

Hvordan finne forskningsbasert kunnskap: En oversikt

Ergoterapeuter bruker en rekke kunnskapskilder når de tar avgjørelser. Vanlige kilder er egen erfaring, brukerne (pasienter), etter- og videreutdanning, bøker og diskusjon med kolleger. Forskning er en viktig kilde til oppdatert kunnskap om behandling, diagnostikk, prognose, årsaker og pasienterfaringer. Studier av ergoterapeuter viser imidlertid at klinisk erfaring, kolleger og uformelle etterutdanningskurs brukes i større grad enn forskning (1).

AV LENA NORDHEIM

Det er flere grunner til at forskning ikke blir brukt i praksis. Mangel på tid til å lete etter forskningslitteratur er kanskje den viktigste barrieren. Andre faktorer som hemmer bruk, er liten tilgjengelighet til forskningslitteraturen, liten kunnskap om hvor man finner forskning og manglende ferdigheter i å søke forskningslitteraturen effektivt.

Dette er den første av to artikler om hvor og hvordan du finner forskningsbasert kunnskap. Den gir en innføring i hvordan forskning publiseres, hvilke former for forskningsbasert kunnskap som finnes og i hvilke kilder du finner slik kunnskap. Den andre artikkelen går nærmere inn på søketeknikker og – strategier i de ulike kildene.

Du finner ikke alt på Google ...

Å søke etter informasjon er nærmest blitt synonymt med å søke på Internett. Men hva er egentlig Internett? Internett er et nett av flere tusen store og små individuelle nettverk og millioner av datamaskiner. Internett omfatter alt fra e-post og elektroniske

banktjenester til søk etter forskningslitteratur. Mange bruker Google når de skal søke etter informasjon på nettet. Google er en søkemotor som lar deg søke blant over åtte milliarder Internettsider. Et søk på «ergoterapi» gir over 500 000 treff, mens «occupational therapy» gir over to millioner treff (per september 2007). Med slike tall er det lett å tro at alt er tilgjengelig på nettet – og at alt er gratis. Slik er det ikke. Google lar oss søke i det vi kan kalle «det åpne Internettet», det vil si nettsider som er tilgjengelige slik at de fanges opp av søkemotoren.

Mye av den helsefaglige forskningen gjøres tilgjengelig i elektroniske databaser og andre kilder som er en del av Internett, men som du ikke alltid finner ved søk i Google.

Databasene er en del av «det skjulte Internettet», det vil si at vi må søke direkte i kildene for å finne relevant informasjon. Av all forskning som publiseres, er det svært lite som er skrevet på norsk. Hvis vi kun søker etter forskning publisert på norsk, vil vi i svært mange tilfeller ikke finne svar. Derfor må vi søke i kilder som registrerer internasjonal forskningslitteratur.

Hvordan publiseres forskning?

Hvem som helst kan publisere på Internett. Å opprette sin egen hjemmeside og legge ut informasjon der koster bortimot ingenting. Det gir enorme muligheter for å dele infor-

masjon, men byr samtidig på en utfordring når det gjelder kvaliteten på det som blir publisert.

Mye forskning publiseres som artikler i tidsskrifter, for eksempel *American Journal of Occupational Therapy*. De seriøse tidsskriftforlagene bruker fagfelle vurdering, det vil si at en artikkel vurderes av andre forskere og fagfolk før den aksepteres for publisering. For forskere er det vanskelig å bli tatt på alvor dersom man publiserer utenom de fagfellevurderte tidsskriftene. Dette vet forlagene, og dermed kan de kreve skyhøye abonnementer for tidsskriftene sine. Det betyr at mye av fag- og forskningslitteraturen ikke er gratis tilgjengelig, til tross for at Internett er en rimelig publiseringskanal. De siste årene har det imidlertid vokst frem en sterk bevegelse som vil sikre at tilgangen til forskningsartikler blir offentlig (open access).

