

økningen av menn som lagde mat i 2012 fant sted i alle sosiale grupper.

– Jeg tror det kan ha med likestilling å gjøre, og at familielivet blir gradvis tilpasset at kjønnsrollene utvikler seg. For eksempel bidrar pappapermisjon til at menn også blir vant til å være hjemme og ordne med hverdagslivet, sier Kjærnes.

Vaksineanbefalingar og andre råd



Foto: Vay Images.

Ei kvinne døydde ved Førde sentralsjukehus etter rabiessmitte 6. mai. Ho fekk rabies etter hundebite under opphald i Søraust-Asia. I lys av saka minner Folkehelseinstituttet om råd ved reise til utlandet.

Vaksinasjon mot rabies er aktuelt for reisande til område der det er forekomst av rabies, og der medisinsk behandling ikkje er raskt tilgjengeleg. Vaksinasjon er spesielt aktuelt for barn, da dei kan tenkast å få kontakt med rabiessmitta dyr utan at foreldra veit om det. Rabies finst i dei fleste land utanom Norden. FHI rår derfor reisande til å ikkje ta kontakt med dyr under reisa.

Skulle du likevel bli bitt eller klort, eller slikka på sår eller slimhinne, må du vaske og skrubbe grundig i minst 15 minuttar med såpe og rikeleg rennande vatn. Du skal straks oppsøke lege på staden der du er. Han/ho kan best vurdere faren for rabies og

eventuelt raskt igangsette vaksinasjon. Dette gjeld også om du allerede er vaksinert.

I nokre tilfelle kan det vere aktuelt å vaksinere seg før du reiser, men du må fortsatt søke helsehjelp raskt om du blir bite. Ved mistanke om rabiessmitte er det anbefalt også å ta vaksine i etterkant av kontakt med dyr, da dette vil gi det beste vernet mot rabiessykdom

Anbefalte tiltak om vaksinasjon vil variere med kva slags reise du skal ut på, kor lenge du skal vere borte og korleis helsetilstanden din er.

Folkehelseinstituttet gir råd om vaksine. Det er du sjølv i samråd med helsepersonell som tar avgjerda om kva slags vaksiner du bør ta før du legg ut på reise. Du kan få reisevaksine fleire stader avhengig av kor du bur, for eksempel hos fastlege, helsestasjon, reiseklinikk og andre. Dei kan hjelpe deg med å vurdere kva vaksiner du treng for den aktuelle reisa.

Fleire reiseråd kan vere aktuelle. God førebuing gir tryggare reise. I brosjyra «Gode råd for god reise» finn du blant anna også råd om førebyggjande legemiddel, tips til utsette grupper og andre råd som er viktige både før, under og etter reisa.

Innsats mot «fake news» belønnet med helsepris

Nær 100 års samlet innsats for en bedre helsetjeneste og folkehelse ble feiret da Anders Smith og Andrew Oxman ble tildelt Karl Evangs folkehelsepris 10. mai. Prisvinnerne har bidratt til systemer, strukturer og kanaler som hjelper helsetjenesten, og alle andre, til å navigere bedre i den overveldende flommen av informasjon, heter det i begrunnelsen.

Overskriften for begge prisvinnernes yrkesliv har vært kunnskap, kunnskapsformidling og kritisk tenkning. De har begge fra de var nyutdannede leger tidlig på 70-tallet på hvert sitt vis bygd systemer og kanaler for å samle, dele og tilgjengeliggjøre kunnskap – for å gjøre helsetjenesten bedre, for en bedre folkehelse og for å sette folk i stand til å ta informerte helsevalg.

– De har begge gjort oss klokere, mer oppdaterte og kompetente på hvert sitt område, sier Guldvog. Den innsatsen de gjør er uvurderlig når vi vet at alle råd ikke er like gode, all forskning må vurderes kritisk, og alt må veies og vektet systematisk.

Anders Smith har gjennom hele sitt yrkesliv bidratt til å gi retning og innhold til det brede tverrsektorielle folkehelsearbeidet i Norge. Han var i en årrekke kommunelege og fylkeslege, og seinere seniorrådgiver og avdelingsdirektør i Helsedirektoratet. Han har de siste årene vært redaktør for fagområdet samfunnsmedisin og folkehelse på Helsebiblioteket.no, og har siden 1993 utgitt Helserådet, et nettmagasin som gjengir aktuelt stoff om folkehelse med anslagsvis 5 000 faste lesere.

Andrew Oxmans livsprosjekt har vært informerte helsebeslutninger for fagfolk og for folk flest. Oxmans innsats har satt spor globalt, og er mindre kjent i Norge. På mange måter har han vært den usynlige «bakmannen» i arbeidet for kunnskapsbasert praksis i norsk helsetjeneste og folkehelsearbeid. Oxmans arbeid har langt på vei definert hvordan helsetjenesten nå forholder seg til kunnskap og forskning.

Oxman er også en av frontkjemperne i krigen mot «fake news» og har engasjert seg for at barn og unge skal få lære kritisk vurdering av helsepåstander.