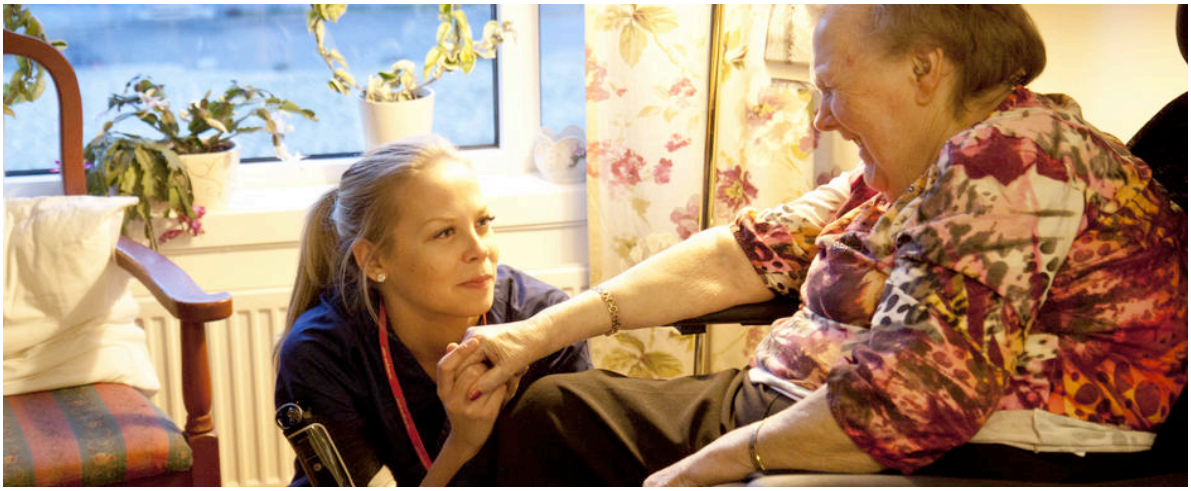
Kommunikasjon med eldre – ”COMHOME”

NFR PraksisVEL prosjekt nr. 226537 - Resultatrapport fra 1.10 2015 – 1.10 2016

Professor Hilde Eide, Forskningsleder Vitensenteret helse og teknologi



Personorientert kommunikasjon med eldre, som har behov for helsetjenester hjemme. Utvikling av en forskningsbasert utdanningsplattform

Personorientert kommunikasjon med eldre, som har behov for helsetjenester hjemme. Utvikling av en forskningsbasert utdanningsplattform 1
Prosjektdeltakere 2
Populærvitenskapelig sammendrag 3
Studie 1: Kommunikasjon med eldre 4
Studie 2: Kommunikasjonskompetanse i profesjonsutdanningene, med ”pasienten som veileder” 5
Studie 3: Nonverbale kommunikasjon mellom eldre på sykehus og leger 7
Publisering og formidling dette rapporteringsåret 7

Høgskolen i Sørøst-Norge

VITENSENTERET helse og teknologi

Prosjektet fikk midler fra PRAKSISVEL mai 2013. Prosjektet er nå ferdig med ¾ deler av prosjektperioden, inne i sitt siste år og godt i rute. Deltakende personer og status i delprosjektene presenteres i det følgende.

Prosjektleder er professor Hilde Eide, Vitensenteret helse og teknologi i Drammen, Fakultet for helsevitenskap (10 % NFR / 10% HSN)

Prosjektdeltakere

Forskningspartnere

Fakultet for helsevitenskap, Høgskolen i Sørøst-Norge

1. Stipendiat, radiograf Linda Hafskjold ble tilsatt i 75% stilling fra 1.8 2013 – 30.6 2017.
2. Førsteamanuensis og optiker Vibeke Sundling deltar i 50% stilling (40% fra NFR)
3. Førstelektor og sykepleier Dorte Kristensen (20 NFR/ 20 HSN)
4. Høgskolelektor, sykepleier Ireen Ruud (20 NFR/20HSN, fra høsten 2016 pensjonist),
5. Høgskolelektor, sykepleier Elisabeth Solheim (10 NFR/20 HSN)
6. Høgskolelektor, sykepleier Hilde Plathe (10 NFR/20 HSN)
7. Professor II Sandra van Dulmen (5% fra HSN).
8. Fra august 2015 Høgskolelektor Hjørdis Frisnes (20% HSN)

