

MB

MORBUS
BECHTEREW

BLADET

NR. 1 · MARTS 2002 · 9. ÅRGANG

A



Her behøver du ikke at
vinde i Lotto

Reddet af MB-kortet

Ny læserbrevkasse

Landsmøde 2002

MB X-ord

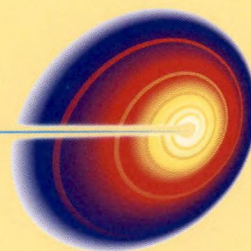
www.bechterew.dk

GIGTFORENINGEN FOR MORBUS BECHTEREW

Måltrettet mod led- og muskelsmerter



Felden[®] gel
(piroxicam)



Felden[®] gel virker direkte på smerten, når du smører den på det ømme sted. Der er ingen grund til at påvirke hele kroppen, fordi du f.eks. har ondt i anklen. Felden[®] gel virker lokalt, så en sart mave bliver ikke påvirket.

Felden[®] gel hjælper mod lokale inflammations-tilstande som f.eks.:

- Forvridninger og forstuvninger
- Overbelastning af muskler og væv, f.eks. "tennisalbue" og fibersprængninger
- Seneskedehindebetændelse
- Gigtsmerter
- Smerter efter fald og slag

HUSK: Søg læge ved alvorlige skader, eller hvis smerter og ømhed ikke forsvinder inden for få dage.

Smør smerten væk med Felden[®] gel

Felden[®] gel 0,5% (piroxicam) Indikation: Lokale inflammatoriske tilstande. Hævelse, rødme og smerter i led og muskler. Bivirkninger: Lokalirritation kan forekomme. Forsigtighedsregler: Bør ikke anvendes i øjenregionen eller i åbne sår. Bør ikke anvendes til børn under 2 år uden lægens anvisning. Bør ikke anvendes til gravide og ammende. Dosering: Påsmøres i tyndt lag og masseres ind i det angrebne område 3-4 gange daglig. Pakninger og priser: 1 tube à 25 g kr. 52,15, 1 tube à 50 g kr. 70,60. Fås i håndkøb. Okt. 2001.

FEL06/DK dec. 2001



Redaktion:

Gigtforeningen for
Morbus Bechterew
V/ redaktør Claus Rønlev
Kresten Koldsvej 54
8230 Åbyhøj
8625 8374 / 2146 1944
roenlev@post10.tele.dk

Redaktionsudvalget:

Niels Vous
Claus Rønlev, (ansv.)
Jon Erlendsson
Svend Achmann

Tegninger:

Per H. Sørensen, tlf.: 9814 3979

Oplag:

1. oplag på 1.600

Opsætning og layout:

FLreklame
Danmarksvej 30 G2
8660 Skanderborg
Tlf. 70 22 18 70
fl@flreklame.dk
www.flreklame.dk

Annonce ekspedition:

MB-Bladet
Bauneallé 4 D
8370 Hadsten
Tlf. 86 91 48 23

Trykkeri:

Silkeborg Bogtryk
Stagehøjvej 27
8600 Silkeborg

Deadline:

20. januar
20. april
20. august
20. oktober

Udsendelse:

1. marts
1. juni
1. oktober
1. december

ISSN 1601-7080

Indhold:

5 Landsformandens
betragtninger

6 Her behøver du
ikke vinde i LOTTO



13 Landsmøde

15 Brækket nakke
reddet af MB-kortet



21 MB's
medlemmers
revkasse

29 Opslagstavle



MB
31

X-ord

Send ind og vind flotte præmier!

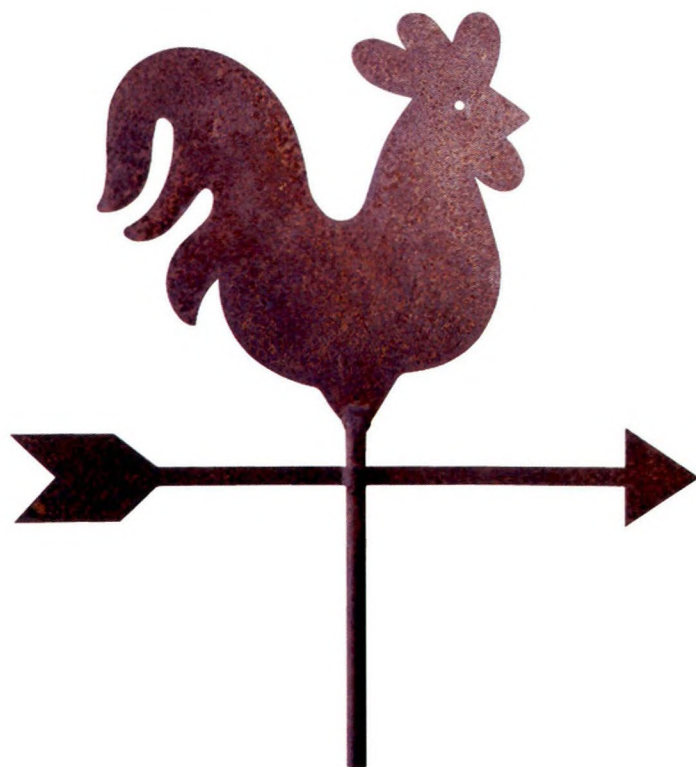
33 Befordringsfradrag
især for unge

37 Nyt fra kredsene



P
R
O
P
A
G
A
N
D
A

År 2002 står i gigtens tegn på apoteket



2002 er **gigtår** på alle **Danmarks** apoteker. Det vil sige, at vi sætter **særlig** fokus på gigtmedicin og **information** om gigt. Vores **aktiviteter** retter sig mod **mennesker** med gigt. Velkommen på **apoteket**.

 **APOTEKERNE I DANMARK**

Landsformandens betragtninger

Foråret nærmer sig, og det går mod lysere tider. Det gælder ikke blot vejsituationen, for sådan er det jo hvert år, men det gælder også vores forening. Jeg synes vi i 2001 har opnået meget, og det vil jeg gerne takke for. Jeg vil ikke nævne navne, men de involverede ved godt, hvem jeg tænker på.

Vores blad bliver bedre og bedre, både hvad angår udseende og indhold, - til stor glæde for de mange der får det, og vel især for de af vore medlemmer, der af den ene eller anden grund har bladet som den eneste kontakt til foreningen.

Den største oplevelse for mig i år var dog vores fremtidskonference i Fredericia. Jeg har tidligere på denne plads opfordret medlemmerne til at ytre sig, men uden synderligt held. Det har altid været "Tordenskjolds soldater", men jeg skal love for der var andre boller på suppen i Fredericia. Her mødte der folk op, jeg aldrig tidligere har mødt, og de var absolut ikke mundlamme. Der var ros og ris til foreningen, men ikke nok med det. Der var også særdeles konstruktive forslag, der betyder, at bestyrelsen virkelig må stramme op på mange ting, og det vil vi gøre. At der også deltog særdeles kompetente folk med foredrag og indlæg, fuldendte en god konference. Jeg ville ønske vi kunne gøre sådan noget oftere, men det rækker økonomien desværre ikke til.

Østjyllandskredsen har kørt en forsøgsordning med en sundhedsskole med stor succes, og det er besluttet at prøve en udbredelse på landsplan via et instruktørkursus i marts måned.

Vi har også været i TV i "Lægens Bord", og det var en blandet fornøjelse. Udsendelsen gav nærmest det indtryk, at enten ender vi alle sammen i en kørestol, eller bliver kvalt, og den eneste redning er en operation udført af den promoverede læge. Intet af det er rigtigt, men rigtig mange kontaktede foreningen i nærmest panik for at blive beroliget. Vi sendte et brev til TV, der har været offentliggjort på vores hjemmeside, og har fået det svar, at man muligvis vil tage Bechterew op igen på et senere tidspunkt. Det positive var, at mange ikke-medlemmer opdagede foreningen og har meldt sig ind

Sådan er der så meget, og ovennævnte var hvad jeg "har valgt at vælge" denne gang.

Glæd jer til foråret, det kommer snart, og så er der landsmøde.



Per Lignell
Formand

Her behøver du

Et tre ugers behandlingsophold på Montebello i sydens sol og varme med alt betalt har i mange år været forbeholdt patienter fra hovedstadsområdet. Men nu er Montebello kommet ind under det frie sygehusvalg, hvilket betyder at patienter fra det øvrige Danmark også får muligheden - dog skal folk udenfor hovedstaden selv betale flybilletten

Montebello ligger i landsbyen Benalmádena Pueblo, nogle få kilometer inde i landet ud for Torremolinos ved den spanske solkyst. Men de få kilometer gør en verden til forskel fra kystens tempofyldte ferie-Eldorado. Landsbyen rummer et hyggeligt bymiljø med cafeer osv, hvor livet leves på spansk under den åbne himmel.

Behandlingscentret ligger på en bjergskråning, så terrænet er en udfordring i sig selv. Men for os MB-ere er det nærmest en fordel, for hele området bliver på den måde til én stor træningsbane.

Det varme og tørre klima er jo som bekendt noget, der gør godt for os med gigt. Der er mange herlighedsværdier i Montebello. Byg-

ninger og udearealer er dejlige og velholdte, man har udsigt til bjergene og Middelhavet.

Torben Jørgensen, formand for Københavnskredsen, er Montebello-veteran:

- Jeg var på Montebello første gang i 94, og har været der flere gange siden. Sidst jeg var der, kunne man så for første gang også træffe patienter fra det øvrige Danmark i kraft af det frie sygehusvalg.

Hver gang jeg står med billetten til Montebello i hånden, ser jeg frem til at genvinde noget af min styrke og udholdenhed, og blive rettet en anelse op. Det har jeg erfaring for sker, selv om jeg selvfølgelig ikke bliver rank

som et lys af en tur til Spanien. De tre uger er en meget intensiv periode. Det skyldes dels, at jeg går til træningen med krum hals, dels at stedet og miljøet indbyder til det.

- At man er befriet for alle hverdagens pligter med arbejde, indkøb og madlavning betyder, at man helt kan koncentrere sig om træningen. Det har haft stor værdi for mig, og jeg mærker virkelig, jeg kommer langt på de 3 uger.

- Når man ankommer, bliver man placeret på bestemte hold, som er inddelt forlods med hensyn til de forskellige diagnose, tilstand og formåen. Man kommer til lægesamtale i løbet af de første par dage, og her kan der blive føjet flere ting til ens personlige træningsprogram, f. eks. individuel fysioterapi, ergoterapi mm.

- Som regel har jeg været på Montebello i august-september, hvor der er meget, meget varmt. Det har jeg det fint med, men hvis man døjer med varmen, bør man søge uden for højsommeren, anbefaler Torben Jørgensen.

En blandet butik

Hvad angår diagnoser, er Montebello

Ikke vinde i Lotto

i høj grad en blandet butik, hvilket skyldes, at man - foruden mennesker med gigt - modtager et bredt spekter af patienter, spændende fra rehabilitering efter f.eks. udskiftning af hofter eller knæ, til hjerneblødning eller store operationer, ligesom mennesker med f.eks. psoriasis eller sklerose hører med til målgruppen.

- Man kan ikke forvente at komme på hold med, eller for den sags skyld at møde andre MB-ere, til forskel fra en indlæggelse på Gråsten, hvor man gør en dyd ud af at samle rene MB-hold, hvilket man må sige er en fordel, der rummer en række muligheder for inspiration og bearbejdning. Men der findes en fast procedure for Bechterew patienters behandling i fysioterapien, bl.a. med måling ved ankomst og afrejse af sygdomsgraden og resultatet af behandlings- og træningsprogrammet. - Sammenlignet med Gigthospitalet i Gråsten er der andre forskelle. På Montebello er der én læge, som til-

ser alle patientgrupper. Med andre ord en læge med viden om mange specialer, og ikke en specia-

liseret reumatolog. Derfor er et ophold på Montebello først og fremmest at betragte som et behandlings- og træningsophold, som du vil få størst udbytte af, hvis din gigt er under kontrol hjemmefra hvad angår medicin osv. Hvis dine behov derimod er at få en lægelig status og udredning, må Gråsten anbefales i stedet, betoner Torben Jørgensen.

Med sved på panden

- En typisk dag på Montebello kan være at man efter morgenmaden, f.eks. kl.9.30, møder på et 'nakkeskulder' hold i Ergoterapien. Senere på formiddagen kan det være 'rygholdet', hvor man laver den form for gymnastik, vi som MB-ere kan nikke genkendende til, og som vi jo har vældig godt af. Efter en lille pause kommer bassintræningen frem til frokost klokken 13.30, som er dagens hovedmåltid.

- Om eftermiddagen er der f.eks. afspændingshold efterfulgt af briksovelser, og som sidste punkt på dagsprogrammet kan der typisk være styrketræning, der foregår med fuld drøn på musikken. Hertil

kommer muligheden for individuel fysioterapi med massage, ultralyd osv. Så er klokken blevet 17, hvorefter det faste program er slut. Mange synes dog, det er rart at komme i bassinet igen, hvor der er redskaber til rådighed. Alle disse trænings- og behandlingselementer kan man jo ikke nå på en dag, men de veksler efter ugens dage.

- Så er der afslapning, inden der igen er varm mad klokken 19.30, hvor man måske nyder livet på terrassen med et kik ud over vandet og bjergene, smiler Torben Jørgensen og tilføjer:

- Med andre ord består en typisk dag af 3-4 forskellige holddiscipliner, og skal man opnå mere træning end det faste program, er det op til den enkeltes træningsmoral og kræfter, og til min stolthed har jeg ofte valgt at cykeltræne en times tid sidst på dagen.

- Vi Bechterewpatienter er ofte i stand til at træne relativt meget og hårdt, sammenlignet med andre gigttyper. Her rummer Montebello en fordel i kraft af de gode muligheder for selvtræning. Man skal blot låne en nøgle, og træningsfaciliteterne er til rådighed både dag, aften og weekend, og da man jo ikke lige tager hjem i weekenden, er dette rigtig godt. Der er aircondition i gymnastiksalen, så man ikke smelter bort.

