

Det er tannlegens ansvar å velge legering ut fra hensyn til pasient og konstruksjon, og dersom det leveres en annen enn den bestilte legeringen, kan dette medføre uheldige pasientreaksjoner som allergi og redusere kvaliteten på konstruksjonen. Ved undersøkelsen i 2010 fant man ingen uoverensstemmelser mellom bestilt og levert legering i ti ulike importerte tanntekniske arbeidere.

Den gjeldende ISO-standard for dentale legeringer har satt en grense for hvor mye en legering kan korrodere. Forsøk med dentale legeringer (se figur) viser at både edle legeringer og kobolt-kromlegeringer korroderer lite, og at ut fra den egenskapen kan man godt anvende kobolt-kromlegeringer i MK-kroner. Undersøkelse av en kobber-aluminiumlegering som benyttes mye i Øst-Europa viste korrosjon langt over grenseverdiene. Høy korrosjon

fant man også blant enkelte selvliggende fester til kjeveortopedisk behandling.

Jon E. Dahl

Nye regler for sterke lyskilder

I april i år ble det innført et nytt EU-direktiv som har som mål å beskytte arbeidstakere mot kunstig optisk stråling, sa seniorforsker Ellen Bruzell. Ansvaret for gjennomføringen av bestemmelsene ligger hos arbeidsgiver. Direktivet har relevans for virksomheter der det brukes sterke lyskilder, som for eksempel tannlegekontorer. Det er utarbeidet en forskrift til direktivet: «Forskrift om vern mot kunstig optisk stråling på arbeidsplassen» (www.lovdata.no FOR 2010-04-27 nr 605).

Bestemmelsene gjelder for strålekilder som sender ut ultrafiolett stråling, synlig lys og infrarød stråling, det

være seg fra halogenlamper, LED, plasmabuelamper eller lasere. Kort oppsummert er arbeidsgivers plikter i henhold til forskriften: Å foreta risikovurdering av strålekilder i forhold til eksponering, å redusere eksponering, gi informasjon og opplæring og å tilby helseundersøkelse (under visse omstendigheter). NIOM har tidligere publisert slike risikovurderinger i forbindelse med bruk av herde- og blekelamper og i kvalitetsvurdering av øyebeskyttelse. Konklusjonen var at stråleeksponeringen fra ovenfor nevnte kilder bryter med aktuelle grenseverdier, og at øyebeskyttelse bør brukes av alle arbeidstakere som oppholder seg i behandlingsavstand.

(autoreferat)

På go'fot med seg selv

Dersom et menneske oppdager sin egen verdi kan det skje revolusjoner.

Vi kan alle ta et bevisst valg om å være solstråler, og velge å leve fra det sterke og positive i oss selv, sier psykolog Trond Haukedal. Han har åpenbart oppdaget sin egen verdi og står som en sol.

Først snakket han om tannlegen som amatørpsykolog og serviceperson under årets nyvinning: Lunsjforedrag for studenter. For øvrig en gigantsuksess som trakk fullt hus. Studentenes kommentarer etterpå var at det var utrolig stas at det var noe i programmet som var rettet spesielt mot dem.

Deretter møtte han de voksne og snakket om samarbeid, teamarbeid og teamutvikling. Det høres kanskje ikke så nytt og spennende ut. Ikke desto mindre; det er alltid relevant. Og vi snakker om mannen som ble kåret til årets foredragsholder i 2009. Han er ikke blitt noe dårligere i 2010.



Psykolog Trond Haukedal vil at vi skal føle oss som tusenlapper, og ikke femtilapper. Det handler om å oppdage sin egen verdi.

Alt handler om motivasjon

Trond Haukedal vil gjerne bidra til at folk kjenner seg verdifulle, får arbeidslust, begeistring og motivasjon – sam-

tidig som de har det gøy. Det handler om arbeidsglede, gode følelser, egenkjærlighet og samarbeid.

– Motivasjon er en følelse, sier Hau-

kedal, og sier videre at humor er den lettest tilgjengelige følelsen og selve snarveien inn i hjertet. Kanskje derfor han forteller vitser hele tiden. Gode vitser, altså. Som den om jordmoren til den fødende kvinnen: – Er slimprop-
pen gått? Hvorpå den fødende svarer: – Nei da!, han er bare ute og tar seg en kopp kaffe.

Vil du forbedre handlingene dine – må du begynne med å velge holdning!

Fremtiden kommer av seg selv, fremskrittene gjør det ikke. Det gjør at vi må konsentrere oss mye mer om egenbevissthet, utvikling og bruk av personlige ressurser og om hvordan vi øker motivasjon og egenverdi.

Hva skaper det psykologiske klimaet på arbeidsplassen, som igjen påvirker de ansattes motivasjon, som igjen påvirker samarbeid og kommunikasjon og som igjen påvirker prestasjonene – som skaper et godt arbeidsmiljø? Jo det er den enkeltes holdninger, kroppsspråket, individuell og kollektiv selvtilitt og selvfølelse, humor og engasjement, lederstil og selvledelsesprofil.

Videre sier Haukedal at kompetanse er karosseriet i den farkosten som skal føre oss inn i fremtiden. Selvbildet vårt er motoren og motivasjon er bensinen.

Visjonen er: Dersom et menneske oppdager sin egen verdi, kan det skje revolusjoner.

Vinneren er den robuste

Den robuste personligheten kjennetegnes ved tre ting:

Trygghet: det vil si oversikt og bevissthet over egne ressurser. En trygg person er målbevisst, ydmyk og respektfull i sitt møte med andre mennesker – åpen og positiv.

Engasjement; det vil si evne til å tro på seg selv. Være til stede i sitt eget liv og bruke energien konstruktivt. Våge å delta fullt og helhjertet i livets mange situasjoner.

Ta utfordringer; det vil si at man ønsker og tør å bli utfordret og stimulert. Tolererer usikkerhet og vet at enkelte tilbakeslag er naturlig – og lærerikt.

Mennesket er et samspill av tre faktorer med ulik funksjon; tankene våre, følelsene våre, atferden vår. Samtidig kommuniserer vi på de samme tre nivåene.

Så ga Haukedal oss fem byggestener for å øke selvfølelsen: å akseptere seg selv betingelsesløst; å bruke grensesetting og selvhevdelse for å verne vår selvrespekt og integritet; å styre tan-

kene og tenke positivt; å motta og gi ros og anerkjennelse eller positiv respons; å lære seg riktig attribusjon, det vil si måten vi tilskriver årsakssammenhenger.

Tankens kraft

Du blir som du tenker. Prestasjon stimulerer selvsnakk, som forsterker selvbildet og kontrollerer prestasjonen.

Det starter med våre tanker. Vær derfor oppmerksom på dine tanker, for de blir til ord. Vær oppmerksom på dine ord, for de blir til handlinger. Vær oppmerksom på dine handlinger, for de blir til vaner. Vær oppmerksom på dine vaner, for de blir din karakter. Vær oppmerksom på din karakter, for den blir din skjebne.

Når sjelen får næring, blir personen vakker. Når personen er vakker blir det harmoni i hjemmet. Når det er harmoni i hjemmet, blir det orden i landet. Når det er orden i landet blir det fred i verden.

La dette kinesiske ordtakene få avslutte Trond Haukedals foredrag på Tannlegeforeningens landsmøte 2010.

Tekst og foto: Ellen Beate Dyvi