

Ferske fagnyheter hver mandag

PsykNytt er en tjeneste på Helsebiblioteket for folk som jobber med psykisk helse. Alle som ønsker får ferske nyheter fra inn- og utland tilsendt hver mandag.

Tekst Øystein Eiring, redaktør Helsebiblioteket.no/psykiskhelse, spesialist i psykiatri
Foto Colourbox

Ideen bak PsykNytt er å gjøre det enkelt for ansatte innen psykisk helse å lese sentrale fagnyheter innen feltet.

– Vi har avtaler med sentrale norske tidsskrifter og nettsteder om å viderefremde første del av artikkelen, med lenke til originalkilden. I tillegg lager vi korte saker basert på engelskspråklige nyheter innen faget, forteller redaktør Øystein Eiring.

En del av stoffet i PsykNytt handler om hvordan du kan bruke ressurser på Helsebiblioteket. Som kjent gir Helsebiblioteket deg tilgang til noen av verdens beste oppslagsverk, tidsskrifter og databaser. Blant annet abonnerer Helsebiblioteket på alle APAs (American Psychological Association) tidsskrifter. Helsebiblioteket abonnerer også på UpToDate, BMJ Best Practice og BMJ Clinical Evidence.

Lær om bruk

Artiklene om innhold på Helsebiblioteket handler for eksempel om:

- Hvordan du finner kortfattet og pålitelig kunnskap om depresjon.
- Hva oppsummert forskning viser om spiseforstyrrelser, søvnforstyrrelser, schizofreni og mange andre emner.
- Hvilke retningslinjer vi har i Norge om demens, ADHD, akuttpsykiatri og mange andre emner.
- Norske rapporter om DPS, alderspsykiatri og psykisk utviklingshemning.

Sakene handler også om hvordan du bruker ressursene. Dersom du følger med på PsykNytt vil du i løpet av et års tid også ha blitt ledet gjennom de fleste ressursene Helsebiblioteket har innen psykisk helse, samtidig som du blir godt faglig orientert.

Blant de ferskeste sakene finner du mange om psykiatrisk sykepleie:

- Tøyen DPS har opprettet et eget depot-team som teller to sykepleiere og en psykiater - målet er å få ned antall tilbakefall hos pasienter med schizofreni
- Marte Meo-veiledning påvirker per-

sonalets opplevele av mestring i demensomsorgen

- Hvordan sykepleiere kan bli eksperter på informasjon
- Saker fra andre faggrupper er også gitt plass, som for eksempel:
- Intervju med psykiater Lars Linderoth som beskriver hvordan helsepersonell kan markedsføre seg bedre overfor ruspasienter
 - Kritikk av den nye diagnosemanualen DSM-V fra norske psykologer

De norske sakene kommer fra Sykepleien.no, Tidsskrift for Den norske legeförening, Norsk Psykologtidsskrift, Helsedirektoratet, Legemiddelverket, Folkehelseinstituttet og flere andre.

Ved McMaster-universitetet i Canada går informasjonsspesialister hver uke gjennom de siste forskningsartiklene i 120 respekterte tidsskrifter og siler ut de som er relevante.

Enkelt å abonnere

PsykNytt ligger på nettet og kan brukes på vanlig pc. Du kan også bruke

mobiltelefonen, så PsykNytt kan du lese på vei til og fra jobben, i en pause på jobben eller hjemme på sofaen. Alt du trenger er en såkalt smarttelefon med nettforbindelse.

Sakene fra PsykNytt legges ut på Helsebibliotekets emnebibliotek om psykisk helse, som har rundt 305 000 sidevisninger i måneden, og da er ikke bruken av selve ressursene medregnet. De 7500 visningene på www.psyknytt.no kommer i tillegg.

– Når vi publiserer saker på PsykNytt, sender vi samtidig ut en e-post til rundt 1000 registrerte lesere. All bruk av tjenesten er gratis, også abonnement, forklarer Eiring.

Du kan abonnere ved å sende e-post-adressen din til psyknytt@helsebiblioteket.no. Du kan også gå inn på www.psyknytt.no og opprette abonnement fra en lenke i høyremargen.

PsykNytt har allerede blitt kjent utenfor Norges grenser. I Oxford har nyhetsbloggen fått en engelsk fetter: The Mental Elf.

■ AKTUELLE LENKER:

www.psyknytt.no
www.helsebiblioteket.no/Psykiskhelse



NYTTIG NETTSTED: PsykNytt er et nettsted med store mengder oppdatert helseinformasjon.



PSYKNYTT: Få en e-post med siste nytt om psykisk helse hver mandag.