Ondt i hovedet?

en-to-Treo



-DET VAR SÅ
DEN HOVEDPINE



Treo®

– Danmarks mest solgte brusetabletter



Ønskesedlen

- Jeg synes, at Montebello savner og mangler et indendørs bassin, som ville åbne mulighed for at træne i varmt vand hele året, for som det er nu, er det udendørs bassin kun i drift i perioden fra maj til september, og da bassinet er uundværligt for os MB-ere og mange andre patientgrupper, begrænser det reelt vores sæson. Jeg kunne også ønske, at man fik lavet en ekstra træningssal, da den eksisterende er så hårdt udnyttet i dagtimerne, at det kan begrænse mulighederne for selvtræningen. Med en sådan ekstra sal kunne man bedre udnytte den frie tid, der kan være mellem behandlingerne. Desuden ville den øge fleksibilitet for ergo- og fysioterapeuternes mulighed for at oprette mindre specialhold

- Maden bliver altid diskuteret meget på stedet, men jeg synes, den er god og veltillavet. Den bliver lavet af spanske kokke, som gør hvad de kan for at få det til at se dansk ud, siger Torben Jørgensen.

Den tredje uge er man bare flyvende

- Den megen træning sætter sine spor. Især den første uge er jeg noget radbrækket og medtaget. Den anden uge går det vældigt, og man mærker styrken komme. Den tredje uge er man bare flyvende! I weekenden er der ikke noget fast træningsprogram, hvorfor der er mulighed for at lave udflugter til kysten eller længere bort.

- Læger, sygeplejersker, ergo- og fysioterapeuter er alle danske, mange af dem fastboende og spansk gift, hvorimod servicepersonalet er spansk. Montebello er en dansk hospitalsafdeling, ejet af HS og Københavns Amt, men beliggende i Spanien. Man møder et meget engageret og kompetent personale, som man burde forkæle mere i forhold til efteruddannelses muligheder og vikardækning i ferie- og kursustider.

Malplaceret misundelse

- Der er fra tid til anden diskussion om det rimelige i på denne måde at sende

danske patienter til behandling i sol og varme. Onde tunger laver sammenligning med charterferie. For mig at se er det en helt fornuftig investering at sende folk af sted på et 3 ugers intensivt ophold, ikke mindst når man tænker på ventetiderne derhjemme. Hvorfor skal folk gå i lange tider på sygedagpenge og måske risikere at miste deres job i sidste ende, fordi de ikke kan komme i behandling til rette tid.

- Jeg synes, man i stedet skal opgradere disse tilbud, det er sundt fornuft rent samfundsøkonomisk. For den samlede behandlingsudgift i Spanien er væsentlig mindre end i Danmark, så man får effektiv behandling og træning for pengene, slutter Torben Jørgensen.

Hvordan kommer jeg til Montebello?

Et ophold på Montebello svarer til en indlæggelse i Danmark. Derfor kræver det, at du kan få en henvisning enten af egen læge, speciallæge eller hospitalslæge. Montebellos hjemmeside indeholder et afsnit, som specielt henvender sig til den henvisende læge. Herefter bliver du visiteret på Spaniens-sekretariatet på Amtssygehuset i Gentofte.

Rejsen derned er helt problemfri, og skal ikke afholde nogen fra at tage af sted. Man flyver fra Kastrup til Malaga, hvor man bliver hentet og kørt en 1/2-times tur til Montebello. Bagagen bliver der også sørget for. Når kufferten først er afleveret i Kastrup, ser man den først igen på sit værelse.



Fortsættes side 11

- Lednings- og kabelarbejder.
- Sporomlægninger og sporsænkninger.
- Belægningsarbejder

Petri & Haugsted as
 Entreprenører



Islevdalvej 181 • 2610 Rødovre • Telefon 44 88 77 00 • Telefax 44 88 77 01

BILLIG OG CENTRAL OVERNATNING I KØBENHAVN

I Søsterhjemmet på Diakonissestiftelsen kan vi tilbyde Dem overnatning i 15 enkelt- og 15 dobbeltværelser med adgang til bad, toilet, tekøkken og TV-stue. Alle faciliteter er nyrenoverede og indrettet handicapvenligt. Diakonissestiftelsen er et atmosfærefyldt sted, centralt beliggende på det hyggelige Frederiksberg med kort afstand til City. Gode og gratis P-muligheder.

Priser incl. morgenbuffet: Enkeltværelse kr. 375,00 og Dobbeltværelse kr. 575,00 pr. nat.

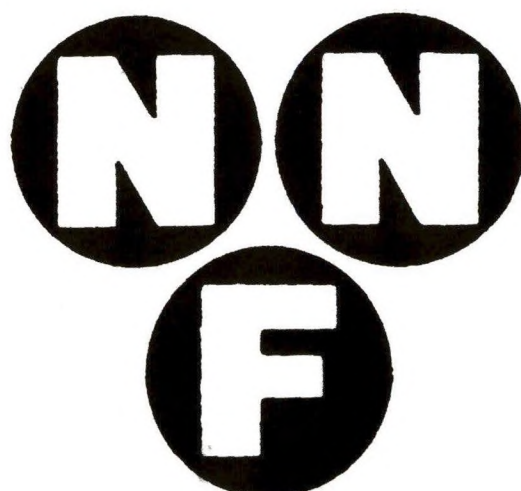
Bestilling alle hverdage på telefon 3838 4130 mellem kl. 9 og 16.

Diakonissestiftelsen • Peter Bangs Vej 1, opgang D • 2000 Frederiksberg

Nærings- & Nydelsesmiddelarbejder Forbundet (N.N.F.)

Hovedkontor CF. Richsvej 103
 Postboks 1479 . 2000 København F

Telefon 38 18 72 72





Vil du vide mere:

1. Spaniens-sekretariatet, Amtssygehuset i Gentofte, Niels Andersensvej 65, 2900 Hellerup, tlf. 3977 3787 (man-fre kl. 9-13)
2. www.hosp.dk/hsmontebello.nsf - Montebellos officielle hjemmeside
3. www.montebello-spanien.dk
En hjemmeside med mange billeder og informationer, lavet af pårørende til tidligere patient.



**Til dig, der har
nogen eller noget
at passe på**

**Tryk Familie er for dig, der ønsker kontante
fordele og viden om tryghed i hverdagen.**

Det handler om at være



terapinettet.dk



Tænker klienterne på dig, når de skal vælge terapeut?

På terapinettet kan du synliggøre dig selv, og samtidig koncentrere dig 100% om dit arbejde.

- Vi sørger nemlig for :
- PR og annoncering af din virksomhed
 - Adgang til on-line dankortsløsning for dine klienter
 - En meget aktiv og attraktiv terapiportal* - check den selv!
 - Din helt egen hjemmeside, incl. søgeord på Jubii, SOLsøg og Google
 - Et netværk af daglige brugere, professionelle behandlere og terapeuter
 - Muligheden for at klienter finder frem til netop dig



Ring 70 27 13 33 eller klik ind på terapinettet.dk

- så sender vi dig det materiale og information du behøver for at blive tilmeldt !

* (Brevkasser, debat, aktuelle foredrag, uddannelse og alt hvad der er oppe i tiden.
15.000 besøgende om måneden)

terapinettet.dk

Vestsjællands Kredsen byder velkommen til landsmøde den 20. & 21. april 2002 på Kursuscenter Rørvig

Kursuscenter Rørvig, ejet af Restaurationsforbundet, er beliggende midt i Odsherreds storslåede natur, tæt ved skov og strand.

Denne enestående beliggenhed har vi tænkt os at udnytte i sit fulde omfang, så programmet for landsmødet får følgende indhold:

Lørdag d. 20. april:

- | | |
|---------------------|---------------------------|
| Kl. 13.00-14.00 | Ankomst og indcheckning |
| Kl. 14.00-14.45 | Kaffe m/ brød |
| Kl. 15.00-17.00 ca. | "Sjove opgaver i naturen" |
- Vi har allieret os med pensioneret major John Jensen, tidligere orienteringsløber, om at lave nogle sjove opgaver, som skal løses i grupper. Der vil naturligvis være præmie til vinderholdet. Der opfordres derfor til at medbringe fornuftigt fodtøj samt overtøj efter vejret. Turen er tilrettelagt så alle kan deltage.*
- | | |
|-----------|--|
| Kl. 18.30 | Middag med efterfølgende socialt samvær. |
| Kl. ??? | Serveres natmad med diverse pålæg og oste. |

Søndag d. 21. april:

- | | |
|-----------------|---|
| Kl. 08.00-09.00 | Morgenbuffet |
| Kl. 09.30 | Landsforeningens generalforsamling med dagsorden iflg. vedtægterne. Der serveres formiddagskaffe undervejs. |
| Kl. 13.00 | Frokost, herefter afslutning / hjemrejse |

Priser er fastsat til kr. 500,- pr. deltager, og indkvartering sker i enkeltværelser.

Dobbeltværelse samt ikke-ryger værelser reserveres efter aftale.

Bindende tilmelding skal ske til Grete Jensen, formand, tlf. 57 83 30 91 eller Bjarne Wyrwik, kasserer, tlf. 59 32 90 07, begge træffes bedst efter kl. 18.00.

Tilmeldingen skal ske senest d. 24. marts 2002.



Merrild



SIEMENS

Når det handler om mennesker.....

Siemens A/S Medicoteknik

Borupvang 3, 2750 Ballerup, Telefon 44 77 44 77, Telefax 44 77 40 06, www.siemens.dk

DEN SUNDE MÅDE AT SIDDE PÅ[®]



SID SUNDT

Stort udvalg i ergonomisk rigtigt opbyggede hvilestole. Fås med trinløs rygregulering, samt el-sædeløft og lædepumpe. Siddehøjde og -dybde kan tilpasses.

Ring efter
brochure
48 24 81 61

farstrup
comfort

VESTERGAARD MØBLER

KØBENHAVN
Torvegade 55-57
1400 København K
Telefon 32 57 28 14

ROSkilde
Sankt Ols Gade 13
4000 Roskilde
Telefon 46 32 32 48

HILLERØD
Helsingørsgade 10
3400 Hillerød
Telefon 48 24 81 61

LYNGBY
Jernbaneplassen 23-25
2800 Lyngby
Telefon 45 87 54 04

Formidling af handicaphjælpere

Vi har specialiseret os i at rekruttere og formidle hjælpere til handicappede og tilbyder

- serviceordninger
- ledsagere
- lønadministration
- almindelige formidlinger
- konsulentordninger.

Vi har mange års erfaring inden for branchen.

Ring og bestil materiale eller aftal tid for et uforpligtende møde.

PIA & PERNILLES
Handicapservice ApS

Telefon 4373 2848
www.pphandicapservice.dk

Kontortid:
Mandag-fredag 8.30-16.00

Brækket nakke reddet af MB-kortet

Af Claus Rønlev

Først da Falck-redderne så MB-kortet, var de i stand til at give Kurt Andersen den rigtige behandling.

Den 14. december 1998 klokken 16 blev et skæbnesvangert øjeblik for den dengang 53-årige VVS mester Kurt Andersen fra Nødebo, der har haft MB i rigtig mange år. Han faldt ned fra et stillads og brækkede nakken. Denne dag blev også hans sidste arbejdsdag, for ulykken var så voldsom, at Kurt i dag får højeste førtidspension. Kurt Andersens beretning om ulykken lyder således:

- Vi gik på et stillads og skulle lægge tagrender op. Stilladset var kun et par meter højt. Til fyraften

jeg har brækket noget, men kan mærke at den er gal, så jeg beder dem om at ringe efter ambulancen, som selvfølgelig kom med blå blink og det hele. Jeg sad stadig på stolen i skurvognen, da Falckfolkene kom, men de ville have mig ned og ligge, og give mig halskrave på. Men så kom problemerne, for jeg var jo alt for krum til at passe til deres udstyr. Heldigvis kom jeg i tanke om, at jeg havde det

røde MB-kort i min pung, så det bad jeg kollegerne om at finde frem. Det hjalp, og Falckredderne forstod med det samme problemet, og jeg blev stablet op med diverse sække og tæpper som understøttelse, siger Kurt.



MORBUS BECHTEREW
Stiff, vulnerable back!
Kurt Andersen
CPR: 123456-7890
The bearer of this card suffers from Ankylosing Spondylitis
Risk of atypical spinal fractures!

skulle jeg ned i den anden ende for at rydde værktøj sammen. Der træder jeg ud på en 'vipper', altså et bræt som ikke havde fat i den ene ende.

- Jeg går totalt uforberedt ud i ingenting, og falder ned på jorden. Jeg kan ikke huske, hvordan jeg lander, og slår mig selvfølgelig meget. Jeg har stadig en boremaskine i hånden og tænker, at den skal da ikke ligge her. Jeg får rejst mig op, og rager mig langs husmuren hen mod kollegerne.

- Jeg har det skidt og er svimmel, og sætter mig ind i skurvognen. Jeg kalder på min svend og beder ham køre mig hjem, for jeg kan godt mærke, at jeg ikke selv skal køre bil. Men så bliver det værre, og jeg begynder at miste følelsen i arme og ben, og får det underligt.

- Jeg tænker overhovedet ikke på, at

Det var den længste køretur i mit liv

- Jeg husker tydeligt turen til Hillerød Sygehus. Alle bump og stød gjorde ondt og betød, at følelsen i ben og arme forsvandt, og det var ikke småting, jeg nåede at tænke på i løbet af den tur. Det stod hurtigt klart, at jeg havde brækket nakken, og at dette var for kompliceret til det lille sygehus, hvorfor jeg skulle overføres til Rigshospitalet. Det foregik i en sengeambulance, hvor jeg var fikseret med sandsække, eskorteret af en politibil og 2 betjente på motorcykel. Det gik med 30 km i timen, og jeg fik morfin. Det var den længste køretur i mit liv, og på det tidspunkt var jeg godt klar over, at dette her var alvor, husker Kurt.

