

VBS-Nytt

Informasjonsavis for Venner av Bærum Sykehus

Nr. 2

Juni 2008

Årgang 17

Profileringskampanjen

VBS' sto på stand med sin profileringskampanje lørdag 19 april i Asker sentrum, Sandvika og på Bekkestua (bildet).

Nærmere omtale finnes på s. 4



Har du noen i din omgangskrets som kan tenkes å bli VBS-medlem? Du finner informasjon om kontakt-tlf til VBS og om innmelding osv. på baksiden av VBS- Nytt.

Ansvarlig utgiver:

VBS – Venner av Bærum Sykehus
Postboks 517, 1373 Asker
Tlf.nr. 916 45 961
e-post: vabs@online.no
www.budstikka.no/budstikkaporten/
organisasjoner/vbs
Org.nr.00983025226

Redaktør:

Inger Kristine Halvorsen

Redaksjonsutvalg:

Leif Hansen
Inger-Karin Humborstad
Sonja Stenmarck

Sekretær

Asta Marthinsson
Tlf. 66 78 26 80
email: astmart@online.no

Styret i VBS:

Leder: Sonja Stenmarck,
Tlf.: 67 53 22 82
e-mail: sonja.stenmarck@want.no

Styremedlemmer:

Else Alexandersen
Tlf. 67 54 24 94
e-mail: elsalex@tele2.no

Leif Hansen
67 54 47 05
e-mail: krax-ingemar@c2i.net

Inger Kristine Halvorsen
Tlf.: 67 14 25 70
e-mail: ik-h@online.no

Inger-Karin Humborstad
Tlf.: 67 53 03 04
e-mail: ihumbors@online.no

Knut L. Knutsen
Tlf.: 67 14 46 25
e-mail: klknuts@online.no

Anthon B. Nilsen
Tlf.: 67 13 09 14
e-mail: anthonbn@online.no

Marianne Wiese
Tlf.: 66 78 35 15
e-mail: marianne@wiese.no

Gavekortkonto: 7878 05 37832

Kontingentkonto for NYE medlemmer: 5130 05 83877

Grafisk: DI gruppen as, Rud



Kjære Venner av Bærum Sykehus

Jeg er stadig inne på dette med informasjon, både når det gjelder Venneforeningen og når det gjelder sykehuset.

Med knapt 5000 medlemmer i VBS av en befolkning på 150 000, er det klart at vi har en oppgave med å profilere oss og gjøre oss kjent. Det prøver vi å gjøre noe med både med stands, informasjonsmateriell, kino-

reklame og artikler i avisen. Vi må erkjenne at vi stort sett har eldre medlemmer. Det blir derfor en utfordring også å nå frem til de yngre. De har like god bruk for sykehuset og den trygghet det gir å ha et velfungerende sykehus i nærmeste nærhet. Det fører meg over til alt som skjer når det gjelder omorganisering av sykehustjenestene.

Sykehuset Asker og Bærum kommer nå inn i et felles sykehusområde med Sykehuset Buskerud (i Drammen), Ringerike Sykehus og Blefjell sykehus.

Det samarbeides nå med å finne en fordeling av oppgaver og funksjoner mellom disse 4 helseforetakene. Man ser på mulighetene for bedre samhandling for å møte pasientenes behov nå og i fremtiden. Målsettingen er å behandle flere pasienter på rett sted på rett nivå.

De store pasientgruppene skal i størst mulig grad få den behandling de trenger på sitt eget lokalsykehus. Samtidig er det bred faglig enighet om at spesialiserte tjenester bør samles på færre sykehus enn i dag, nettopp for å styrke kvaliteten på tjenestene. Dette vil legge til rette for at spisskompetansen blir brukt når den trengs mest. Vårt sykehusområde skal tilby 80-90 prosent av sykehustjenestene til befolkningen. Rikshospitalet og Ullevål universitetssykehus skal fortsatt dekke regionale og landsfunksjoner med høyspesialiserte tjenester som lokalsykehusene ikke kan dekke.

