MORBUS BECHTEREW BLADET

NR. 3 · OKTOBER 2000 · 7. ÅRGANG



JYDE MOD MOTORVEJE

NY HOFTE - NYT LIV

MB-ERE KAN SAGTENS FÅ NY HOFTE

PENSIONISTER SVINGER KRAFTIGT I KURS

www.bechterew.dk

GIGTFORENINGEN FOR MORBUS BECHTEREW


Der henvises til nærmeste forhandler på tlf.: 74 91 17 00 eller www.ecco.com
ecco
It's more than a feeling IT'S A PASSION

MORBUS BECHTEREW

Redaktion:
Landsforeningen af
MB-Patienter
V/Svend Aachmann
Markedsgade 47 F
7900 Nykøbing Mors
Tlf.: 97 72 50 02
E-mail: mbsvend@post6.tele.dk

Redaktionsudvalget:
Niels Vous
Claus Rønlev,
Jon Erlendsson
Svend Aachmann (ansv.)

Oplag:
1. oplag på 1.600

Opsætning og layout:
JTA Grafisk Produktion
Elkjærvej 38
8230 Åbyhøj

Annonce ekspedition:
MB-Bladet
Baunevej 4 D
8370 Hadsten
Tlf. 86 91 48 23

Trykkeri:
Silkeborg Bogtryk
Stagehøjvej 27
8600 Silkeborg

Deadline:	**Udsendelse:**
10. januar	1. marts
10. april	1. juni
10. august	1. oktober
10. oktober	1. december

Indhold:

6 Jyde mod motorveje





10 Ny hofte - nyt liv

12 MB-ere kan sagtens få ny hofte

17 Pensionister svinger kraftigt i kurs



20 Referat af landsmøde



25 Nyt fra kredsene

Kur / Rekreation

Brochure tilsendes

- Gl. 4-længet gård
- Fritliggende, tæt ved badestrand
- Smukke naturområder
- Rolige, røgfri omgivelser
- Max. 14 gæster

Økologisk vegetarmad
Massage, zoneterapi
Individuel kostvejledning

Godkendt af Sygeforsikringen "danmark", som yder tilskud

HOLBROGAARD
Kur- og feriested

Nabgyden 10, Åstrup, 5600 Faaborg · Tlf. 62 61 65 10 - Fax 63 61 80 00
Email: info@holbrogaard.dk · http//: www.holbrogaard.dk

AGRI REJSER

Kirkegade 16, Gårslev
7080 Børkop
7586 1222



Ved Vesterhavet

-i Danmarks flotteste natur

Ideelt for grupper -og familier med handicappet medlem

- 5-6 pers. lejl., svømmehal, fitnesscenter, tennis/bordtennis m. m.
- Kæledyr, ridning, hestevognskørsel, stenslibning, naturvandring.
- Oplevelsestilbud uden grænser - lokalt og regionalt - få brochure.
- Kursusområde med bl.a. havudsigt og pejsestue - op til 80 personer.
- Specialuddannet personale og særlige tilbud til funktionshæmmede.
- For kørestolsbrugere: Loftslift, elevationssenge, tilgængelighed m. m.
- Vestkystens strandsti nr. 2: I kørestol direkte til havet - din ret!

Tlf. 9821 7044 · Fax 9821 7544
www.slettestrand.dk

Nu kan du købe den kendte og eftertragtede cremebalsam

LENKOSAN

Cremen er fremstillet af mælkefedt med udtræk af morgenfrue og brændenælde.

Blødgør hård -og tør hud, virker beroligende og smertelindrende og giver varme til hud og led.

Indhold 200 g Pris kr. 100,00 + porto.

Ring og bestil
- vi sender over hele landet.

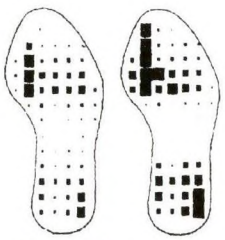
Beauty & Body Care

Anna Margrethe Buur
Fredsted Skovvej 11
6040 Egtved
Tlf. 75 86 36 10

Ønsker du blødere fodtøj?
Vil du skåne dine fødder?

Prøv gelé-sålen - en helt ny måde at gå på!

Den meget omtalte gelésål, Liqua Care®, bevirker ikke kun en enestående fod-comfort, men aktiverer også venepumpefunktionen. Den rullende bevægelse af væsken under fødderne spreder trykket, hvorved fødderne vægtbærende areal øges. Samtidigt masseres fodens muskler.



*Til venstre vises kroppens vægtfordeling **med** sålen, til højre **uden**.*

- **Dokumenteret effekt:** Liqua Care er testet af brugere og eksperter indenfor Anatomi, Fysiologi og Ergonomi. Et stort antal rapporter foreligger.
- Gelé-sålen er også anvendelig til hævede ben, kolde fødder samt muskel- og ledsmerter.
- **12 måneders garanti mod fabrikationsfejl.**

Fås hos Matas, Helsekostbutikker og Apoteker.

Information fås hos ProBody Medical på
tlf. 74 53 39 88.

e-mail: **probody@vip.cybercity.dk**

Landsformandens betragtninger

Jeg har tidligere nævnt, at jeg taler med mange medlemmer i telefonen, om alt hvad de nu har på hjerte. Og det er ofte en forstemmende oplevelse. Forholdet er nemlig, at mange føler det som "verdens undergang", når de får diagnosen stillet, og af lægen får at vide, at det her er altså for resten af livet, og at man kan for øvrigt risikere at ende i en kørestol. Det kan man måske, men det er nu de færreste, der gør det. Alle får at vide, hvad de skal gøre rent fysisk, dvs. fysioterapi, træning, osv. kombineret med smertestillende medicin af forskelligt omfang for at begrænse virkningerne af sygdommen, og det er også, noget alle kan forstå.

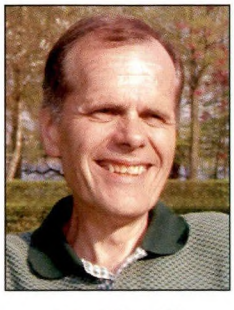
Der hvor rådgivningen efter min erfaring svigter, er på det sociale - psykiske område.
Hvordan tackler man den "oplevelse":

- At folk vender sig om efter en på gaden og glor?
- Når angsten for helbredet og erhvervsevnen bliver en del af tilværelsen.
- At man ikke kan hjælpe familien i dagligdagen, som man kunne før, fordi man ikke fysisk magter det.

Jeg kunne nævne mange flere eksempler, men jeg tror ikke det er nødvendigt.
Spørgsmålet er så, hvad man kan gøre ved det. Det er jeg naturligvis ikke uddannet til at kunne svare professionelt på, men jeg vil dog godt give et bud ud fra de erfaringer og oplevelser, jeg selv har haft.

Det handler i meget høj grad om at erkende over for sig selv, at man har den skavank man nu har, og det kan være svært nok. Nu bliver man jo ikke krumbøjet fra den ene dag til den anden, og mange bliver det slet ikke. Så det handler meget om ikke at isolere sig. Sørg for at holde det sociale netværk i orden, kom ud mellem folk. Deltag i det omgivende samfund som du plejer, så vil man faktisk gradvis vænne sig til dig, og du vil lære at acceptere din situation, fordi den kommer gradvis og derfor ikke giver en voldsom overgang.

Det lyder nemt, men er det ikke. Det kræver noget af den enkelte, men det er det værd.



Per Lignell
Formand

Af Claus Rønlev

Jyde mod motorveje

Efter en lang karriere i overhalingsbanen i det private erhvervsliv blev Kai Toft fra Snejbjerg ved Herning overhalet af gigten og tvunget ud i nødsporet. I dag kan du møde Kai Toft i et nyt tempo på små og fredelige biveje. Disse biveje har ført Kai Toft forbi Livets Skole. Og for resten har Kai Toft opdaget, at både luften og udsigten er meget rarere her



Kai Toft så dagens lys i 1948 i en indremissionsk familie på Fredericiakanten. Her var ikke noget med kortspil eller dans, og fritiden foregik hos KFUM. Kai gik syv år i skole, og blev så sendt ud at tjene i landbruget. Kom siden i møbellære, men måtte revalideres allerede i 1974 som følge af rygproblemer, der endte med en MB-diagnose i 1979.

Herefter drev Kai Toft egen grafisk virksomhed i en lang årrække, - med en meget lang arbejdsuge til følge, indtil stigende Morbus Bechterewgener stak en kæp i dette hjul. Virksomheden blev solgt, og Kai fortsatte i firmaet som 30 timers ansat, hvilket dog viste sig heller ikke at holde sammen, hvorfor Kai i dag oppebærer højeste førtidspension.

Kai Toft bor sammen med sin kone og hunden som den tro følgesvend. Parret har 2 voksne døtre. Tiden bruges nu til familie, nabo og venskabslivet, til pasningen af familiens flotte have og til korsang, ligesom Kai Toft fungerer som frivillig rådgiver for Bechterewforeningens Midt-Vestjyllandskreds.

Om sin oplevelse af livet med gigtsygdommen fortæller Kai Toft:

- De første trin af gigten var de værste. Man er ikke klar over, hvad følgerne kan være, og når man er på vej ned, spekulerer tænker man: Hold da op, det klarer jeg da aldrig. Men hver gang må man jo erkende, at det alligevel er til at komme over.

- Perioderne er jo forskellige. Nogen gange tager det længere tid et finde stabilisering end andre. Og hver gang der kommer en ny begrænsning til - at det ene eller andet led begynder at stå af - er det nemt at forfalde til selvmedlidenhed: Åh nej - nu også det oveni, men der viser sig jo altid en løsning og flere gode dage alligevel.

- I dag, efter så mange år med MB, er jeg langt bedre rustet, når jeg må imødese en nedtur eller smerteperiode. I dag har jeg blik for så mange andre skønne ting end netop smertefrihed eller mobilitet, understreger Kai Toft.

Mødet med de ægte kvaliteter

- Jeg har oplevet, at gigten har åbnet mine øjne for helt nye og dejlige livskvaliteter. Jeg kan føle stor glæde ved at kunne mærke luften, at kunne trække vejret, eller at opleve, at venskaber har ægte kvalitet. Alt sammen faktorer, som jeg tidligere tog som selvfølgeligheder.

- Mange års erfaring siger mig, at det psykiske er af afgørende betydning. For mig fylder det psykiske 80%. Altså oplevelsen af hvordan jeg har det. Derfor er det meget afgørende, at man kommer igennem en erkendelsesproces, at man kommer frem til en accept af, at gigten og skiftende smerter er en del af tilværelsen. Det har været en stor hjælp for mig, betoner Kai Toft.

Du er alene hjemme på det alternative marked

- Vejen til, hvor jeg befinder mig i dag, har - både hvad det fysiske og psykiske angår - ført mig i forbindelse med alternative behandlingsformer.

- Den alternative verden har mange gode muligheder, men det er jo desværre et gråt og ukontrolleret marked, så der er god grund til at holde begge ben på jorden, og gå til det med en sund skepsis. Det er udmærket at gå efter andres gode erfaringer, men i bund og grund er man nødt til selv at prøve sig frem. Den samme behandling kan have helt forskellig effekt på 2 mennesker med samme sygdom, ligesom de samme piller kan have forskellig effekt på to personer.
- Hvad den fysiske del angår, har især zoneterapi været god for mig. Det har

selvfølgelig ikke fjernet sygdommen, men det har givet mig rigtig god lindring. Jeg har brugt zoneterapi i helbredende øjemed, jeg er sikker på, at det også ville være godt som forbyggende behandling, men det har udgifterne hidtil været blokerende for.

Bechterew åbner dørene til Livets Skole

- På det psykiske, eller måske snarere åndelige plan, er det betydningsfuldt for mig, at jeg opfatter mig som et troende menneske. At jeg hviler i bevidstheden om, at der er mere mellem himmel og jord end det, som du kan se, mærke og høre. Kærlighed, næstekærlighed og respekt for andre mennesker samt en overbevisning om, at dette liv ikke er det eneste vi bliver tilmålt, er helt centrale kvaliteter i min bevidsthed og tilværelse, siger Kai Toft og fortsætter:

- I dette lys oplever jeg ikke min sygdom som en straf, men som en lærdom. Mange vil sikkert sige: "Åh, det er da forfærdeligt med sådan en mand. Nu har han også mistet arbejdet. Hvordan skal det da gå"? Det er selvfølgelig rigtigt, at jeg er blevet vinket af motorvejen, og nu befinder mig med noget lavere hastighed på tilværelsens biveje. Men se blot: Hvis man giver sig tid til at se efter, er der jo faktisk meget kønnere her. Mine succeskriterier handler ikke længere om at fare af sted i fuld fart for at tjene så mange penge som muligt. Det opfatter jeg som et eksempel på, at sygdom medfører lærdom. Her træder livets skole i karakter, og på timeplanen står kærlighed og næstekærlighed, såvel til mennesker som til naturen og miljøet.

