



# Covid-19 pandemien

## Hva har dette betydd i primærhelsetjenesten?

### Og hva nå?

Arne Olav Fagermoen  
Seksjonsleder Sagene lokalmedisinske senter  
Assisterende bydelsoverlege Bydel Sagene

# Covid – 19 pandemien og samfunnet

- ▶ Tilpasningsevne
- ▶ Betydningen av sosiale relasjoner
- ▶ Digitalisering

# Primærhelsetjenesten

- ▶ Hjemmesykepleien
- ▶ Ulike botilbud
- ▶ Sykehjemmene
- ▶ Legevakten og KAD
- ▶ Fastlegene

# Snart 2 år med hyppige endringer og tilpasninger

- ▶ Raskt skiftende retningslinjer
- ▶ Lært mye om
  - Virus
  - Smittevern
  - Smittesporing
  - Vaksiner
  - Bivirkninger
  - Ettervirkninger og konsekvenser av pandemien
- ▶ Info overload
- ▶ Allmennlegenes innsatsgruppe covid-19
- ▶ Smittevernoverlegen / Helseetaten
- ▶ FHI



# Feberpoliklinikk

- ▶ Helt nødvendig!
- ▶ Kunne vi håndtert pasientene selv dersom tilgang på smittevernutstyr?
- ▶ For pasientne har det ikke bare vært problemfritt



# Endringer

## ▶ Teknologi

- Video
- eKonsultasjoner
- Hjemmekontor

## ▶ Smittevern

- mangel på utstyr i starten

## ▶ Organisering

- ▶ Trygghet på jobb?

# KORONAVIRUS



## Kan du være smittet?



**Har du symptomer på luftveisinfeksjon som feber, sår hals, hoste eller pustevansker?**

**IKKE KOM INN I LEGESENTERET MED MINDRE  
DU ER KRITISK SYK!**

Ta kontakt med oss på telefon, [sagene-lokalmedisin.no](https://sagene-lokalmedisin.no) eller [helsenorge.no](https://helsenorge.no), så får du tilbud om telefonkonsultasjon, videokonsultasjon eller e-konsultasjon.



# Organisering

- ▶ Kohorter på job
- ▶ Hjemmekontor eller tilstede
- ▶ 2 meter avstand mellom ansate
- ▶ 2 lunsj- og møterom med video mellom





# 4 faser i pandemien



# Første fase

- ▶ Stille på legekantorene.  
Avlyste timer. Utsatt oppfølging av kronikere. Færre henvendelser
- ▶ Kartlegging av pasienter med risiko for alvorlig forløp av covid
- ▶ Proaktiv oppfølging til en viss grad
- ▶ Bistand til feberpoliklinikker



# Andre fase

- ▶ Dette kommer til å vare en stund
- ▶ Fare for at ting glipper
  - Utredninger som bør gjøres
  - Nyoppståtte plager
  - Psykisk uhelse
  - Kronikere som trenger kontroller
  - Screeninger

# Tredje fase

- ▶ Mot normalisering?
- ▶ Vaksinerings av risikogrupper gjennomført
- ▶ Lemping på smittevernregler
- ▶ Gjenåpning

# Fjerde fase

- ▶ Luftveisinfeksjoner
- ▶ Stor pågang hos fastleger og legevakt
- ▶ Slitne kolleger
- ▶ Egen sykdom og syke barn

# Utfordringer nå

- ▶ Hvordan skal vi leve med koronaviruset?
- ▶ Hvordan håndtere økt sykefravær hos ansatte?
- ▶ Smittevern: Er basale smittevernrutiner nok?
- ▶ Hvordan sikre at sårbare pasienter får oppfølging?
- ▶ Hvordan prioritere og legge opp arbeidsdagen?



Adam Grant ✓  
@AdamMGrant

Burnout isn't due to a lack of motivation. It's caused by a shortage of capacity.

There are more interesting people and projects than hours in the day. The key question isn't whether you have interest. It's whether you have bandwidth.

Enthusiasm is boundless. Time is finite.



- ▶ Tilpasningsevne og omstillingsevne
- ▶ Men hvordan håndtere stress og hvordan forebygge utbrenthet?
- ▶ Hva kan vi gjøre på kontoret for å ta vare på hverandre?

Bilde fra Instagram