Det er primært to måter å søke i tidsskriftlitteraturen på: Gjennom referansedatabaser eller fulltekstdatabaser. Referansedatabaser (også kalt bibliografiske databaser) inneholder referanser til tidsskriftartikler, det vil si at du får opplysninger om artikkelens tittel, forfattere, og i hvilket tidsskrift, nummer og årstallet den er publisert. Ofte finner du også et sammendrag av innholdet i artikkelen (på engelsk *abstract*). Mange slike databaser har også referanser til bøker, bokkapitler, konferanserapporter,



Lena Nordheim er utdannet bibliotekar og arbeider som prosjektleder ved Senter for kunnskapsbasert praksis ved Høgskolen i Bergen.

doktoravhandlinger med mer. SveMed+ er et eksempel på en referansedatabase over artikler i de nordiske helsefaglige tidsskriftene (se Tabell 1).

SveMed+ er gratis, men det gjelder langt fra alle databaser som er relevante for ergoterapeuter. En fulltekstdatabase inneholder, som navnet indikerer, artikler og andre dokumenter i fulltekst. Slike databaser varierer i omfang, de kan inneholde alt fra et titalls til et tusentalls tidsskrifter og dekke noen få eller mange fagområder. Fordi det koster å abonnere på enkelttidsskrifter, vil det også koste å få tilgang til fulltekstdatabaser.

Hittil har hovedsakelig forskningslitteraturen, publisert i tidsskrifter, blitt presentert. Kvalitativ forskning publiseres ofte som monografier (vitenskapelig utgivelse med eget ISBN-nummer), for eksempel master- eller doktoravhandlinger. Det stilles samme krav til fagfelleevaluering for disse som for vitenskapelige tidsskrifter. Forskning publisert som monografier er ofte vanskeligere tilgjengelig enn tidsskriftlitteraturen, og kalles derfor «grå litteratur».

Helsebiblioteket

I Norge har lanseringen av Helsebiblioteket (www.helsebiblioteket.no) vært et viktig tiltak for å øke tilgjengeligheten til forskningslitteraturen. Helsebiblioteket er et nasjonalt elektronisk bibliotek som gir alt helsepersonell i Norge gratis tilgang til en rekke ressurser som i utgangspunktet krever dyre abonnemeter, slik som databaser, tidsskrifter, og oppslagsverk. Helsebiblioteket samler også ressurser som er fritt tilgjengelig på Internett. På den måten samles viktig helsefaglig fag- og forskningslitteratur.

