

Pionérerer med tannngaranti

Buskerud er landets første offentlige tannhelsetjeneste med ISO-sertifikat, godkjent av Det Norske Veritas.

TRYGGVE CLAUSSEN tekst

Fredag ettermiddag mottok BFK Tannhelse sertifikatet ISO 9001:2015 – ledelsessystem for kvalitet av DNV GL.

– Vi gjør dette for å gi trygghet for brukere og pasienter og for å forenkle og forbedre systemene for ansatte, sier fylkestannlege Berit Binde.

Imponerte Veritas

– Jeg er veldig imponert over den jobben som tannhelsetjenesten i Buskerud har gjort, sier revisjonslederen i DNV GL. Vi har som uavhengig tredjepart gjort en vurdering av hele ledelses- og kvalitetssystemet, sa Inger-Marie Schytte Blix, som delte ut sertifikatet til tannhelsetjenesten under en markering i fylkestingsalen.

BFK Tannhelse er et fylkeskommunalt foretak som er eid av Buskerud fylkeskommune. Buskerud er den første offentlige tannhelsetjeneste i landet som lever opp til standardens krav til et helhetlig ledelsessystem for kvalitet.

– Dette er enestående! Og det forundrer meg ikke at det er Buskerud som gjør dette først. Buskerud er kjent for å ha noen toneangivende ledere og ikke minst dyktige folk i sentraladministrasjonen, og når disse drar i gang så blir det resultater, sier Kjell Røynesdal, avdelingsdirektør



FØRST I NORGE: Prosjektleder Eline Juel Bjørkevåg (f.v.), overtannpleier Eva Rydgren Krona, fylkestannlege Berit Binde og Inger-Marie Schytte Blix fra DNV GL under overrekkelsen.

FOTO: BUSKERUD FYLKESKOMMUNE

i helse- og omsorgsdepartementet.

Erfaringer til grunn

Brukererfaringer og tilbakemeldinger var utgangspunktet da tannhelsetjenesten startet prosessen med ISO-sertifiseringsløpet.

– Det er med stolthet vi markerer at tannhelsetjenesten i Buskerud er formelt ISO-

sertifisert etter standarden 9001 for kvalitet. Vi kan sette vårt stempel på at Buskerud har systemer som sikrer at de leverer tjenester av god kvalitet, at de har gode rutiner for egenkontroll av sine systemer og prestasjoner og at de jobber med kontinuerlig forbedring. Det nye kvalitetssystemet i tannhelsetjenesten er nå et kvalitetssikret verktøy som skal

bidra til beste praksis i alle prosesser i BFK Tannhelse, sier fylkestannlege Berit Binde.

– Vi hadde hjelp fra Norsk Form til fysisk idearbeid hvor alle kritiske punkter ble avdekket fra pasienten tar kontakt selv eller blir innkalt til tannklinikken, til pasienten er ferdig behandlet. Kvalitetsutviklingsarbeidet er et kontinuerlig arbeid hvor

selve standardiseringsstempelen bare utgjør starten på en prosess som skal vedvare, videreutvikles og vedlikeholdes i flere år framover, avslutter Berit Binde.

DNV GL vil følge opp med årlige revisjonsbesøk, og så vil de gjennomføre en stor gjennomgang om tre år.

red@byavisadrammen.no

Gjennomførbare sommertips!

Alle vet hva man bør gjøre i sommer for ikke å rase opp i vekt, men det blir gjerne med tanken. Vi ønsker egentlig å spise bra og øke aktivitetmengden, men så ender vi opp med å gjøre noe helt annet fordi vi i øyeblikket får mest lyst til å slappe av, spise noen is – ja, i det hele tatt det som oppleves som mest forlokkende der og da.

Hva med å prøve noen tips som ikke er så vanskelige? Her har du et utvalg:

- Skaff deg en rød tallerken. Forskning viser at denne fargen begrenser oss, og maten kommer tydelig frem fordi den står i kontrast til rødfargen. Dermed er det lettere å se hvor mye vi faktisk forsyner oss med.
- Bruk mindre tallerkener.

FAKTA **Lise Wollberg Vestli**
Er daglig leder på Drammen EasyLife Senter – Norges eneste treningssenter kun for vektreduksjon og livsstilsendring.

Finn for eksempel frem bestemors middagstallerkener som var mye mindre enn de vi bruker i dag. På den måten lurer vi hodet til å tro vi spiser mer enn vi gjør fordi tallerkenen blir full selv om vi forsyner oss med mindre mat. Vi har vanskelig for å vurdere med det blotte øyet hvor mye mat vi trenger for å bli mette, så derfor fyller vi opp tallerkenen for å være sikre, uansett hvor stor tallerkenen er.

- Forsyn deg med grønnsaker og spis litt av det før du



begynner på resten av maten. Da døyves den verste sulten, og du kan nyte måltidet med mer ro.

- Tenk på tilbehøret til middagene – det er ofte her kaloriene ligger, som for eksempel i potetsalater, sauser og dressinger.
- Sørg for at du får i deg nok væske, og la vann være din tørstedrikk. Om du synes vann blir litt kjedelig så legg noen jordbær eller bringebær i van-

net, eller bruk litt agurk, sitron eller ingefær oppi.

- Om du drikker alkohol gjør det til vane at du drikker et glass vann til hvert glass som inneholder alkohol.

Som du ser går rådene kun på mat og drikke. Det er fordi det er så mye lettere å passe vekten med et bevisst kosthold. Om vi hele tiden tenker at vi skal trene godsakene av oss vil vi ende opp med veldig mye fysisk aktivitet. Det skal mye til for å forbrenne energi så det er ikke vanskelig å

se hva som er mest gjennomførbart av å droppe 100 gram sjokolade eller jogge i nesten en time. Det finnes også kos som er sunn, og ikke minst sunne mengder av det som er usunt. Og – sunn mat er jo belønning til en kropp som har mange livsnødvendige oppgaver 24/7.

Når det gjelder trening så er det lite som skal til for at du skal opprettholde formen dersom du har et par uker ferie, men om du er så heldig at ferien strekker seg over flere uker må mer planmessig aktivitet inn. Hvis ikke så blir du satt tilbake, og du må jobbe med opptrening når ferietiden er over – noe som er mye tyngre. Om du derimot skal bruke feriedagene til få opp aktivitetsnivået så vil alle monner dra, og kroppen vil takke deg.

God sommer!