



Tannvernseminar i Oslo, 8. mars 2004:

Tenner for livet – ny giv i det forebyggende arbeidet

Når det gjelder interessen for forebyggende tannhelsearbeid, har man ingenting å frykte, i hvert fall ikke hvis man skal dømme etter oppslutningen om årets tannvernseminar. Auditoriet i Folkets hus var fylt til trengsel, og utgangspunktet for seminaret var naturlig nok Sosial- og helsedirektoratets store satsing på Tenner for livet.

Her burde alle overtannlegene ha vært for å plukke opp praktiske tips. Det er jo de som skal administrere dette ute i distriktene, sukket en av de mange tannpleierne som deltok på møtet da første del av programmet var over. Da hadde prosjektleder Eva Rydgren Krona oppsummert Tenner for livet-prosjektet (omtalt i Tidende nr. 3), rådgiver Kjetil Drangsholt, hadde snakket engasjert og humoristisk om folkehelsearbeid mens psykolog Sara Aarseth ga konkrete og nyttige eksempler på hvordan man kan møte pasientene for å komme i en konstruktiv dialog for å endre holdninger og atferd.

Tenk helsefremmende, ikke bare forebyggende

– Helsetjenesten må forebygge mer for å reparere mindre, og vi skal ha en kunnskapsbasert folkehelsepolitikk er et av målene i folkehelsemeldingen. Det samsvarer med det overordnede målet i tannhelsetjenesten, og som kommer til uttrykk i veilederen som Statens helsetilsyn ga ut i 1999, at alle i størst mulig grad skal bli i stand til å ta vare på egen tannhelse, understreket Rydgren Krona i sitt foredrag. I prosjektet som Sosial- og helsedirektoratet har satt i gang, er det femåringer og beboere i sykehjem som er målgruppene, og det har nå vært samlinger for å orientere om prosjektet i alle helseregioner. Det blir særlig lagt vekt på at det må være plan og systematikk i arbeidet og at alt man gjør blir fulgt opp



Daglig leder Gerd Marit Brandt og styreleder Reidun Stenvik smilte fornøyd over god deltakelse på årets tannvernseminar og delte ut pakker med sløyfe på til foredragsholderne. Foto: G. Sangnes.

med rapporter og evaluering for å se om det man gjør har effekt. Alle prosjekter må være forutsigbare og forpliktende og tannhelsepersonellet må i større grad enn tidligere orientere seg utover og samarbeide med barnehager, skoler og utdanningsinstitusjoner og annet pleie- og sosialpersonell. Og det viktigste av alt: Brukeren må være i sentrum, avsluttet Rydgen Krona idet hun gjorde Peter Hiorths ord til sine: «Målet er helse for alle, ikke behandling for alle.»

– Helse er mer enn fravær av sykdom. Helse er mestring, bevegelse, egenart og frihet til å ta valg, også de dumme og tøvete valgene, sa Kjetil

Drangsholt. – Mye av folkehelsearbeidet skjer utenfor helsetjenesten, men mye skjer også innenfor, påpekte han og viste til hvordan levekår og sosiale forhold påvirker helsen. For eksempel er dødeligheten i Oslo øst og Oslo vest dramatisk forskjellig. Å utviske ulikheter i levekår er derfor det viktigste i folkehelsearbeidet. En annen viktig oppgave er arbeidet for å unngå at unge begynner å røyke. Det er for eksempel et problem at seks av ti unge jenter på helse- og sosiallinjene i videregående skole røyker. Videre må det satses på balansert fysisk aktivitet og på å utvikle mestringsstrategier selv der handlingsrommet er trangt. For å lyk-

kes med folkehelsearbeidet er det imidlertid nødvendig med politisk forankring i fylkeskommuner og kommuner, langsiktige eiere, økonomiske incentiver og ikke minst partnerskap og samhandling, sa han.

– Hvorfor gjør de ikke som vi sier? Innledet psykolog Sara Aarseth, og brukte arbeid og teknikker i forbindelse med røykeavvenning som modell for sitt foredrag om kommunikasjon og endringsprosesser. Man kan ikke være ekspert på den enkeltes motivasjon, men det er viktig å informere slik at den enkelte kan ta et velbegrunnet valg. Å ikke si noe er også en kommunikasjon – da formidler du at dette ikke er så viktig. Folk venter at helsepersonell skal ta opp ting som er viktige for dem. Men det er en balansegang, og det er avgjørende at man klarer å skape et godt samtaleklima og får til en dialog der man viser både respekt og ydmykhet, og at man vet hvor krevende det er å gjøre endringer i eget liv. Når man tar opp temaet, er det også viktig å finne ut hvor i endringsprosessen vedkommende er. Og være oppmerksom på at de små drypp betyr noe. For røykerne er det dessuten viktig å vite at det tar tid å slutte. De fleste har prøvd flere ganger i løpet av 5–10 år, men en sprekkt betyr at man har større sjans for å lykkes neste gang var hennes oppmuntrende budskap til røykerne.

Hvordan samarbeide?