Ergoterapi er et fagområde som berører andre fagområder

Tabell 1: Kilder til forskningsbasert kunnskap i Helsebiblioteket

FULLTEKSTBASER
<p>ProQuest ProQuest tilbyr tidsskrifter i fulltekst fra en rekke forlag. Helsebiblioteket har en avtale med ProQuest om tilgang til ca. 1100 helsefaglige tidsskrifter. Noen tidsskrifter har embargo, det betyr at du ikke får tilgang til de nyeste artiklene i fulltekst.</p> <p>BioMed Central BioMed Central er et uavhengig forlagshus som gir gratis tilgang til fagfellevurdert biomedisinsk forskning. Databasen består av over 100 tidsskrifter.</p> <p>Andre tidsskrifter i fulltekst:</p> <ul style="list-style-type: none"> • American Medical Association (JAMA og ni andre tidsskrifter) • BMJ Publishing Group (BMJ, Evidence Based Nursing, Evidence based Mental Health og Evidence Based Medicine) • Lippincott Williams and Wilkins (over 100 tidsskrifter) • Lancet, Annals of Internal Medicine, og New England Journal of Medicine
REFERANSEDATABASES
<p>OTseeker (Occupational Therapy Systematic Evaluation of Evidence) Internasjonal database med referanser til over 4000 systematiske oversikter og kvalitetsvurderte randomiserte studier om effekt av forebygging og behandling innenfor ergoterapi.</p> <p>Cochrane Library Internasjonal database med systematiske oversikter og kontrollerte studier over ulike behandlinger og forebyggende tiltak i helsetjenesten. Databasen består av flere deler:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cochrane Reviews: Systematiske oversikter i fulltekst laget i regi av det internasjonale Cochranesamarbeidet. Oversiktene finnes i fulltekst og de oppdateres jevnlig (3). • Other Reviews: Kvalitetsvurderte systematiske oversikter publisert i tidsskrifter og andre kanaler. • Technology Assessments: Metodevurderinger, det vil si en oppsummering av forskningen på et tema sammen med helseøkonomisk evaluering og konsekvensutredning. • Clinical Trials: Verdens største register av kontrollerte studier. <p>Campbell Library Internasjonal database med systematiske oversikter i fulltekst og referanser til kontrollerte studier over effekt av tiltak innenfor sosialfeltet, psykologi, kriminologi og utdanning (4).</p> <p>PEDro (Physiotherapy Evidence Database) Internasjonal database over behandling og forebyggende tiltak innen fysioterapi. Referanser til systematiske oversikter, kliniske retningslinjer og kvalitetsvurderte randomiserte studier.</p> <p>*CINAHL (Cumulative Index to Nursing & Allied Health) Internasjonal database innenfor sykepleie, ergoterapi, fysioterapi og andre helsefag. Dekker kvalitativ forskning godt. Referanser til artikler i over 2500 tidsskrifter internasjonalt f.o.m. 1982 samt en del doktoravhandlinger, konferansepublikasjoner m.m. *Etter at denne artikkelen ble skrevet, er denne databasen fjernet fra helsebiblioteket.</p> <p>MEDLINE Verdens største medisinske og helsefaglige database. Artikkelreferanser fra over 4600 tidsskrifter internasjonalt f.o.m. 1950.</p> <p>PubMed Gratisversjon av MEDLINE (se over), utgitt av National Library of Medicine.</p> <p>EMBASE Internasjonal medisinsk og helsefaglig database. Artikkelreferanser fra over 35 000 tidsskrifter f.o.m. 1980. Overlapper i noen grad MEDLINE, men dekker ergoterapi bedre enn MEDLINE (5).</p> <p>AMED (Allied and Complementary Medicine) Internasjonal database innenfor alternativ medisin, fysioterapi, ergoterapi, palliativ behandling, rehabilitering m.m. Artikkelreferanser fra ca. 600 tidsskrifter internasjonalt f.o.m. 1985 og er den databasen som har flest ergoterapitidsskrifter.</p> <p>PsycINFO Internasjonal database innenfor psykologi og beslektede emner, blant annet psykiatri, sykepleie og sosiologi. Referanser til artikler i ca. 2000 tidsskrifter internasjonalt samt bøker og avhandlinger, f.o.m. 1872.</p> <p>SveMed+ Nordisk medisinsk og helsefaglig database. Inneholder artikkelreferanser fra ca. 130 nordiske tidsskrifter f.o.m. 1977, hvorav 20 er norske, bl.a. Ergoterapeuten.</p>
OPPSLAGSVERK
<p>Clinical Evidence Oppslagsverk som oppsummerer den beste, tilgjengelige forskningen om effekt og bivirkning av forebygging, behandling og rehabilitering for mer enn 240 diagnoser. Informasjonen er hovedsakelig basert på systematiske oversikter og randomiserte studier.</p> <p>Norsk elektronisk legehåndbok Generelt medisinsk oppslagsverk for helsepersonell. Baserer seg på oversiktsartikler og primærstudier.</p>

faglig

og disipliner. Flere studier av tidskriftene viser at viktige artikler innenfor ergoterapi, sykepleie, fysioterapi og andre helsefaglige disipliner publiseres i generelle helsefaglige tidskrifter, for eksempel *JAMA* og *BMJ*, og ikke de rent fagspesifikke tidskriftene (2). Det er derfor viktig å kjenne til kilder som inneholder forskningslitteratur utover det rent ergoterapeutiske.

I Tabell 1 finner du en oversikt over relevante kilder til forskningsbasert kunnskap i Helsebiblioteket.