Resten af historien handler om en lang indlæggelse med scanninger, en risikofyldt operation, der blev udsat flere gange, og som kunne medføre lammelser fra halsen og nedefter, og masser af bekymrede tanker om fremtiden. Herefter en 10 ugers periode,



Falckredder Hans Blankenfeldt, Århus udtaler:

Som Falckreddere kender vi Morbus Bechterew, som står beskrevet i et særskilt kapitel i vores manual, hvor de specielle vilkår det kan medføre håndteringsmæssigt for patienterne er omtalt. Vi kender også MB-identitetskortet, da det ligeledes indgår i vores uddannelse.

Hvis vi skal have mulighed for at finde et sådant kort i forbindelse med f.eks. en ulykke, kan jeg anbefale, at det opbevares i tegnebogen, gerne sammen med sygesikringsbeviset, som vi ser efter først, eller eventuelt sammen med kørekortet.



ZUMI NOVA



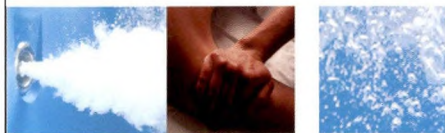
Zumi Nova. 134 x 134 cm. Karret er inkl. jet- og luftmassage samt front. Særgmonteret blandingsbatteri kr. 2.000,- inkl. moms.

PLEJE FOR KROP OG SJÆL

De færreste har adgang til massagevillige hænder hver dag. Desværre, for der er ingen tvivl om, at daglig massage giver velvære. Både fysisk og mentalt. Med et massagekar fra Svedbergs kan du få effektiv massage, når og så ofte du har behov for det.

Lad dig synke ned i de lune, bløde bobler, hvor vandstråler sørger for punktmassage og bittesmå luftbobler for en behagelig overflade massage. Kort sagt, den optimale helkropsmassage – oven i købet i dit eget hjem.

Ring 4399 6699 og bestil Svedbergs badeværelseskatalog med et stort sortiment af massagekar.



SVEDBERGS

NÆRMESTE FORHANDLER PÅ TLF. 4399 6699
www.svedbergs.dk info@svedbergs.dk

Størrelse: 1057

Handicapvenlig ferie med SOL OG STRAND

Ud af 4000 feriehus og 21 feriecentre har vi med Dansk Handicapforbunds kriterier i hånden udvalgt et antal ferieboliger i Danmark, der alle har fundet vej til SOL OG STRANDs nye brochure for kørestolsbrugere.

ferien hos SOL OG STRAND. Vi hjælper dig med at finde det feriehus eller feriecenter, der bedst muligt opfylder netop dine ønsker og behov.

SOL OG STRANDs ferierådgivere står til rådighed på
tlf. 70 100 160

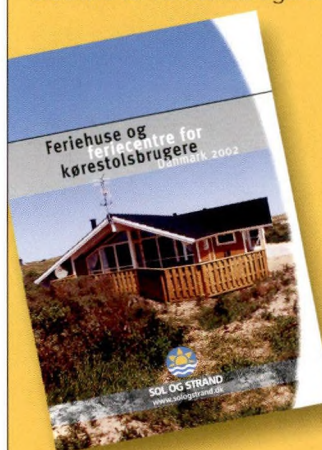
– hver dag fra kl. 9.00 til 20.00
– også i weekenden.

Du kan også bestille ferien online på

www.sologstrand.dk

Her finder du en brugervenlig og flot præsentation af både kørestolsegnede feriehus og feriecentre. Læs bl.a. om udvælgelseskriterierne: dørbredde, vendediameter, sengehøjde m.m.

Du kan også udfylde nedenstående kupon, så sender vi dig straks den nye brochure med 62 feriehus for kørestolsbrugere eller vort nye hovedkatalog med 4000 feriehus og 21 feriecentre.



Med eller uden ledsager - de fleste kan være med til afslappende stunder og spændende udflugter, hvis du bestiller



SOL OG STRAND

FERIEHUSUDLEJNING

Ilsgvej 21 · Hune · Postboks 930 · 9492 Blokhus

Tlf. 70 100 160 · Fax 99 44 44 45

www.sologstrand.dk


☐

Ja tak, jeg ønsker SOL OG STRANDs brochure for kørestolsbrugere 2002

☐

Ja tak, jeg ønsker SOL OG STRANDs hovedkatalog 2002

Navn

Adresse

Postnr. og by

Tlf. nr.

Evt. e-mail

Kuponen udfyldes og sendes i lukket kuvert til:
SOL OG STRAND · Ilsgvej 21 · Hune · Postboks 930 · 9492 Blokhus

1057

hvor hoved og hals var fikseret med en sindrig, stilladslignende ordning.

En lang og slidsom MB-karriere

- Sidst i 20-erne fik jeg folkesygdommen ondt i ryggen, men det knyttede både jeg selv og min læge sammen med, at jeg havde hårdt fysisk arbejde. Jeg havde jo været blikkenslager, siden jeg kom i lære som 14-årig, og det var et tungt slæb dengang. Og Herre Gud, så fik man jo ondt i ryggen, men det fik alle mennesker jo. Jeg gik til doktoren, og fik at vide, at jeg skulle lægge en sål under den ene sko, for jeg var lidt skæv. Men værre og værre blev det, så jeg prøvede til med både kiropraktor og kloge mænd og koner. Jeg har været igennem de homøopatiske midler, prøvede med havbad osv, for jeg var billigt til salg dengang. Jeg kunne ikke holde ud at ligge i sengen om natten, og var oppe og sidde flere gange. Når så morgenen kom, var jeg alt andet end frisk og krøb langs med husmurene og lignede jeg ved ikke hvad. På den måde gik det i 6-7 år, og endelig fik min læge den ide at tage en blodprøve, der langt om længe førte til diagnosen Morbus Bechterew, fortæller Kurt og tilføjer:

- Jeg gik til fysioterapeut gennem flere år, men var på det tidspunkt allerede godt i gang med at blive både stivgjort og skæv, så der var jo ikke så meget mere at trille om. Det var jo sådan set for sent at gøre noget ved det. Jeg har også været en tur på Gråsten Gighospital for godt ti år siden, og det var da dejligt, men igen for sent.

Badekarret den bedste ven

- Ellers har hverdagen jo kørt gennem alle årene. Jeg har efter bedste evne passet mit arbejde, af og til fået fysikbehandling, og suppleret med nogle Panodiler, når gigten skabte sig rigtig tosset. Tilbage i tiden fik jeg noget gigtmedicin, men jeg synes ikke, det hjalp på smerterne, og hvorfor skulle man så gå og spise den? Så det blev en kort periode.

- Min bedste ven gennem årene har været mit badekar. At ligge i blød i dejlig varmt vand, efter man kommer hjem en kold vinterdag, det er noget der dur. I en periode gik jeg også til varmtvandstræning på Hillerød Sygehus, men det blev desværre lukket, fordi man ikke kunne skaffe en fysioterapeut. Det var ellers dejligt, mens det stod på.

- Jeg har det sådan set bedst, når jeg kan få lov til at gå i mit eget tempo, så kan jeg godt magte de daglige sysler, som f.eks. at ordne haven.

Værre er det, hvis jeg skal ordne noget der ligger over øjenhøjde, så giver min stive nakke problemer.

Det ville aldrig gå i dag

- Det ærgrer mig meget i dag, dels at jeg fik diagnosen så sent, og dels at jeg ikke blev bedre rådgivet om vigtigheden af træning, da jeg var yngre, for jeg kunne godt tænke mig at være blevet stiv i en mere lodret position. Jeg tror, at de som får diagnosen i dag er en del bedre stillet, for det første fordi rådgivningen, medicinen og muligheden for at stille diagnosen er blevet bedre, men også fordi det meget grove knokklearbejde stort set er forsvundet.

Jeg blev jo som 14-15-årig læredreng sat til at bære rigtig tunge fyrkedler, varmtvandsbeholdere og støbejerns-radiatorer ind i huse. Det ville aldrig gå i dag. På den anden side får folk jo stadig ondt i ryggen. Nu om dage er det måske af at lave for lidt fysisk arbejde, og sidde for længe ved en computer. Jeg har gået til vederlagsfri fysioterapi i mange år, men efter ulykken er jeg holdt op, for jeg synes ikke det hjælper længere, og samtidig er det en overvindelse at komme af sted.



Fortsættelse af...

MEDICINHÅNDBOGEN 2002/2003 ER UDKOMMET!

Patientens opslagsbog – og hele familiens!



Komplet register med forklaringer og beskrivelser af samtlige lægemidler, der er godkendte i Danmark.

Årets udgave er udvidet med illustrerede beskrivelser og behandlingsmetoder af medicinske sygdomme.

MEDICINHÅNDBOGEN 2001 PÅ CD-ROM

Bogen fås også i elektronisk udgave som cd-rom med udvidede søgemuligheder og funktionaliteter. Kan købes separat eller med rabat sammen med bogudgaven.

Redigeret og skrevet af 130 danske læger, farmaceuter og tandlæger.

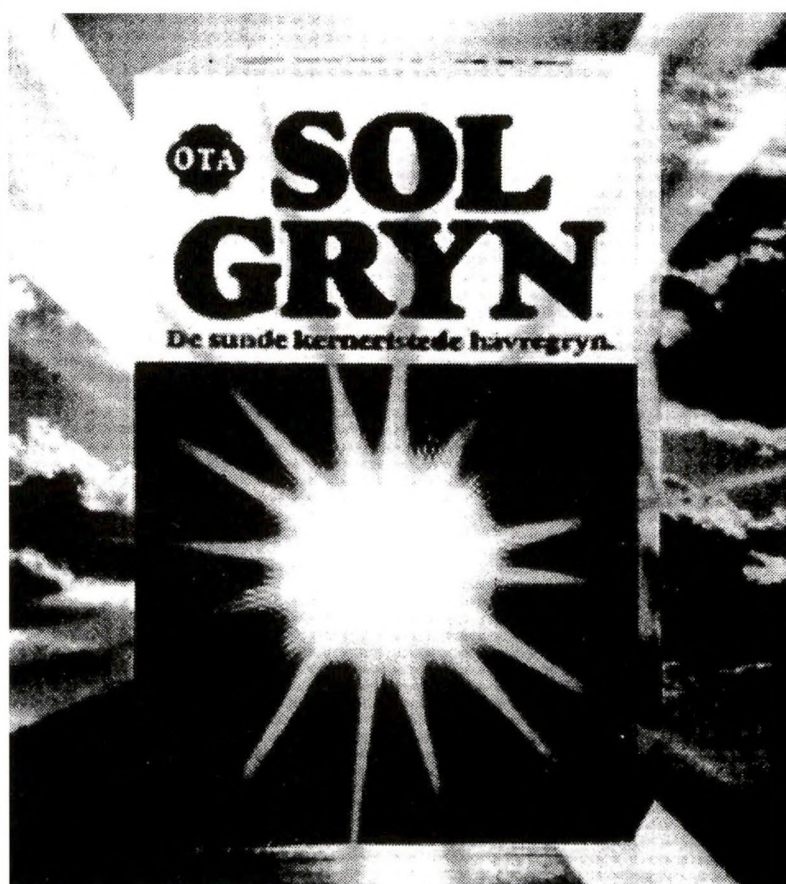
Udgivet af Dansk Lægemiddel Information A/S – Danmarks førende leverandør af uvildig kvalitetsinformation om lægemidler.

MEDICINHÅNDBOGEN, 1056 SIDER:	KR. 220,-
MEDICINHÅNDBOGEN SOM CD-ROM:	KR. 160,-
MEDICINHÅNDBOGEN + CD-ROM:	KR. 300,-

Bogen og cd-rom købes på apoteket, hos boghandleren eller direkte på www.dli.dk



DANSK LÆGEMIDDEL INFORMATION A/S



*Solgryn er
Danmark
om morgenen*



10 uger med hovedet fikseret i stillads er ikke for nybegyndere

Jeg står der og gløder folk midt på maven

- Jeg har måttet leve med at se så krum og skæv ud som jeg gør i mange år. I mit arbejdsliv her i lokalområdet synes jeg ikke det har generet så meget. Folk har jo selv ringet efter mig. Der kunne jeg få lov til bare at være Kurt. Det største problem har været f.eks. at gå til rejsegilde eller til møder i større forsamlinger. Det har jeg aldrig brudt mig om. Jeg står der og gløder folk midt på maven, og kan ikke se dem i øjnene. Jeg bryder mig f.eks. heller ikke om at gå i teatret eller biografen - ja så skulle det da være en lillebitte biograf, hvor man kunne snige sig hen i hjørnet og sætte sig.

- Jeg er ikke bitter på min skæbne. Jeg synes, jeg har haft et godt liv indtil nu. Jeg har kunnet passe mit arbejde, og det har jeg gjort i 31 år, faktisk uden sygdom, og jeg har altid haft nok at lave, udtaler Kurt.

Kurts gode råd

1. Sørg for enhver pris for at passe din daglige træning, så du forebygger, at du ender som unødvendigt krum på dine gamle dage. Prøv at gennemføre det, også selvom det er svært at tage sig sammen i hverdagen. Prøv at gøre det til en rutine i din dagligdag.

2. Sørg for at få dig et MB-kort! De 10 kroner er rigtig godt givet ud. Og lige så vigtigt: Husk at fortælle din familie og nærmeste arbejdskolleger, at du har dette kort, så dine omgivelser har en mulighed for at benytte det, hvis du kommer ud for en alvorlig ulykke. Og endelig:

3. Husk at opbevare dit MB-kort et sted, hvor det er nemt for andre at finde, f.eks. sammen med dit kørekort eller sygesikringsbevis.

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 levere et billede, som er taget fra siden, således at billedet bedst muligt viser dine 'skævheder'. Størrelsen eller formatet af billedet er underordnet. Digitalbilleder er også OK.

2.

Send eller evt. e-mail billedet samt dit CPR-nummer, som skal stå på kortet til
Claus Rønlev
Kr. Koldsvej 54
8230 Åbyhøj
roenlev@post10.tele.dk

3.

Du skal betale 10 kr. for kortet, som enten skal vedlægges i frimærker i brevet, eller indsættes på konto 53940713927, Arbejdernes Landsbank, Åbyhøj afdeling.

MORBUS BECHTEREW

Pas på stiv ryg og hals!

