

Hvitere tenner av nikotin



ILL: YAY MICRO.

Røyking misfarger som kjent tennene, skriver det danske Tandlægebladet. Kanskje kan hvitere tenner brukes som motivasjon til røykestopp, både direkte og indirekte.

En ny irsk undersøkelse har vist at nikotintyggegummi, anvendt som hjelp til røykeavvenning, aktivt fjerner misfarging på tennerne - og til og med bleker dem.

Undersøkelsen omfattet 200 røykere som ble fulgt i en tolvukers periode, hvor de brukte enten nikotintyggegummi eller nikotintabletter. I tyggegummigruppen ble misfargingen redusert, i tablettgruppen ble den øket. Begge grupper fikk lysnet tennene, og effekten var størst hos de personene som brukte tyggegummi.

Redde for å snakke



ILL: YAY MICRO.

Ansatte ved et av Skandinavias beste universiteter er redde for å si hva de mener, viser en medarbeiderundersøkelse. Selv om de fleste ansatte ved Lunds universitet er fornøyd og stolte av arbeidsplassen, svarer 40 prosent at de er usikre på om de kan si hva de mener, uten å få problemer, skriver Uni-

versitetslæreren. Det gjelder i størst grad administrativt ansatte og unge akademikere, forteller professor Ingalill Rahm Hallberg, som er ansvarlig for undersøkelsen, i følge bladet Forskerforum.

Tyggeevne gir hukommelse



ILL: YAY MICRO.

Tyggeevnen er viktig for å bevare hukommelsen og andre kognitive funksjoner. Det konkluderer et forskningsteam fra Karolinska Institutet og Karlstad Universitet.

De har kikket nærmere på tanntap, tyggeeve og kognitiv funksjon i en landsdekkende stikkprøveundersøkelse, som inkluderte 557 personer på over 77 år.

Her konstaterte de at gamle som hadde vanskelig for å tygge harde matvarer som epler, hadde en signifikant høyere risiko for å utvikle kognitive svekkelser.

Resultatene er offentliggjort i Journal of American Geriatrics Society (JAGS), skriver det danske Tandlægebladet.

Evangprisen til Wergeland

Arbeidsmedisineren Ebba Wergeland er tildelt Helsetilsynets Karl Evang-pris for 2012. Hun får prisen for sin lange innsats for norsk arbeidsmedisin og arbeidsmiljø, for kvinnes rettigheter og for internasjonal solidaritet.

Ebba Wergeland er spesialist i arbeidsmedisin. I Arbeidstilsynet, der hun har vært ansatt i over 30 år, har hun blant annet vært en pådriver for forebyggende virksomhet. Hun tillegges mye av æren for at arbeidslivet har lagt forholdene til rette for gravide

kvinner, og hun er en ivrig og kunnskapsrik deltaker i debatten om sykefravær, skriver Fagbladet.

Hjelper og skader



ILL: YAY MICRO.

Leger kan hjelpe folk ut av et usunt liv, og de risikerer å øke folks skam og skyldfølelse, skriver forskning.no. Faren for skam og skyld hos pasienten øker dersom legen ikke er flink nok til å kommunisere, viser en ny doktoravhandling fra lege og forsker Eirik Abildsnes.

- Ikke alle synes det er greit at legen uoppfordret tar opp røykeslutt, for eksempel. Legens utfordring er at han vet det gjerne er en sammenheng mellom røykingen og luftveisinfeksjonene som pasienten stadig kommer til legen med.

- Samtidig som det er en fare for at pasienten blir krenket av samtalen, sier Abildsnes til forskning.no. Abildsnes mener at det å tilpasse kommunikasjonen individuelt for å nå fram med budskapet er spesielt viktig når det er snakk om sensitive temaer som overvekt og røyking.

Han har analysert maktforholdet mellom lege og pasient på bakgrunn av samtaler turnusleger og allmennleger i etterutdanning har hatt i fokusgrupper. Her diskuterte legene konsultasjoner som handlet om pasienters livsstil.

Et av funnene antyder at leger som er flinke til å kommunisere, setter pasien-