Helse Sør-Øst skal legge frem et samlet forslag for sitt styre 19. juni, basert på forslagene fra alle sykehusområdene i Helse Sør-Øst, samt innspill fra fagfolk, tillitsvalgte og brukere. Det er ikke vanskelig å forstå at dette blir en krevende prosess. Her må også VBS på banen.

Når det gjelder rehabilitering, som jo var en sak som engasjerte oss, følger vi jevnlig utviklingen for "våre to institusjoner".

Det er interessant å registrere at Godthaab, i forbindelse med saken om sykehushotellet på Rikshospitalet, har tilbudt Helse Sør-Øst ledig kapasitet til midlertidig å dekke behovet for sykehushotellfunksjon. Godthaab har i dag avtale med Helse Sør-Øst for mottak av i alt 51 pasienter. Med full kapasitet har de plass til 75. Fram (tidligere Sjømennenes Helseheim) har avtale for mottak av 49 pasienter. Med full kapasitet har de plass til 60.

Å bidra til at våre to rehabiliteringsinstitusjoner får fullt belegg er en utfordring, også for våre to kommuner, alt til beste for pasienter og pårørende.

Hermed er utfordringen overbrakt.

Sonja Stenmarck
Styreleder

HVA ER FAM?

Vi har stilt spørsmålet til noen tilfeldige vi har møtt. Og ingen forbandt noe med det. Heller ikke var de kjent med begrepet Felles akuttmottak.

De som har noe å gjøre med legevakt- og sykehus-systemet, vet hva det er: FAM er benevnelsen for samorganiseringen av den *kommunale* Legevakt for Asker og Bærum og sykehusets Akuttmottak under samme tak i den nye fløyen på Sykehuset Asker og Bærum Helseforetak (SABHF). Det innebærer fordeling av ansvar og kostnader mellom de to parter. *For brukerne derimot er det stedet for øyeblikkelig hjelp.*

VBS har vært på besøk hos FAM for å gjøre seg bedre kjent med hvordan denne samordningen virker i praksis. Vi ble vist rundt av avd.sjef og overlege Jon Norseth. Vårt inntrykk var at mye er bra, men at det fortsatt er ting å jobbe med i en nyordning som ennå ikke har gått seg helt til. Vi fikk bl.a se et stort tomt rom som var avsatt til en såkalt observasjonspost. Det er det sterkt behov for i de tilfelle det er ønskelig å kunne observere en svært dårlig pasient gjennom noen timer eller over natten. Gjennom media har vi sett at en slik observasjonspost ville ha spart liv og unngått kritiske situasjoner. Men som sykehus flest har også FAM en trang økonomi med sterke prioriteringskrav. Observasjonsposten er imidlertid på prioriteringslista har vi i ettertid fått vite.

Som brukere av ordningen påpekte vi spesielt at informasjonssiden mot pasientene og også generelt mot befolkningen burde være bedre ivaretatt. Vi nevnte spesielt brosjyren (bildet). Den var heller ikke spesielt godt synlig på venterommet. Videre at det burde være mulig å benytte den store TV-skjermen på venterommet til pasientinformasjon. God informasjon vil bedre folks tillit til og omdømme av FAM. Etter at vi var der har vi sett at brosjyren ligger i luken der man henvender seg, og forhåpentligvis vil mange nå få den utlevert ved ankomst.



Burde det finnes en bedre forståelig benevnelse på samordningen enn den som blir brukt på brosjyrens forside på venterommet?

I luken i venterommet må pasienten fortelle om sin helsetilstand i andre pasienters påhør for at sykepleieren der skal kunne vurdere alvorlighetsgraden

i forhold til hvor i køsystemet vedk. blir satt. Her var taushetsplikten som helsevesenet er forpliktet av, meget dårlig ivaretatt. Om det gjelder en flis i en finger, er ikke det all verden, men andre forhold kan for enkelte oppleves som veldig vanskelig å utlevere uten en skjermet plass.