Tips til deg som hjelper pasienter

Visste du at Helsebiblioteket har en egen ressursamling for psykisk helse-feltet? Her er åtte tips som kan hjelpe deg til raskt å finne informasjon.

Tekst Øystein Eiring, redaktør Helsebiblioteket.no/psykiskhelse, spesialist i psykiatri
Foto Colourbox

FAGOMRÅDER

Hvilke fagområder innen psykisk helse dekker Helsebiblioteket?

- ADHD
- Akuttpsykiatri
- Alderspsykiatri
- Angst
- Barn og ungdom
- Depresjon og mani
- Diagnostikk og utredning
- DPS
- Flyktninger og innvandrere
- Kjønn og seksualitet
- Kropp og sinn
- Personlighetsforstyrrelser
- Psykisk helsearbeid
- Psykisk utviklingshemming
- Psykoterapi
- Rus og avhengighet
- Schizofreni og psykose
- Selvmord og selvskaide
- Spiseforstyrrelser
- Søvnforstyrrelser
- Traumer, stress, overgrep
- Voldsrisiko og kriminalitet

Emnebibliotek psykisk helse – www.helsebiblioteket.no/psykiskhelse – hjelper deg til å finne kunnskapen du trenger innen psykisk helse-feltet. Åtte spørsmål og svar fungerer som eksempler på hva du kan finne gjennom fritt tilgjengelige nettressurser.

Skåringsverktøy

Jeg bruker ofte Mini Internasjonalt Nevropsykiatrisk Intervju (M.I.N.I.) når jeg utreder pasienter. Nå er kopibunken nesten tom. Hva kan jeg gjøre?

Finn M.I.N.I. under overskriften «Skåringsverktøy» og skriv ut. Hvis du har behov for andre skåringsverktøy, finner du over 100 tester via Emnebibliotek psykisk helse.

Pasientinformasjon

Jeg følger opp en gutt med ADHD. Jeg skulle gjerne gitt foreldrene en god brosjyre om behandlingen, hvor kan jeg finne det?

Under «ADHD» i venstremenyen finner du relevant pasientinformasjon, blant annet brosjyrer som er oversatt og tilpasset fra BMJ Best Practice av Helsebiblioteket.

Retningslinjer

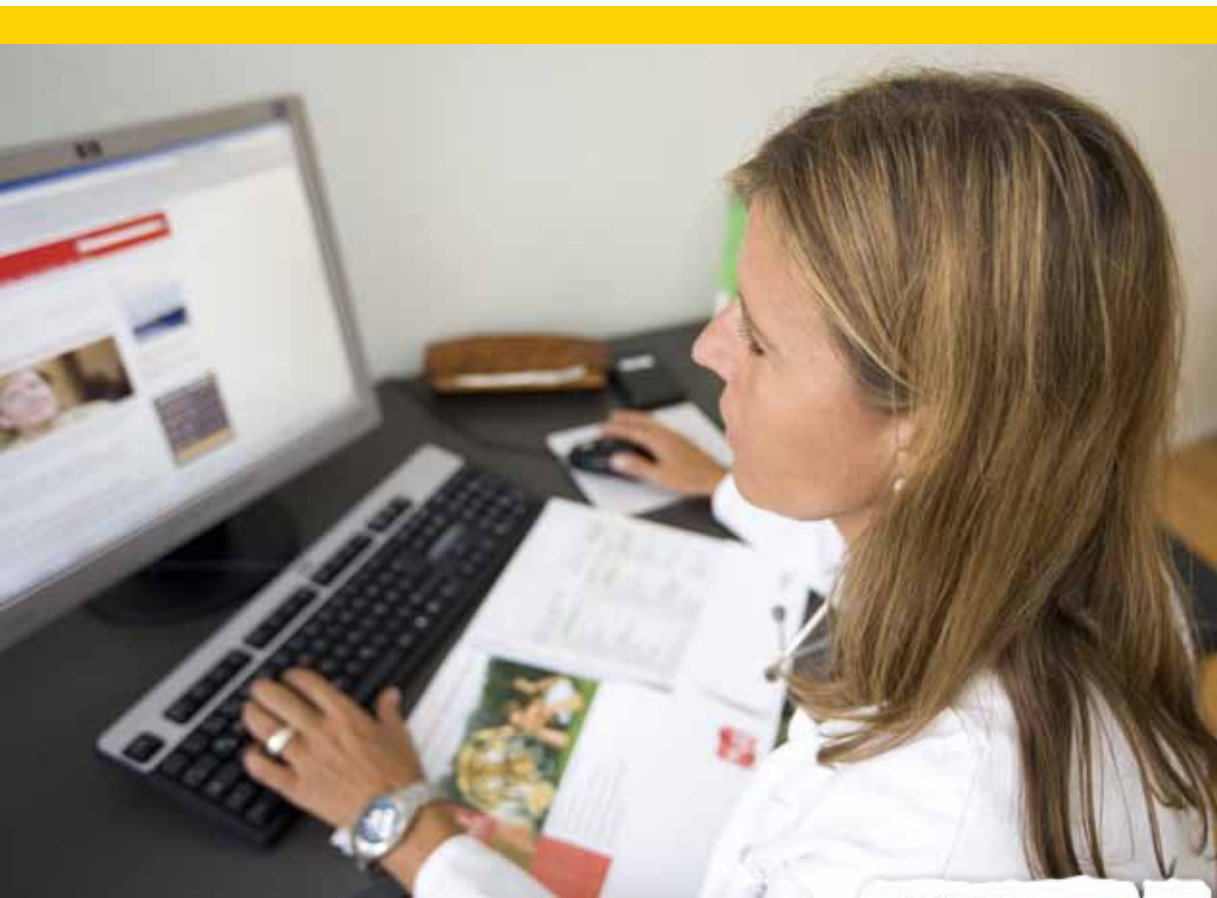
Jeg står fast i behandlingen av en pasient med posttraumatisk stresslidelse (PTSD). Finnes det en god internasjonal retningslinje?