Mälardalen Høgskola, Sverige

Den svenske gruppen ledes av professor Inger Holmström. Mälardalen Høgskola har finansiert dosent og sykepleier Annelie Sundler i en 2 årig postdocstilling. Hun er nå ansatt ved Høgskolen i Borås. Stipendiat Jessica Höglander er tilsatt i en stipendiatstilling knyttet til den svenske delen av prosjektet fra høsten 2014. Førsteamanuensis Jacob Edlund, psykolog og empatiforsker er også medlem av den svenske forskergruppen.

NIVEL, Nederland

Professor Sandra van Dulmen ved NIVEL og Radboud University i Nederland og HBV er ansvarlig for den nederlandske delen av prosjektet, og bistås av flere forskere ved NIVEL. Masterstudent Charlotte Veenvliet har tatt sin masteroppgave i psykologi knyttet til prosjektet og gjennomført en intervensjonsstudie. Denne studien har resultert i en publikasjon i International Journal of Person-centred Medicine.

University of Chicago, USA

Seniorforsker Rita Gorawara-Bhat er engasjert i prosjektet 20% i 2 år. Hun holder nå på å avslutte arbeidet med artikkelen som er hennes oppgave.

Bloomberg School of Public Health, Johns Hopkins University

Professor Debra Roter som gjesteprofessor og forsker, er engasjert tilsvarende 5% stilling. I mars 2016 besøkte Prof Roter HBV da prosjektet hadde workshop med alle deltakerne. Roters bidrag som omfattet både trening i RIAS-metoden og diskusjon av problemstillinger knyttet til dataene fra hjemmesykepleien.

Akershus Universitetssykehus

Professor Pål Gulbrandsen har stilt videoopptak med eldre fra en større studie om legers kommunikasjon til rådighet, og bidrar som rådgiver inn i prosjektet.

Kommunepartnere:

Ål og Drammen kommune har bidratt i datasamling, og vil være med på utvikling av nettbasert plattform og scenarier. Frivillige fra Villa Fredrikke som er et dagsenter for personer med kognitiv svikt har deltatt i undervisningen av sykepleierstudentene.

Optikersamarbeid:

Optikere i Alliance Optikk i Buskerud, Telemark og Vestfold har bidratt i datainnsamling.

Prosjektet presenteres på denne nettsiden:
https://www.usn.no/forskning-og-innovasjon/kommunikasjon-med-eldre-article203981-29659.html

Populærvitenskapelig sammendrag

Personorientert kommunikasjon er avgjørende for kvaliteten på helsetjenester til eldre. Å utvikle best mulig utdanning for helsepersonell i personorientert kommunikasjon med eldre personer er derfor viktig. Stadig flere eldre har behov for helse- og omsorgstjenester, og ikke alle får i dag den omsorgen og helsehjelpen de har behov for. I tillegg til fysiske behov knyttet til sykdom og aldringsprosesser har eldre ofte både informasjons- og følelsesmessige behov som skal ivaretas. Tjenestene som tilbys i hjemmesykepleien blir utført både av sykepleiere, helsefagarbeidere og ufaglærte. Det er få studier av hvordan de ulike gruppene kommuniserer med eldre personer, hvilke kommunikative utfordringer man møter og hvorvidt kommunikasjonen er personorientert.

Denne studien bidrar til feltet ved å utforske hva som er god kommunikasjonspraksis, utfordringer helsepersonell møter og hvordan møte disse. På bakgrunn av de empiriske studiene vil vi utvikle, teste og implementere et online opplærings-program i kommunikasjon for helsepersonell som arbeider med eldre. Studien bidrar også til metodeutvikling på området.