- På den ene side ligger det mig fjernt at missionere, for jeg tror ikke, at tro på den måde kan eller skal sælges. På den anden side kunne jeg da i høj grad ønske, at andre mennesker kunne få den samme fred, og de samme kvaliteter ind i tilværelsen.

Skal andre forstå dig, må du åbne munden

- Familie- og ægteskabslivet er selvfølgelig berørt af, at et medlem af familien får gigt. I dårlige perioder har man jo brug for at møde forståelse og omsorg. Imidlertid er det kun muligt for familien eller andre at yde forståelse, hvis der er givet en ordentlig information. Her tænker jeg både på generel information om sygdommen, men også på, at det stiller krav til mig om at være åben og ærlig i forhold til min aktuelle tilstand og behov. Det kan ikke være rimeligt, at mine omgivelser skal gætte sig til, hvordan jeg har det, eller hvad jeg har brug for.



- Vel kan det da være svært. Jeg skal ikke foregøgle andet. Jeg har haft perioder, hvor jeg ikke orkede at tænke på eller tale om gigt i tide og utide. Men i forhold til ægtefælle, familie og kolleger er der kun én vej frem: Åbn munden og giv meldinger på, hvordan du har det og hvad dine behov er. Det modsatte er roden til alt ondt. Men pas på med at overdrive dine problemer!

- Jeg har i øvrigt lært mig et lille trick, som jeg bruger, hvis selvmedlidenheden får for godt fat i mig. Så holder jeg en lille enetale foran spejlet. Hvis jeg har stået lidt der og gentaget "Åh lille Kai, hvor er det synd for dig", går den største alvor hurtigt fløjten!

- Jeg har været privilegeret ved at leve i en familie med høj grad af fællesskab, dialog og dermed forståelse. Derved er vi røget udenom de værste skær. I øvrigt har min kone efteruddannet sig som zoneterapeut, og det har været befordrende i forhold til hendes evner til indlevelse og forståelse.

Stol på dig selv

- Mit gode råd er: Lad være med at tro, at livet stopper på grund af Bechterew. Sæt dig ind i tingene. Tag

det roligt, og træf dine egne beslutninger. Lad dig ikke overvælde af allehånde gode råd, men mærk efter hvordan du har det, og hvordan dine behov er. Så evner du at leve med og ikke mod din gigt.

- Morbus Bechterew er og bliver en overbygning til livets skole. En ekstra opgave, udfordring og arbejde til et menneske. Der er ingen vej udenom, men kun en vej igennem disse udfordringer. Og i sidste ende er det kun dine egne, oplevede erfaringer du kan bruge til noget.





- For mit personlige vedkommende har min trosmæssige overbevisning desuden en velsignet salvende virkning, som jeg kunne ønske for alle andre. Men her er vi jo inde i de dybt personlige lag, og jeg har som nævnt ingen ønsker om at missionere.

En bitter pille at sluge.

I september 1998 fik Kai Toft tilkendt mellemste førtidspension, og søgte i december 1998 om højeste pension. Det blev et afslag begrundet i, at Kai var i behandling med methrotrexate Og så længe der pågår en behandling, som rummer håb om bedring, kan den højeste pension ikke tilkendes - selv om speciallægerne oplyste, at erhvervsevnen var nedsat med 100 % inden for det næste 1/2 til hele år, og næppe ville blive forbedret. Afgørelsen blev selvfølgelig anket.

Efter et 1/2 år stoppede Kai Toft med methrotrexate pga. bivirkninger, men kommunen ville stadig ikke tilkende højeste pension. Først efter et krav fra ankenævnet lykkedes det.

Herom udtaler Kai Toft:

- Dette bureaukrati kostede mig konkret 10 måneders tabt ekstra pension. Jeg har selvfølgelig forsøgt at anke sagen, og skrev til den daværende socialminister men uden held. Jeg synes, det må være nok, at man skal plages med sygdom og spekulationer. Hvorfor skal det offentlige føje spot til skade? Den helt store fejl i systemet er, at sagen skal afgøres på grundlag af en kommunal ansat - og dermed principielt inkompetent - lægekonsulent, som aldrig har set mig. Hvorfor anvender man dog ikke de speciallæger, som gennem en lang årrække kender min sag til bunds?

I dag

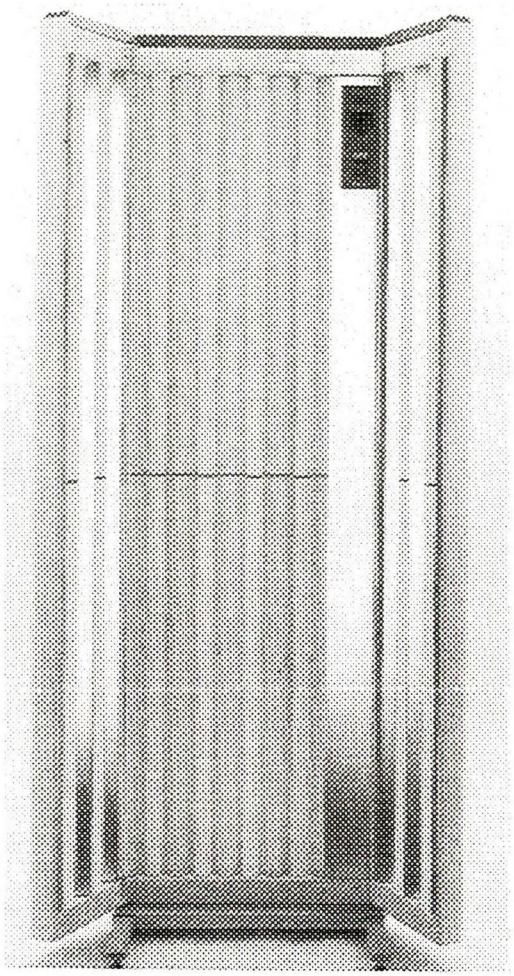
Kai Toft har nu været hjemmegående i godt 11/2 år. Han fortæller:

- Gigten har stort set ikke ændret sig. Smerterne kommer og går, men overvindes betydeligt bedre, fordi jeg nu kun skal bruge klokken til at se, hvornår købmanden åbner, eller hvornår jeg skal ind og have taget den sædvanlige blodprøve. Når folk spørger om jeg kan få tiden til at gå, kan jeg kun svare, at jeg sjældent når det jeg gerne ville. Jeg vil dog gerne slutte af med at sige, at jeg altid har tid til et godt råd eller en snak om de små stød livet giver.

Kai Toft: Tlf. 97162020.
E-mail: toft@mail.dk

Waldmann Lichttechnik W

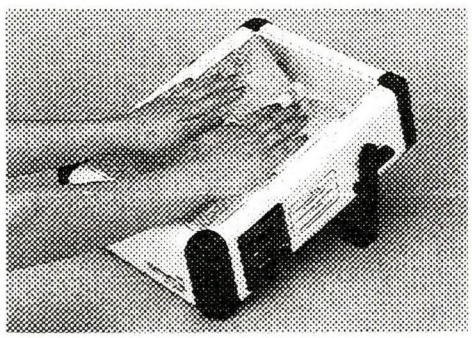
LYSBEHANDLING TIL HJEMMEBRUK



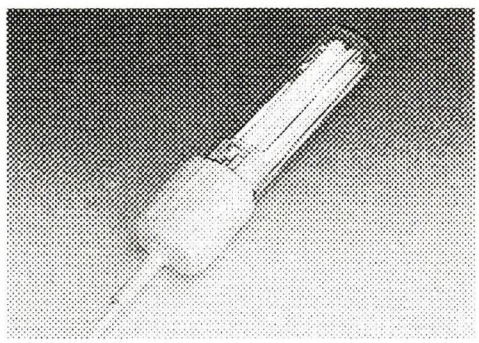
WALDMANN UV 100 DIGITAL NY TIMER

UV 100 består av en bakvegg med to bevegelige vinger. Det er utstyrt med et dobbelt digitalt tidsur og 8 stk.Sylvania F75/100W UV6-rør (UVB). Rørlengden er 180 cm (helkroppsbehandling). Når apparatet ikke er i bruk, slås de bevegelige vingene sammen.

Pris: DKK. 10.500,- ex. mva.



•UV 208T
UVB lampe
for hånd og fot.
Pris:
DKK 4.700,-
ex. mva.



•UV 109
UVB håndlampe
Pris:
DKK 1.900,-
ex. mva.

Alle apparatene er CE-merket/
Nemko-godkjente.
Leveringsbetingelser: Fritt levert.
Betalingsbetingelser: Oppkrav.
Vi tar forbehold om prisendring og trykkfeil.

Scan-Med. a|s
Norway

Postboks 4124 Gulskogen
N-3002 DRAMMEN
NORWAY
Tlf. 0047 3226 5330
Fax 0047 3226 5350

Kontakt oss
for nærmere informasjon !
Vi har arbeidet med lysbehandling siden 1976, og har levert utstyr til alle norske hudavdelinger og en rekke private hudleger både i Norge og Danmark.

Scan-Med. a|s
Denmark

Møllevangsallé 142
DK-8200 ÅRHUS N,
Danmark
Tlf.: +45 8610 6166
Fax: +45 8616 9355

Ny hofte

Det største offer for Per Lignell, da han i fjor fik indopereret en ny venstre hofte, var de tre måneder, han ikke måtte køre bil, men det afsavn er for intet at regne imod den smertefrihed og langt større livskvalitet både fysisk og psykisk, som operationen har bevirket.
- Jeg har fået et helt nyt liv. Eller som min søn sagde allerede få dage efter operationen: Det er mærkeligt at se far slappe helt af i ansigtet De mange smerter, jeg havde lidt af i årevis, gjorde, at jeg altid så anspændt ud. Nu er smerterne fuldstændig væk, og det samme er alle de smertestillende piller, fortæller Per Lignell, der er 55 år, advokat med egen virksomhed og kendt som Morbus Bechterew-foreningens aktive formand.
Kort før jul i fjor blev Per Lignell hofteopereret på grund af slidgigt. En operation, han allerede ti år i forvejen var blevet stillet i udsigt, men havde holdt i skak ved hjælp af bl.a. regelmæssig motion og smertestillende medicin.

Midlertidig bedring
- Jeg var 45 år, da jeg fik at vide, at min venstre hofte krævede operation. Jeg vidste imidlertid godt, at det er en fordel at trække operationen, til man er ældre, fordi der så er større chance for ikke at skulle genopereres senere i livet. Desuden var jeg som MBer jo vant til at leve med smerter, så jeg bed tænderne sammen og fandt stokkene frem.
I nogle år oplevede jeg ligefrem bedring. Ikke mindst efter et ophold på kurstedet Balcova i Tyrkiet, hvor jeg blev så godt og grundigt æltet igennem, at jeg kunne smide begge stokke og havde langt mindre ondt end før. Samtidig begyndte jeg at spille golf, hvilket også bidrog til at holde sygdommen og smerterne i ave.
Indtil i fjor, hvor jeg begyndte at få rigtigt meget ondt. Medicinforbruget steg på ny, og jeg var nok ikke specielt rar at omgås i de perioder, hvor det var værst. Problemet er imidlertid, at man som MBer er vænnet til at have smerter og desuden ikke kan vide med sikkerhed, om det er bechterewen eller noget andet, der gør ondt.

Imidlertid kulminerede det en søndag aften, hvor vi havde nogle venner på besøg, og jeg som sædvanlig havde meget ondt. Nu gør du noget ved det! sagde de, og dagen efter ringede jeg til lægen, fortæller Per Lignell.

Vigtigt at træne
Forundersøgelserne viste, at Per Lignell var særdeles operationskrævende. Som MBer var han spændt på, om der var en sammenhæng mellem Bechterewen og den dårlige hofte samt om den stive ryg var en hindring for et vellykket operationsresultat.

- Svaret var heldigvis, at de to ting ikke har nogen sammenhæng, og at jeg højst sandsynligt på trods af bechterewen - ville få det meget bedre ved at blive opereret. Forudsat at jeg selv gjorde noget for at komme på benene igen. Genoptræning er vigtig ved enhver hofteoperation, og det gælder naturligvis ikke i mindre grad for Bechterew-ramte.
Man skal følge træningsprogrammerne hver dag, hvis man skal have fuld effekt af operationen, og det er vigtigt at gøre øvelserne rigtigt. Er man i tvivl, bør man få sin læge til at henvise til en fysioterapeut, så man undgår at fejltræne.

Især i begyndelsen skal der selvdisciplin til, men efterhånden som kræfterne og styrken kommer tilbage, går det stærkt. Jeg blev opereret den 15. december og brugte juleferien til rekreation og genoptræning. Efter nytår var jeg ved hjælp af to stokke i stand til at spadsere de 500 meter frem og tilbage til kontoret hver dag. Det gælder om dagligt at øge gåturene. Jo længere, des bedre.

