University, New York. Bruce McEwen leder neuroendokrinologisk laboratorium ved dette universitetet og lanserte i 1998 radikale nye teorier om allostase; teorier om hvordan stress gir endringer i nervesystemet, på cellenivå. Hans senter arbeider tverrfaglig med nevrokjemiske, mor-

fologiske, nevrofarmakologiske, cellulære og molekylære metodologier og translasjonsstudier. Man kan enkelt si at McEwens forskning viser biomedisinsk hva kvalitative studier har vist før ham, og leger nok alltid har visst: Levd liv setter seg i kroppen. Nordiske allmennleger har lenge hatt McEwen som inspirator i arbeid med en bredere forståelse av helse og sykdom.

Medical education outside the hospital ved dekan og allmennlege David Price, Department of Family Medicine McMaster Univer-

sity, Ontario, Canada. Det er tredje gang Price inviteres til landet for å dele av kunnskap om moderne desentralisert utdanning av leger, slik at studentene blir skikket til å jobbe for folk der de er. Dette temaet bør trekke kolleger som er involvert i utdanning av leger spesielt, men også andre grupper helsepersonell. David Price har vært en viktig leverandør av erfaringer til den pågående revisjonsprosessen av legestudiet i Tromsø, og har også vært en viktig erfaringsbærer til andre universitet og helsemyndigheter i Norge.

they are

Bakre rekke: prof. Anna Luise Kirkengen, May-Lill Johansen, prof. Knut Høltedahl, Svein Steinert, prof. Ivar J. Aaraas
Fremre rekke: Hege Skogstad Berntsen, prof. Hasse Melbye, Helen Brandstorp.



Palliative care in the community. Fastlege og sykehjemslege i Mo i Rana, Anette Fosse, skal snakke om lokale helsetjenester til eldre og døende – altså tjenester nær der de hører til og har levd sine liv. Anette Fosses engasjement gjennom flere år for god samhandling mellom primær- og sekundærhelsetjenesten lokalt, regionalt og ikke minst i ekspertgruppen forut for samhandlingsreformen, gjør at vi kan forvente innsiktsfulle perspektiver fra både grasrotnivå og på systemnivå.

Salutogenesis: How to create a healthy orientation in community. Forskningsleder Bengt Lindström fra Universitetet i Helsinki vil snakke om hvordan vi kan bygge lokalsamfunn som fokuserer på styrkene til de aktuelle samfunnene; altså bruke salutogenetiske prinsipper, kjent fra Aaron Antonovsky. (Wikipedia: Salutogenesis er et begrep som viser til en tilnærming til medisinsk behandling som fokuserer på faktorer som støtter opp under menneskers helse og velvære, fremfor faktorer som forårsaker sykdom. En «salutogenetisk modell» fokuserer på forhold mellom helse, stress og mestring.)

Nordisk konferanse i allmennmedisin er forankret i Nordic Federation of General Practice (som også gir ut Scandinavian Journal of Primary Health Care) og går av stabelen hvert 2. år. De nordiske landene sirkulerer på å være vertskap. I år er det Norges tur. Nasjonalt senter for distriktsmedisin (NSDM), ved Institutt for samfunnsmedisin (ISM) Universitetet i Tromsø, har tatt på seg å arrangere kongressen. Leder for Hovedkomiteen er Svein Steinert og president for Vitenskapelig komité er NSDM's leder, professor Ivar J. Aaraas. May-Lill Johansen er leder for det sosiale programmet (spennende konserter, festmiddag i det fri på Sommarøya med mer).

Spesialiteten allmennmedisin er stor og det ventes mange leger til Tromsø disse dagene, kanskje nærmere 1000 fra hele Norden og også fler fra andre land. Spesielt hyggelig er det at det kommer en gruppe fra Russland gjennom et samarbeidsprosjekt innen allmennmedisin på Nordkalotten. Pågangen av kolleger som vil bidra til workshops, symposia og frie foredrag har vært mangfoldig og større enn forventet, så det bør finnes faglige go' biter for enhver. Kongressen er åpen for alle som er interessert i nordisk allmennmedisin, både praktisk og mer teoretisk, og for de som ser frem til å treffe gamle og nye kolleger i en hyggelig setting. Nabo hotellene Rica Ishavshotell og Radisson Blu Hotell på brygga er stedet vi håper å se kolleger fra nord i juni. Gå inn på kongressens nettside www.gp2011tos.com og meld deg på!

Matoppskrifter:

Fisk i form

Nå når Helsedirektoratet har gitt oss nye kostråd er det vel greit med ei fiskeoppskrift. Denne retten laget min mor til familien mange ganger i løpet av oppveksten. Jeg med flere her nordpå vokste opp med fisk fire til fem ganger i uka. Ingen halvfabrikata og lettvinde løsninger den gang. Og kanskje skal vi ta noe av dette tilbake. Det tar ikke så lang tid, og mye kan gjøres klart kvelden i forveien.

Nok til tre sultne voksne eller to voksne og to mindre barn.

Kok opp 4 gulrøtter i biter i 10 minutter. Ta vare på kraften.
2-3 ss margarin,
2-3 ss hvetemel og
3 dl kraft fra gulrøttene vispes sammen. Krydre med salt og pepper, og kanskje litt karri eller et annet krydder du er glad i. Avkjøles litt før
3 egg vispes inn.

Legg 4-500 gram filet av torsk eller sei i bunnen av ei ildfast form, så gulrøtter og ½ - ¾ purreløk før du legger sausen på. Litt ost på toppen. Serveres med poteter og litt bacon.

Kan varieres med andre typer grønnsaker og fisk.

Stekes på 200 grader i ca 30 minutter.

Vel bekomme. Vil gjerne ha gode velprøvde oppskrifter fra dere som kan deles med kolleger. Både til hverdag og festlige anledninger. Send til nlinfo@frisurf.no

Velbekomme.

Tove Myrbakk, Bodø (hobbykokk)