Jeg har sygdommen Morbus Bechterew, der kan medføre forkalket, stiv og krum ryg. Der kan opstå løse, atypiske brud på ryg og hals. Pas på ved forflytning, narkose og evt. reposition, se foto på kortet for min normale holdning. Alm. røntg. må evt. suppleres for at afsløre brud!

MORBUS BECHTEREW

Stiff, vulnerable back!

CPR: 012345-6789

M. Bechterew

The bearer of this card suffers from Ankylosing Spondylitis. Risk of atypical spinal fractures!





Steno Diabetes Center

Niels Steensens Vej 2
2820 Gentofte
Telefon 3968 0800
Telefax 3968 1048

BODY & MIND

HEALING - DYBDEMASSE

v. Keld Holsted og Lars Staun-Pallesen

Jensløvsvej 16 · 2920 Charlottenlund
Keld 39 90 05 46 · Lars 22 11 96 84

www.dybdemassage.dk

Clairvoyant Medium

Jeg er 17. generation. Kan se nutidens og fremtidens ukendte problemer. Jeg kan bl.a. hjælpe dig med: Partnerskab, kærlighedssorger, skilsmisse og andre problemer.

Hjælp via korrespondance.

Kun mandag-fredag . **Tlf. 35 82 88 82**
Thyrsgade 3, 2.th. · 2200 København N
Fax 35 81 96 59

Sjællandsgade Bad

Kurbade og helse i historiske omgivelser. 80 års erfaring i personlig betjening

Sjællandsgade 12 • 2200 København N

Tlf. 35 39 06 06

3M er en global virksomhed, som producerer og markedsfører et stort og alsidigt produktprogram til håndværk og industri, handel og kontor; sundhedssektoren samt områder inden for arbejdsmiljø, trafiksikkerhed og kommunikation.

3M beskæftiger mere end 70.000 mennesker i over 60 lande, heraf 160 i Danmark. 3M søger til stadighed at tilpasse sig markedets krav gennem nytænkning, både hvad angår produkter og metoder.

7.000 medarbejdere arbejder konstant med forskning og udvikling i firmaets laboratorier og tekniske centre, og 3M anvender 7% af omsætningen på nyudvikling.

3M a/s

Fabriksparken 15

2600 Glostrup

Tlf.: 43 48 01 00

Fax: 43 96 85 96

3mdanmark@mmm.com

www.3M.com/dk

3M Ideer & løsninger

Har du tarmproblemer?

*Forstoppelse-tarmluft-gigt-oppustethed-udposninger m.m.?
Så brug det meget omtalte Clysmatic Tarmskyldningsapparat.
Dette er videnskabeligt undersøgt v. den finske professor
Osmo Hanninen på Kuopio universitet i Finland.*

*Let at betjene, er ikke vanedannende og handicapvenligt
effektivt hjælpemiddel, nemt at rengøre.*

Ring eller skriv efter information:

Dragør Helse, Hollendervej 17, 2791 Dragør

Tlf. 3253 9401 · E-mail: dragor-helse@vip.cybercity.dk



*P.s. Ledins nyrethe er også effektiv til gigtpatienter,
3 kopper dgl. samt mega b vitaminpille*

Lizzie Christensen



medlemmernes brevkasse

Du er meget velkommen til at skrive til brevkassen med spørgsmål indenfor lægelige, juridiske, sociale, psykologiske eller skattemæssige områder. Du må gerne være anonym. Redaktionen forbeholder sig ret til at udvælge eller redigere breve i forhold til almeninteressen, og spørgerne må ikke forvente at få personligt svar.

Kære medlemmer!

Det er med glæde og stolthed, at vi her kan byde velkommen til Medlemmernes Brevkasse, hvor et panel af eksperter står klar til at besvare spørgsmål fra jer. Fat nu pennen, og vær med til at gøre dette forum levende og oplysende.

Redaktøren

Kære Brevkasse

Kan vi nu ikke længere bruge Panodil, Pamol og Pinex?

I TV-avisen omtalte man for 3-4 måneder siden en ny undersøgelse, hvor det forlød, at man nu ikke længere med god samvittighed kan bruge de nævnte tabletter fordi de kunne give mavesår. Hvad er der om snakken?

*Med venlig hilsen
K.M. Vestjylland*

Svar:

Hidtil har alle videnskabelige undersøgelser vist, at Panodil, Pamol og Pinex ikke giver risiko for mavesår. Resultaterne i en ny undersøgelse (1) tyder imidlertid på det modsatte. En enkelt undersøgelse, der siger noget andet end alle tidligere undersøgelser, er ikke nødvendigvis den endelige sandhed, men den har medvirket til en ubehagelig usikkerhed hos mange MB patienter.

Inden man overvejer at ændre på sin medicin, skal man holde sig for øje, at dels er undersøgelsen enkeltstående, dels viser den, at man skal indtage mindst 2 gram paracetamol (det virksomme stof i tabletterne), før risikoen for mavesår øges.

I undersøgelsen fandt

man således følgende om risikoen for mavesår eller maveblødning:

1. Paracetamol i doser under 2 gram daglig giver ingen øget risiko. Paracetamol tabletter er oftest på 500 milligram stykket, så op til 3-4 tabletter daglig kan tages uden risiko.

2. Paracetamol i doser på 2-4 gram daglig giver imidlertid en let øget risiko for bivirkninger. Men man skal altså op på 5 tabletter eller mere, før der ifølge denne undersøgelse er tegn på nogen risiko.

Når det er sagt, er mavesår alligevel en faktor, man som MB patient skal være opmærksom på. Mange MB patienter bruger de smertestillende tabletter med paracetamol sammen med den type gigtmedicin, der kaldes NSAID (NSAID = ikke steroid antiinflammatoriske stoffer). Ibuprofen, naproxen, indometacin og meloxicam er nogle få eksempler på de mange NSAID som stadig er hjørnesten i den medicinske behandling af Morbus Bechterew.

Det har i mange år været kendt, at NSAID øger risikoen for mavesår. Der er således ca. 4 gange så stor risiko for at få mavesår, hvis

man bruger NSAID sammenlignet med en person, der ikke gør det.

NSAID har en dobbelt funktion: De dæmper gigtsygdommen og er samtidig smertestillende.

Nogle patienter har imidlertid brug for yderligere smertestillende medicin, og her kommer Paracetamol ind i billedet.

Hvad sker der, når man er nødt til at tage både NSAID og paracetamol?

Her tyder undersøgelsen på, at paracetamol i doser under 2 gram daglig ikke øger risikoen for mavesår yderligere, mens doser over 2 gram medfører en relativt større risiko.

Undersøgelsen er vurderet af Lægemiddelstyrelsen (2) og Institut for Rationel Farmakoterapi (3), hvor man ikke har fundet grund til at ændre på retningslinierne for brug af paracetamol. Undersøgelsen er endvidere omtalt i Ugeskrift for Læger, hvor man anbefaler forsigtighed med paracetamol i doser over 2 gram daglig, især ved samtidig brug af NSAID (4).

Indtil yderligere forskningsresultater forelægges, vil jeg tilråde følgende:

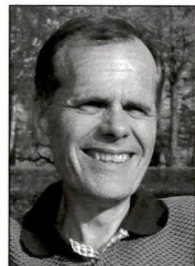
Paracetamol i doser op til 4 gram dagligt gives uden



Jon Erlendsson
Reum. overlæge



Nina Teilmann
Socialrådgiver



Per Lignell
Advokat



Niels Vous
Skatterevisor



Mirjana Rosenlund
Psykolog

Fortsættes side 21



Easygrip letvægtsbestik

I modsætning til de fleste letvægts bestik kan bestikdelene maskinopvaskes. Grebene vaskes i varmt sæbevand.

Bestikdel med stort greb vejer kun 33 g.

Z 2270 (kniv, ske og gaffel).

Z 2271 (3 greb 12x4cm), Z 2271 (3 greb 10,5x3cm)



Skærebræt køkkenbordsforhøjer

Skåner ryggen ved arbejde på køkkenbordet.

Fremstillet af bøgetræ med safrille på begge sider, Højde over bordplade 12,5 cm og 8,5 cm.

B 27, 54 x 30 cm

B 28, 44 x 25 cm



Vinklede køkkenknive

Hackmann - Swereco - PETA - Stirex
Brødknive, kødknive, grønsagsknive. universalknive

Bjørn Nielsen A/S, Hvilstedvej 13B, 8355 Solbjerg
Tlf. 86927955 E-mail: bjoern-nielsen@mail.tele.dk

NetJob®

UDDANNELSE TIL JOBS I IT-BRANCHEN

Tusindvis af mennesker er uønsket uden job, og tusindvis af spændende IT-jobs mangler at blive besat. NetJob bruger teknologien til at sætte virkningerne af f.eks. et handicap ud af kraft, så deltagerne kan fokusere på at blive konkurrencedygtige på arbejdsmarkedet.



NETJOB
MYzite

INTERNET FOR ALLE

Internet- og emailsystem for hjerneskadede, afatikere og udviklingshæmmede. Individuel tilpasning via Internettet.



NetJob®

Tlf.: 8675 3666

<http://www.netjob.dk>

NETJOB ER EN AFDELING AF HJÆLPEMIDDELINSTITUTTET

risiko for mavesår eller maveblødning. Gives der NSAID sammen med Paracetamol, må en vis forsigtighed tilrådes ved Paracetamol-doser over 2 gram dagligt, især hvis man tidligere har haft tendens til mavesår.

NSAID er vigtig for mange Bechterewpatienter, idet disse gigttabletter gør det muligt at leve et bedre liv med færre smerter og bedre mulighed for at lave de øvelser, der modvirker stivhed og krumning af ryggen. Dosis af NSAID bør - af hensyn til risikoen for mavesår - være den mindst mulige, men dog stor nok til at opnå

den ønskede gigtdæmpende effekt.

Undersøgelsen omfatter ikke de nye NSAID (de såkaldte selektive COX-2 hæmmere), Vioxx og Celebra. Hidtidige resultater tyder på, at risikoen for mavesår er mindre end for de ældre NSAID. De er imidlertid væsentlig dyrere, og man kender ikke tendensen til mavesår når de tages sammen med paracetamol. Du kan læse mere om disse præparater på www.bechterew.dk under databasen med artikler fra MB-Bladet.

Interesserede kan læse mere om emnet i:

1. Garcia Rodriguez LA & Hernández-Diaz S. Relative Risk of Upper Gastrointestinal Complicati-

ons among Users of Acetaminophen and Nonsteroidal Anti-Inflammatory Drugs. *Epidemiology* 2001; 12: 570-6.

2. www.laegemiddelstyrelsen.dk/laegemiddel/bivirkninger/info/nsaid2.asp

3. www.irf.dk/paeparater/paracetamol.htm

4. Nielsen O.H. & Madsen J.R. Paracetamol øger risikoen for øvre gastrointestinal blødning og perforation. *Ugeskrift for Læger* 2001; 163/48: 6766.

Med venlig hilsen
Jon Erlandsson

Befordringsfradrag - en repetition

Jeg får løbende mange spørgsmål om befordringsfradraget. Selvom det er nævnt tidligere, vil jeg først kort beskrive forskellen imellem hhv. paragrafferne 9 C og 9 D i ligningsloven. Det er nemlig meget vigtigt at du holder dig forskellen for øje.

Ligningsloven § 9 C, beregnet fradrag

Den generelle bestemmelse om fradrag for befordring imellem hjem og arbejde. Her beregner man sig et fradrag med en takst for de kilometer som ligger ud over 24 km. i daglig transport (12 km. hver vej). Det er fuldstændig ligegyldigt om befordringen har fundet sted i bil, S-tog eller på rulleskøjter! Fradraget er ens for alle. Men man skal naturligvis kunne sandsynliggøre, at transporten rent faktisk har fundet sted.

Ligningsloven § 9 D, du skal have reelle udgifter

Denne bestemmelse gælder kun personer som er invalide eller kronisk syge. Uden synderlig megen jubel må vi nok konstatere at være omfattet af denne bestemmelse! Her er der imidlertid tale om, at man fratrækker de faktiske udgifter til drift af bil. Langt hovedparten vælger dog at benytte sig af den mulighed, i stedet at vælge taksten for erhvervsmæssig befordring - for indeværende år kr. 2,84 for de første 20.000 kilometer.

Det er vigtigt at understrege, at bestemmelsen også gælder for befordringsudgifter i det hele taget. Hvis man f.eks. har benyttet en kombination af S-tog og taxa, er det ens reelle udgift. Husk at gemme bilag.

Dernæst vil jeg sammenfatte en række af de spørgsmål, som er typiske for kørselsfradragene:

Kan man få fradrag selv om man har en daglig afstand på mindre end 24 km.?

Grænsen på 24 km. i daglig befordring (12 km. hver vej) er en bestemmelse som findes i ligningslovens § 9 C. Denne regel findes ikke i § 9 D. Hvis du f.eks. har 2 x 5 km. ser regnestykket ud som følger:

220 arbejdsdage á 10 km. giver i alt 2200 km.,	
taksten er kr. 2,84	6.248
Bundfradrag	- 2.000
Fradrag	4.248

I de regneeksempler du benytter i dine artikler, regner du altid med 220 arbejdsdage årligt. Hvorfor det?

Der er tale om et gennemsnit. Hvis du som udgangspunkt tager årets 365 dage og reducerer med helligdage og ferie vil du ramme dette tal. Det er dog vigtigt at understrege, at der i mine eksempler er tale om en person med 5 dages arbejdsuge, altså er lørdagene også regnet fra. Især nogle butiksansatte kan have flere arbejdsdage, og bør naturligvis udregne det konkrete antal dage hvor der er kørt til og fra arbejde.

Skal man være tilkendt invalidebil for at kunne benytte fradrag efter ligningslovens § 9 D?

Ganske kort: Nej. Det er ikke anført i nogen konkret lovbestemmelse, men står til gengæld positivt nævnt i Told- og skattestyrelsens ligningsvejledning, at dette ikke er et krav for at kunne oppebære fradraget.