Ulike typer forskningsbasert kunnskap: S-pyramiden

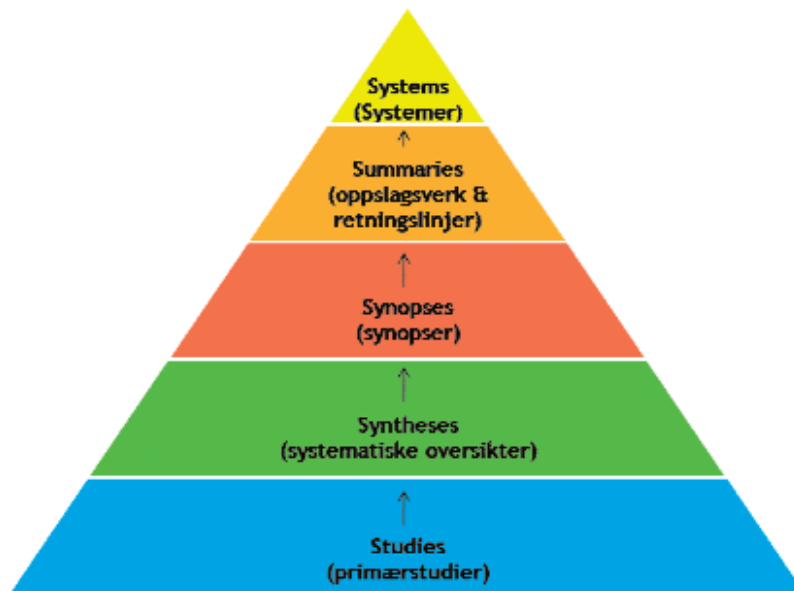
Fremveksten av kunnskapsbasert praksis har ført til økt fokus på å gjøre forskningsbasert kunnskap lettere å finne og å lese. Brian Haines, professor ved McMaster-universitetet i Canada, er en av frontfigurene i miljøet som arbeider med å gjøre forskning lett tilgjengelig. Han har laget en pyramidemodell som viser hvordan helsefaglig forskningsbasert kunnskap er organisert på ulike nivåer (6). Vi kaller den «S-pyramiden», fordi det engelske begrepet på hvert trinn har 'S' som første bokstav (Figur 1). I de neste avsnittene blir de ulike nivåene beskrevet nærmere og knyttet opp mot kildene i Helsebiblioteket og andre relevante kilder for ergoterapeuter.

Nivå 1: Primærstudier (*studies*)

På nederste nivå i pyramiden er *primærstudiene*. Når forskere publiserer originalresultater fra sine prosjekter snakker vi gjerne om primærstudier. Primærstudier kan være kvantitative eller kvalitative, alt etter hvilket kjernespørsmål forskeren prøver å besvare. Eksempler på kvantitative metoder er tverrsnittstudier, randomiserte kontrollerte studier og kohortstudier. Eksempler på kvalitative metoder er fokusgrupper, dybdeintervjuer og feltstudier. Tabell 2 gir en oversikt over relevante kilder til primærstudier innenfor ergoterapi.

Nivå 2: Systematiske oversikter (*syntheses*)

En systematisk oversikt er en oversiktsartikkel hvor forfatterne har brukt en systematisk og tydelig frem-



Figur 1: S-pyramiden (7).

gangsmåte for å finne, vurdere og oppsummere primærstudier på samme tema. Systematiske oversikter gir deg et godt overblikk over hvor mye forskning som finnes om et bestemt emne og om forskningen er av god kvalitet. Det internasjonale Cochranesamarbeidet utarbeider systematiske oversikter om effekt av forebygging, behandling og rehabilitering etter strenge kriterier (3). Søsterorganisasjonen Campbell Organi-

sation gjør det samme innenfor sosialt arbeid, psykologi, utdanning og kriminologi (4). Nedenfor finner du en oversikt over viktige kilder til systematiske oversikter innenfor ergoterapi (Tabell 3).

Nivå 3: Synopser (*synopses*)

Det finnes to typer synopser:

1. Synopser av én originalartikkel, det vil si én primærstudie eller oversiktsartikkel. Metode, resultater og

Tabell 2: Relevante kilder til primærstudier

KILDER I HELSEBIBLIOTEKET	ANDRE KILDER
OTseeker Kvalitetsvurderte randomiserte studier innenfor ergoterapi.	Occupational Science (gratis) http://webposter.education.wisc.edu/ris/risweb.isa Referanser til over 1000 tidsskriftartikler innenfor ergoterapi. Alle typer primærstudier.
PEDro Kvalitetsvurderte randomiserte studier innenfor fysioterapi.	OT Search (krever abonnement) http://www.aotf.org/html/ot_search.html Referansedatabase innenfor ergoterapi og relaterte fagområder (rehabilitering, organisering av tjenester, psykiatri m.m.). Utgitt av American Occupational Therapy Foundation. Alle typer primærstudier.
CINAHL, EMBASE, MEDLINE/PubMed, AMED, PsycINFO og SveMed+ Alle typer primærstudier.	PsychBITE (Psychological Database for Brain Impairment Treatment Efficacy) http://www.psychbite.com/ (gratis) Tverrfaglig database med referanser til kvalitetsvurderte primærstudier over psykososiale tiltak rettet mot personer med pådratte hodeskader.
Se Tabell 1 for en nærmere beskrivelse av kildene over.	