Litt informasjon til deg som møter den samordnede Legevakt og Akuttmottak

1. Har du behov for **øyeblikkelig** hjelp og du ikke kan få den hos din fastlege (som har plikt til å hjelpe innenfor kontortiden), er det **kommunens legevakt** som skal hjelpe deg. Legevakten er vanligvis bemannet med allmenn-leger, organisert av kommunene. Hvis legevaktlegen finner at det kreves øyeblikkelig innleggelse til sykehuset, blir du med en foreløpig diagnose loset videre til Akuttmottaket – dvs. til den andre siden av korridoren.
2. Har du **henvisning** til sykehus fra din fastlege eller annen lege, skal du til **sykehusets Akuttmottak**. Legen(e) der kommer fra ulike kliniske avdelinger i sykehuset. De er vanligvis turnuskandidater eller assisterende avd.leger og har spesialister i sykehuset som bakvakt. Her foretas en ny undersøkelse, tas nye prøver osv. før du eventuelt blir innlagt. Alle innleggelser går gjennom Akuttmottaket, også hvis du har såkalt "Åpen retur" (gjelder kronisk og alvorlig syke pasienter)

Altså 2 ulike funksjoner under **samme tak**, med **felles venterom** og andre **spesialrom**.

Uavhengig om du skal til Legevakten eller til Akuttmottaket skal du henvende deg til sykepleieren i luken. Er du **Akuttmottakspasient** blir du satt på en egen venteliste. Er du **Legevakt-pasient** blir du plassert på en "venteliste" etter flg.alvorlighets-kriterier:

Rød: Akutt behov for hjelp med max. 15 min.ventetid

Gul: Øyeblikkelig hjelp med max. 90 min. ventetid

Grønn: Du vil bli prioritert etter **alle** som er i rød eller gul kategori. Det er ingen max ventetid.

Ventetiden på Legevakten vil variere avhengig av hvor mange som kommer inn for akutthjelp eller øyeblikkelig hjelp. Og enkelte "akutthjelp"-pasienter vil du heller aldri se på venterommet, siden de kan komme med ambulanse direkte inn i de bakre rom. Derfor kan du oppleve at det noen ganger virker som du stadig blir skjøvet bakover i køen uten at du

ser grunnen til det. Noen ganger, når sykepleierne i lukene har ledig tid, vil en sykepleier gå rundt å sjekke hvordan pasientene har det. Hvis du føler at du blir stadig dårligere mens du sitter i ventekø, bør du melde fra om det i luken.

Du kan få mer informasjon om Legevakten og Akuttmottaket om du har tilgang til internett på www.sabhf.no.

Inger Kr. Halvorsen

VBS ØNSKER EN FRIVILLIG WEB-MEDARBEIDER.

VBS har en nettside med følgende adresse:

www.budstikka.no/budstikkaporten/organisasjoner/vbs.

Den trenger en ny og oppdatert design, bl.a med våre nye logoer og fargebruk som vi introduserte for et par år siden. Dessuten skal den også vedlikeholdes med ny informasjon fra tid til annen. Nettsiden vår er også tilgjengelig via en lenke på Sykehuset Asker og Bærum sykehus sin side (www.SABHF.NO.) Og den dukker også opp på Google!

Har du kompetanse og erfaring med Web-design kan du kanskje hjelpe oss med det?

Henvend deg da til Leif Hansen, tlf.:67 54 47 05 eller til e-mail: krax-ingemar@c2i.net

Tusen takk for støtte

VBS har i mars i år bevilget inntil kr.50.000 til innkjøp av en "Trykkavlastende madrass" til Ortopedisk avdeling ved Sykehuset Asker og Bærum HF. Madrassen skal være spesielt egnet for pasienter for å unngå/behandle trykksår.

VBS-Nytt siterer ordlyden i takkebrevet fra avdelingssykepleier Tone Røstad:

Til Venner av Bærum Sykehus

28.04.2008

Tusen takk for støtte til trykkavlastende madrass!

Den er på plass i avdelingen og er godt merket. (med VBS-logo (redaktørens anmerkning))

Dere er med og hjelper oss å nå avdelingens hovedmål: Ingen trykksår på Ortopeden!

Denne vil pasientene sette pris på!

