

KURS- OG AKTIVITETSKALENDER

NORGE

8.-9. des.	Haugesund	Julekurs med Heming Olsen-Bergem. For mer info og påmelding: sindre_hl@outlook.com
11.-13. jan '18	Bergen	Vestlandsmøtet. Henv. Siv Kvinnsland, e-post: siv.kvinnslan@uib.no
15.-17. jan '18	Oslo	NTFs januarkurs. Oslo kongressenter. Se www.tannlegeforeningen.no
2.-3. febr '18	Thon Hotel, Kristiansund	Operakurs med spesialist i oral protetik, Martin Janda, og operaforestillingen Kiss me Kate. Arr. Nordmøre og Romsdal Tannlegeforening. Påmeldingsfrist: 15. januar. For mer informasjon og påmelding: nrtannlege@gmail.com
5.-6. mars '18	Oslo	Holmenkollsymposiet. Se www.tannlegeforeningen.no
19.-20. april '18	Trondheim	Midt-Norge-møtet. Kai Åge Årseth, e-post: kaiage@online.no
25.-26. mai '18	Loen, Hotel Alexandra	Loenmøtet. www.loenmotet.no Henv. Inken Sabine Henning, tlf. 47 60 60 87. E-post: inken.henning@gmx.net
4.-6. okt. '18	Norges Varemesse, Lillestrøm	NTFs landsmøte. Se www.tannlegeforeningen.no

UTLANDET

15.-17. nov.	Stockholm, Sverige	Odontologisk Riksstämman och Swedental. Se www.tandlakarforbundet.se
24.-29. nov	New York, USA	Greater New York Dental Meeting. Se www.gnydm.com/
22.-24. febr. '18	Chicago, USA	153rd Midwinter Meeting. Se: www.cds.org/meetings-events
9.-13. mai '18	Italia	NTFs utenlandskurs.
20.-23. juni '18	Amsterdam, Holland	EuroPerio 9. Mer informasjon: www.efp.org/europerio/
5.-8. sept '18	Buenos Aires, Argentina	FDI World Dental Congress. Se www.fdiworldental.org
23.-28. nov '18	New York City, USA	Greater New York Dental Meeting. Se www.gnydm.com/about/future-meetings/

Med forbehold om endringer. Sjekk alltid aktuelle datoer direkte med kursarrangøren. Vi er avhengige av dine innspill til kurs- og aktivitetskalenderen. De kan sendes til tidende@tannlegeforeningen.no

Mange ønsker å slutte å røyke

Over 60 prosent av dagligrøykerne i Norge vurderer å slutte og nesten 40 prosent vurderer å slutte innen seks måneder, skriver Helsedirektoratet.no. 60 prosent er også bekymret for hvordan røykingen påvirker helsen.

Tallene er hentet fra en undersøkelse blant 500 røykere som Respons Analyse utførte for Helsedirektoratet i oktober i år. Nesten 80 prosent av dem som røyker hver dag har forsøkt å slutte én eller flere ganger. Det er vanlig å ha flere slutforsøk bak seg før en lykkes. Hver tredje som slutter har planlagt slutforsøket mens hver fjerde gjør et spontant forsøk. Forskning tyder på at det ikke lønner seg å drive med nedtrapping. 44 prosent av brukte ikke hjelpemidler i sitt siste forsøk. Blant dem som brukte hjelpemidler, var nikotinlegemidler og e-sigaretter vanligst.

Det er dokumentert at støtte og veiledning øker sjansen for å lykkes med røykeslutt: Snakk med fastlegen (eller tannlegen, red.anm.), ta kontakt med frisklivssentra- len, bruk Slutta-appen eller Slutta på Facebook.