Tre delprosjekter danner grunnlag for innholdet i utdanningsprogrammet, og bidrar også til kunnskap om kommunikasjon og kommunikasjons-utfordringer i forskjellige settinger:

1. Kommunikasjon med eldre i a) hjemme-sykepleien, b) i optometrisk praksis og c) på CT-labben,
2. Kommunikasjonskompetanse i profesjonsutdanningene, med ”pasienten som veileder” og
3. Nonverbale kommunikasjon mellom eldre på sykehus og leger.

I det følgende gis en oversikt over resultater og status i prosjektet per 1.10 2016.

Studie 1: Kommunikasjon med eldre

Delprosjekt 1a Hjemmesykepleien: Per september 2016 er over 500 besøk i hjemmesykepleien tatt opp på bånd; 275 i Norge, 200 i Sverige og 59 i Nederland. Både helsefagarbeidere og sykepleiere deltar. Kvalitative analyser av det svenske materialet viser at kommunikasjon er særlig utfordrende a) når de eldre ønsker noe annet enn det definerte oppdrag og det som var planlagt, og pasienten blir skuffet eller sint og b) når den eldres behov uttrykkes vagt, ofte om eksistensielle temaer, bekymringer om dagliglivets funksjoner og forhold rundt skrøpelighet og avhengighet. Dette utforskes videre med egnede kvantitative metoder.

En feedbackintervensjon (ZORG) for å øke sykepleieres emosjonelle samhandling med pasientene er testet ut i en pilotstudie med 10 sykepleiere og 50 pasienter i Nederland. Utvalget er lite, men resultatene av intervensjonen lovende når det gjelder å løse de emosjonelle utfordringene som er identifisert i den kvalitative studien.

Kodesystemet VR-CoDES (Verona Coding Definition of Emotional Sequences) er valgt som metode fordi den er egnet til å fremkalle betydningen av å oppdage og respondere på pasienters helsebekymringer, som ofte kommuniseres indirekte. Metoden er utviklet for kommunikasjon mellom lege og pasient, og det er lagt ned et betydelig arbeid i å tilpasse metoden for kommunikasjon i hjemmesykepleie. Resultatene blir publisert i form av et metodekapittel i en internasjonal bok om personorientert helseforskning (på Blackwell-Wiley som utgis i midten av 2017).

Metodisk utvikling hvor VR-CoDES er kombinert med en induktiv innholdsanalyse er også gjennomført. Dette arbeidet har gitt ny forståelse for kodesystemets styrke som metode for å identifiser viktig øyeblikk til inkludering i kvalitativ analyse når man jobber med store mengder observasjons data slik lydopptakene fra hjemmesykepleien representerer. Denne flermetodiske analysen tilførte også ny kunnskap om hvilke temaer som favner helsebekymring kommunisert i besøk med hjemmesykepleien. Funnene her har vært viktig for å utvikle realistiske case med aktuell tematikk i undervisningsplattformen.

Delprosjekt 1b Optometrisk praksis: I perioden januar-august 2016 er det gjort videoopptak av 49 synsundersøkelser. Opptakene inkluderer 49 pasienter, 26 kvinner og 23 menn, gjennomsnittsalderen er 65 år, de yngste 46 og den eldste 91. Synsundersøkelsene er gjort av 11 optikere, 7 kvinner og 4 menn, i gjennomsnitt har de foretatt 4 synsundersøkelser, minimum 2 og maksimum 8. Datainnsamlingen for optometristudien er avsluttet.