Vennlig hilsen Tone Røstad

PROFILERINGSKAMPANJEN

VBS gjennomførte en profilerings- og informasjonskampanje i april i år. Hensikten var å gjøre foreningen bedre kjent blant beboerne i Asker og Bærum, også med det håp å verve noen medlemmer. Noen av oss sto på stand lørdag den 19 april, i Asker og Sandvika sentrum og på Bekkestua. Vi presenterte en ny brosjyre om oss og pratet med folk som kom forbi på denne lørdagen midt i handletiden. Vårt inntrykk var at mange fikk vite noe de ikke visste før, og vi møtte også mange som faktisk var "venner". Vi delte ut 1200-1500 brosjyrer i løpet 3-4 timer.

I tillegg hadde vi en kinoreklame med en VBS-profil (bildet) som gikk hele april på alle fremvisninger på kinoene i Asker og Sandvika. Alt dette gjør vi for at bygdefolket kanskje blir litt mer bevisste

på verdien av å ha et godt fungerende sykehus i vårt lokalsamfunn, og at VBS er og har vært en støttespiller og "vaktbikkje" for sykehuset og for våre pasienter der gjennom 16 år.

-Vi trenger DEG!

-Vi trenger hverandre!



Venner av Bærum Sykehus

PROTOKOLL FRA ÅRSMØTET 31. MARS 2008

1. Konstituering av årsmøtet

Årsmøtet fant sted i kantinen på Bærum sykehus, og det var 37 til stede.

Leder Sonja Stenmarck ønsket velkommen. Årsmøtet godkjente Torkild Skallerud som møteleder. Kari Vik Knutsen og Inger-Helene Kveiland ble valgt som referenter. Arne Müller ble valgt til å undertegne protokollen.

Det var ingen merknader til innkalling og dagsorden.

2. Årsberetning

Årsberetningen for 2007 var tatt inn i VBS-nytt nr.1/2008.

Vedtak: Årsberetningen for 2007 godkjennes.

3. Regnskap og revisjonsberetning 2007

Regnskap og revisjonsberetning var publisert i VBS- nytt.

Vedtak: Regnskap for 2007 godkjennes.

Revisjonsberetningen tas til etterretning.

4. Fastsettelse av kontingent for 2007

Styret foreslo uforandret årskontingent.

Vedtak: Årskontingenten for 2008 er: Enkeltmedlem: 100 kr

Familie: 200 kr. Organisasjoner og bedrifter: 1000 kr.

5. Handlingsplan

Handlingsplan var publisert i VBS- nytt nr.1/2008

Vedtak: Handlingsplanen tas til orientering

6. Valg

Valgkomiteens forslag var gjengitt i VBS-nytt, og komiteens leder Bodil Riisberg foresto valget.

Valgt ble:

Leder:	Sonja Stenmark	gjenvolgt for 1 år
Styremedlemmer:	Antho B. Nilsen	ny, valgt for 2 år
	Inger-Karin Humborstad	gjenvolgt for 2 år
	Knut L. Knutsen	gjenvolgt for 1 år
	Else Alexandersen	gjenvolgt for 2 år
	Leif Hansen	gjenvolgt for 2 år
	Marianne Wiese	gjenvolgt for 2 år

Det nye styret består av:

Leder:

Sonja Stenmarck.

Styremedlemmer:

Inger Kristine Halvorsen (gjenvolgt i 2007)

Inger-Karin Humborstad

Knut L. Knutsen

Else Alexandersen

Leif Hansen

Marianne Wiese

Antho B. Nilsen

Styret velger selv nestleder og arbeidsutvalg.

Årsmøtedirigenten ledet valg av revisor og valgkomite.

Valg av revisor

Styret foreslo gjenvalg av statsautorisert revisor Ragnar Hedenstad.

Vedtak: Ragnar Hedenstad ble valgt til revisor.

Vedtak: Valgkomite for 2009 er:

Bodil Riisberg (Bærum)
Harald Henriksen (Asker)
Elfrid Hovden (Asker)

7. VBS og psykiatrien.

Publisert i VBS- nytt 1/ 2008.

Vedtak: Årsmøtet slutter seg til styrets forslag:

Årsmøtet gir Styret anledning til å gi stipend til psykiatrisk helsepersonell innenfor en ramme på kr.50.000 for 2008 med basis i de samme retningslinjer som for somatisk helsepersonell.