Fortsættes side 23

LUKSUS ULDDYNE

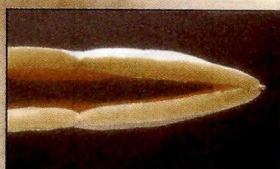
Fra Silkeborg Uldspinderi ApS

Uld er – som bekendt – skabt med mange gode egenskaber fra naturens side. Ulden beskytter mod vejrliget samt isolerer mod svingende temperaturer.

Derfor er uld særdeles velegnet til dyner, da ulden holder kroppens temperatur konstant – og varm.

Den uld der bliver brugt i vort sortiment af dyner, underdyner og hovedpuder stammer fra fåreracen Shropshire, som er specielt velegnet til dynefyld, da ulden er meget kruset og ikke filtrer.

Luksusulddynen fra Silkeborg Uldspinderi ApS er en dobbeltdyne, dvs. at to dyner bliver syet sammen i kan-
ten. Herved opstår et isolerende luftrum, således at man undgår kuldebroer, som findes i traditionelt syede dyner. Dobeltdynen giver en jævn, konstant varme.



Ulddynen har den fordel overfor andre dyner at den kan suge op til 30% mere fugt fra kroppen og på den måde være med til at sikre at brugeren af ulddynen får en bedre og mere rolig søvn, hvilket bevirker at man føler sig langt mere frisk og udhvilet om morgenen.

Udover ulddyne anbefaler vi at man også sover med uldunderdyne samt uldhovedpude for at opnå den fulde fordel der er ved at sove i uld.

Bolstret er af 100% meget stærkt, tæt vævet bomuld og leveres med Öko-Tex Standard 100.

Et miljørigtigt dansk produkt.



Silkeborg Uldspinderi ApS

Vandværksvej 10 · 8620 Kjellerup
Tlf. 86 88 17 38 · Fax 86 88 33 36
e-mail: nwc@silkeborg-uld.com · www.silkeborg-uld.com

Kontakt os på telefonnr. og vi anviser nærmeste forhandler.

(Dynerne får fra kr. 969,- Underdynerne fås fra kr. 249,- Hovedpuderne kr. 289,-)

Mini Crosser®

Modeller fra 3-99 år

MC • CALYPSO ▶

3- eller 4-hjulet byscooter til meget fordelagtig pris. Kørestrækning op til 40 km pr. opladning. Let adskillelig for transport i bil.



Stort sortiment af CEMÆRKET standardtilbehør til alle modeller, som kan tilpasses den enkeltes behov!



MINI CROSSER

»S-SERIEN«

3- eller 4-hjulet. Stærkt, stabilt og sikkert el-køretøj. Bremselys. Affjedret på alle hjul.



STÅ-LET-LÆNESTOL

Personlig frihed til om du vil sidde, ligge eller op at stå.

Mini Crosser®

MINI CROSSER A/S

Produktion/salg:

Enggårdvej 7 · 7400 Herning · Tlf. 70 10 17 55
Fax 97 16 85 82 · E-mail: heisteel@minicrosser.com

ISO 9001 kvalitetsgodkendt!

AFDELINGER:

JYLLAND: Tlf. 70 10 17 55

FYN: Tlf. 65 91 40 95 · Tlf. 70 10 17 55

SJÆLLAND: Tlf. 36 70 00 16 · Tlf. 70 10 17 55

www.minicrosser.dk

Kig ind på vores hjemmeside!

www.molholt.dk

Vi behandler og underviser i:

Neurofysiurgisk massage
Bindevævsmassage
Knoglemassage
Kranio-sakral Terapi
Akupunktur
NLP psykoterapi
Hurtigt læsning

MØLHOLT CENTRET

“For dit og andres helbred”

98988200

Vi har klinikker i Thisted, Poulstrup (v. Hjørring), Kastbjerg (v. Randers) samt på Skallerup klit feriecenter

Er det rigtigt, at skattevæsenet kan kræve dokumentation for, at man har kørt i sin bil?

Ja, det kan skattevæsenet - det skal de faktisk. Fradraget skal nemlig basere sig på faktiske udgifter. At man i stedet kan anvende en takst (for indkomstår 2002 kr. 2,84) er blot en praktisk løsning. Man kunne godt sige, at der her er tale om at hylde det gamle mundheld: "Længe leve dovenskaben".

Hvad nu, hvis man ikke har gemt sine bilag på udgifter til brændstof, vægtafgift m.v.?

Hvis du på anden vis kan dokumentere at bilen har kørt det antal kilometer som du påstår, bør skattevæse-

net stille sig tilfreds hermed. Mange bilværksteder noterer f.eks. bilens kilometerantal på regningen.

Lad os f.eks. forestille os, at du har afgivet oplysninger til skattevæsenet om, at bilen i alt har kørt 25.000 det pågældende år, fordelt på 15.000 til privat forbrug og 10.000 til kørsel imellem hjem og arbejde. Hvis du så har kilometerantallet stående på et par regninger fra værkstedet, som indikerer, at der i alt er kørt omkring 25.000 omregnet til årsbasis, så må det siges at være sandsynliggjort.

En anden effektiv måde kunne være, at du fik din arbejdsgiver til at erklære, at din bil har stået på arbejdsgiverens parkeringsplads, når du har været på arbejde.

Hvis jeg f.eks. kun har arbejdet 4 dage om ugen, må jeg så stadig beregne mig et fradrag svarende til 5 dage om ugen?

Nej, og lad for guds skyld være med det!

Her skal man se på, at fradragets størrelse baserer sig på reglen om faktiske udgifter/ faktisk brug af bilen. Og pas på, skattevæsenet kender udmærket de arbejdsgivere og erhverv, hvor man f.eks. har et atypisk antal arbejdsdage.

Det er som en garvet tolder, der næsten kan se igennem tasken med smuglercigaretterne!

Endvidere, hvis du har fratrasket et væsentlig højere beløb, end du rent faktisk var berettiget til, kan du løbe ind i en bødesag. Og det straffes hårdt! Udover at du naturligvis skal tilbagebetale den for lidt betalte skat, kan du komme ud for - i bøde - at skulle betale det dobbelte af den skat som du snød for.

Med venlig hilsen
Niels Vous



Hvis kløende fodsvamp driver dig til vanvid



LAMISIL®
Dræber fodsvampen på kun én uge
- og beskytter dig i månedsvis

Lamisil® gel, creme og kutan spray indeholder terbinafin og dræber svampeinfektioner som fodsvamp, lyskesvamp og ringorm. En daglig påføring i én uge dræber svampen. Lamisil gel, creme og kutan spray er milde, og kun i enkelte tilfælde ses let hudirritation. Præparaterne bør ikke anvendes ved svamp i hårbund, skæg eller negle uden lægens anvisning. I øvrigt bør indlægsedlen i pakken læses. Priser (040202): Lamisil gel: 5 g. 45,10 kr.; 15 g. 65,80 kr.; 30 g. 127,15 kr. Lamisil creme: 7,5 g. 43,25 kr.; 15 g. 69,95 kr.; 30 g. 125,45 kr. Lamisil kutan spray: 30 ml 131,00 kr.; 15 ml 74,30 kr. Novartis Consumer Health - tlf.: 39 16 84 00 - www.lamisil.dk

Kranio-Sakral Terapi

UDDANNELSE OG BEHANDLING

Kranio-Sakral Terapi I-VI
med mulighed for Eksamen

Børn & KST (4 dage)

SUPPLERENDE KURSER I BL.A.

Piskesmæld
Bækkenløsning
Nakke- og "muse"skader
Organmassage

Se udførlig beskrivelse af kurserne,
samt let tilgængelig behandlerliste på:

www.trine-rosenberg.dk

eller ring efter kursusprogram på
telefon **86 81 86 86**

TRINE ROSENBERG



Caravelle - den perfekte løsning...



Uovertruffen komfort

I VW Caravelle er der tænkt på alt, som gør såvel kørslen som opholdet i bilen attraktiv.

Optimale pladsforhold, fleksibilitet og righoldigt udstyr gør køreturen til en oplevelse.

VW Caravelle fås i 3 udstyrsversioner.

Totalløsninger til ethvert behov

Vi er specialister i opbygning og indretning af VW Caravelle handicapbusser og tilbyder total løsninger udført nøjagtigt efter dine ønsker og behov.

Vi leverer overalt i Danmark

Kontakt venligst Torben Madsen for yderligere oplysninger.



Villy Veirup as

Industrivej 1 • 6760 Ribe • 75 42 06 00

www.vw-ribe.dk - e-mail: vw.ribe@post.tele.dk

Smertelindring uden brug af piller



IBUTOP[®] (Ibuprofen) Cremen mod smerter

IBUTOP[®]-creme er en ny smertebehandling med *ibuprofen*, der virker mod hævelse, rødme og gigt-smerter i bl.a. nakke, skuldre, ryg, albue, håndled, knæ og fødder. IBUTOP[®]-creme indeholder det aktive stof – *ibuprofen* – der i tabletform er et af verdens mest anvendte smertestillende lægemidler. IBUTOP[®]-creme leveres i henholdsvis 50g og 100g tube. IBUTOP[®]-creme fås på apoteket, som også hjælper med råd og vejledning om korrekt anvendelse.



Lægemiddelform: Creme. **Lægemidlets styrke:** 1g IBUTOP[®] Creme indeholder 50 mg ibuprofen. **Dansk repræsentant:** Nordisk Ibu-Pharma ApS, DK-2900 Hellerup. **Virkning:** IBUTOP[®] Creme virker smertestillende og mindsker hævelse. **Anvendelse:** Smøres på huden på det ondt ramte område 3-4 gange i døgnet eller som foreskrevet af læge. Vask hænder efter brug. **Bivirkninger:** Sjældent forekommer overfølsomhedsreaktioner i form af udslet på huden, kløe eller andre eksantematiske reaktioner. **Opbevaring:** Ved almindelig temperatur. **Forsigtighedsregler:** IBUTOP[®] Creme må ikke anvendes af patienter med astma udsat af acetylsalicylsyre eller lignende stoffer. **Bør:** Ikke anvendes på meget uren hud, åbne sår eller sår og sår. **Bør:** Ikke kombineres med andre lægemidler til smertelindring på huden, eller ved alergier overfor ibuprofen og andre indholdsstoffer i cremen. **Bør:** Ikke benyttes af gravide og kvinder inden forventet fødsel. **Kan anvendes under amning.** **Bør:** Ikke anvendes til børn under 15 år uden lægens anvisning. **Dosering:** 1-10 cm IBUTOP[®] Creme masseres ind i huden på det ondt ramte område 3-4 gange i døgnet eller som foreskrevet af læge. **Pakningsstørrelser:** IBUTOP[®] Creme leveres i 50g samt 100g tube. Læs desuden indlægssedlen i pakningen omhyggeligt.

Slug et kamera og få en diagnose

Et kamera på størrelse med en pille, som sluges og tager billeder på sin vej gennem fordøjelsessystemet, har vundet anerkendelse i USA.

som til betydelig ulempe for patienten bliver ført op enten i endetarmen eller ned i halsen.

Det amerikanske lægemiddeltilsyn har godkendt kameraet, og mener det kan hjælpe læger til at opdage og diagnosticere lidelser, specielt sygdomme som kræft, polypper, blødninger og blodmangel.

Kameraet kan være et supplement, om ikke en erstatning, for endoskopi,



Patienten sluger simpelthen kameraet, som ligner en pillekapsel. Kameraet følger så med gennem fordøjelsen, indtil det via naturens vej kommer ud igen. Det optager to billeder i sekundet, der trådløst overføres til en lille optager, som patienten bærer i et bælte. Lægen kan så overføre billederne til en computer, og enten se dem enkeltvis eller som en film.

Hvorvidt dette kamera er eller bliver kompatibelt med det på denne side omtalte automatiske toilet foreligger der ved redaktionens slutning intet om.

Genskab velvære i kroppen

Gigtforeningens kur- og træningsophold i Skælskør er ikke alene et tilbud til gigtpatienter

– men et tilbud til alle, der har et naturligt ønske om at blive seriøst behandlet og trænet af fagfolk, der sætter fokus på lige netop din krop. Mulighed for ophold i kurværelser eller i nyrenoverede 2 eller 3 værelses lejligheder.

Du kan have gavn af et ophold som følge af f.eks:

- Ønske om at komme i bedre fysisk form
- Muskel- eller ledsmerter
- Knæoperation
- Hofteoperation
- Rygoperation

Kontakt os og få mere information om mulighederne



Slagelsevej 32 • 4230 Skælskør • Tlf. 58 19 42 53
skl@gigtforeningen.dk • www.gigtforeningen.dk

**Gigtsanatoriet
i Skælskør**

ROYAL

DET ORIGINALE SPANSKE SPÆNDINGSARMBÅND

- som også er et smykke
- har hjulpet millioner af mennesker i Europa, her i blandt også kongelige personer i det svenske og danske kongehus til en positiv oplevelse.

Kan købes i 24 karat guldbelagt - eller med sølvbelægning, med eller uden navneplade hos førende Materialister og Helsekostforretninger.
Tlf. 43 73 63 22 henviser.



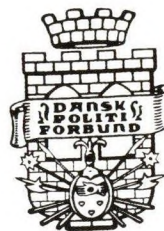
"Det var måske værd at prøve"

285,-

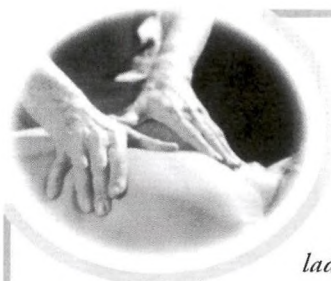
POLITIFORBUNDET I DANMARK

H. C. Andersens Boulevard 38
1553 København V

Tlf. 33 45 59 00



Carlsberg Forskningscenter



Hænder som forløser ...

Oplev hvordan mild berøring kan bevirke, at kroppen selv giver slip på dybe spændinger og til- lader en effektiv forandring.