Det er rekruttert to masterstudenter fra Høgskolen i Sørøst-Norge sitt mastergradsprogrammet «Master i optometri og synsvitenskap» som skal bidra i koding av datamaterialet og levere sine masteroppgaver med tema knyttet til person-orientert kommunikasjon i optometrisk praksis. Datamaterialet skal kodes med flere kodesystemer: Four Habits Coding System (FHCS) blir benyttet for å kode person-orientert kommunikasjon i synsundersøkelsen, og fokuserer på fire vaner: invester i begynnelsen, få frem pasient-perspektivet, vis empati og invester i

avslutningen. Decision Identification and Classification Taxonomy for Use in Medicine (DICTUM) blir benyttet for å kode avgjørelser som tas undersynsundersøkelsen. I tillegg analyseres spørreskjemadata knyttet til pasientvurdering av kommunikasjon (FHCS) og samvalg (SDM-9).

Delprosjekt 1c CT-labben: Delstudien med fokus på kommunikasjon ved CT-labben er organisert som et masterprosjekt med masterstudent Sophie E. Birkelund hvor stipendiat Linda Hafskjold er hovedveileder. Denne studien har som overordnet mål å utforske hva forstås som *god kommunikasjon* i møte med den hjemmeboende, eldre pasienten som kommer til CT undersøkelse, slik det beskrives av radiografer? Studien har et deskriptivt og utforskende kvalitativt design. Informantene i studien er radiografer som jobber ved avdeling for bildediagnostikk, Drammen sykehus, Vestre Viken HF. Dataene vil bestå av videoopptak fra faktiske CT undersøkelser av eldre pasienter og lydopptak fra reflekterende samtale mellom den enkelte radiograf og Sophie E. Birkelund. Alle formelle godkjenninger for studien er innhentet og 10 radiografer er rekruttert. Datainnsamling vil starte opp ca uke 41, 2016. Masterprosjektet er planlagt ferdig høst 2017. Funnene fra studien vil bli formidlet i en monografi som utgjør masteroppgaven. Dersom resultatene er egent for publisering i fagfellevurderte tidsskrift vil dette etterstrebes. Funnene vil også bli inkludert i undervisningen av radiografstudenter ved HSN, samt formidlet til radiografer tilknyttet Vestre Viken etter avtale, i form av undervisning på fagmøter

Studie 2*:* Kommunikasjonskompetanse i profesjonsutdanningene, med ”pasienten som veileder”

Studien omfatter utvikling av a) et praktisk treningsopplegg og et digitalt støttesystem/læringsprogram, b) kartlegging av kommunikasjons – og empatikompetanse og c) utprøving av systematiske evalueringsmetoder i simulering der prosedyrer og kommunikasjon kobles sammen.

2a) Kommunikasjonstrening med støtte av digitale ressurser

Hilde Eide og Iren Ruud har vært ansvarlige for denne del-studien. Det er utviklet et treningsopplegg i grunnleggende kommunikasjon for 1. års sykepleiestudenter, inkludert å trene 12 eldre personer i rollen som «pasient» og veileder i opplæringssituasjon med studenter, og 10 bachelorstudenter i 3. år som gruppeveiledere, et såkalt «Train the Trainer» kurs. Dette ble gjennomført høsten 2015, og planlegges gjennomført på nytt senhøstes 2016 med nye 3.års studenter som veiledere på kurs 3. uke i januar. For å få timeplanen til å gå opp måtte kurset flyttes fra høstsemesteret til vårsemesteret.

Det er inngått et samarbeid med teknologi- og læringsbedriften CONEXUS AS, og det er utviklet et digitalt læringsprogram som forbereder studentene på treningen med ”pasientene” og bidra til å befeste læringen fra treningen og gruppearbeid. Forskerne ved HSN har utviklet innholdet mens CONEXUS har utviklet teknologien, basert på to læringssystemene Key Capacity, og mYouTime. Høsten 2016 vil en gruppe studenter som brukte systemet høsten 2015 være med og forbedre/justere systemet til bruk før kurset i januar 2017. Studentene ønsket også et utvidet tilbud med fokus på utfordrende samtaler med eldre ved livets slutt. Dette vil bli

utviklet som en del av den digitale løsningen, og inkludert i trening. Bildet på neste side viser avisoppslaget fra treningen.

