

Doktorn på nätet...

Radiodoktors förtroendeingivande röst eller den trygga TV-doktorn där han sitter i sitt soffhörn har säkert många lyssnat till vid något tillfälle. "Fråga-doktorn-spalter" finns även i dags- och veckopress. Men hur är det med nätet? Kan man ställa frågor till en nätdoktor?

Ja, förvånansvärt många bra och informativa sajter finns att tillgå.

Ställa frågor till doktorn

På www.infomedica.se kan du ställa frågor till olika doktorer, specialister inom olika områden, men du kan även leta efter svar på din fråga i en omfattande "svarsbank". Denna sajt innehåller dessutom artiklar om medicinska ämnen, länkar till Läke medelsverket, Socialstyrelsen, Apotek, Sveriges landsting och olika patientorganisationer. (Sajten ägs av Sveriges landsting och Apoteket AB.)

En liknande sajt är www.netdoktor.se

Hot om nedläggning

En alldeles utmärkt sajt, med intressanta och initierade artiklar om medicinska nyheter och utredande artiklar skrivna så att lekmän förstår, är www.journalen.se. I skrivande stund finns den fortfarande, men p g a ekonomiska skäl hotar en nedläggning. Det vore en klar förlust om så sker.

Den svenska hälsoportalen

www.edoctor.nu är en portal med länkar till en mängd sajter om hälsa, medicin och sjukdomar. Den är sorterad efter ämnen som Sjukdomar, Familj & barn, Vårdgivarer, Alternativ medicin, Patientorganisationer mm.

Specialiserade sajter

Det finns även mer specialiserade sajter för olika symptom eller sjukdomar.

www.yrsel.com tar upp frågor om yrsel- och balanssjukdomar.

www.cancerfonden.se behandlar olika frågor kring ämnet cancer; symptom, behandling, prognos, leva med cancer, patientföreningar mm.

På www.p-piller.nu kan du ställa frågor till en barnmorska.

Om demenssjukdomar kan du läsa på www.octopus.se.

Fass

Allt om dina mediciner kan du få veta på www.fass.se. En fantastisk källa med information inte bara om läkemedel. En hel Läkarbok finns att slå i, samt länkar till patientorganisationer, myndigheter och andra offentliga organisationer.

Att aktivt informera sig om symptom eller konstaterade sjukdomar innan man besöker en läkare tror jag är mycket viktigt idag, då tiden hos läkaren ofta är knapp och kanske även upplevs stressig. Det är lätt att glömma att ställa en viktig fråga, att missförstå, men framför allt kan det vara svårt att ta till sig all information då man lite chockad just har fått sin diagnos.

Då kan den information som du i lugn och ro hämtar på nätet säkert hjälpa dig att ställa de rätta frågorna vid ditt nästa läkarbesök, och kanske också förmå dig att kräva en viss behandling. Men tänk på att "Nätdoktorn" aldrig kan ersätta ett läkarbesök eller för att citera radiodoktors ofta återkommande slutreplik: "Du bör söka en läkare".

Fråga: I ett diagram i Excel (stapeldiagram) har jag en dataserie vars värden jag vill skall visas på en sekundär y-axel (till höger i diagrammet). Är detta möjligt?

Svar: Ja, det är fullt möjligt.

1. Börja med att markera den aktuella dataserien; i ditt fall de staplar vars värden skall visas på en sekundäraxel.
2. Välj *Format, Dataserie* och fliken *Axel*.
3. I rutan *Rita serie* på väljer du *Sekundäraxel*.
4. Klicka OK.

Om du sedan vill ändra skalan på någon av dina axlar, gör du på följande sätt.

1. Klicka med höger musknapp på den aktuella axeln och välj *Formatera Axel*.
2. Under fliken *Skala* kan du nu sätta ett *Maximum* och *Minimum*, samt ändra diverse enheter.

Fråga: I Word skulle jag vilja skapa en anfang av första bokstaven i ett stycke. Hur gör jag?

Svar: Börja med att placera markören i det aktuella stycket och välj därefter *Format, Anfang*.

I den dialogruta som öppnas kan du nu välja mellan att skapa en anfang *Nedsänkt* eller *I marginalen*. Du kan även välja typsnitt och göra diverse andra inställningar. Gör dina val och klicka OK.

Har du en fråga?

Skicka dina frågor skriftligen till:

Today Press

Datafrågor

Box 1413

751 44 Uppsala.

Du kan också faxa din fråga till oss på fax 018-15 02 10 eller e-posta på redaktion@ds.todaypress.se