Rosenmetoden

Foredrag og demonstration

København: Fre. d. 31. aug. kl. 19 - 21.30 Fri entré
Galenos Centret • Jagtvej 111 • Kbh. N

Århus: Fre. d. 7. sept. kl. 19 - 21.30 Fri entré
Mårslet Fysioterapi • Mårslet Station - 20 min. fra Århus

Grundkurser

Kbh.: (Foredrag d. 31. aug. +) d. 1.-2. september

Århus: (Foredrag d. 7. sept. +) d. 8.-9. september

Rekvirer brochurer:

Rosenmetoden

Tlf. / fax: 39 66 15 85

www.rosenmetoden.dk



Birch & Krogboe

RÅDGIVENDE INGENIØRER



København

Esbjerg

Holstebro

Odense

Vejle

Aalborg

Århus

PERSONALEFORENINGERNE

OPSLAGSTAVLEN

Til læsernes brevkasse har I i sidste nummer bl.a. rejst spørgsmålet: "Hvad synes du om en tandlægestol"? og her kan jeg da godt bidrage med min erfaring gennem nogle års besøg i "stolen".

I min høje alder af næsten 60 år har jeg et utal af gange aflagt nogle tandlæger besøg. Lidt for mange gange - synes jeg nok. Det har samtidig været en ret så dyr fornøjelse at forsøge at holde tænderne ved lige. Alt for mange huller i tænderne allerede da man var ung, fordi skoletandlægen ikke var opfundet, da jeg gik i skole. På landet fik de fleste "mundens ryddet" i en ung alder, og derved kunne man da undgå tandpine og tandlægestole resten af livet!

For mit vedkommende er det lykkedes at bevare tænderne og dermed også at skulle besøge tandlægestolene. Det gik udmærket, da jeg var ung og kun tænkte på tandlægebor, smerte, bedøvelse, som dog sagtens kunne få en til at vride sig i stolen.

Da disse ting nogle år senere blev ledsaget af problemer med at sidde smertefrit i tandlægestolen p.g.a. MB, ja - da var besøget ikke det, man så frem til, når tandlægens erindringskort dumpede i postkassen og mindede en om det forestående.

Tandlægens behandlingsudstyr blev løbende forbedret med kølende vand o.m.a., men da patienten skulle ned i liggende stilling, og hovedet ikke længere kunne nå nakkestøtten, blev det problematisk.

Gennem mange år havde jeg et par tandlæger, som ikke vidste noget om MB, og i mange år anede jeg heller ikke, hvorfor jeg som hans besværligste patient ikke kunne finde hvile i stolen.

Men, da jeg for 10 år siden skiftede tandlæge, opdagede jeg til min lykke, at tandlægen ved første besøg fandt et par håndklæder, som blev rullet under nakken som støtte. Den løsning havde han anvendt på en anden patient.

Efterfølgende anskaffede tandlægen en stol med en indretningsmulighed, så nakkestøtten alene kunne give en rimelig støtte.

Jeg roste tandlægen for hans initiativ og drøftede virkningen indgående med ham. Det bevirkede, at han (jeg tror meget for min skyld!) for nylig har anskaffet en nyere model af tandlægestolen, som er virkelig god for en MB'er, idet der er endnu flere indstillingsmuligheder.

Et tandlægebesøg er der vel ikke mange, som nyder, men jeg kan i hvert fald udtrykke, at stolen ikke længere behøver at være end del af pinen!

Hvis I vil forsøge at påvirke jeres tandlæge til at tage godt hensyn til en MB'er, så har jeg luret, at den nye stol er fabrikket "Stenstrup, Nordjysk Dental Fabrik".

Min hensynsfulde og dygtige tandlæge er i øvrigt Steen Rosby, Århus.

Venlig hilsen
Leif Holm

Gratis KATTERÅDGIVNING

i gigtrelaterede
kattespørgsmål
tilbydes.
Henvendelse til
Niels Vous,
Sadelmagerporten 4,
lejl. 519,
2650 Hvidovre
tlf. 36 77 40 77
vous@mail.dk

Få varmen igen

Connie fortæller, at hun har haft problemer med kolde hænder og fødder, men efter at hun taget fiskeolie tabletter Eskimo-3 som kosttilskud i en måned, er hænder og fødder altid dejlig varme. Connie må igen putte en fod under ægtefællens dyne.

Connie tager som smertestillede middel et kosttilskud Biona Gitadyl dagligt.

Hverken med Eskimo-3 eller Gitadyl har Connie dårlige bivirkninger.

med venlig hilsen
Bjarne

Et vestfynsk natur-

Nakkelund®

MÆLKEBØTTESAFT

produkt, **brugt** af danskere

i mere end **40 år** mod **gigt, ledsmerter,**

eksemer, allergi, åreknuder og som

kosttilskud for almindeligt **velvære.**

Telefon 6478 1052 • www.nakkelund.dk

Telefontid: Dagligt 08.00 - 13.00, tirsdag tillige 16.00 - 18.00

Udsigt til et langt bedre liv...



NYHED



I det høje, kolde Nord lever eskimoerne et sundt liv i pagt med naturen, uden de udbredte hjerte/kar sygdomme, en stor del af den øvrige verden kender.

En del af forklaringen herpå er de vigtige Omega-3 fedtsyrer fra bl.a. sælkød og -spæk.

Terra Novas synkevenlige **Omega Plus** kapsler indeholder ren naturlig sælolie, der udover de kendte og gode Omega-3 fedtsyrer EPA og DHA indeholder en særlig umættet fedtsyre DPA, der sammen med de øvrige Omega-3 fedtsyrer optages både hurtigt og effektivt i kroppen.

Omega Plus er desuden rig på naturlig E-vitamin og er helt uden fiskesmag.

Fås bla. på apoteket. Importør: JEPA A/S Tlf. 39 16 18 14

m3

Send ind og vind flotte præmier!

EP 0202	KENDT REJSENDE	KONGELIG	AGITERET MODERNE		ROVFUGL	MÅLERNE	RETNING	TRÆ	GILDE	SUPER- OPTIMIST	LEVER	AFGRØDE		SPYD	MORET SIG
VINTER- MOD- NING			3											VOKAL	
				2			SMØRE- MIDDEL								
LYSKILDE			TRÆET AFKORT- NING					TIN			tone	1		OPBEVA- RINGS- STED	
UNG								RØRIG			GL. FORM				
VEJ	SLAGS				OVER- SKURK		PRÆSI- DENT- MORD								
				SAMMEN- SLUTNING M. MUND				THOR				PATINA			BADE- TØJ
								SKJULT				KORT			
FOR- HOLDS- ORD		PROGRAM					GAMMELDAGS OG GROVE						6		
PIGE		DELT													
DUEL						HUSVEN LUNGE- SYGDOM					TYING MÆRKE- LIG				
							DRIK			DYRELYD		NAVN			
												VOKALER			
STAT	4							FORÅR HENNE		7					RUM
SVENSK TAL		NAVN					SVERIGE TONE		FRISE						
					TROELS				ENS						
				AFRETTE						GIDES		5			
				SPISE						RETNING					
						MØBEL						STEMME			
						DANS									
GÅ TÆT PÅ FORK.			VIN- DISTRIKT DYR					TEGN				SKAM	8		
								FUT				ENS			
		STRÆF RETNING							TALJE				DAMP		
PARTI															
DOPING					GULD						ANLØBE				

Udfyld kodeordet og send eller mail det til redaktøren: Claus Rønlev, Kr. Koldsvej 54, 8230 Åbyhøj
– roenlev@post10.tele.dk senest den 1. november 2001, og deltag i lodtrækningen om 2 x 1 stk
JENSEN hovedpude med pocketfjeder, sponsoreret af JENSEN MADRASSER, Danmark!
Vinder navnene offentliggøres i næste nummer.

Kodeord:

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

Tillykke til vinderne fra sidste nummer:
Anette Kjærulf, Sorø og K.L. Pedersen, Tommerup,
der vil få gevinsten tilsendt direkte fra Jensen Madrasser

Krydsord lavet af Erling Pedersen, Fynskredsens



JENSEN
MADRASSER

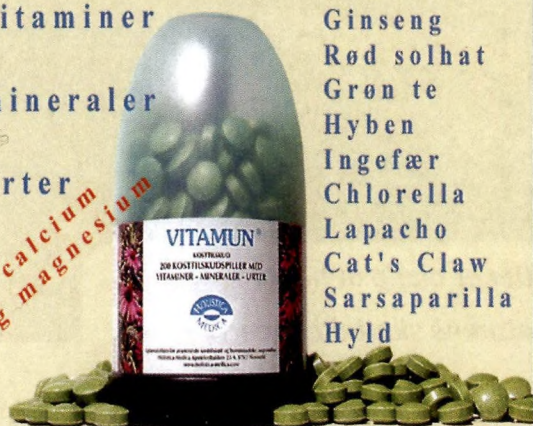
Vinterens nye kosttilskud

13 vitaminer

10 mineraler

10 urter

600 mg calcium
400 mg magnesium



Ginseng
Rød solhat
Grøn te
Hyben
Ingefær
Chlorella
Lapacho
Cat's Claw
Sarsaparilla
Hyld

VITAMUN indeholder flere mineraler, sporstoffer og urter end noget andet multi-vitamin-mineralkosttilskud på markedet. Med hele 13 vitaminer, 10 mineraler og 10 urter er VITAMUN absolut det fuldendte kosttilskud.

Fås hos Matas og Helsekostforretninger



Holistica-Medica
Apotekerbakken 23 A, 8783 Hornsyld
Tlf: 7683 3000. www.holistica-medica.com

Hensynsfuld indretning



Vi indretter din bil i samarbejde med dig for at få bedst mulige resultat m.h.t. betjening og ergonomi.



Samtidig sætter vi stor ære i at bevare pladsen og komforten for din familie og venner.

Indretning: Drejesæde m. bilens eget sæde, Håndbetjening, Kran for kørestol på bagsædet, El-skydedør, Bagsæde kortet af - bagsædeplads til 1 person.

Langhøj

Auto-Indretning ApS

Tlf. 86 16 49 14



W W W . L A N G H O E J . D K

Svømmebassin for alle



Pris fra 6.500,- for 12.800 liter med renseanlæg og stige
Sendes over hele landet
15 års garanti fra USA

Enkel og hurtig montering på plæne eller gårdsplads. Størrelser fra 3,60m til 10 m. (Runde eller ovale)

Ring nu for gratis brochure eller video!

BASSIN IMPORT

98 19 36 50 el. Aalborglager 40 81 47 53
(mellem kl. 08 - 22)

**SILKEBORG
BOGTRYK**

Stagehøjvej 27 · Box 52 · 8600 Silkeborg
Telefon: 86 82 16 55 · Telefax: 86 82 11 28
E-mail: sb@silkeborg-bogtryk.dk

**Mangler du den
unikke gaveidé?**

Kig ind på www.butik-pompadour.dk – her finder du smukt kunsthåndværk og håndarbejde – og måske den gaveidé du lige står og mangler!

Butik  Pompadour
BRUGSKUNST

www.butik-pompadour.dk

Befordringsfradrag - især for unge

Gennem nogen tid har jeg konstateret, at en del unge mennesker løber ind i problemer med at overbevise skattevæsenet om, at de overhovedet har en bil.

For unge mennesker er det typisk, at bilen bliver forsikret i en forælders navn. Det sker fordi, at personer (vistnok under 25 år) ofte må tåle en væsentlig højere forsikringspræmie. Det har nemlig statistisk vist sig, at det er denne aldersgruppe som er årsag til en relativt stor del af samtlige registrerede ulykker, hvor biler er involveret.

Derfor er det nærliggende at lade bilen - forsikringsmæssigt - være registreret hos forældrene.

Det er nok ikke lovligt ud fra de regelsæt som forsikringsselskaberne arbejder ud fra. Uden at være medvirkende til at nedtone dette problem, tror jeg ikke at jeg får en retssag på halsen for en påstand om, at forsikringsselskaberne langt hen ad vejen ser gennem fingre med denne omskændighed.

Hvis f.eks. "farmand" kommer til forsikringsselskabet for at få en sådan bil forsikret, er det mit indtryk, at de i et vist omfang vender det blinde øje til, måske især hvis han i forvejen har et kunde-

forhold til forsikringsselskabet, som dels kan være ganske omfattende, dels har stået på over en årrække.

Rent skattemæssigt skulle det ikke give problemer. Der synes i hvert fald ikke at være hverken hjemmel til - eller praksis for - at skattevæsenet kan se bort fra dette arrangement; blot fordi at et regelsæt udenfor skattelovgivningen næppe er opfyldt til fulde.

Det er dog vigtigt, at den unge står som den reelle ejer, f.eks. på slutsedlen, da bilen blev købt.

Faktisk har der været truffet en afgørelse (tilbage fra den tid, hvor man reelt skulle køre i bil for at få almindeligt befordringsfradrag efter ligningslovens § 9 C) hvor man indrømmede dette fradrag, selvom den pågældende skatteyder kørte i en bil, som - af forsikringsmæssige årsager - netop stod registreret i farens navn. Men læs endelig også afsnittet nedenfor om, at du skal have udgifter til bilen.

Nu skal tungen holdes lige i munden!

De særligt skattetekniske interesserede læsere skal lige have følgende lille "svada". Hvis du synes det er "sort snak" så gå trøstigt videre i teksten, da det kun angår § 9 C. Ikke § 9 D, som jo er den interessante lovbestemmelse for kronisk syge:

Selve essensen af afgørelsen (fradrag selvom bilen forsikringsmæs-

sigt står registreret i en andens navn) må antagelig være et udtryk for skattevæsenets accept. Derfor konklusionen i afsnittet lige ovenfor.

Men ellers er afgørelsen som sådan forældet. Som nævnt i indledningen er det nemlig ikke længere en betingelse for fradrag efter § 9 C, at der reelt er kørt i bil. Fradrag efter § 9 C er et rent beregningsfradrag.

Du skal selv have afholdt udgifterne

Tilbage til § 9 D. Og her kan det ikke siges for ofte: Hvis du har kørt i bil og vil have fradrag efter denne paragraf, skal du kunne dokumentere, at du har afholdt udgifter til bilen.

Skattevæsenet kan se om du ejer en bil. De får oplysningerne direkte fra Centralregistret for Motor-køretøjer. Og hvis ens bil står i registreret i f.eks. faderens navn, ser det jo - med skattevæsenets øjne - ud som om, man ikke ejer bil.