Otte ned i handicap
I dag er Per Lignell fuldt restitueret og i en helt anden form end før. Han er gået otte ned i handicap på golfbanen, men vigtigst af alt: Han er smertefri.
- Jeg kan konstatere, at de sidste mange års smerter har stammet fra hoften og ikke fra min Morbus Bechterew. At være smertefri er bare vidunderligt, ja kan dårligt beskrives. Overskuddet i hverdagen bliver mange gange større, og det smitter selvfølgelig også af på omgivelserne, ikke mindst familien.

Set i bakspejlet skulle jeg måske være blevet opereret før, men på den anden side er der i min nuværende alder håb om, at hofteprotesen holder min tid ud. I øvrigt har det, at jeg ventede så mange år, betydet, at jeg undgik at blive opereret med Boneloc. Hvilket jo har vist sig at være et stort held!

Til andre hoftegigtplagede Morbus Bechterew-patienter kan jeg kun sige, at hvis lægen anbefaler operation, skal man ikke holde sig tilbage. Men som sagt, man skal være indstillet på selv at gøre en indsats for at komme i omdrejninger igen.

Af: journalist Helle Juhl

nyt liv!



v/Journalist Helle Juhl





MB-ere kan sagtens få en ny hofte

- I langt de fleste tilfælde kan det sagtens lade sig gøre at hofteoperere en patient med Morbus Bechterew, og rent operationsteknisk adskiller indgrebet sig ikke fra andre hoftepatienters. Dog er der for Bechterew-patienters vedkommende hyppigere tale om, at det foruden at udskifte ledhovedet og fjerne bruskrester i hofteskålen også er nødvendigt at transplantere knoglevæv til hofteskålen, fortæller ortopædkirurg Finn Christensen, manden der har givet Per Lignell en ny hofte.

- I Per Lignells tilfælde var det ikke nødvendigt, men hos mange med Morbus Bechterew ligger hofteskålen meget dybt i bækkenet. Med den følge, at skålen er meget tynd, så der, forenklet sagt, ikke er meget knogle at give af under operationen. Det kompenserer man for ved at lægge et lag knoglevæv på skålen. Teknikken forlænger operationen, og gør også rekonvalescens-perioden længere, men slutresultatet plejer at blive godt. Det transplanterede væv får man fra en knoglebank.

64 på fem år

Morbus Bechterew-ramte fylder ikke meget i statistikken af hofteopererede. Ud af de ca. 23.000, der de seneste fem år har fået en ny hofte herhjemme, har 64 haft Morbus Bechterew.

Dog er forekomsten af slidgigt i hoften forøget hos Bechterew-ramte, så tallene er ikke udtryk for, at MBere slipper billigere med hensyn til at være disponeret for slidgigt i hoften.

Tværtimod må Bechterew-ramte forvente, at risikoen for slidgigt i kroppens store led, herunder også hofterne, er forøget. Derfor er det også relevant at vide, hvad indgrebet indebærer, og hvornår det bør foretages. Det er ikke usædvanligt, at Bechterew-ramte får dårlige hofteled relativt tidligt, og så står man med afvejningen af, hvor plaget patienten er, og indgrebets forventede holdbarhed. En ny hofte holder som regel ikke længere end tyve år, hvorfor vi så vidt muligt anbefaler at trække indgrebet til efter de 50 år. Men er smerterne og generne uudholdelige at leve med, kan indgrebet foretages før.

Heldigvis kan generne fra slidgigt i hoften i nogen grad dæmpes, bl.a. ved indsprøjtning af binyrebarkhormon i leddet. Motion og fysioterapi kan også lindre lidelsen i ventetiden, men ikke radikalt afhjælpe den. Det kan kun operation.

Vigtigt med genoptræning

Afhænger udfaldet af operationen ikke også af genoptræningen?

- Jo, helt bestemt. Og så tidligt som muligt. Patienten skal helst op at gå dagen efter operationen, og der skal lægges et program for genoptræningen, som er vigtig at følge i månederne efter. At døje med en stiv ryg som følge af Morbus Bechterew gør det selvsagt ikke nemmere at følge programmet, men det er nu min erfaring, at bechterew-ramte er rimeligt seje og vedholdende. De er hærdede af mange års smerter og rygproblemer

- De fleste vil da også opleve en betydelig forbedring af livskvaliteten, når de er fuldt restituerede oven på operationen, så man skal ikke holde sig

Fortsættes side 15

Lyst til ferie?
Ikke noget problem!
[SOL OG STRAND]

Ud af knap 4.000 feriehuse og 25 feriecentre har vi med Dansk Handicap Forbunds kriterier i hånden udvalgt et antal ferieboliger, der alle har fundet vej til SOL OG STRANDs nye brochure for kørestolsbrugere.



Udfyld og send kuponen nedenfor, så sender vi dig et gratis eksemplar med posten. Læs bl.a. om udvælgelseskriterierne: dørbredde, vendediameter, sengehøjde o.s.v.

Med eller uden ledsager – de fleste kan være med til afslappende stunder og spændende udflugter, hvis du bestiller ferien hos SOL OG STRAND. Vi hjælper dig med at finde det feriehus eller det feriecenter, der svarer bedst muligt til dine ønsker og behov.

SOL OG STRANDs ferierådgivere står til rådighed på

tlf. 99 44 44 44

– hver dag fra kl. 09.00 - 20.00 (også i weekenden).

Eller bestil ferien on-line på

www.sologstrand.dk

Her kan du opleve en brugervenlig og flot præsentation af både feriehusene og feriecentrene, f.eks. de små filmsekvenser inden for og uden for ferieboligen. Du kan også bestille brochuren samt hovedkataloget på Internettet.

SOL OG STRAND ønsker dig rigtig god ferie!

Ja tak! Send mig gratis SOL OG STRANDs nye brochure for kørestolsbrugere.

Navn _____

Adresse _____

Postnr. og by _____

Tlf. nr. _____

Evt. e-mail _____

Kuponen udfyldes og sendes i lukket kuvert til:
SOL OG STRAND · Ilsigvej 21, Hune · Postbox 930 · 9492 Blokhus

1044

SOL OG STRAND

FERIEHUSUDLEJNING

Ilsigvej 21 · Hune · Postboks 930 · DK-9492 Blokhus
Tlf. 99 44 44 44 · Fax 99 44 44 45
www.sologstrand.dk

HANDI-SCOOTER

Batteridreven scooter.



CE-mærket og ISO-9002 certificeret.

- ☑ 3- og 4-hjulet modeller.
- ☑ 1 års gratis HandiSikring.
- ☑ Incl. oplader, kurv og batterier.
- ☑ Rækkevidde fra 20 til 40 km.
- ☑ Stigeevne 16 % el. 10 gr.
- ☑ Hastigheder 8 og 12 km/t.

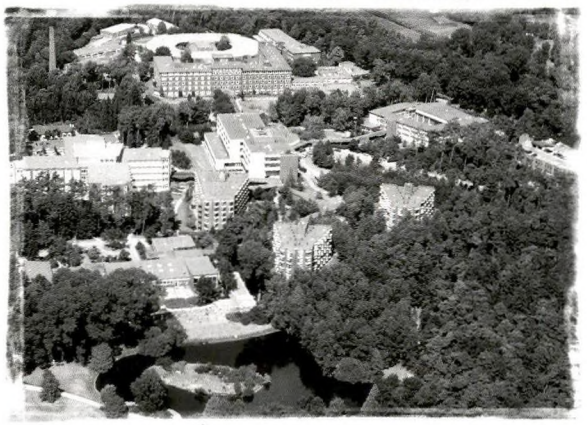
Ring efter brochure og priser.

Handi Mobil Herning
Tlf. 97 12 96 22 • Fax 97 12 96 33
Industriparken 4 • Lind • 7400 Herning

H M H

GERMAN HEALTH NET

RHEUMAKLINIK
BAD BRAMSTEDT

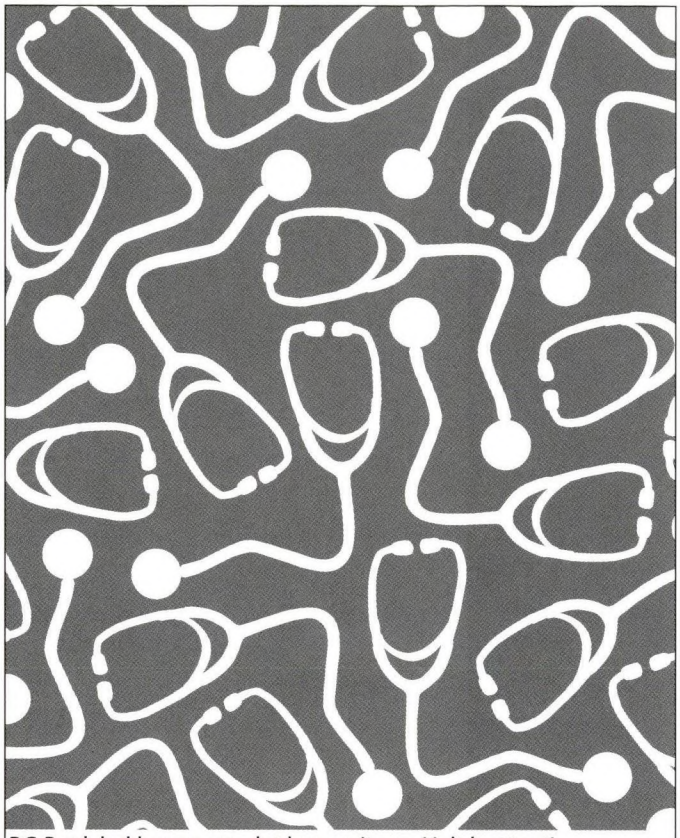


Europæisk center
for led, hvirvelsøjle,
muskulatur,
nerver og blodkar

Rehabilitationsophold og aktivitesuger. Mere end 100 forskellige terapitilbud.
Vi tilbyder bl. a. massage, mudderbade og saltvandsbade.
Skynd dig at rekvirere vores brochure! Dansktalende personale!

SPECIALSYGEHUS OG REVALIDERINGSCENTER

Oskar-Alexander-Straße 26 • 24576 Bad Bramstedt • Tyskland
Telephone: +49 4192 90 20 10 • Fax: +49 4192 90 23 73
Internet: www.rheuma-zentrum.de • e-mail: info@rheuma-zentrum.de



BG Bank bakker op om det humanitære. Helt kontant!

Alle har lige ret til en ordentlig behandling. Derfor bakker vi op om det humanitære arbejde. Både i det nære samfund og i den store sammenhæng.

BG BANK

Junckers bøgeparket

– en massiv succes!

Junckers massive parketgulve er natur
hele vejen igennem.
De er smukke. De har en uovertruffen slidstyrke.
Og samtidig gavner de indeklimaet.
I mere end 60 år har vi arbejdet med træ hos Junckers.
Og skabt sunde byggetraditioner til glæde for mange.
I alverdens byggerier. Succes'en er massiv.

JUNCKERS

Junckers Industrier A/S - 4600 Køge

ZEALAND CARE

Samarbejde om udvikling af hjælpemidler
fra start til slut

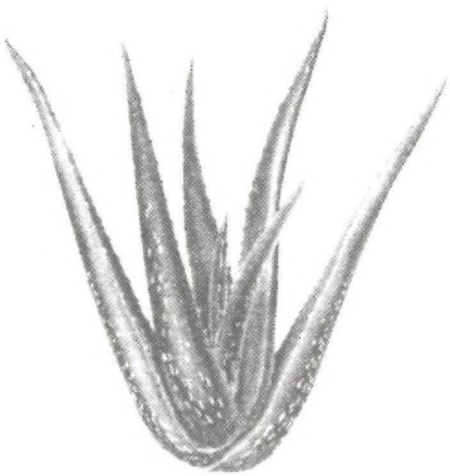
Produktudvikling
Rådgivning og samarbejde med hjælpemiddelproducenterne fra idé til markedsført produkt:
• funktionsanalyser • kravspecifikationer • design • markedsanalyser • test/afprøvning • finansiering • markedsføring • eksport • kursus/uddannelse

Hjælpemiddelhåndtering
Enkel og rationel hjælpemiddel-drift på et højt fagligt niveau til kommuner, hospitaler og institutioner:
• udlejning • opbevaring • udbringning • administration
• EDB-registrering • reparation & vedligeholdelse
• rengøring • kursusvirksomhed

ZEALAND CARE

Tåstrupmøllevej 14, 4300 Holbæk • Tlf. 59 44 14 85

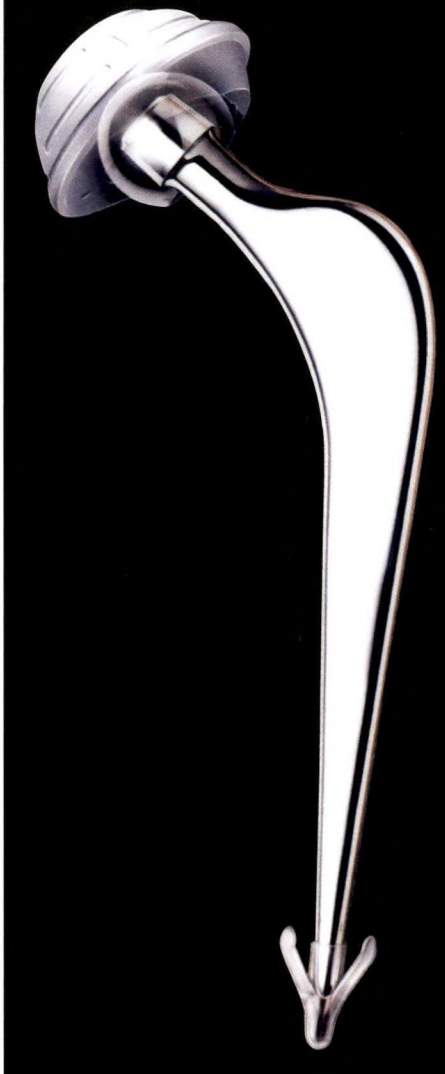
Zealand Care A/S er et offentligt/privat selskab, der har til formål at forbedre hjælpemidler og service-ydelser til ældre og handicappede og skabe samarbejde mellem det offentlige og de private hjælpemiddelproducenter.