Bodil Riisberg takket for en utmerket årsmelding og overrakte blomster til lederen.

Einar Solvold ble takket for sitt frivillige arbeid med vervekampanjen og Reidun Jarman for sitt frivillige arbeid med vedtaksendringene.

Kjell Rasmussen gikk ut av styret og fikk en påskjønnelse.

Møteleder ble takket og fikk en synlig takk.

Referent:

Kari Vik Knutsen
(sign)

Referent:

Inger-Helene Kveiland
(sign)

Arne Müller
(sign)

FRIVILLIG MUSIKKMEDARBEIDER ØNSKES



VBS ga som kjent et flygel til sykehuset ved åpningen av den nye fløyen.

Dette praktfulle instrumentet, som står i resepsjonen, fortjener å bli spilt på til glede for pasienter, besøkende og personale. Vi har fått en avtale med Bærum Musikkskole som vil sørge for at elever opptrer med jevne mellomrom. I tillegg har sykehuset fått kontakt med en spillekyndig som engasjerer seg en tid fremover.

Vi håper å få flere til å bidra med å glede sine medmennesker. Vi ønsker oss derfor kontakt med en eller flere som kan spille klassisk eller populærmusikk en times tid, en gang i uken eller slik det måtte passe.

Henvendelse Else Alexandersen. Tlf:67 54 24 94 eller mail:elsalex@tele2.no

REFERAT FRA VBS's TEMAMØTE PÅ BÆRUM SYKEHUS 31.03.08

om "Angst og depresjon – bare litt nerver eller folkesykdommer?"

Seksjonsleder/psykiatrisk sykepleier Turid Nordvik, i samarbeid med assistentlege Rohit Sharma, begge Blakstad sykehus, sto for presentasjonen for et fullsatt auditorium.

Depresjon er ikke en "sinnstilstand", men en sykdom, og 15 % av oss blir rammet på et eller annet tidspunkt. En trenger hjelp når depresjonen går ut over hverdagen, når en ikke lenger greier de daglige tingene som å stå opp, gå på skole eller jobb. Den kan vare i uker, måneder og kan påvirke søvn, en tappes for energi, føler seg mislykket, håpløs, hjelpeløs og skyldig. Tanker om døden eller selvmord er ikke uvanlig.

Depresjon skyldes en forstyrrelse i hjernen. Nervebanene som regulerer følelser, tanker, søvn, matlyst og adferd, arbeider ikke tilfredsstillende. Personlige opplevelser virker inn. Arv og hormoner spiller en rolle. Når et familiemedlem eller en venn får en depresjon, er det viktig å opprettholde et så normalt forhold som mulig, vise forståelse, tilby støtte og omsorg og vise at en bryr seg. Bebreidelser, kritikk eller å be personen ta seg sammen bedrer ikke situasjonen.

Dersom behandling blir nødvendig, starter denne med grundig utredning av sykehistorien. Det gis undervisning om sykdom og mestring som å håndtere stress (aktivitet/ro og hvile), motivere for fysisk trening (gjerne i friluft) og kosthold. Det tilbys samtaleterapi der en prøver å bryte uheldige tankemønstre. Medikamentell behandling, lysbehandling og elektrosjokk kan også være aktuelt.

Angst rammes av 10 % av oss. Angst er nervesystemets reaksjon på fare; signaler som advarer og øker beredskapen, en forsvarsreaksjon. En skjelner mellom generalisert angst (uro og engstelse nesten hele tiden), fobier (angst i spesielle situasjoner), sosial fobi (redsel for å bli ydmyket, dumme seg), panikkangst (opptrer plutselig, ligner hjerteanfall. Grunnløs angst som kommer innenfra uten at noe truer, kan bli invalidiserende og styre hele livet). Med angst følger lavt selvbilde, vanskelige relasjoner til andre, aggresjon, fortvilelse, depresjon, irritasjon, uro og spenning.