NYHETER Mandag 2. november 2015 DRAMMENS TIDENDE

t prosjekt over fire år

kal eldre bo lengre jemme, må kommunika-jonen bli bedre. En erskningsbasert utdan-ingsplattform for ommunikasjon tar form.

Vestfold på sine nettsider.
Det overrasker ingen at eldre er en stor gruppe mennesker. Og det blir enda flere.
Per i dag får de ofte ikke den optimale omsorgen og helsehjel-pen de har behov for.
Gjennom samhandlingsreformen ønsker man at eldre skal bo lenger hjemme, og da er god kommunikasjon med helseper-sonell avgjørende.

I tillegg har de fysiske behov knyttet til sykdom og aldrings-prosesser, både informasjons- og fellesbeননsige behov som skal ivaretas.
Nå skal altså dette studie bidra til felhet ved å utvikle, teste og implementere et online opplæringsprogram i kommuni-kasjon for helsepersonell som arbeider med eldre.

PROFESSOR: Hilde Eide leder prosjektet som går over fire år.

LÆRER: Studenten Zeraz Woldemichael er blitt observert mens han kommunisierte med «pasient» Karin Eliassen.

KOMMUNIKASJON: Førsteårs sykepleierstudent Aleksandra Gjevle Skjervheim i dialog med «Fru Evjen» mens medstudentene observerer og vurderer samtalen. FOTO: FREDERIK RINGNES

EVALUERER: Cecilie Halvorsen (f.v.), Martin Brakstad og Jan Bakke gir Zeraz Woldemichael tilbakemelding på samtalen.

LEDER: Professor og prosjektleder Hilde Eide (t.v.) og høyskolelektor

DRAMMENS TIDENDE Mandag 2. november 2015

HØYSKOLEN I BUSKERUD OG VESTFOLD

Internasjonalt og lokalt

Prosjektet, som skal gå over fire år, har med seg internasjonale forskere fra blant annet USA, Nederland og Sverige på laget.
En doktorgradsstudent er tilsatt i prosjektet, samtidig som flere prosjektdeltakere fra Høgskolen i Buskerud er involvert.
Samarbeidspartnerne er internasjonale universitetssyke-hus, Akershus universitetssyke-hus, Ål kommune og Drammen kommune.
Norges forskningsråd støtter tiltaket med nærmere åtte millioner kroner.
Prosjektet skal inneholde tre delprosjekter samt opplæring og trening.

● Studerer god kommunikasjon ● Frivillige pensjonister stiller som «pasienter»

Øver på å forstå hverandre

Sykepleierstuden-tene skal bli bedre til å prate med de gamle. Det bidrar pensjonis-tene til. Bli med på operasjon kommuni-kasjonstrening.

VIVI SKALLEBERG
vivi.skalleberg@dt.no
92060233

- Du har spist litt sjokolade ja, så du er ikke så sulten. Men det er viktig å få i seg litt god mat. Det er deilig middag i dag, sier student Aleksandra Gjevle Skjervheim.

På avstand observerer høy-skolelektor Irene Ruud samta-len. Hun er imponert, selvom situasjonen ikke er helt reell.
- Det er noen som bare har det naturlig, sier Ruud.
Hun har lenge hatt et brenn-ende hjerte for å jobbe med kommunikasjon i sykepleiefa-get. For å skape trygghet hos de eldre, for å unngå misforståelser og for å få god samhandling.
- Dette er vesentlig for å få et godt helsevesen, sier hun. Nå er kommunikasjonstreningen satt i system på høyskolen.

Vanskelig pasient

Torsdag og fredag ble det for-

første gang gjennomført en praktisk opplæring på Viten-senteret på Papirbredden - med pensjonister som «pasienter».
- Kanskje du skal ta litt tak i det hun sier om at hun har det egentlige bra. Da er det jo noe som betyr at det ikke er helt bra, sier Cecilie Halvorsen.
Hun er tredjeårs student på sykepleierstudiet, og er i gang med å veilede førsteårsstudent Zeraz Woldemichael.
Karin Eliassen har trådd inn i rollen som «Fru Evjen» på 84 år. En eldre, litt vanskelig pasient som har diabetes.
Hun vil helst ikke pusse ten-

å kommunisere viktigheten av å holde tennene i stand.
- Vi bruker eldre frivillige som pasienter isteden for at pa-sientene øver på hverandre, sier Ruud.
Dermed blir situasjonene mest mulig autentiske.