Behandling af sol,- brand,- og frostskader
ALOE VERA GEL
Indikationer: Naturlægemiddel til behandling af lettere forbrændinger, solskoldning og frostskader.
Dosering: Udvortes flere gange daglig efter behov.
150 ml. for kr. 75,- hos Matas, Magasin, Helsekost og Apoteker.

ALOE VERA GROUP tlf. 39 69 08 14





tilbage fra at blive opereret, hvis lægen anbefaler det.

Betyder Morbus Bechterewen noget for selve operationsteknikken?

- Nej, indgrebet som sådan adskiller sig ikke fra andre hoftepatienters. Dog kan det nogen gange være lidt svært for patienten at ligge rigtigt ned på operationslejet som følge af de stive rygled. Man ligger i sideleje under operationen. Med hensyn til bedøvelsen bliver langt de fleste hoftepatienter rygmarvsbedøvet, og det gælder også bechterew-patienter.

- Her kan det for narkoselægen nogle gange være svært at føre kanylen ind mellem de forkalkede lændehvirvler, men det plejer at gå. Alternativt kan man vælge fuld narkose. Også det kan dog volde vanskeligheder, fordi en meget krum rygsøjle kan umuliggøre at få en slange ned i luftrøret. I så fald er det nødvendigt at lave en tracheostomi i halsen dvs. lave et hul på forsiden af luftrøret til slangen. Men det hører trods alt til sjældenhederne, understreger Finn Christensen og afslutter:

- En rygmarvsbedøvelse, som holder i fire timer, plejer at kunne anvendes, og de fleste operationer klares på en time til halvanden. Lidt længere, hvis der skal transplanteres knoglevæv.



Lidt mere OVERSKUD i hverdagen

Realkredit Danmark er landets ældste kreditforening. Vores rødder går tilbage til 1850'erne, hvor fremsynede mennesker gjorde det muligt for flere at bo i deres eget hus. Lige siden har det været vores formål at skabe værdi for vores kunder. At gøre det sikkert og nemt at købe, eje og sælge bolig ved hjælp af god rådgivning. Og blive ved med at udvikle og formidle produkter og serviceydelser, så vores kunder får lidt mere overskud i hverdagen.

REALKREDIT Danmark



INDLÆGSSÅL MOD DÅRLIG RYG OG NEDSLIDNING



Indlægssål velegnet til gigtpatienter

GREEN COMFORT ®

Green Comforts BioMechanic Energi såler og sko fås i specialforretninger landet over. Nærmeste forhandler anvises på Telefon 86 41 65 11.

Green Comfort · Toldbodgade 19 · DK-8900 Randers · Tel. 86 41 65 11 Fax 86 41 75 33
INTERNET: www.Green-Comfort.com · E-mail: GF@Green-comfort.co

Af Nina Teilmann, MB-patient, socialrådgiver.

Pensionister svinger kraftigt i kurs

Konjunkturer i samfundet gennem de sidste årtier har været meget bestemmende for, hvor let eller svært det har været at opnå pension. Det ligner uorden i det etiske regnskab



Allerede i 50érne og endnu mere i 60erne blev tanken om revalidering aktuel. Især i 60erne, hvor det økonomiske opsving krævede alle kræfter til arbejdsmarkedet. Det gjaldt såvel kvinderne som mennesker med handicap. Og så måtte man også indkalde gæstearbejderne, som vi dengang kaldte dem.

For dem, der var såkaldt handicappede - invalide, hvilket betyder: Ikke valid = ikke gyldig, blev chancen nu revalidering = genvinde sin gyldighed.

I de følgende årtier fik vi oliekrise, lavkonjunktur, og dermed følgende arbejdsløshed. Dette gjorde, at mennesker med handicap og vel også gæstearbejderne/fremmedarbejderne samt de socialt udstødte ikke fik særligt gode muligheder på det almindelige arbejdsmarked. Bl.a. derfor kom der en pensionsreform i 80érne, hvor man ændrede den tidligere invalidepension til den nuværende førtidspension, og hvor kriterierne for tilkendelse også i nogle tilfælde alene indbefattede de sociale forhold. Dette lettede selvfølgelig også sagsbehandlernes arbejde med misbrugere m.v Nu kunne folk få en pension og så passe sig selv.

Bechterew-ere og stiknarkomaner

Siden da har der været noget lidt odiøst i det at være førtidspensionist. Det kunne jo eventuelt tolkes derhen, at man måske var en af de her alkoholikere/narkomaner, som var kommet på en sådan pension. Og os andre med en uforskyldt, evt. arveligt betinget lidelse kunne vel ikke slås i hartkorn med dem ?

Tiderne ændrer sig konstant, og nu står vi i en ny situation. Et opsving, og en nuværende og fremtidig mangel på arbejdskraft anes i spejlet. Nu er det atter alle mænd/kvinder af huse. Nu skal man ikke sådan bare kunne få en førtidspension, hvis man har en sygdom. Kompetencen til at tilkende alle former for førtidspensioner er lagt ud til kommunerne, men man kan ikke bare henvende sig og søge førtidspension. Nej - nu er det kommunen, der selv skal rejse sagen. Og det må de iflg. gældende regler ikke gøre, før de har udelukket mulighederne for 1) revalidering og 2) flexjob.

Vi klamrer os til jobbet

Hvis man ser på statistikkerne, så er antallet af tilkendelse af førtidspension raslet ned fra 1990 til 1999 med 51%, og tilkendelse af almindelig forhøjet pension og almindelig pension (den laveste) er blevet den mest almindelige. I det perspektiv skal vi også tænke på, at lønmodtagere med en arbejdsgiverstøttet pensionsordning ofte kun vil kunne få denne udbetalt, dersom det offentlige tilkender mindst mellemste førtidspension. Mange er kommet i klemme. Det ved jeg af egen erfaring fra mit arbejde som socialrådgiver.

Der er de færreste af os, der ønsker at komme på pension. Vi klamrer os (med citat fra en medpatient) til jobbet med det yderste af vores sorte negle, og så må vi leve med, at der ikke er meget overskud til ægtefælle eller børn, når vi trætte kommer hjem.

Vær forsigtig med flexjob

Tilbud om revalidering er fint, hvis man har et rygbelastende job, og hvis man vel at mærke kan klare at leve på dagpengeniveau i den tid, revalideringer tager.

Flexjob er i og for sig også en god ide, idet man kan arbejde efter evne og få fuld løn, og man kan blive hjemme af og til, når smerterne indfinder sig. Og selvfølgelig er det godt at være i gang og føle, at man kan bruges til noget. Samtidig kan man evt. oppebære invaliditetsydelse. Der er dog en del minusser ved den ordning, bl.a. er man dårligt stillet, hvis man bliver arbejdsløs. Tal i hvert tilfælde med din A-kasse før du siger ja, og kræv at jobbet på papiret er fuldtids, da man ved evt. senere pensionsbedømmelse kan risikere at blive bedømt som kun delvis selverhvervende, hvilket let kan medføre tilkendelse af en lavere pension.
Regeringen har satset meget målrettet !! Fra tidligere at have givet 100% refusion til kommunerne på førtidspensionerne, gik de ned på 50 % og nu 35%. Derimod er der 100% refusion til flexjobs. Det kan man vist godt kalde et vink med en vognstang.

Tankerne er gode nok, men er de ordentligt gennemtænkt ?

Zoneterapi

det er bare sagen

43 90 23 12

Kirsten Selck
Rugbjerg 6, 2670 Greve
4390 2312

Tåstrup
Auto Trading

Jurid
Bremseklodser

Højgårdstoften 89
2630 Tåstrup
Tlf. 40 33 44 06

View Point ApS

Femagervej 39 • 2650 Hvidovre
Telefon 36 48 08 00
Telefax 36 48 30 28

- **Edb-kurser**
- **Digital designer-uddannelse**
- **Personlig udvikling**

Ring og hør nærmere

Kursus- og projektcentret Liljen
Hørkjær 18, 2. sal
2730 Herlev
Tlf. 44 53 98 40 • Fax 44 53 98 30
E-mail: kpc@liljen.dk

KØBENHAVNS AMT

Reserveret

Et samarbejde der kan holde til noget

Kontorer i 14 byer i Danmark.
E-mail: ey.copenhagen@ey.dk
www.ey.dk

REVISION • RÅDGIVNING

ERNST & YOUNG
FROM THOUGHT TO FINISH.™

Nail & Body

Sallingvej 37 - 2720 Vanløse

Telefon 38 79 40 92

STATSAUTORISERET FODTERAPEUT

Ditte Kristensen
Statsaut. Fodterapeuter

Behandling af
Nedgroede og Kraftige negle

Godthåbsvej 109 A . 2000 Frederikberg
Telefon 38 87 63 70

Læsernes brevkasse

Vi har ingen indlæg fået til denne brevkasse?

Dette er jo et nyt område i vores blad, som vi prøvede at starte op i sidste nummer. Brevkassesiden skal fortsat stå åben for indlæg fra læserne. Det der står heri, er ucensureret af redaktionen og er således på læsernes eget ansvar. Som formanden for GISP - J. E. L. Bager skrev aldeles fortrinligt i sidste nummer af bladet.
Artiklen fortalte os mange ting, som vi kunne tygge lidt på. Der er helt sikkert også andre medlemmer, som kan bringe et eller andet til debat. Send det til redaktøren! Hvis I har mulighed for at sende det via e-mail eller på diskette, er det fint.

Hvad mener I om alternativ behandling for MB-Patienter? Jeg går selv til alternativ behandling - akupunktur - og det hjælper mig meget til at klare hverdagen! For ca. 2 år siden startede jeg ved akupunktøren. I starten var det 2 gange om ugen. Nu er det 1 gang hver 4 uge. Den hjælp jeg har fået har gjort, at jeg stadig er i fuldtids job. Det er kontor job, og kræver således ikke den fysiske udfoldelse, men dog noget alligevel. Den udgift har jeg selv betalt, idet det offentlige ikke giver til alternativ behandling! Kan vi hjælpe til med at få det ændret?

Svend Aachmann, redaktør

Enhver kan komme til kort

MB – identitetskortet kan i værste – eller måske bedste - fald redde dit liv.
I tilfælde af ulykke giver kortet læger eller ambulancefolk chancen for at give dig den rigtige behandling.
Du kan med andre ord tegne en livsforsikring for et eengangsbeløb på en tier!
Kortet bliver fremstillet i lamineret holdbar kvalitet i samme størrelse som et sygesikringskort, og kan derfor opbevares sammen med dette. Så nemt er det:

1.
Du skal skaffe et billede, som bedst muligt viser dine skævheder og svagheder. Altså IKKE et pasfoto, men et billede, som viser din figur fra siden fra bæltestedet og opefter.
Tag selv billedet med et almindeligt feriekamera. Tag et par billeder fra lidt forskellige afstande. Klip herefter det bedste billede til i størrelsen ca. 4,0 x 2,6 cm.

2.
Send billedet sammen med kr. 9,75 i frimærker, eller vedlæg check på kr. 10,00, sammen med en frankeret svarkuvert til:
Claus Rønlev
Kr. Koldsvej 54
8230 Åbyhøj

3.
Kortene vil blive fremstillet senest hvert kvartal. Der vil med andre ord være en max. ventetid på 3 måneder.





Referat af landsmødet`s generalforsamling, den 30. april 2000, afholdt på Sandbjerg Slot ved Gråsten.

Værter: Sønderjyllands kredsen

Ref. Gurli Busk

Efter velkomsten og valg af dirigent indledte formanden Per Lignell med at sige, at der kun var 2 ting han ville fremhæve, idet de fleste ude i kredsene ved hvad der er sket i årets løb fra kredsgeneralforsamlingerne.

