



Kjære NOFOBI-venner!

Takk for et fint og lærerikt seminar på Lillehammer i vinter. Vi håper at det er mange som fikk med seg masse spennende faglig innhold og mye sosial prat. Seminaret vårt er en viktig arena for å lære mer, holde motivasjonen oppe og skape samhold og tilhørighet oss imellom. Jeg tenker at det både er en tilhørighet og trygghet innad i de gruppene som reiser sammen til seminar, men at det også er en stor gruppe som raust tar imot andre kolleger i pauser i hele vår NOFOBI-forening. Jeg er stolt over å være med i en så inkluderende og varm forening.

NOFOBI-seminaret 2026 ble avholdt på Scandic Lillehammer Hotel 5.-6. februar 2026. SNU-Senteret hadde alle foredragene på torsdagen. Ann-Karin N. Bakken utredet grundig og fornøydlig om stressresponsens betydning for tannbehandlingsangst. Det gir grunn til selvransakelse når man lærer om reaksjoner på stress og kjenner seg igjen i mange av situasjonene der man selv har opplevd å være uregulert. Jeg håper det ble mye ettertanke og implementering av tips i hverdagen.

Fredag startet med Adam Rogers som hadde fokus på hvordan vi best kan få motiverte pasienter til å starte en endring av adferd for å bedre sin orale hygiene. Å forstå prinsippene bak denne overgangen er viktig for å gi pasienter det lille dyttet som trengs på riktig måte. Deretter kom Arne Jacobsen for å ta oss gjennom hypnotiske teknikker og suggesjoner. Vi fikk oppleve hvordan det kan være søvndyssende å velge riktige ord, intonasjon og rytme. Håper dere har prøvd dere på dette i klinikk og fått oppleve hvordan det kan påvirke pasientbehandlingen. Hvis alt går i stå så var det heldig at vi hadde fått med oss Stephan Hauptig fra Anestesispesialisten som beskrev hvordan narkose kan utføres på lokale tannklinikker med muligheter og begrensninger. Vilde Aardal avsluttet seminaret med å beskrive kompleksiteten ved tannbehandlingsangst. Det gir en trygghet når vi får høre at diversiteten er så stor som vi selv kan fortvile over når vi er på kontoret. Alt i alt synes jeg programmet og foredragsholderne ga oss et godt sammensatt seminar med mye inspirasjon til å fortsette å jobbe med den pasientgruppen som trenger ekstra omsorg.

Alle tannleger som deltok på seminaret på Lillehammer må selv registrere dette hos NTF for å få tellende kurstimer. Det er vanlig å registrere 8 timer etterutdanning for seminaret.

Onsdag kveld ble det avholdt eksamen i odontofobi, hvor 9 deltok og alle bestod.

Vi er takknemlige for våre utstillere og sponsorer, og vi vil rette en stor takk til Proteket AS, Haleon Norway AS, Solventum, Coltene, Jacobsen Dental og X-Dental AB, som bidro til informasjon og inntekt. Proteket hadde også et 10-minutters innlegg om sin struktur og arbeidsflyt. Dette var et spennende innslag, og vi tenker å videreføre løsningen med å la en sponsor slippe til med en kort reklamepause.

NOFOBI drar til Sverige for aller første gang! Neste års seminar holdes på Radisson Blu Scandinavia Hotel i Gøteborg torsdag 4. og fredag 5. februar 2027. Vi er spente på hvordan en kort reise til det store utland vil bli mottatt, men vi vet at det er relativt lett å nå Gøteborg med bil, tog og fly. Det vil bli mulighet til å ta eksamen i odontofobi den 3. februar. Nærmere informasjon om eksamen finner dere på våre nettsider www.nofobi.no under fanen «eksamen». Bestått eksamen gir som vanlig 40 timers etterutdanning hos NTF. Ved ytterligere spørsmål om eksamen kan man kontakte Vibeke Kranstad ved å sende e-post til vibkra@online.no. De siste årene har utgiftssiden ved eksamen løpt litt fra oss, så prisen blir justert noe i 2027 for å unngå at vi går med underskudd på denne tjenesten.

Vi legger ut en liten teaser allerede nå om at vi utreder og planlegger vårt 35-årsjubileumsseminar i mars 2028 med Svalbard som destinasjon. Vi håper dette lar seg gjennomføre og vil oppdatere med mer informasjon fortløpende. NB: Dersom Svalbard blir destinasjon, vil datoen for arrangementet bli forskjøvet en måned til mars 2028. Dette for å oppleve Longyearbyen på sitt vakreste.

Til Gøteborg har vi fått med oss Jon Reichelt, kjent fra Kompani Lauritzen. Han har nylig kommet ut med boken Tålekraft som handler om hvordan man skal ruste seg selv for å tåle de påkjenninger man blir utsatt for. Foredraget hans vil bli vinklet inn mot vårt fagfelt, og vi gleder oss til å høre hva han kan bidra med. Han har lang erfaring som psykiater og sjef for Forsvarets sanitet. I tillegg har Cesilie Hegna sagt seg villig til å snakke om hvordan nysgjerrighet kan hjelpe oss til bedre relasjoner. Hun er kjent for å ha et sterkt engasjement for psykisk helse, relasjoner og menneskelig samspill og har lang erfaring som tannlege og pasientbehandler. Vi har også flere spennende foredragsholdere som vi tar kontakt med i disse dager for å skape et variert og interessant fagprogram.

Faktura for kontingent sendes til medlemmene i løpet av sommeren. Er du usikker på om vi har korrekt e-postadresse, send oppdaterte opplysninger til kasserer@nofobi.no. Nye medlemmer som meldte seg inn i februar og betalte kontingent for 2025 vil motta faktura for 2026 i juni.

Vi vil minne om at NOFOBI-medlemskapet er personlig. Vi sender derfor ikke fakturaer til deres eventuelle firmaer som EHF. Om dere har regnskapsførere som godtar å utgiftsføre dette, må dere selv videresende fakturaen til egen EHF-adresse. Styremedlemmene i NOFOBI jobber frivillig og har ikke kapasitet til å håndtere denne typen korrespondanse. Kontingenten på kr 350 betales til konto 8601 35 11219 når du mottar faktura med referansenummer. Spørsmål om kontingent kan rettes til Ann Catrin Høyvik på e-post: kasserer@nofobi.no

Vi ønsker dere alle en riktig god sommer og ser frem til å møte så mange som mulig i Gøteborg i 2027. Vi håper å se mange av dere for en flott anledning til å lære mer, bygge gode relasjoner og støtte hverandre slik at arbeidsdagen kan preges av mestring og positive opplevelser.

Vennlig hilsen styret i NOFOBI
v/ leder Anders Finsrud.