275 videoer

Professor Hilde Eide, Fakultet for helsevitenskap, er leder for prosjektet. Sammen med høy-skolelektor Irene Ruud har de utviklet programmet.
275 meter i hjemmehjelptje-nesten i Drammen og Ål er fi-met. Det har dannet et grunn-lag for å vite hvilke situasjoner

som kan være krevende.
Nå er målet at meterne skal bli enda bedre og gi kommuni-kasjonen en ekstra løft.

Imponert

- Vi lærer veldig mye av hveran-dre. Det er viktige tilbakemel-dinger, både fra studentene, men også fra de eldre, sier Wol-demichael.
Eliassen nikker. Hun synes det er kjempepositivt og lar-erikt å få være med på. Som en av flere eldre har hun stilt frivil-lig opp da høyskolen trengte pasienter.
Hun synes det er viktig å kun-ne gjøre nytte for seg.

Dette er vesentlig for å få et godt helsevesen.
IRENE RUUD
Høyskolelektor Høyskolen i Buskerud og Vestfold

- Det har vært to fine dager. Fra mitt ståsted er jeg imponert over hvor flinke og interesserte disse studentene er, sier hun og kommenterer hvor viktig det er med god kommunikasjon, for eksempel ved kreftsyke og kroppspsykisk.
- Jeg føler meg trygg på alder-dommen, tilføyer hun.

SE VIDEO PÅ DT.NO/TV

2 b) Bachelorstudenters selvrapportering av empatiske kommunikasjonsferdigheter"

Førsteamanuensis Vibeke Sundling er ansvarlig for dette delprosjektet. Formålet med studien er å undersøke bachelorstudenters egenvurderte kommunikasjonskompetanse, empati og oppmerksomt nærvær (mindfulness) gjennom alle årstrinn i bachelorutdanningen i sykepleie, optometri og radiografi ved Høgskolen i Buskerud. En første kartlegging ble gjennomført høsten 2014. Det var meget lav svarrespons (under 20%), tilsvarende vanlig svarrespons i studentevalueringer. Dataene som ble samlet inn er best knyttet til optometriutdanningen både på bachelor og master i optometri og synsvitenskap. En artikkel på bakgrunn av disse dataene er i review-prosess (se nedenfor).

I 2015/2016 ble det foretatt kartlegging av egenvurderte kommunikasjonskompetanse, empati og oppmerksomt nærvær (mindfulness) for tredje års sykepleiestudenter i Norge (Høgskolen i Sørøst-Norge, Campus Drammen) og Sverige (Mälardalen Høgskola), en artikkel for denne komparative studien er i review-prosess (se oversikt over publisering).

Dataene samlet inn benyttes i valideringsartikkelen av Langer Mindfullness Scale (se nedenfor). For å få et bedre datagrunnlag ble data også samlet inn hos 3.års studenter høsten 2016. 93 av 148 studenter besvarte skjemaet. Denne artikkelen er under utarbeidelse med Vibeke Sundling som førsteforfatter og vil bli sendt inn for publisering før jul 2016.

2c) Systematiske evalueringsmetoder i simuleringssituasjoner

Høgskolelektorene Elisabeth Solheim og Hilde Plathe har utviklet et observasjons og vurderingsskjema som studentene anvender når de trener i Vitensenteret. Skjemaet har fokus både på hvordan de forbereder og gjennomfører prosedyrer og hvordan de kommuniserer når de gjør dette. 180 studenter har testet og evaluert bruk av dette skjemaet i sin læringsprosess våren 2014. Artikkel fra denne delstudien er sendt inn og er under vurdering. Neste fase av dette delprosjektet vil utforske om dette skjemaet også kan anvendes når studentene er i klinisk praksis.