De 2 ting han nævnte, var for det første foreningens nye medlemsblad, som er kommet i helt nyt design, og det har været sådan, at hver gang bladet udkommer, får vi flere medlemmer. Den anden ting er foreningens internet hjemmeside, som Poul fra Østjyllands kredsen står for, og disse 2 ting har meget med fremtiden at gøre.

Det gælder om at udnytte de muligheder vi har som patientforening ved at synliggøre os selv, da vi ikke er en stor forening.

Internettet er fremtiden. Mange medlemmer ser vi slet ikke, men mange sidder hjemme ved deres PC`er og kan der få mange oplysninger, hvorfor det er meget vigtigt, at vores internet hjemmeside holdes ved lige og udbygges, således at mange kan diskutere med hinanden. Fremtiden er, at få aktiveret de mennesker vi ikke ser i det daglige.

Kommentarer til beretningen:
Arne, Vestsjællands kredsen: Ikke alle har internet.

Claus, Østjyllands kredsen: Savner på skrift bl.a. indkomne forslag, regnskabet og budgetforslag, så man har mulighed for i ro og fred derhjemme at gå det igennem, og så være forberedt til selve generalforsamlingen.

Stig, Nordjyllands kredsen: Svar på spørgsmål fra Claus: Der bliver holdt midtvejsmøder.

Flemming, Sydsjællands kredsen: Mener, at når det er på midtvejsmøder, så ved man hvad der evt. skal diskuteres.

Pers konklusion på spørgsmål fra Claus blev, at dette er taget til efterretning, og at dette materiale vil blive udsendt fremover, så man ved hvad der kommer på mødet, og har haft tid til at forberede sig.

Beretningen blev herefter enstemmigt godkendt med de kommentarer.

Det reviderede og fremlagte regnskab for 1999 blev enstemmigt godkendt.

Der var indkommet 2 forslag fra Jon Erlendsson.

1. Genoptryk af pjecen Bilkørsel og Bechterew.

Pjecen er ved at være udsolgt. Prisen for genoptryk ca. kr. 15.000,00. Jons forslag er, at foreningen betaler den udgift der er i forbindelse med genoptryk. Det første oplag var gratis, da Vejle Amt betalte den. Pjecen koster kr. 20,00 for medlemmer og kr. 40,00 for ikke medlemmer.

Det blev vedtaget, at der bevilges op til kr. 15.000,00 til genoptryk i ca. 2.000 eksemplarer.

2. Økonomiske midler til afprøvning af de ekstra nakkestøtter der udbydes. Jon vil personligt vurdere de nakkestøtter han og evt. andre støder på i reklamer i forskellige medier. Derefter er ideen, at Jon anmelder dem i MB-bladet.

Det blev vedtaget, at der bevilges op til kr. 5.000,00 til dette formål.

Der var indkommet 3 forslag fra Claus Rønlev.

1. En verificering af forretningsordenen for hjemmesiden.

Forretningsordenen blev udarbejdet på mødet i Horsens, hvorefter den skulle vedtages her på generalforsamlingen.

Forretningsordenen for drift af hjemmesiden på internettet blev herefter vedtaget.

2. Afklaring af regler i forbindelse med rejseudgifter til journalistisk arbejde for MB-bladet.

Der blev vedtaget, at rejseudgifter dækkes efter regning til alle der har udgifter i forbindelse med journalistisk arbejde for MB-bladet og dette med tilbagevirkende kraft.

3. Fremtidsvisioner.
Claus kom med et oplæg. Han har læst bogen Når patienten vågner, der forudser, at patientforeninger vil få mere magt i fremtiden indenfor sundhedssektoren.

Jeg savner af og til, at vi som forening har en bedre intern profil i forhold til hvem vi er, og hvor vi er på vej hen? Hvad er foreningens mål, hvis vi ser 1 år frem? Hvis vi ser 5 år frem? Hvis vi ser 10 år frem?

Forslaget går ud på, at afsætte f.eks. 1 dag eller weekend, hvor debatten skal foregå, og det skal ikke vare alt for længe for så er toget kørt.

Der er måske andre udover bestyrelsesmedlemmer, der vil være med til at lave et oplæg til en debat, hvor foreningens fremtidsvisioner skal drøftes.

Det blev besluttet, at Claus er Tovholder, d.v.s. den der samler op.

Torben, Københavns kredsen vil forsøge at finde 2 personer, der vil være med.

Grete, Vestsjællands kredsen ønsker et par stikord nedskrevet, idet der er for lidt tid her på mødet.

Kasserer Kr. Hermansen fremlagde budgetforslag for år 2000, og alle var enige om, at det var et meget forsigtigt budget, og det blev enstemmigt godkendt.

Kontingent for år 2000 blev uændret kr. 25,00 pr. medlem.

Kristian Hermansen og Svend Aachmann blev genvalgt til hovedbestyrelsen.

Jens Tryde og Claus Rønlev blev genvalgt som suppleanter.

fortsættes på side 23

Den sunde SØVN

Drømmer du om at være udhvilet hver eneste dag? Vi har hvad der skal til for, at du får en dejlig nat



Madrasser · Sengebunde og Hovedpuder

Dunlopillo er garanti for naturmaterialer i højeste kvalitet. Dunlopillo Talalay latex er 100% allergitestet og yder den optimale støtte til krop og sjæl. Dunlopillo har mange individuelle løsninger til alle sarte rygsøjler og bør afprøves.

Aftageligt betræk

Mulighed for vask og hygiejne prioritereshøjere end nogensinde, derfor har Wonderland udviklet mange detaljer, for at holde madrassen ren. Næsten alle madrasser, også boxmadrasser, har aftageligt betræk. Wonderland er den eneste producent, der fremstiller overmadrasser, hvor lynlåsen går hele vejen rundt, såbetrækket kandeles i 2.



60 DAGES GRATIS OMBYTNINGSRET

en 7himmel
Roskildevej 284
2610 Rødovre
Tlf. 3672 6080
Fax 3672 7090

SengeSpecialisten ¾
Frederiksallè
8000 Århus C
Tlf. 86 76 02 22

Himmel-seng
Vesterbro 22-2
9000 Aalborg
Tlf./fax 98 13 87 88

BioPectin® styrker din naturlige modstandskraft

Din krop udsættes hele tiden for påvirkninger udefra og indefra og i perioder kan du være ekstra udsat.

BioPectin® har et højt indhold af de vigtige pektiner og med BioPectin® er du godt rustet mod dagens udfordringer.
BioPectin indeholder en standardiseret pektinkvalitet, der er udvundet fra moden frugt og grøntsager.
BioPectin® er især god i situationer hvor din krop er udsat...

...i vintertiden, når vi har brug for at revitalisere kroppen

...ved hårt eller stressende arbejde og ved arbejde i belastende miljøer

...når vi bliver ældre og kroppens modstandskraft svækkes



BioPectin® styrker din naturlige modstandskraft

BioPectin® koster kr. 198,- for 150 tabletter.

BioPectin® kan købes i Matas, helsebutikker og på apoteket.
I forretningen kan du få råd og vejledning.



NEW NORDIC

New Nordic Healthcare ApS
Ny Østergade 11
DK-4000 Rsokilde

Egen Hjemmepleje med Shiatsumassagestol

Livskvalitet · Velvære · Styrkelse

Samfundets livsstils problemer er:
Dårlig ryg, muskelspændinger, dårligt blodomløb, hovedpine, stress
Dokumenterede undersøgelser viser stolens effektivitet.
Ring og bestil brochure

Priser fra: kr. 10.500,-
Ekskl.moms.



U.S.IMPORT

Ellekærshaven 48 · 5250 Odense SV · Tlf.: 6617 0366 · Fax: 6617 0374

Uldprodukter fra Woolcomfort

Woolcomfort er et nyt dansk firma der har specialiseret sig i superwash uldprodukter af høj kvalitet.
Alle produkter kan maskinvaskes.

Som en nyhed har vi udviklet et let hovedpude- og dynebetræk med ren blød uld
på den ene side og med mulighed for at vende til sval hvid bomuld på den anden side.

Pris for hele sættet inkl. moms: 4.700,00 kr.

Rekvirer brochure eller besøg vores internetbutik på www.woolcomfort.dk

Woolcomfort , Knagmøllevej 15, Skudstrup, DK-6630 Rødding, Tlf. 74 84 85 00 Fax 74 85 00 50





Gurli Busk og Grete Jensen blev genvalgt som henholdsvis revisor og revisorsuppleant.

Under eventuelt var Per inde på ungdomsarbejdet i foreningen, hvor han gerne vil have de unge med og gjort dem synlige, men Jens Tryde har forsøgt uden de store resultater.

Jens og Claus har kontaktet FNUG. Der kører en dialog med formanden for FNUG Dorthe Rønslev. Per holdes orienteret herom.

Foreningen på Færøerne er ikke på internetsiden. Claus har kontaktet formanden deroppe, men ingen respons tilbage endnu, hvorfor vi må afvente til vi har hørt deroppefra.

Viggo forespurgte, om der var nogen som vidste, om der skal betales afgift på invalidebiler på diesel. Ingen af de tilstedeværende vidste dette. (Red. Jo, det skal man, idet der ikke kan opnås fuld afgiftsgodtgørelse på invalidebiler der kører på diesel. Det er en procentdel man selv skal betale og den er på ca. 35%).

Der har været forslag til FNUG, at vore unge medlemmer var medlemmer i begge foreninger, og så til halv pris, og det var klart blevet afvist af FNUG, idet det har noget med deres tilskud at gøre.

Jon takkede Claus for det store arbejde han har gjort, og så ville han gerne, når der blev refereret især fra læger, at lægerne får lov at læse referatet igennem inden det trykkes, så der ikke opstår misforståelser angående faglige udtalelser.

Claus kunne tænke sig oprettet en debatside på internettet (lukket), hvor formændene for kredsene og hovedbestyrelsen kunne kommunikere med hinanden, for at spare rejseudgifter. Til dette var Stigs svar. Ikke alle har internet.

Der var en god debat om ideen og de fleste mente det var en god ide.

Poul fik overrakt en gave fra foreningen, som tak for det store arbejde han havde gjort med hjemmesiden og internettet.

Grete fortalte, at hun har haft en del henvendelser fra kvinder ang. Sex og samliv, forskning på dette område, og fik oplyst, at der i næste blad kommer noget ang. Dette emne. Claus henviste Grete til Lene Lauridsen, hvor hun evt. kunne indhente yderligere oplysninger.

Til sidst under eventuelt fik Claus Rønlev ordet, idet han havde en historie at fortælle om nogle fremtidsvisioner, og det førte hen til det store Marselisborgcenter.

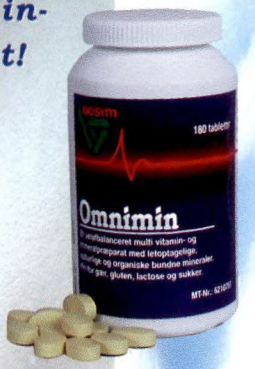
Det korte af det lange blev, at Claus og Torben fik generalforsamlingens accept til, at tage til møde i Gigtforeningen med Ingrid Due Pedersen angående dette.

Viggo takkede for hele forsamlingens opbakning til at arrangement kom til at gå så godt.

Formanden rettede en stor tak til Sønderjyllands kredsen for et velgennemført landsmøde og takkede for god ro og orden.

Omnimin

- det ideelle vitamin-mineral præparat!



- ✓ Vitaminer
- ✓ Mineraler
- ✓ Sporstoffer
- ✓ Antioxidanter

Hvorfor er Omnimin fra Biosym Danmarks bedste?

Fordi Omnimin er det stærkeste og mest alsidige vitamin-mineral præparat på markedet!

Moderne livsstil øger behovet for mikronæringsstoffer langt udover det normale. Derfor er et godt og stærkt vitamin-mineral præparat af høj kvalitet en god "livsforsikring"! Det bedrer almenbefindende og livskvalitet, og **Omnimin** kan med fordel anvendes til forebyggelse og behandling af vitamin- og mineralmangel.

VITAMINER:
Omnimin indeholder *alle* vitaminer i velafbalancerede, effektive doser, som udnytter vitaminernes antioxidante virkninger.

MINERALER/SPORSTOFFER:
Omnimin indeholder flere mineraler og sporstoffer end noget andet præparat på markedet, og er det eneste stærke antioxidant-præparat, som også indeholder Vanadium, Silicium og K-vitamin, som bl.a. er meget vigtigt for knoglerne. Jern, Zink, Mangan, Kobber, Selen og Chrom er organisk bundne til aminosyrer. Dette sikrer den bedst mulige optagelighed.