Angst kan oppstå som følge av: Arv og miljø (stress/konflikter), biologiske forhold (arvelig disposisjon eller ervervet svakhet for å reagere kroppslig eller overdrevent følelsesmessig), ytre hendelser og sykdom, surstoffmangel, hjerteinfarkt, alkohol og narkotika. Ved et angstanfall oppleves tilsnøring i hals og bryst. En har hjertebank, kaldsvette, kvalme, følelsen av å besvime. Et slikt anfall kan komme brått og uventet. Det takles best ved å puste rolig, sette seg ned og vente til anfallet er over. Angstanfall er ikke farlig, men ubehagelig og skremmende.

Halv-parten blir bra av seg selv, men en trenger hjelp og behandling når angsten varer og går ut over hverdagen. De fleste blir friske. Det fins ulike typer behandling: Samtaleterapi, medikamenter, fysioterapi, kognitiv terapi, eksponeringsterapi (utsette seg for det en er redd for). Avspenningsteknikker, kunnskap, mestringsteknikker, gode rutiner i hverdagen, noen å prate med og fysisk aktivitet hjelper.

Oppsummering: De aller fleste som har depresjon og angst, blir friske.

Det ble avslutningsvis opplyst om kontakter for hjelp/behandling:

- Psykiatrisk akutt-team for Asker og Bærum tlf. 99 55 14 50. Dette er et ambulerende team som har telefonvakt og kan ta hjemmebesøk ved behov.
- Legevakten tlf. 06780 (NB! Nytt tlf. nummer)
- Sentralbordet ved Asker og Bærum sykehus gir opplysning om ulike tilbud innenfor Asker og Bærum Helseforetak

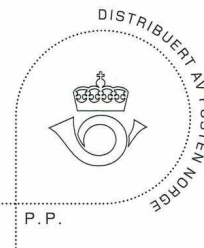
P.S. Dersom noen skulle ønske å få foredraget tilsendt på e-post, eller på papir, kan de henvende seg til Inger Kr. Halvorsen, på e-postadresse: ik-h@online.no evnt. tlf. 67 14 25 70.

Inger-Karin Humborstad

Har du forslag til et tema som egner seg for presentasjon på et av våre temamøter, er vi glade for å motta det! Da kan du ringe oss på tlf. 67 53 22 82, 67 14 25 70 eller 916 45 961 eller på e-mail til vabs@online.no

B

NORGE



Returadresse:

VBS - Venner av Bærum Sykehus, Postboks 517, 1373 ASKER

NYE MEDLEMMER – NYE GENERASJONER

- VBS trenger nye medlemmer!
- Er dine barn og søsken i Asker og Bærum medlemmer?
- Hva med dine venner, naboer og arbeidskamerater?
- Og er du medlem av en forening/organisasjon som kan tenkes å bli medlem?

Vi ber om din innsats til å verve nye medlemmer. Det er av vesentlig betydning for foreningen å vise til en stor medlemsmasse når det gjelder å stå på og aksjonere for ting til beste for vårt sykehus og pasientene der.

Kontingenten er	kr. 100,- pr. år for enkeltmedlem
	kr. 200,- pr. år for familiemedlemskap
	kr. 1000,- pr. år for foreninger/bedrifter/organisasjoner

Innmelding kan skje på ulike måter

- Send innmeldingsskjema nedenfor pr. post, og du vil få tilsendt en utfylt giroblankett til bruk ved innbetaling av kontingenten.
- Send kontingenten ved hjelp av giro eller nettbank til:
Venner av Bærum Sykehus, Postboks 517, 1373 ASKER
Bankgironr. 5130 05 83877
Hvis innmeldingen gjelder familiemedlemsskap, skriv navnene på dem det gjelder øverst til venstre på giroen eller i Meldingsfeltet ved nettbank. NB! Husk medlemsadressen.
- Du kan også sende de samme opplysninger pr. e-post til vabs@online.no, eller du kan gå inn på vår hjemmeside www.budstikka.no/budstikkaporten/organisasjoner/vbs og finne et innmeldingsskjema. Der står det også en del informasjon om VBS.

Innmeldingsskjema

Sendes til: Venner av Bærum Sykehus Postboks 517, 1373 Asker - Tlf. 916 45 961

Medlemmets/familiemedlemmers/foreningens/bedriftens/organisasjonens navn: _____

Adresse: _____

Postnr. og sted: _____

Dato: _____