Ja, velg «angst» i venstremenyen på Emnebibliotek psykisk helse og deretter «retningslinjer». For eksempel har National Institute for Health and Clinical Excellence (NICE) i Storbritannia gitt ut en retningslinje om hvordan du kan håndtere PTSD.

Faglige oppslagsverk

Jeg hadde nylig en pasient som knapt greide å sitte stille. Han stod på anti-psykotika. Jeg kom til å tenke på akatisis - hvor kan jeg lett sette meg inn i hva en nå vet om dette problemet?

De mest kortfattede og relevante svarene vil du antageligvis finne i de kliniske oppslagsverkene BMJ Best Practice og UpToDate. Helsebiblioteket gir deg gratis tilgang til begge kildene. Søk på «akathisia» og «antipsychotics», så vil du se hvilken behandling oppslagsverkene anbefaler.



SISTE NYTT: Kunnskapen du trenger kan være bare noen tastetrykk unna. Foto: Colourbox

Fulltekstartikler

Jeg hørte av en kollega at det var en god artikkel om behandling av spiseforstyrrelser i siste Archives of General Psychiatry. Hvordan kan jeg finne artikkelen?

Via Emnebibliotek psykisk helse er det enkelt. Velg «De største tidsskriftene» på forsiden, gå inn på tidsskriftet Archives of General Psychiatry og finn artikkelen.

HESEBIBLIOTEKET

- Opprettet i 2006
- Finansiert av det offentlige
- Driftet i Nasjonalt kunnskapssenter
- Målgruppen er alt norsk helsepersonell
- Kjøper tilgang til viktige kunnskapsressurser
- Samler norskspråklige, fritt tilgjengelige ressurser
- Har egne emnebiblioteker, som for eksempel psykisk helse

Spesialtidsskrifter

Jeg er mer interessert i psykoterapi og psykososialt arbeid enn i medisinske problemstillinger. Finnes det et tilbud til meg?

Helsebiblioteket abonnerer på 61 tidsskrifter fra den amerikanske psykologforeningen, der psykoterapi og psykososialt arbeid vektlegges. Følg lenken til «PsychARTICLES» fra Emnebibliotek psykisk helse for tilgang til disse tidsskriftene.

Bedre versjon av PubMed

Jeg har en pasient som bruker lamotrigin. Hvordan kan jeg finne det nyeste om risikoen for overfølsomhetsreaksjoner?

Prøv «PubMed – fulltekst» via Helsebiblioteket. Skriv «lamotrigine» og «hypersensitivity» i søkefeltet. For å finne oversiktsartikler velger du «review» i høyremargen. I PubMed klikker du på «Helsebiblioteket fulltekst»-ikonet ved siden av artikkel-



HESEBIBLIOTEKET: Nettstedet har egen ressursamling for psykisk helse (faksimile Helsebiblioteket).

sammendragene for å lese artikkelen i fulltekst.

Minikurs

Helsebiblioteket har laget tolv minikurs om ressursene sine: Gå til www.helsebiblioteket.no, søk på «Tolv minikurs om ressurser innen psykisk helse» og på kort tid er du gjennom det grunnleggende. ■