konklusjoner presenteres på én A4-side. I synopsen inngår også en kommentar fra en kliniker om resultatenes betydning for praksisfeltet. På engelsk blir slike synopser kalt *critically appraised papers*, eller ofte bare CAPs.

- Synopser av flere originalartikler, det vil si flere primærstudier og/eller oversiktsartikler. På engelsk blir slike synopser kalt *critically appraised topics*, eller CATs. En CAT tar utgangspunkt i et klinisk scenario eller spørsmål. Den som lager en CAT vil søke etter oversiktsartikler eller primærstudier (i prioritert rekkefølge), vurdere kvaliteten på funnene og lage et kort sammendrag av resultatene. CATs har likhetstrekk med systematiske oversikter, men har ikke de samme strenge kravene til søkestrategi og uavhengig kvalitetsvurdering av inkluderte studier (7). En CAT blir som oftest heller ikke fagfelleurdert av fagfolk/eksperter på temaet. Dersom en CAT baserer seg på kun én oversiktsartikkel eller primærstudie, er den helt lik en CAP.

Til høyre finner du en oversikt over viktige kilder til synopser innenfor ergoterapi (Tabell 4).

Nivå 4: Kunnskapsbaserte oppslagsverk eller retningslinjer (summaries)

De nivåene som hittil er nevnt tar ofte for seg kun ett aspekt av hvordan en sykdom eller funksjonshemming håndteres, for eksempel én konkret behandlingsmetode for osteoporose. Det neste nivået, *summaries*, som best lar beskrive som kunnskapsbaserte oppslagsverk og retningslinjer, samler og kvalitetsvurderer forskning fra nivåene under i større temaområder (f.eks. muskel-/skjelettlidelser, kreft, barn og unges helse). Oppslagsverkene baserer seg på gode systematiske oversikter, men bruker primærstudier der slike oversikter ikke finnes. Faglige retningslinjer dekker også et bredere temaområde, for eksempel «forebygging og behandling av osteoporose». Gode faglige retningslinjer skal basere seg på kvalitetsvurderte oversikter og primærstudier og gradere anbefalingene ut fra styrken på eksisterende

Tabell 3: Relevante kilder til systematiske oversikter

KILDER I HELSEBIBLIOTEKET	ANDRE KILDER
<p>OTseeker Samler systematiske oversikter innenfor ergoterapi fra flere kilder, deriblant Cochrane Library, Medline, CINAHL, EMBASE, AMED og PsycINFO.</p> <p>PEDro Samler systematiske oversikter innenfor fysioterapi fra flere av de samme kildene som OTseeker.</p> <p>Cochrane Library Systematiske oversikter om effekt av tiltak (helse) i fulltekst laget av det internasjonale Cochranesamarbeidet. Inneholder også kvalitetsvurderte oversikter laget av andre.</p> <p>Campbell Library Systematiske oversikter laget av det internasjonale Campbellsamarbeidet.</p> <p>Se Tabell1 for en nærmere beskrivelse av kildene over.</p>	<p>PsychBITE (Psychological Database for Brain Impairment Treatment Efficacy) http://www.psycbite.com (gratis) Tverrfaglig database med referanser til kvalitetsvurderte primærstudier over psykososiale tiltak rettet mot personer med pådratte hodeskader.</p>