Er dette tilfældet skal der jo ikke megen fantasi til at forestille sig, hvorfor skattevæsenet drister sig til at spørge, hvorfor pokker man fratrækker befordringsudgifter med biltaksten eller faktiske udgifter, når man ikke har en bil!

I denne situation er det også vigtigt at holde ganske nøje styr på sine udgifter. Og at man kan sandsynliggøre, at det er en selv som har afholdt udgifterne. Selvom jeg nødigt vil være ophavsmand til, at unge mennesker anskaffer sig kreditkort, vil jeg alligevel sige, at et kontokort hos et benzinselskab her kan være en rigtig god dokumentation. Og det er rigtig fint hvis man kan vise, at den fysiske betaling for køb af brændstof er trukket på ens egen konto.

De fleste benzinselskaber vil formentlig foretrække (måske ligefrem kræve), at betalingerne sker via betalingsservice. Det har den fordel, at ens dokumentation for fysisk betaling nu er helt vandtæt. Det er blot at gemme de månedlige oversigter. På dem kan du, ud over selve købene, også dokumentere hvilken konto det samlede månedlige beløb er trukket fra.

Sagen sat på spidsen - en helgardering

Det gælder også f.eks. forsikringspræmien. Selvom den jo ellers typisk lyder på et andet navn. Står du med en giroopkrævning på en bilforsikring og din fars navn er påført,

Fortsættes side 31

Ups,
- godt det er fatters bil!



**Nyd et ophold på rekonvalescenthjemmet.
Nu med eget bad og toilet.**

>>LYSGLIMT<<

i Gilleleje Tlf. 48 30 02 47



Badesæbe • Special/Intimsæbe
Sæbe • Vaskecreme
Cremebad • Shampoo
Hudcreme • Hudlotion
Håndcreme • Olie
Stødpudesalve • Zinksalve

Johnson & Johnson

Blokken 39
3460 Birkerød
Tlf. 45 94 82 00
Fax 45 94 82 12
www.jnj.dk

Kørestolsbrugere på rute 800

Kørsel med kørestolsbrugere på rute 800 mellem Nykøbing Falster og Odense udføres som taxakørsel med en daglig afgang i hver retning.

Kørslen gennemføres kun, hvis der er passagerer, som i forvejen har bestilt plads på turen. Optagning og afsætning sker kun ved stoppestederne for rute 800.

Sådan bestiller De kørslen

Hvis De vil med afgang fra Nykøbing F., skal De ringe og bestille plads hos Nykøbing F. Taxa på tlf. 54 85 43 44.

På turen fra Odense skal De ringe til Odense Taxa på tlf. 66 15 44 15. Kørslen skal bestilles *senest 3 timer* før afgang fra henholdsvis Nykøbing F. eller Odense - også selvom De først skal med taxaen fra et af stoppestederne langs rute 800.

Der er kun plads til maksimalt 2 kørestolsbrugere daglig i hver retning, så pladserne fordeles i den rækkefølge, bestillingerne modtages på telefonen. Hver kørestolsbruger kan have en ledsager med, der ikke selv sidder i kørestol.

Hvad er prisen?

Kørestolsbrugere skal betale samme pris for taxakørslen, som en almindelig bustur med rute 800 koster - d.v.s. pensionisttakst. En eventuel ledsager betaler også normal bustakst - d.v.s. barn-, voksen- eller pensionisttakst.



Fyns Amt



Storstrøms Trafikselskab



JOHAN fik gejsten tilbage med indiske urter

NÅR KROPPEN føles stiv og øm, skyldes det oftest små inflammationer og væskesamlinger. Kroppens reaktion på stivhed resulterer i at gejsten og det gode humør let forsvinder. Det bliver sværere at føre et aktivt liv og livskvaliteten forringes.

• **JOHAN JOHANSSON** bor på landet med sin veninde og katten Sixten.

—Mine problemer begyndte for et par år siden, da jeg fik ondt rundt omkring i kroppen. Det kunne være i skuldrene, fødderne eller ryggen, ja faktisk lidt over det hele. Jeg kunne mærke hvordan irritationerne flyttede sig rundt i kroppen.

—Jeg tror, at det skyldes de mange år som postbud. Det slider på kroppen. Men jeg havde stadigvæk mange ting jeg ville gå igang med, og problemerne gik samtidig ud over mit ellers gode humør. Så fik jeg muligheden for at prøve en ny urtedrik, der hedder **Curcur**.

Ømheden forsvandt

—Jeg havde ikke de store forventninger til at det ville fungere, men efter en måneds tid kunne jeg mærke en stor ændring. Jeg var ikke lige så stiv og øm i kroppen.

Fuld fart igen

—Så nu er det fuld fart igen. Jeg går til dans og jeg ordner have. Nu har jeg overskud og lyst til at gå igang med det hele igen. Jeg

har fået gejsten tilbage. **Curcur** har virkelig givet mig mere glæde.

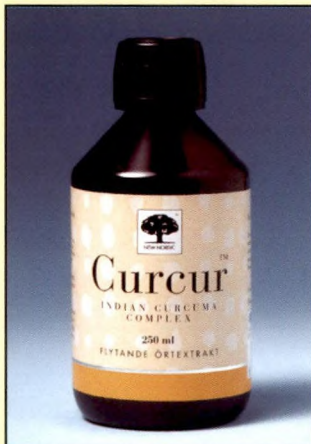
Fra Indien til Danmark

Curcur indeholder udtræk fra blandt andet gurkemeje. Gurkemeje – eller *Curcuma longa* – som det hedder på latinsk, kommer fra Indien. Indenfor den hinduistiske tradition er gurkemeje den urt som hovedsageligt anvendes mod ømhed i kroppen.

Årsagen kan forklares

Nye undersøgelser afslører, at det er den naturlige gule farve i gurkemejen, der er så god for kroppen.

Efter kendte phytotherapeutiske principer indeholder **Curcur** desuden andre urteekstrakter, der støtter gurkemejen. De andre urter i **Curcur** er ingefær, artiskok og brandenælde.



Curcur sælges hos Matas og i helsekostbutikker. Yderligere oplysninger tlf. 46 32 33 44.



Ergonomisk rigtigt køkken indrettet til dig

Hos Invita indretter vi personlige køkkener. Det betyder, at vi sammen med dig udvikler det køkken, der passer til dine behov, din smag og din livsstil. Specielt for bevægelseshæmmede har vi udviklet en række mobile og flexible løsninger, der gør, at dit nye køkken indrettes til dig og ikke omvendt.

Invita Køkkencenter
Navervej 2, 8600 Silkeborg
Tlf. 86 81 23 77



- det personlige køkken

Vinterdepression?

Løsningen er BioLys!

Nemt, billigt og effektivt

Vi har danmarkspremiere på et unikt nyt system mod modløshed i de mørke perioder. **BioLys** er et nyt og effektivt alternativ til lyspaneler.



BioLys giver en rumoplysning på 6.500 kelvin der svarer til det normale dagslys. Lysintensiteten er op til 10.000 lux.

BioLys er også EL-spærepærer med 10.000 timers brændetid. Pærerne fås med brede eller smalle standardfatninger. De kan derfor anvendes hvor som helst i klinikken, på arbejdet eller i hjemmet.

Vejl. udsalgspris kr 380,00

For nærmeste forhandler, kontakt BioVita ApS:
Tel.: 76 26 07 66 · Fax 76 26 09 66





Nyt fra kredsene



FYNS KREDSSEN

Kære medlemmer!

Så er vi kommet ind i et nyt år, og så skal der igen til at ske en del i vores lille forening.

Vi kan stadig glæde os over at få flere medlemmer, og vi vil gerne byde Jer hjertelig velkommen i foreningen.

Vi har nu sammensat vores program for det kommende år, og der er som sidste år sat fokus på den lægelige side, hvor vi i dette år har en medicinsk læge samt en øjenlæge som foredragsholdere. Derudover vil vi bruge en del tid på at styrke vores nuværende varmtvandstræningshold, samt evt. etablere nye hold andre steder på Fyn. Bestyrelsen vil også i løbet af året arbejde på at få en mere direkte kontakt til det enkelte medlem, og at det enkelte medlem begynder at kommunikere bedre med andre medlemmer, idet det er bestyrelsens motto, at vi alle skal hjælpe hinanden med at få et bedre liv.

MØDEKALENDER: 11/3 kl.19.00 Falckgården, Odense hvor der afholdes generalforsamling. Kl.20.00 får vi besøg af øjenlæge Birger Bro Christensen, som har klinik i Odense og Svendborg, der vil fortælle om øjensygdomme samt om regnbuehindebetændelse.

21/3 kl.19.30 mødes vi på Bramdrupdam Kro, hvor vi er inviteret til møde i Vejle /Ribe kreds. Vi skal overvære et foredrag af en "knaldhamrende dygtig" socialrådgiver, der vil fortælle om fleksjob og den nye pensionsreform.

SOMMERUDFLUGTEN går i år til Odense Zoo, hvor vi skal på aftenrundvisning med Guide, og nyde Fyns nye store turistattraktion. Dette arrangement vil du høre meget mere om.

EFTERÅR. Her vil vi i samarbejde med Vejle/Ribe kredsens besøge OUH, hvor overlæge Leif Ejstrup vil holde et foredrag om den medicinske side af Bacterew sygdommen, derudover vil vi høre hvor langt man er nået med forskningen i udlandet.

Vi glæder os til at se mange af Jer til vores møder.

Med venlig hilsen

p.b.v. fmd. Poul-Arne Elnegaard

ØSTJYLLANDS KREDSSEN



I december måned var bestyrelsen inviteret til møde på reumatologisk afdeling, Kommunehospitalet for at drøfte et nyt tiltag herfra, nemlig et såkaldt 'Standardprogram for MB', som vi forlods havde haft til gennemlæsning.

Vi kunne glæde os over en tydelig forbedring, idet der nu er fastlagt omhyggelige procedurer for, hvorledes nydiagnosticerede MB-ere skal håndteres af alle faggrupper, (læger, sygeplejersker, fysio- og ergoterapeuter og socialrådgiver) ligesom der er sikret et godt tværfagligt samarbejde mellem disse.

Det har været og er bestyrelsens ønske og vision, at vores Sundhedsskole opnår den anerkendelse, at den bliver en indarbejdet del af reumatologisk afdelings tilbud. Visioner af denne karakter måtte vi desværre kikke langt efter ved det omtalte møde.

Når dette læses, vil vi have holdt introduktionsmøde for nye medlemmer, som vi håber vil være en god hjælp til de nye i forhold til at komme 'indenfor'. Og der er faktisk mange nye, for alene i 2001 fik vi 22 nye medlemmer. En glædelig fremgang - velkommen til alle.

Ligeledes har vi netop holdt foredrag med afdelingslæge Berit Schiøtz-Christiansen på Marselisborgcentret. En begivenhed, som vi pr. erfaring ser frem til.

Husk generalforsamling og foredrag den 6. maj i Marselisborgcentret, som medlemmerne vil få brev om senere.

Med venlig hilsen

Claus Rønlev, fmd,

SØNDERJYLLANDS KREDSSEN



Julearrangement: Vi havde torsdag den 6. december Julehygge på Gigthospitalet i Gråsten.

Aftenens program stod på højtlesning, fællessang, gløgg og æbleskiver. I løbet af aftenen diskuteredes også det aktuelle indslag om MB i "Lægens Bord". Vi håber at DR senere vil tage emnet op igen og behandle det mere seriøst. Tak til de 41 fremmødte for en hyggelig aften.

Bestyrelsesmøde: Har været afholdt tirsdag den 5. februar.

Generalforsamling: Vil blive afholdt i slutningen af marts eller først i april. Derom senere.

Bassintræning: På Gigthospitalet i Gråsten tirsdage & onsdage i Rødding Hallerne på torsdage.

Til sidst skal der lyde et velkommen til de 9 nye medlemmer der er kommet til i det forløbne år.

Med venlig hilsen

Bestyrelsen

PS: Et stort tillykke til Jørgen med de 60 år ved årsskiftet.



ACTERA

FORENINGEN DANMARK'S

Sygeplejersker
tilbyder GRATIS måling
af dit blodkredsløb...

**...Har du smerter, kramper,
kolde ben, åreknuder
eller hævede ben..?**

**...Det skyldes ofte
dårlig blodcirkulation**

Læs artiklen
og få mere at vide



Kontakt Actera foreningens nærmeste sygeplejerske...

Aalborg,	Tlf: 98101271	Kolding,	Tlf: 76301271
Frederiksberg,	Tlf: 38103711	Næstved,	Tlf: 55723064
Hillerød,	Tlf: 70277170	Odense,	Tlf: 66124664
Holbæk,	Tlf: 59441540	Slagelse,	Tlf: 58522040
Karlsunde,	Tlf: 70208182	Århus,	Tlf: 86110002

Udsendt af: AFD - Actera Foreningen Danmark
AFD er en sammenslutning af Danske Sygeplejersker Tlf. 58 52 20 40



Reserveret

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 2002

Enkeltværelse: 640 kr. pr. døgn.
Dobbeltværelse 1250-1350 kr. pr. døgn.
Tillæg for eget bad og toilet: 50/70kr. pr. døgn.
Tillæg for helligdage: 135 kr. pr. døgn.
Priserne er incl. forplejning og evt.,
behandling hos fysioterapeut.
Ophold under 4 døgn 160 kr. pr. døgn.
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.: 5826 1003
Fax: 5826 1803



DEN SUNDE MÅDE AT SIDDE PÅ

®



SID SUNDT

Stort udvalg i ergonomisk rigtigt opbyggede hvilestole. Fås med trinløs rygregulering, samt el-sædeløft og lændepumpe. Siddehøjde og -dybde kan tilpasses.