Seminaret hadde en egen sekvens som handlet om hvordan man kan samarbeide for å oppnå bedre tannhelse. Den begynte med at lederen for helsesøstre i Norsk Sykepleierforbund, Bodil Erdal, nok en gang understreket betydningen av forankring i ledelsen, i dette tilfellet i den enkelte kommune. Under mottoet «forpliktende og likeverdige samarbeid mellom likeverdige aktører gir god tannhelse», snakket hun videre om faste og forpliktende rutiner og felles målsetting. Den kan for eksempel være at foreldre skal bli i stand til å ivareta barnas tannhelse. Et realistisk syn på samarbeidet og felles nytteopplevelse er også viktig for at de involverte parter skal oppleve samarbeidet som konstruktivt. Likeledes er kunnskap om hverandres kompetanse viktig for en optimal utnyttelse, i følge Erdal. Hva kan man så samarbeide om? Erdals svar er undervisning, informasjonsmateriell og oppfølging av barn med spesielle behov.

Hun mente videre at årlige møter, felles informasjonsmateriell og gode henvisningsrutiner kan være metoden.

Mimi Bjerkestrand, som er leder for førskolelærere i Utdanningsforbundet, var neste kvinne ut, og i anledning kvinnedagen hadde hun omskrevet Egner en smule, og presenterte tilhørerne for Karina og Baktrine. Bjerkestrand presenterte barnehagen som grunnmuren, der grunnlaget for all senere læring dannes. Hun mener de som jobber der er forpliktet til drive holdningsskapende arbeid for å få barna til å lære å ta vare på kroppen sin. Det viktigste er gode vaner og holdninger, sa Bjerkestrand og sa samtidig tja til tannpuss og et klart ja! til riktig kosthold i barnehagen. I nært samarbeid med helsetjenesten skal barnehagepersonellet sørge for at det man putter i munnen i barnehagen skal være bra for kroppen, og dermed for tennene. Bjerkestrand er også svært klar over at førskolepersonalet har god grunn til å gå i seg selv med tanke på hva de vil til stadighet sier om hva det vil si å kose seg, og hva man i den sammenheng serverer av kaker og søte saker.

Slik gjør de det

Helsesøster Liv Aartun Børnick fra Varden barne- og familiesenter i Vestfold var kommet for å fortelle om tannhelsekontroller av barn på helsestasjon. Hennes hovedbudskap var at det gjelder å gripe muligheten når foreldrene er mest mottakelige og interessert, for eksempel akkurat i det den første tannen er kommet frem. Samtalen er det viktigste verktøy, mente helsesøsteren, som også tok til orde for at godt materiell må til for å nå frem med den viktige informasjonen.

Fra Fana barnehage kom førskolelærer Siv S. Wagner-Larsen og fortalte om daglig tannpuss i barnehagen. Der er de 76 barn fordelt på fire avdelinger og 13 ansatte. Og hos dem er daglig tannpuss like naturlig og like viktig som det å vaske hendene. Og dette har de holdt på med i 12 år. Tannbørste og tannkrem finansieres over barnehagens matbudsjett, og fornøyde foreldre melder tilbake at tannpussen hjemme går som en lek.

På Langeland skole i Kongsvinger har de satt i gang et prosjekt med skolefrokost for femteklassingene. Denne gruppen er valgt med tanke på at de

nylig er gått over fra småskoletrinnet til mellomtrinnet, de har fått lengre skoledager, og de har ikke lenger tilbud om skolefritidsordning. Hver tirsdag og torsdag møter ungene opp klokken halv ni. De som har vakt kommer en halv time før, og dekker bordet for de andre. Frem til ni kan de meske seg med brødskiver og melk, men før de fyller lurtne mager skal alle fylle matboksen med dagens niste. Etter frokost er det tannpuss for alle. Prosjektet innebærer også fysisk aktivitet hver dag, en halv time mandag til torsdag og en hel time på fredager. Lærer Eirin Tone Elfmark har høstet bare gode erfaringer med et prosjekt som har som mål å øke konsentrasjonen og dermed oppnå bedre læring, samt å øke interessen for fysisk aktivitet, kosthold og (tann)helse. Gode sideeffekter er styrking av gruppetilhørigheten og økt trivsel i skolen. Prosjektet er en forsøksordning som Elfmark håper blir videreført.

Tiltak for eldre og pleietrengende var også med i tannvernets program, slik de er det i direktoratets Tenner for livet-satsing. Fra Bergen kom prosjektleder Åshild Gjellestad fra Fyllingsdalen undervisningssykehjem. Dette prosjektet er tidligere omtalt i Tidende (nr. 16. 2003, s. 854–5). Tannhelsesens plass i utdanningen av sykepleiere i Buskerud ble presentert av instituttleder Anne Grethe Steinsvåg ved Høgskolen i Buskerud.

Avslutningsvis fikk seniorrådgiver Liljan Smith Aandahl i Sosial- og helsedirektoratet ordet, og hun presenterte veien videre for Tenner for livet.

*Ellen Beate Dyvi
og Gudrun Sangnes*