Tabell 4: Relevante kilder for synopser

KILDER I HELSEBIBLIOTEKET	ANDRE KILDER
<p>Evidence Based-tidsskriftene Tidsskrifter der redaksjonen går gjennom innholdet i en rekke internasjonale tidsskrifter (mellom 50 og 120) og skriver synopser (CAPs) over primærstudier og oversiktsartikler. Innholdet er organisert etter kjerne-spørsmålene (forekomst, årsak/risiko, erfaringer, behandling m.m.). Slike tidsskrifter kalles gjerne sekundærtids-skrifter:</p> <ul style="list-style-type: none"> Evidence Based Nursing (1999) Evidence Based Mental Health (1999 ")). Ligger under emnebibliotek Psykisk helse. Evidence Based Medicine (2000) <p>Flere av synopsene er relevante for ergoterapeuter.</p>	<p>Critical Appraised Papers – Australian Occupational Therapy Journal (AOTJ) http://www.blackwell-synergy.com/loi/aot (Ikke tilgjengelig via Helsebiblioteket, krever abonnement) Synopser (CAPs) over primærstudier og oversiktsartikler relevante for ergoterapi. Randomiserte studier og systematiske oversikter over effekt av tiltak og gode kvalitative studier over pasienterfaringer prioriteres. Inntil fire synopser blir publisert i hver utgave av tidsskriftet (4 ggr per år). Du kan abonnere på innholdsfortegnelsen til AOTJ via utgiver (Blackwell Synergy), synopsene ligger under seksjonen "Critically appraised papers". De fleste CAPs er registrert i CINAHL (Tabell 1).</p> <p>OTcats (Occupational Therapy Critically Appraised Topics) http://www.otcats.com/ (gratis) Synopser (CATs) utarbeidet av ergoterapeuter og ergoterapistudenter ved University of Western Sydney i Australia. Inneholder over 40 synopser fra 2002 og fremover.</p> <p>Critically Appraised Topics in Rehabilitation Therapy http://www.rehab.queensu.ca/cats/ (gratis). Synopser (CATs) over rehabiliterings-tiltak. Synopsene er utarbeidet av studenter ved Queen's University i Canada. Inneholder åtte synopser fra 2005.</p>

faglig

forskning (8). Nedenfor finner du en oversikt over viktige oppslagsverk og kilder til retningslinjer i Helsebiblioteket (Tabell 5). Se også Graverholt og Tuntlands artikkel i dette nummeret om andre ressurser for retningslinjer (9).

I bøker og artikler om kunnskapsbasert praksis vil du ofte treffe på begrepene *primærforskning* og *sekundærforskning*. Primærforskning er det samme som primærstudier. Sekundærforskning er et samlebegrep for forskningsbasert kunnskap på de tre midterste nivåene i «S-pyramiden» (systematiske oversikter, synopser, og oppslagsverk/retningslinjer). Sekundærforskning er oppsummert primærforskning, forstavelen *sekundær-* henpeiler på at primærstudier er bearbejdet, kvalitetsvurdert og satt i en større helhet.

Nivå 5: Systemer

Det øverste nivået har Haines kalt systemer (*systems*). Det finnes ulike beslutningsstøttesystemer som forsøker å integrere kilder fra de fire andre nivåene med individuelle pasientdata. Slike systemer er enda på eksperimentstadiet, men i fremtiden vil muligens elektroniske pasientjournal-systemer være integrert med kilder til forskningsbasert kunnskap slik at den er tilgjengelig ved kun et tastetrykk!

S-pyramiden og valg av kilde

Hvordan kan S-pyramiden hjelpe deg å velge riktig kilde? En tommelfingerregel er: *Let etter sekundærforskning først, deretter primærforskning*. Start derfor søket i kildene som ligger på de øverste nivåene. Siden toppnivået, systemer, enda er på eksperimentstadiet betyr dette i praksis å gå til oppslagsverk som oppsummerer forskningen på større temaområder, eller finne retningslinjer som er laget etter gode kriterier (9) (Tabell 5). Fører ikke dette frem, leter du etter synopser (Tabell 4), deretter systematiske oversikter (Tabell 3) og til slutt primærstudier (Tabell 2). Med andre ord er ikke alltid Medline, Cinahl eller de andre store referansedatabasene førstevalget når du skal lete etter forskningsbasert kunnskap.

Kildene på de øverste nivåene har likevel noen begrensninger. For det

Tabell 5: Relevante oppslagsverk og kilder til retningslinjer i helsebiblioteket

Retningslinjer

Helsebiblioteket har bygget opp en samling av nasjonale og internasjonale retningslinjer via en egen startside for ergo- og fysioterapi. Fra Helsebibliotekets hovedside finner du også en samling retningslinjer innenfor inndelt etter store temaområder.