ANTIOXIDANTER:
Omnimin har dem alle - og i tilstrækkelige mængder!
Det eneste antioxidant-præparat, som ikke kræver ekstra supplement med andre vitaminer og mineraler!
Omnimin er fri for gær, gluten, laktose, sukker, kunstige farve-, smags- og konserveringsstoffer, og er derfor også et allergivenligt præparat.

Biosym

Kompromisløs kvalitet fra Biosym!

Biosym A/S · DK-7430 Ikast · www.biosym.dk
Forbrugerkontakt tlf.:97 25 20 15

Produktinformation: Omnimin. **Anvendelse:** Forebyggelse og behandling af vitamin- og mineralmangel. **Dosering:** Voksne: 1-2 tabletter dagligt. Bør ikke anvendes til børn under 2 år uden lægens anvisning. **Forsigtighedsregler:** Bør ikke anvendes af personer med jernophobningssygdomme. Bør ikke anvendes ved nedsat nyrefunktion eller ved tendens til nyresten. Indeholder betacaroten – bør ikke indtages af rygere. **Graviditet og amning:** Kan anvendes. **Pakninger og priser:** 60 tabletter kr. 77,25. 180 tabletter kr. 189,50.



Plager gigten? Tag på kurophold på Skodsborg

Er De gigtpatient? Så tilbyder Skodsborg kurophold med behandling, der tilsigter bedre mobilitet og smertelindring.

Opholdet indeholder lægekonsultation med mulighed for fysioterapi/massage, sund kost i den femstjernede restaurant Frederik & Louise samt naturoplevelser i Dyrehaven eller ved Øresund. Selvhjulpne patienter har mulighed for øvelser i bassin.
Sygeforsikringen "Danmark" yder tilskud efter gældende regler, og Ældre Sagens medlemmer får særpris.
Ring tlf. 45 80 32 00.
"De vil føle Dem gladere, raskere eller bedre tilpas efter et besøg på Skodsborg"

SKODSBORG

SKODSBORG KURHOTEL & SPA
Skodsborg Strandvej 139
2942 Skodsborg
www.skodsborg.dk



Otrivin®
UKONSERVERET



Du behøver ikke finde dig i en forkølelse.

Otrivin Ukonserveret giver hurtigt luft i næsen igen – let og ubesværet!

Forbrugerinformation: Otrivin Ukonserveret og Otrivin Menthol Ukonserveret/Xylomentazolin. Anvendes ved forkølelse med tilstoppet næse. Dosering: Børn 2-6 år: 0,5 mg/ml næsespray: 1 pust i hvert næsebor højst 3 gange dagligt i højst 1 uge. Bør ikke anvendes til børn under 2 år uden lægens anvisning. Voksne og børn over 7 år: 1 mg/ml næsespray: 2 pust i hvert næsebor højst 3 gange dagligt i højst en uge. Bør ikke anvendes til børn under 7 år uden lægens anvisning. Hyppig og langvarig anvendelse kan medføre lokal irritation, hævet slimhinde og øget sekretion. Må ikke anvendes ved glaukom med snæver kammervinkel. Læs brugsvejledningen på pakken. Pakninger og priser (240700): Otrivin Ukonserveret 1 mg/ml, 10 ml: 36,30 kr. Otrivin Ukonserveret 0,5 mg/ml, 5 ml: 30,80 kr. Otrivin Menthol Ukonserveret 1 mg/ml, 10 ml: 42,20 kr. Kan købes i håndkøb på apoteket. Novartis Consumer Health · tlf. 39 16 84 00 · www.otrivin.dk



Nyt fra kredsene



SDR JYLLANDS KREDSEN

Formand Viggo B. Jacobsen
Jeg vil gerne sige tak til alle, der deltog i Temadagen og Landsmødet den 29. og 30. april 2000 på Sandbjerg slot. Godt vejr og godt humør sætter altid præg over et arrangement, som efter min mening forløb godt.
Efter generalforsamlingen har kredsen konstitueret sig som følger:
Formand: Viggo B. Jacobsen, Kildekobbel 8, Kollund, 6340 Kruså, 74 67 85 84
Næstformand: Jakob Rousing, Nederbyvej 86, Rinkenæs, 6300 Gråsten, 74 65 22 90
Kasserer: Astrid Fangel, Lerløkke 7, V. Sottrup, 6400 Sønderborg, 74 46 73 15
Sekretær: Christian Hansen, Hammelev Bygade 52, 6500 Vojens, 74 50 77 67
Bestyrelsesmedlem: Inge Rostgård Andersen, Københovedvej 54, 6630 Rødding, 74 84 71 06
Bestyrelsesmedlem: Flemming Markussen, Havnevej 64, 6320 Egernsund, 74 44 08 80
Bestyrelsesmedlem: Annette Hansen, Reefslagervænget 3, 6320 Egernsund, 74 44 04 67

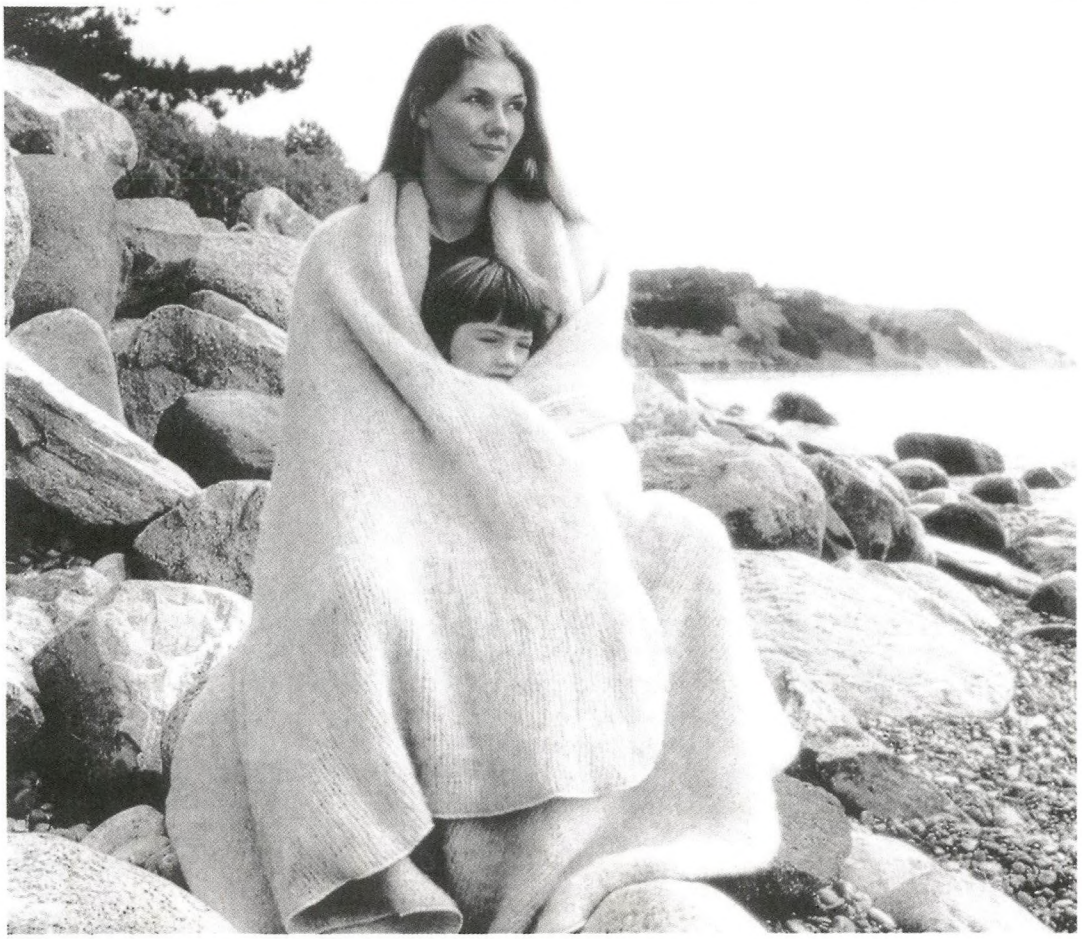
Scandlines

Sydfynske

SPODSBJERG · TÅRS RUTEN

DEN NATURLIGE OVERFART

Pladsbestilling og oplysning: Spodsbjerg 62 50 10 22



Uldsvøb til hele familien!

Plaiden til hele familien er strikket af den blødeste uld og børstet til et let og luftigt svøb. Stort nok til at rumme mere end én, eller lægge dobbelt for ekstra varme. Plaiden er lavet af ren uld og fås i to størrelser og to naturfarver.

Materiale: Ren, ubehandlet uld. • **Farve:** Lysebrun og lysegrå.
Størrelse: 150 x 220 cm 875,00 kr. • 120 x 180 cm 830,00 kr.

Bestilles direkte hos **LANA** på telefon eller fax.

FIRMA **LANA** · KNEBEL BYGADE 13 · DK 8420 KNEBEL · TLF. 86 35 00 34 · FAX 86 35 01 03



ØSTJYLLANDS KREDSEN

Formand Claus Rønlev.

Bestyrelsen er glad for at kunne invitere til foredrags og debataften med professor, overlæge dr. med Kristian Stengaard-Pedersen fra reumatologisk afdeling på Århus Kommunehospital. Stengaard er, foruden et levende og engageret menneske, en af landets førende kapaciteter indenfor området.

Sæt derfor kryds i kalenderen den 26. september 2000, kl. 19.30. Arrangementet forgår i det nye Marselisborgcenter, som ligger inde på Marselisborg Hospitals område. og glæd dig til en indholdsrig aften, hvor Steengaard vil komme ind på:

· Basal gennemgang af Morbus Bechterew Sygdommens hyppighed, årsag, symptomer, diagnose og behandling.
· Fokus på ny billeddiagnostik som CT- og MR-scanning
· Kan diagnosen stilles tidligere i dag?
· Kan sygdomsaktiviteten vurderes bedre i dag?
. Fokus på behandling ved Bechterew med Methotrexate og Salazopyrin Entabs?
Hvordan virker disse stoffer?
Hvem bør tilbydes denne behandling?
- og, hvis tiden tillader det: Fokus på NSAID medicin, specielt de nye COX-2-hæmmere.
· Hvordan virker disse stoffer?
Hvad er stoffernes gunstige virkninger ved Bechterew?

Desuden vil der naturligvis være rig lejlighed til at stille spørgsmål.

SUNDHEDSSKOLE ÅR 2000

I forlængelse af sidste år vil vi snarest muligt udbyde endnu et hold på Sundhedsskole. Af forskellige årsager kan vi endnu ikke sætte datoer på, men interesserede medlemmer får mulighed for at melde sig et forløb med 3 aftener. Mere information senere.



MIDTJYLLANDS KREDSEN

Formand Michael Dohn

Den 24. oktober vil psykolog Lene Lauridsen, Århus, holde foredrag om MB og livskvalitet. Lene Lauridsen har selv leddegigt, så hun ved, hvad hun taler om. Foredraget finder sted på Gigtplejehjemmet i Skive kl. 20.

I Holstebro har man næsten samlet et bassinhold af MBere, og en villig fysioterapeut er også fundet. Interesserede kan henvende sig til Jan Sørensen, tlf. 96 10 48 74.

To af vore bestyrelsesmedlemmer, næstformand Per Christiansen og sekretær Inga Bank Olesen, har måttet træde ud af bestyrelsen og kommer heller ikke mere til træningen i Skive. Vi takker dem for godt og samvittighedsfuldt arbejde. I deres sted er suppleanterne Kurt Olesen og Verner Søndergaard blevet indkaldt. Den nye bestyrelse har endnu ikke konstitueret sig.



VESTSJÆLLANDS KREDSEN

Formand Grete Jensen

Det er nu lykkedes her i efteråret at opstarte to Bechterew hold i varmtvandsbassinet ved Centralsygehuset i Holbæk.

Det vil foregå onsdag eftermiddag og starte med 1 time i varmtvands bassin efterfulgt af en 1 times træning, alt under vejledning af en fysioterapeut. Første gang den 06.09.00.

Der er tale om en egenbetaling på kr. 240,- pr person pr periode, som strækker sig over 11 gange. AOF står for arrangementet, mens den praktiske afvikling forestås af Gigtforeningen Vestsjælland Nord ved Elisabeth Holm.

Interesserede kan henvende sig til Elisabeth Holm for tilmelding (telefon 5943 8433), idet der dog må påregnes at være venteliste.

Vi her i lokalområdet glæder os over denne nye mulighed som for nogle betyder forlængelse af arbejdslivet og for andre opnåelse af en agtværdig livskvalitet.

Ligeledes er træningen i Skælskør startet igen den 31.08.00.

Programmet er det sædvanlige og foregår onsdag aften mellem kl 18 og 20 under ledelse af en fysioterapeut fra Gigtsanatoriet.

For nærmere oplysning og deltagelse kan Michael Hansen kontaktes. Telefon 5783 1450.