Studie 3: Nonverbale kommunikasjon mellom eldre på sykehus og leger

26 konsultasjoner er analysert på to ulike måter, dels med fokus på nonverbal kommunikasjon, dels med VR-CoDES. Nonverbal kommunikasjon er analysert av en amerikansk forsker (Chicago University) som ikke forstår norsk. Arbeidet med å holde resultatene av disse to analysene opp mot hverandre foregår i disse dager.

COMHOME-prosjektet er også relatert til høyskolens ph.d. –program i Personorientert Helsearbeid. Prosjektleder er også leder for PhD-programmets hovedkurs, «The Science and Practice of Person-centred Research» (15sp). Teori, metodikk og resultater fra COMHOME-prosjektet integreres fortløpende i PhD-programmet, og stipendiaten og to høgskolelektorer som deltar i prosjektet har tatt 25 studiepoeng i PhD-programmet. Slik spiller forskningsprosjektet sammen med PhD-programmet både i utvikling av forskningsprosjektet, PhD-programmet og forskerkompetanse ved høgskolen.

Vi har hatt flere prosjektgruppe møter og samlinger for å arbeide med problemstillinger knyttet til dataanalyse og til arbeid med publikasjoner fra prosjektet.

Publisering og formidling dette rapporteringsåret

Artikler publisert eller in press:

1. Hafskjold, Linda, Eide, Tom, Holmström, Inger K., Sundling, Vibeke, van Dulmen, Sandra, Eide, Hilde. Older persons' worries expressed during home care visits: Exploring the content of cues and concerns identified by the Verona coding definitions of emotional sequences. *Patient Education and Counseling*. 2016: Doi: http://dx.doi.org/10.1016/j.pec.2016.07.015

2. Sundler , A. J., Eide, H., van Dulmen, S., Holmstöm,I.K. Communicative Challenges in the Home Care of Older Persons – A Qualitative Exploration. J Adv Nurs. 2016 Oct;72(10):2435-44. doi: 10.1111/jan.12996. Epub 2016 May 4.

3. Sundler AL, Höglander J, Eklund JH, Eide H, Holmström IK, Older persons' expressions of emotional cues and concerns during home care visits. Application of the Verona Coding Definitions on Emotional Sequences (VR-CoDES) in home care. 2016, Published online, Patient Education and Counseling

4. Sundling V, van Dulmen S, Eide H. Communication self-efficacy in optometry: the mediating role of mindfulness (In press Scandinavian Journal of Optometry and Visual Science)

5. Veenvliet, C., Eide, H., de Lange M A, van Dulmen, S. . Towards enhanced emotional interactions with older persons. In press, International Journal of Person-centred Medicine

Sendt inn til vurdering i peer reviewede tidsskrift:

1. Gorawara-Bhat, R; Hafskjold, L; Gulbrandsen, P; Sundling, V; Eide, H. Older adults in hospital encounters with physicians - communication of concerns (Submitted)

2. Solheim E, Plathe H, Eide H. Nursing students' evaluation of a new feedback and reflection tool used during high-fidelity simulation in the formative assessment of clinical skills–A descriptive quantitative research design (Submitted)

3. Sundling V, Sundler AJ, Holmstrøm IK, Kristensen DV, Eide H. Mindfulness predicts student nurses communication self-efficacy: a cross-national comparative study. (submitted to Patient Education and Counselling)

4. Vesterager Kristensen D, Sundler AL, Eide H, Hafskjold L, Ruud I, Holmström I. Communication between older people and nurse assistants in home health care – a qualitative analysis of audiotaped visits (Resubmitted til Journal of Clinical Nursing)

Flere artikler er under utarbeidelse.

Formidling på konferanser:

Studien har også dette året vært presentert og formidlet på mange konferanser og til samarbeidspartnerne. Se www.christin.no for fullstendig oppdatering