Clinical Evidence

Clinical Evidence er et internasjonalt oppslagsverk som summerer hva vi vet og ikke vet om effekt av ulike tiltak innenfor brede temaområder. Clinical Evidence baserer seg på systematiske oversikter, eller randomiserte kontrollerte studier dersom systematiske oversikter ikke finnes. Observasjonsstudier i form av kohortstudier eller kasus-kontrollstudier blir brukt dersom det verken finnes systematiske oversikter eller randomiserte kontrollerte studier.

Norsk elektronisk legehåndbok (NEL)

NEL er et generelt medisinsk oppslagsverk for helsepersonell. NEL baserer seg på oversiktsartikler og primærstudier. Sammenlignet med Clinical Evidence er det ikke like tydelig hvordan NELs redaksjon har identifisert og kvalitetsvurdert dokumentasjonen bak utsagn om behandlingsmetode og lignende.

første vil ikke oppslagsverk som *Clinical Evidence* dekke alle spørsmål du møter i praksis. De som utvikler slike oppslagsverk ønsker først og fremst å oppsummere forskningen om effekt av tiltak, andre kjernes spørsmål er dekket i mindre grad. For det andre vil både oppslagsverk og retningslinjer til enhver tid ha et etterslep, å oppdatere innholdet med nyere systematiske oversikter og primærstudier tar tid. For det tredje er det tid- og ressurskrevende å oppsummere primærstudier i systematiske oversikter. Det vil enda ta mange år før vi har slike oversikter på alle effektspørsmål, og oversikter over de andre kjernes spørsmålene er det langt færre av (6, 10).

En svakhet med S-pyramiden som modell er at synopser som oppsummerer én primærstudie, såkalte CAPs, er plassert på nivået over systematiske oversikter. En systematisk oversikt har imidlertid større utsagnskraft enn én enkeltstudie. Om du finner en CAP som besvarer spørsmålet ditt, er det likevel lurt å supplere med et søk etter systematiske oversikter i for eksempel *OTseeker*.

Begrensninger og svakheter til side, regelen om å bruke oppsummert forskningsbasert kunnskap fremfor primærforskningen gir god gevinst om spørsmålet ditt samsvarer med innholdet i kildene på de øverste nivåene. Disse kildene er mye enklere og raskere å søke i, og innholdet er langt mer fordøyelig og kortfattet enn selv de mest velskrevne primærstudier og oversiktsartikler på nivå 1 og 2. □

Referanser

1. Bennett S et al (2003). Introducing OTseeker (Occupational Therapy Systematic Evaluation of Evidence): a new evidence database for occupational therapists. *American Journal of Occupational Therapy*; 57(6): 635–8.
2. McKibbin KA, Wilczynski NL, Haynes RB (2004). What do evidence-based secondary journals tell us about the publication of clinically important articles in primary health-care journals? *BMC Medicine*; 2:33.
3. The Cochrane Collaboration. URL: <http://www.cochrane.org/index.htm>
4. The Campbell Collaboration. URL: <http://www.campbellcollaboration.org/>
5. Lovarini M, Wallen M, Imms C. Searching for evidence in pediatric occupational therapy using free versus subscription databases: a comparison of outcomes. *Physical & Occupational Therapy in Pediatrics*; 26(3): 19–38
6. Haines B. Of studies, syntheses, synopses, summaries, and systems: the «5S» evolution of information services for evidence-based health care decisions. *Evidence Based Nursing*; 10(1): 6–7.
7. Introduction to OTCats. URL: <http://www.otcats.com/intro.html>
8. AGREE-instrumentet: evaluering av faglige retningslinjer. The Agee Collaboration / Sosial- og helsedirektoratet. Oslo: Direktoratet, 2003.
9. Graverholt B, Tuntland H (2008). Noen kunnskapsbaserte arbeidsmåter. *Ergoterapeuten*, nr. 1.
10. Mallett S, Clarke M (2003). How many Cochrane reviews are needed to cover existing evidence on the effects of health care interventions? *ACP Journal Club*; 139:A11