LIVSKRAFT OG LIVSGLÆDE

Af Carsten Vagn-Hansen

OPFORDRINGER FRA RADIODOKTOREN

Lægen Carsten Vagn-Hansen giver os her et kærligt puf i retning af at passe bedre på os selv og de mennesker, der betyder noget for os. Bogen er fyldt med gode råd til, hvordan vi selv kan gøre noget aktivt for både vores egen og vores medmenneskers sundhed. Foruden de mange gode råd indeholder bogen også små brudstykker fra gamle lægebøger.

Kr. 158,00 inkl. moms, ekskl. porto og forsendelse. Køb bogen hos boghandleren.



THANING & APPEL

Ekspedition: Kroghs Forlag A/S. Tlf. 7582 3900. E-mail: salg@kroghsforlag.dk

Reserveret

SENIORHØJSKOLEN

AKTIV SOMMER FOR SENIORER

* Ture ved Limfjorden og Vesterhavet
* Spændende undervisning
* Hyggeligt samvær
* Lækker mad

Af særlig interesse for gigtforeningens medlemmer har vi et svømmebassin. Bassinet er 110 cm dybt og temperaturen er 31° varmt. Om morgenen er der tilbud om motion i det varme vand.

Vi har kurser af 1 og 2 ugers varighed - hele året.
Ring efter vores årskatalog

SENIORHØJSKOLEN NR. NISSUM
Tlf: 97 - 8 - 9 -10 -11
www.seniorhoejskolen.dk

EKSKLUSIVE HJÆLPEMIDLER



SAMMY
Danmarks flotteste elscooter?
Suveræne køreegenskaber også i terræn.
Integreret lader. Op til 15 km/t

BALDER
El-kørestole med vel nok Danmarks laveste og højeste sædehøjde fra 36 til 82 cm. med standardsæde.
Markedets hurtigste hejs!



Baghjulstrukken - allround stol, men specielt velegnet udendørs.

Forhjulstrukken - har et utal af side-, ligge- og ståindstillinger.

Begge modeller er velegnet til handicapbiler hvor lav højde kræves.





BOOSTER
Elegant og sporty håndcykel, som også fås i en børnemodel.
Meget enkel og hurtig til- og frakobling til kørestol, med et greb.
Booster fås med 3 forskellige gear-systemer og kan fås med tetra udstyr.
Kan tilpasses alle kørestole.



EASY RIDER
Flot elektrisk kørestolstrækker.
Enkel til- og frakobling på få sekunder, med et greb
Hastighed op til 12 km/t.
Rækkevidde 24-40 km.
Kan tilpasses alle kørestole.



AiD - Hjælpemidler

Navervej 25 · Postboks 6 · DK-8382 Hinnerup
Tlf. +45 86 91 20 50 · Fax +45 86 91 11 25
www.aid-hjaelpemidler.dk · aid@email.dk

FYNS KREDSEN



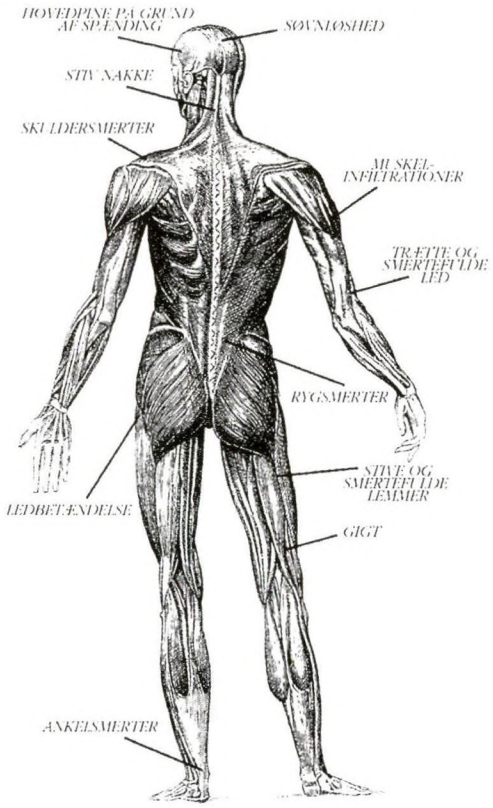
Tidligere formand Niels Vous
Kreds Fyn har med vanlig forsinkelse holdt konstituerende møde efter en vellykket generalforsamling i juni 2000. Til generalforsamlingen havde vi besøg af Jens Ole Rasmussen, som mange medlemmer vil huske som overfysioterapeut på gigthospitalet i Gråsten. Jens Ole har - fornuftigt nok skulle en fynbo vel mene - henlagt sin private bopæl til Odense. Samtidig er han begyndt, igen som ledende fysioterapeut, ved Dr. Alexandrines Gigtsanatorium. Det er beliggende i Middelfart. Jens Ole holdt et meget informativt foredrag om de seneste landevindinger indenfor vores felt. Foredraget var faktisk så godt, at den ellers meget nærige, men afgående, formand efterfølgende måtte lade kassen betale en par gode flasker til Jens Ole.
Kirsten Gertsen fortsætter i bestyrelsen som sekretær. Nyvalgt kasserer Erland Kjær Jacobsen. Begge har været bestyrelsesmedlemmer i en årrække. Susanne Nielsen og Anita Bang fortsætter i bestyrelsen, og som nyt medlem ses Jens Grøndahl. Jens er bankfuldmægtig, og helt klart bestyrelsens nye computernørd !
Ny formand er Poul Arne Elnegaard. Poul reciderer privat på Tåsinge og ernærer sig som ejendomsmægler. Ligesom den afgående formand, har Poul Arne også gennemgået en rygoprettende operation, med ganske vellykket resultat endda. Som et lille kuriosum kan det i øvrigt nævnes, at både den nye og den afgående formand ved flere lejligheder er blevet forvekslet. Hvoraf jeg naturligvis må udlede, at Poul Arne er en ganske flot fyr !!
Undertegnede har fået nyt job i Hvidovre, hvorfor den lille familie i løbet af september forlader Langeland. De medlemmer som jeg har/ har haft kontakt til, især på baggrund af mine artikler - især vedr. skattemæssige emner - er stadig velkommen til at kontakte det nye menige medlem af københavns-afdelingen.
Poul-Arne Elnegaard
Sdr. Vornæsvej 11
Tåsinge
5700 Svendborg
arb. 62 22 88 99
privat 62 54 19 54
pae@post1.tele.dk <mailto:pae@post1.tele.dk>

SYDSJÆLLANDS KREDSEN



Formand Svend C. Dahl
Historien om et fremstød
MB-Sydsjælland besluttede på sidste generalforsamling af forsøge et fremstød på Lolland-Falster for om muligt at få flere medlemmer dernede fra. Formålet var i høj grad, at forsøge at få en form for underafdeling op at stå. Den skulle dernæst prøve at organisere varmtvandstræning i Nykøbing (F.).
Der bor knap 115.000 mennesker på Lolland-Falster og da omtrent 0,1% på landsplan er diagnosticeret MBer, så burde der være over 100 personer med denne sygdom på de 2 øer. Morbus Bechterew Sydsjælland er den nærmeste lokalkreds og hører til samme amt. De fleste af vore medlemmer bor i Næstved eller vest, nord og øst for byen. Derfor er foreningens nuværende aktiviteter koncentreret omkring Næstved. Men der er langt fra Nakskov eller Rødby til Næstved.
Det er yderst begrænset, hvor mange økonomiske midler vi har. Vi havde derfor ikke mulighed for at betale annoncer for at gøre opmærksom på foreningen. Derfor lavede vi en pressemeddelelse, påførte et par lokale kontaktpersoner og fortalte om foreningen og om sygdommen, samt inviterede til et møde på en skole i Nykøbing d. 2. maj 00.
Skrivelsen blev sendt til Lolland-Falsters Folketidende og 9 distriktsblade/ugeaviser på Sydhavsøerne med en bøn om at bringe omtalen 2-3 uger før mødet. Nogle stykker fra bestyrelsen drog derfor spændt til Nykøbing for at tale med potentielle nye medlemmer. Der kom 2 lokale medlemmer, en pårørende og én person derudover!
Det viste sig, at tilsyneladende ingen af de 10 blade havde bragt pressemeddelelsen, som vi havde bedt om. Dog ét distriktsblad havde en lille omtale samme dag, som mødet fandt sted. Det må man kalde presseopbakning!
Hvad så? Vi har nu lavet en aftale med den lokale Gigtforening om at få nogle pjecer om MB med ud med deres materialer i efteråret. Så må vi se, om der kommer henvendelser ad den vej.

PROBLEMER MED RYGGEN?



så som stive og smertende led. Lændesmerter, iskiassmerter, spændingshovedpine, søvnproblemer eller gigt-lidelser.

Integramadrassen giver optimal støtte af Deres krop - den er temperaturfølsom og smyger sig om alle dele af kroppen, og giver dét modtryk, der er behov for - for en helbredende og forfriskende nattesøvn.

Mange mennesker vågner med rygsmerter, i de fleste tilfælde ville dette kunne afhjælpes med et rigtigt liggeunderlag.

Harmony hovedpuden - er den seneste nyhed fra INTEGRAswiss. Harmony puden er vaskbar, fleksibel og giver optimal anatomisk støtte og trykaflastning til hoved og nakke. Brug også Harmony puden med stor fordel som lændestøtte, sædepude eller som støttepude under benene eller mellem knæene.

VÅGN OP FRA EN BEDRE NATTESØVN
- med en trykaflastende Integra madras...

Prøv en INTEGRA MADRAS med 30 dages fuld returret

integra SWISS
Christian IX's Vej 24 . DK-5230 Odense M . Tlf. 66 11 42 00

☐ Send venligst yderligere information om INTEGRA
☐ Ring venligst for information om den returbare hjemmeprøve.

NAVN _____ TLF.(DAG) _____

ADRESSE _____

Træt af strømper der strammer?

Queen *of* SOCKS

- er tynde bløde ankelstrømper i elastisk kvalitet.
- sidder til foden uden at stramme
- er strikket af 65% bomuld, 30% polyamid og 5 % lycra

Strømperne er fremstillet i Sverige, hovedsaligt med henblik på folk som arbejder i sundhedsektoren og som derfor går og står meget. Et væstentilgt krav til strømpen er, at den skal sidde til på foden uden at stramme, glide ned eller på anden måde være til gene.

Her i Danmark har vi igennem de sidste 3 år hovedsaligt koncentreret salget omkring personalet på hospitaler, plejehjem, apoteker og fodterapeuter. Efter mange positive henvendelser fra kunder med forskellige problemer, så som;

- hævede ankler og fødder
- problemer med at få strømpen af og på

har vi besluttet ligeledes at sælge Queen of SOCKS til private med lignende problemer. ***Bestilling og information hos:***

BESTILLING

Queen of SOCKS kan bestilles alle hverdage fra 10-16 på telefon 33 79 22 70 eller fax 33 79 22 71.

Vi er leveringsdygtige i størrelserne; 36-39 40-44 samt 45-48. Farverne er; sort, hvid og marineblå. ***Prisen er:***

5 PAR 120,-

LEVERING

Vi leverer strømperne til din privatadresse, inden 10 dage. Forsendelsen er gebyrfri, dog tillægger vi porto. Er I flere som køber samlet, er forsendelsen gratis ved køb for mere end 600,- kr. Bestillingssedler kan ligeledes rekvireres pr. telefon. Betaling sker pr.giro-indbetalingskort.

moby dick postordre, Nørregade 9, 3390 Hundested, telefon 33 79 22 70

MORBUS BECHTEREW

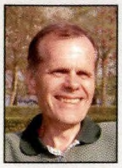
Nyttige adresser og numre

Gigtforeningen
Gentoftegade 118
2820 Gentofte
Tlf. 39 77 80 00
Fax 39 65 11 96
www.gigtforeningen.dk
info@gigtforeningen.dk

Ryglinien
Gigtforeningens professionelle rådgivning.
Tlf. 39 77 80 90
Mandag kl. 10.00 - 18.00
Tirs., ons.,tors. og fredag
kl. 10.00 - 15.00

FNUG (ForeningeN af Unge med Gigt)
Tlf. 57 67 65 76 · www.fnug.dk

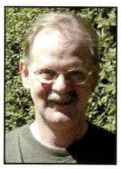
Hovedbestyrelsen



Formand
Per Lignell
Rosenvænget 58
8362 Hørning
arb. 86 92 33 00
pri. 86 92 17 36
lignell@mail.tele.dk



Sekretær
Kjeld Wilhelmsen
Parkvænget 21
3200 Helsinge
48 79 55 50



Suppleant 2
Claus Rønlev
Kresten Koldsvej 54
8230 Åbyhøj
86 25 83 74
roenlev@post10.tele.dk



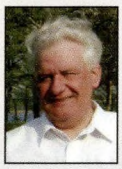
Næstformand
Stig Nielsen
Nyhavnsgade 4 A
9000 Ålborg
98 11 79 53
cl@post5.tele.dk



Redaktør
Svend Aachmann
Markedsgade 47 F
7900 Nykøbing Mors
97 72 50 02
mbsvend@post6.tele.dk



ASIF komm.
Jon Erlendsson
Grønningen 10
8700 Horsens
75 65 78 98
erl@dadlnet.dk



Kasserer
Kr. Hermansen
Mosevang 21, Ulkebøl
6400 Sønderborg
74 42 82 49
k.l.hermansen@post.tele.dk



Suppleant 1
Jens Tryde
Odinsgade 51, 2 sal
7100 Vejle
75 82 22 02
j.tryde@forum.dk



Revisor
Gurli Busk
Terosevej 14
7800 Skive
97 52 64 14

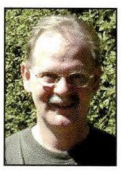
Kredsformænd



København
Torben Jørgensen
Hjortøgade 1, 4. tv.
2100 København Ø
39 20 93 80
toj@dnlb.dk



Sønderjylland
Viggo B. Jacobsen
Kildekobbel 8
Kollund
6340 Kruså
74 67 85 84



Østjylland
Claus Rønlev
Kresten Koldsvej 54
8230 Åbyhøj
86 25 83 74
roenlev@post10.tele.dk



Vestsjælland
Grete Jensen
Peter Damsvej 61
4180 Sorø
57 83 30 91



Nordjylland
Erling S. Rasmussen
Mågevej 2
9530 Støvring
98 37 18 14
cl@post5.tele.dk



Sydsjælland
Svend C. Dahl
Kalbyrisvej 113
4700 Næstved
55 72 09 83
scdahl@mail1.stofanet.dk



Vest-Midtjylland
Michael Dohn
Teglmarken 54
8800 Viborg
86 62 73 64



Fyn
Poul-Arne Elnegaard
Sdr. Vornæsvej 11
Tåsinge
5700 Svendborg
arb. 62 22 88 99
privat 62 54 19 54
pae@post1.tele.dk

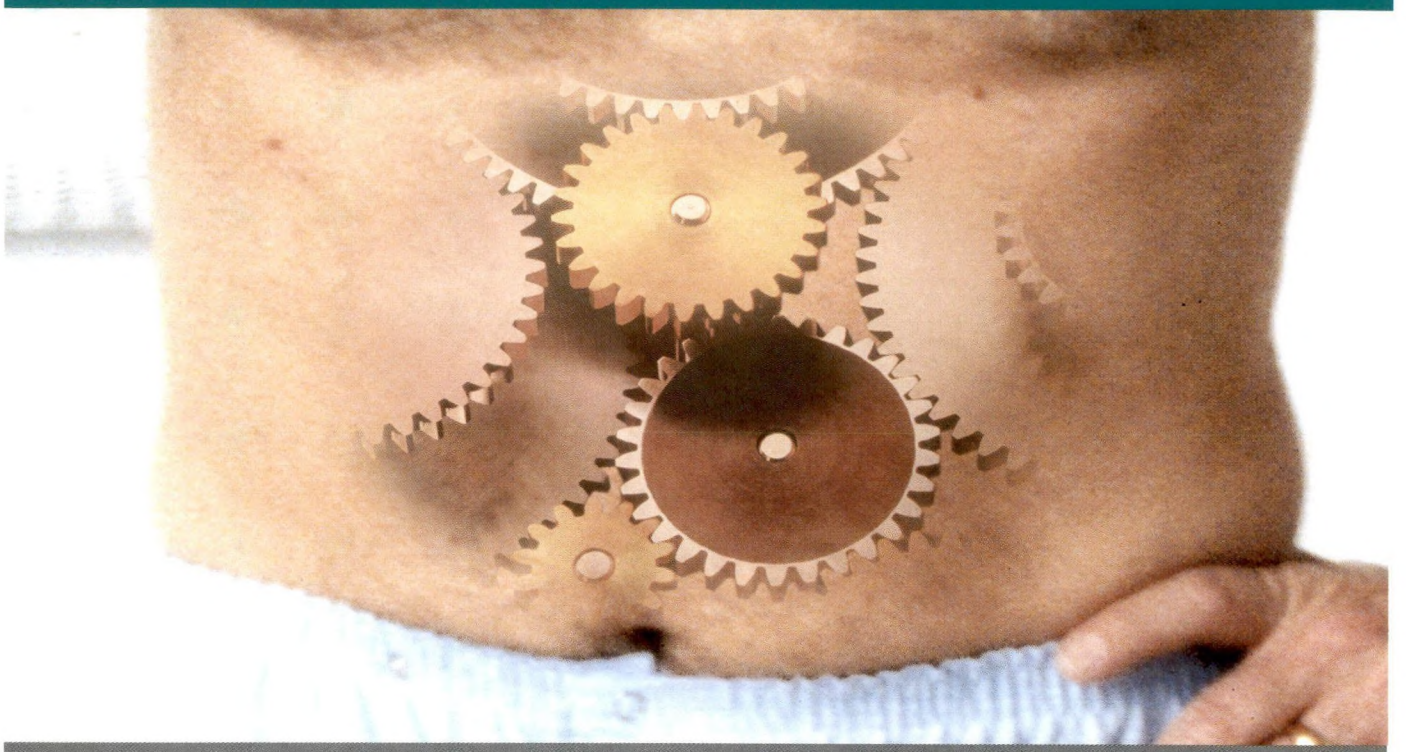


Vejle-Ribe
Jens Erik Westh
Løkken 19
Dramdrupdam
6000 Kolding
75 56 86 35



Færøerne
Trøndur Ennistig
Nidaragøta 54
FR-188 Hoyvik
00 + 298 + 1 99 95

HUSK



- HOLDER MAVEN I OMDREJNINGER

VEJEN TIL VELVÆRE GÅR GENNEM MAVEN

Mange oplever, at maven af og til går i hårdknude. Og forstoppelse, træg mave og irritabel tyktarm er afgjort noget, der går hårdt ud over dit velvære.

Med HUSK kan du komme problemerne til livs på en 100% naturlig måde.

HUSK indeholder de plantefibre, der skal til for at holde maven i omdrejninger - og intet andet.



HUSK er et naturlægemiddel, der udelukkende består af loppefrøskaller fra lægeplanten *plantago psyllium*. Skallerne har et højt indhold af fibre, der sørger for at bevare styrken og bevægeligheden i tarmmuskulaturen.

Men i modsætning til andre fibre er frøskallerne samtidig rige på vegetabilsk slim, der smører og beskytter, så selv en irritabel tyktarm kan fungere ubesværet.

HUSK kan både bruges mod midlertidige problemer og som daglig forebyggelse - uden at virke vanedannende.



HUSK virker mildt afførende ved forstoppelse og træg mave. Velegnet til normalisering af tarmfunktionen ved irritabel tyktarm, når lægen har udelukket anden årsag til symptomerne. HUSK er helt uden tilsætningsstoffer og virker ikke vanedannende. HUSK kan anvendes af gravide og glutenallergikere. Bør ikke anvendes til børn under 6 år uden lægens anvisning. Dosering, se pakken. Skal altid indtages med 1-2 glas væske. For ringe væskeindtagelse kan medføre forstoppelse. Fiberindholdet kan, især i de første dage, give mavesmerter og øget tarmluft. Allergiske reaktioner kan forekomme i sjældne tilfælde.
Vejl. priser: 200 g: 38,50, 450 g: 77,- og 1 kg: 147,-

100% naturligt fiberprodukt



Indmeldelsesblanket for medlemskab af Gigtforeningen og/eller abonnement på "Nyt om gigt".

Jeg ønsker 601 ☐ Medlemskab af Gigtforeningen.....kr. 110,00 årligt pr. person

Jeg ønsker ☐ Medlemskab af Gigtforeningen.....kr. 170,00 årligt pr. husstand

Jeg ønsker 699 ☐ Abonnement på "Nyt om Gigt".....kr. 120,00 for 6 numre

Jeg ønsker ☐ Abonnement hvis man er medlem.....kr. 84,00 for 6 numre

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr.: _____ By: _____

Tlf.: _____

Gigtforeningen
CENTRUM FOR BYG-, LED OG MUSKELLIDELSER

Indmeldelsesblanket for medlemskab af en kredsforening

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr.: _____ By: _____

Tlf.: _____ Alder: _____

Amt: _____

MORBUS BECHTEREW

Porto

Gigtforeningen

Gentoftegade 118
2820 Gentofte

Porto

MB Landsforeningen

MORBUS BECHTEREW

v/Per Lignell
Rosenvænget 58
8362 Hørning

KLINIK FOR FYSIOTERAPI

v/ Mary-Ann & Per Akselbo
Niels Martinsen
Søren Olesen

Åbningstid kl. 6-18

Med genoptræningsafdeling med bl.a.:

Rygskole med undervisning i arbejdsstilling og rygtræning

Genoptræning af idrætsskader

46 49 77 40

Langetoften 7, Osted Plejehjem
4000 Roskilde

A.Vogel

Styrke og sundhed på nettet

Besøg vores hjemmeside



www
bioforce.dk

Bioforce Danmark AS
8770 8790 • www.bioforce.dk
Forhandles hos Apotekerne, Matas og i helsekostforretninger

Vedbygaard

Trænger de til ferie/rekreation, er Vedbygaard måske noget for dem. Her er rolige og smukke rammer både inde i den gamle herregård og ude i den store park. Vi modtager gæster året rundt. Vores gæster skal være selvhjulpne, men vi har døgndækning af sygeplejerske og har fysioterapeut om formiddagen.

Priser 2000

Enkeltværelse: 525 kr. pr. døgn.
Dobbeltværelse1040-1180 kr. pr. døgn.
Tillæg for eget bad og toilet: 50/70kr. pr. døgn.
Tillæg for helligdage: 125 kr. pr. døgn.
Priserne er incl. forplejning og evt., behandling hos fysioterapeut.
Herregården administreres af Diakonissestiftelsen.
Nærmere oplysning fås ved henvendelse til Vedbygaard, Hovsøvej 5, 4291 Ruds Vedby, telefon 5826 1003





Vedbygaard Rekonvalescenthjem
Hovsøvej 5
DK- Ruds Vedby
Tlf.: 5356 1003
Fax: 5356 1803

LEVER DU OG DIN FAMILIE SUNDT?



Er I udhvilede, når I står op - uden at være stive og anspændte i nakke, ryg og skuldre? Når vi snakker sundhed, er søvnen også et vigtigt element.

Silvana Support er en ny specialhovedpude på det danske marked. Den har en udformning og et indhold af specielle fibre, der sikrer en korrekt liggestilling for nakke og hoved. Derfor anbefales den bl.a. af mange af landets kiropraktorer. Puden fås i flere varianter og prisklasser, er regulerbar, og kan bruges af både børn og voksne. Den er vaskbar og allergivenlig.

Silvana Support®

VIL DU LEVE SUNDT, SÅ TAG NATTEN MED..

Kontakt den danske agent for oplysning om nærmeste forhandler:
Marianne Skovsgård Agentur Tlf 86 54 00 58. Træffetid hverdage mellem kl. 10-12 og 14-16.

Lis Jacobsen Høng udtaler om Silvana Support puden:
"Jeg har leddegigt med mange smerter. Især i nakke og skuldre. Mange andre specialhovedpuder har ikke hjulpet på problemet. For 2 år siden købte jeg Silvana Support puden. Og idag kan jeg ikke bruge andet. Slut med hovedpine og smerter i skuldrene om morgenen. Fyldet kan justeres, den er blød og fyldig. Og ikke mindst: Den kan vaskes..."

Obs! Anbefalet i radioprogrammet: "Spørg om sundhed"

Specialister i indretning/opbygning af Citroën liftbusser og handicapbiler



Citroën Jumpy





Citroën Jumper bus



Citroën Berlingo





Citroën Jumper

UDVALGT LEVERANDØR
Statens og Kommunernes Indkøbs Service A/S
RAMMEKONTRAKT

Vi opbygger og indretter liftbusser og handicapbiler
ud fra den enkeltes krav, behov og ønsker.
Institutionsbusser og liftbusser opbygges og indrettes individuelt med blandt andet
fleksibel bestoling, lift, kørestolsrampe og forskellige
fastspændingssystemer med mere.
Vi har altid mindst 2 fuldt opbyggede liftbusser/handicapbiler klar til afprøvning hos os.
Og vi kommer gerne til dig.
Ring, hvis du ønsker yderligere informationer.



Poul Erik Illemann

HANDICAPCENTER VEST

POUL RASMUSSEN BILCENTER A/S
Graham Bells Vej 15-17
8200 Århus N
Tlf. 86 10 92 00

HANDICAPCENTER ØST

JOHN HARTMANN AUTOMOBILER
Ejby Industrivej 3
2600 Glostrup
Tlf. 43 43 43 83

CITROËN

OPLEV HVAD CITROËN KAN GØRE FOR DIG



Claus Behrend