Ring efter
brochure
48 24 81 61

fårstrup
comfort



VESTERGAARD MØBLER

KØBENHAVN
Torvegade 55-57
1400 København K
Telefon 32 57 28 14

ROSKILDE
Sankt Ols Gade 13
4000 Roskilde
Telefon 46 32 32 48

HILLERØD
Helsingørgade 10
3400 Hillerød
Telefon 48 24 81 61

LYNGBY
Jernbaneplassen 23-25
2800 Lyngby
Telefon 45 87 54 04

MIDTJYLLANDS KREDSSEN

I efteråret 2001 havde vi en aften besøg af ridefysioterapeut Rikke Torgersen, der fortalte om ridefysioterapi, noget som næsten ingen MB-patienter kender noget til. Det blev en god aften med mange interesserede - om end skeptiske - spørgsmål, som Rikke Torgersen besvarede kyndigt og med begejstringens varme. Jeg vil ikke give et egentligt referat af aftenen, men henviser til artiklen som trykkes i kommende nummer af dette blad.

Vores fysioterapeut Susanne Næsted, som var med til at stifte kredsforeningen i januar 1988 og som siden har ledet et MB-bassinhold en aften om ugen i Skive, er blevet træt af aftenarbejde og tilbyder nu kun særlig MB-træning onsdag formiddag. Da det indtil nu mod forventning har vist sig umuligt at finde en fysioterapeut, der vil overtage aftenholdet, kan vi ikke mere anviser bassintræning om aftenen, og eftersom vi er spredt over et ret stort område og med lange køreafstande, har vi opgivet at arrangere de uformelle hyggeaftener, som af og til afsluttede bassintræningen. Vi har derfor kun planlagt ét møde i foråret 2002.

Tirsdag den 12. marts kl. 19.00 på Gigtlejehjemmet i Skive holder overlæge Jon Erlendsson et foredrag om MB's følgesygdomme, herunder gigt i ledene på arme og ben, tarmbetændelse, forandringer i lungerne og de sjældne forandringer i hjertet. Derefter (ca. kl. 20) er der ordinær generalforsamling. Dagsorden efter vedtægterne. Per Kristiansen og Herluf Pedersen er på valg. Af hensyn til forudbestillingen af kaffe beder vi alle, der vil komme, om at melde sig til bestyrelsen, f.eks. på tlf. 86 62 73 64, senest søndag den 10. marts.

Nakkestøtter til udlån.

Kredsen har købt to nakkestøtter til bilkørsel af dem, som Jon Erlendsson i medlemsbladet anbefalede som de bedste. De medlemmer, som er interesserede i at prøve sådan én et stykke tid, kan henvende sig til Aksel Jensen, tlf. 86 65 12 80.

*På bestyrelsens vegne
Michael Dohn*

VESTSJÆLLANDS KREDSSEN

Vestsjællands Kredsen afholdte medlemsmøde d. 17. november 2001 på Hotel Krebshuset i Sorø. Vi havde håbet på ca. 30 fremmødte, men endte med 45, så det var lidt trangt med pladsen. Det var dog rigtig godt at bemærke, at så mange havde lyst til at tage deres bedre halvdel med til arrangementet.

Mette og Lene fik den første halvanden time til deres rådighed for at fortælle os om SR Bistand og deres virke på frivillig basis. SR Bistand yder frivillig og gratis socialrådgivning, og kan træffes ved personlig henvendelse mandage mellem klokken 19 og 20 i Vagtbygningen på Grønnegades Kaserne i Næstved (postnummer 4700) eller ved telefonisk henvendelse på torsdage mellem klokken 19 og 20 på telefon 5599 2686

Så kom Lene Lauritsen på banen. Lene gav os en god opsang, om det at leve med gigt. Lene gav os en masse spændende og gode råd om at leve med gigt i almindelighed, og at få sexlivet til at harmonere med gigten i særdeleshed.

Bjarne Wyrwik, telefon 5932 8907, mail bwy@Codan.DK har skrevet et udførligt referat fra arrangementet, som I er meget velkomne til at rekvirere.

Kredsens generalforsamling afholdes d. 23. marts 2002. Indbydelse med sted og tidspunkt samt dagsordenen for generalforsamlingen tilgår alle kredsens medlemmer i uge 8. Husk at reservere eftermiddagen allerede nu !

Som omtalt i nytårshilsenen til kredsens medlemmer er det "vores tur" til at afholde landsmøde. Vi ser frem til at hilse velkommen til Kursuscenter Rørvig. Nærmere herom er ligeledes omtalt andet steds i bladet.

*P.b.v.
Grete Jensen*

SYDSJÆLLANDS KREDSSEN

Mandag den 11.marts afholder MB-Sydsjælland ordinær generalforsamling.

Den foregår som sædvanligt i Futura-Cafeen, Ringstedgade 20, Næstved. Der kan eventuelt parkeres udenfor eller i gården bag Fog (Ehlers) supermarked, som ikke ligger så langt fra stationen.

Dagsorden if. vedtægterne, der kan sendes forlods til interesserede. Generalforsamlingen starter 20.15-20.30 efter flg. arrangement.

I forbindelse med generalforsamlingen indbyder vi til et oplysende arrangement kl. 19.00 - ca.20.15 - hvor psykolog Lisbet R. Larsen fra Fuglebjerg vil holde et foredrag om Gigt og Følelser.

(Medbring gerne pårørende, venner og bekendte).

Kaffe, te, ostemad, vand o.l. på stedet.

*Venlig hilsen
Svend C. Dahl, formand*



RHEUMAKLINIK

BAD BRAMSTEDT



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

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



SPECIALSYGEHUS OG REVALIDERINGSCENTER

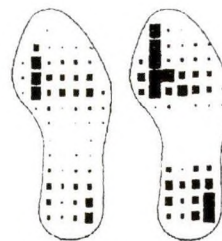
Oskar-Alexander-Straße 26 • 24576 Bad Bramstedt • Tyskland
Telephone: +49 4192 90 20 10 • Fax: +49 4192 90 23 73
Internet: www.rheuma-zentrum.de • e-mail: info@rheuma-zentrum.de



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 føddernes 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 fabriktionsfejl.**

Fås hos Matas, Helsekostbutikker og Apoteker.

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

e-mail: probody@vip.cybercity.dk

GENKENDER DU NOGET?



Koncentrationsproblemer



Træt og nedsat aktivitetsforvar



Søvnløshed



Svækket immunforsvar



Dårlig hukommelse



Reumatiske problemer

VI LEDER
GERNE EFTER
FORKLARINGER

HÅRMINERAL ANALYSE

- et vigtigt diagnostisk redskab når symptomer og sygdomme skal afdækkes.

Belastninger fra skadelige stoffer og manglende forsyninger gør livet problematisk. Det behøver det ikke at være. Hårmineralanalyser er en sikker, smertefri og effektiv metode til afdækning og forebyggelse af sygdomsårsager. Mennesket udsættes dagligt for skadelige stoffer fra industrien, biler, fly, fra maden vi spiser, vandet vi drikker og fra Amalgamfyldningerne i vores tænder. Symptomer og sygdomme som allergi, nedsat immunforsvar, koncentrationsbesvær, reumatiske problemer, følelsen af at være træt, deprimeret og uoplagt, hyperaktivitet og indlæringsproblemer hos børn, diffuse smerter og osteoporose kan være forårsaget af en ubalance i kroppens mineraler eller forgiftninger med tungmetaller. Hårmineralanalysen giver et præcist billede af mineral- og tungmetal niveauer tilbage i tiden, og er derfor, når sygdomme skal diagnosticeres, et godt og brugbart supplement til gængse undersøgelsesmetoder som blod- og urinprøver, der giver et "her og nu billede". Til analysen klippes 3 cm hår, målt fra hovedbunden, og analysesvaret er derfor et billede af påvirkninger over de sidste 3 måneder. Dette er særligt interessant i tilfælde af sygdomme, der kan føres tilbage til belastning fra skadestoffer som amalgam (kviksølv), bly, cadmium og arsen. Desuden giver hårmineralanalysen også værdifulde oplysninger om eventuelle under- eller overforsyninger af mineraler.

H.A.I.R.-Scan er et dansk ISO 9001 godkendt analyselaboratorium - det eneste i Skandinavien - som har specialiseret sig i analyser af mineraler og tungmetaller i hår.

H.A.I.R.-Scan afholder også behandlerturser i brug og forståelse af hårmineralanalyser.

Vil du vide mere, er du velkommen til at kontakte os:

Sjælsø Allé 9 DK 3450 Allerød
tel.: +45 4814 1167 fax: +45 4814 6727 e-mail: info@hair-scan.com



Hair Analysis Institute Research Scandinavia
www.hair-scan.com



DRIKKE ALOE VERA - er den rene ufortyndede virksomme væske, presset af den indre gel i sunde, friske blade fra Aloe Vera planten. Drikke Aloe Vera stimulerer fordøjelsen og opretholder og beskytter den naturlige mave-/tarmfunktion

Plantekonsentrationen er 99,4%. Det eneste der er tilsat er: 0,4% antioxidant (C-vitamin) og 0,2% konserveringsmiddel.

500 ml kr. 139,00 og 1.000 ml kr. 199,50

www.aloevera.dk ALOE VERA GROUP ApS tlf.: 39 69 08 14

VEJLE-RIBE KREDSSEN



Vejle-Ribe Kredsens afholder ordinær generalforsamling den 21 marts kl. 19.30 på Bramdrupdam Kro.
Dagsorden iflg. vedtægterne.

I forbindelse med generalforsamlingen, har vi fået socialrådgiver Connie Lund, til at komme og fortælle om den nye pensionslov, der træder i kraft pr. 1.1.2003, samt om flex-og skånejobs.
Vi håber at se rigtig mange, og glæder os også til at se medlemmerne fra Fyns Kreds denne aften.

Med venlig hilsen
Jens Erik Westh

KØBENHAVNS KREDSSEN



I marts måned holder vi møde med Lene Lauridsen, der taler om Gigt og samliv og sex.
Nærmere oplysninger om tid og sted følger.

Københavnskredsens møde den 27. november 2001 om nye gigtpræparater - nærmere bestemt REMICADE (INFLIXIMAB) eller antistof mod tumor Necrosis Factor Alpha - kært barn mange navne.

Ole Majgaard Jensen (OMJ), 1. reservelæge på Klinik for reumatologi, Hvidovre Hospital indledte med at gennemgå sygdomskriterierne for en Morbus Bechterew diagnose. De kriterier man benytter i dag blev fastlagt i 1966.

Herefter beskrev OMJ, Bechterew's sygdom ud fra en immunologisk synsvinkel, et pædagogisk vovestykke, som dog lykkedes, idet "lægelatinen" blev forklaret i mere dagligt sprog. Denne gennemgang af immunsystemets ædlere dele var nyttig for forståelsen af, hvordan Remicade virker i organismen. Sammenlignet med de øvrige kendte præparater NSAID, binyrebarkhormon, methotrexate og salazopyrin, samt fysioterapeutisk behandling og træning, har Remicade vist meget håndfaste forbedringer i Bechterew patienters tilstand i løbet af ganske kort tid.

Vi taler her om patienter med en meget voldsom aktivitet i gigten, store smerter og hvor man har forsøgt anden behandling først, uden resultat.

Remicade går specifikt ind og binder et af immunapparatets signalmolekyler kaldet TNF-alfa, et såkaldt cytokin. Den præcise virkningsmekanisme, specielt effekten på immuncellerne lokalt i leddene, er dog ukendt. En anden ulempe er, at immunsystemet ikke fungerer optimalt, således er der konstateret en lille overhyppighed af ukomplicerede øvre luftvejsinfektioner blandt de behandlede med Remicade.

Behandlingen er meget kostbar, ca. 100.000 kr. om året pr. patient.

Vi venter stadig på flere undersøgelsesresultater. Udover 2 åbne pilotstudier med henholdsvis 11 og 21 patienter, er der en afhandling på vej, der beskriver et større studie af Bechterew patienter i Berlin området, som er behandlet med Remicade.

OMJ omtalte problemerne med overvågning, monitorering af Bechterew's udvikling. Røntgen er et godt redskab til konstatering af ødelæggelsen af leddene i rygsøjlen, mens MR scanning er velegnet til mål af den inflammatoriske aktivitet. MR scanningen er til gengæld dårligt valideret.

OMJ pointerede, at de bedste udtryk for sygdomsaktivitet og -grad kommer fra de forskellige målemetoder som f.eks. BASMI og BASDAI. Se mere udførlig omtale af disse målemetoder i MB Bladet, bind 7, nr. 4 fra 2000.

Mange ping pong spørgsmål og kommentarer føg gennem lokalet under og efter Ole Majgaards foredrag, han afsluttede med nogle overvejelser om, hvilke patienter, der formentlig har størst udbytte af behandling med Remicade:

Yngre patienter, hvor ødelæggelsen af ryggens led kan stoppes/bremses, og patienter med meget stor aktivitet i gigten.

Tak til Ole Majgaard Jensen for et engageret og lærerigt foredrag.

Med venlig hilsen
Torben Jørgensen

NORDJYLLANDS KREDSSEN



Nordjyllandskredsens havde i november et foredrag med rykirurg Søren Eiskjær fra Aalborg sygehus. Søren Eiskjær fortalte bla. om ryg-oprettende operationer. Dette arrangement havde god tilslutning, og der var stor spørgelyst fra de fremmødte.

I løbet af året arbejder vi med flg. arrangementer:

1. Morbus Crohn / Colitis ulcerosa ved en overlæge fra Aalborg Sygehus.
2. Generalforsamling.
3. Foredrag om behandlingssteder i udlandet + Medlemmerne fortæller om egne oplevelser / erfaringer med MB.
4. Foredrag om hundeopdragelse ved Jens Mejdahl.
5. Skånejob / Flexjob.
6. Søvn og forskning ved Søvnlaboratoriet på Aalborg sygehus.
7. Foredrag om en aktiv modstands-mand/kvindes oplevelser under besættelsen 1940-45
8. Opbygning af invalidebiler ved Sahva Auto.
9. Foredrag om andre MB kredses erfaringer.

Vi regner med at kunne arrangere 4-5 møder i løbet af året, men da det har vist sig svært at få arrangeret foredrag med lægerne for tiden, har vi udvidet emnerne lidt. Det kan således også forekomme at vi flytter lidt rundt på rækkefølgen.

Hvis der blandt medlemmerne er forslag til arrangementer, eller kommentarer til bestyrelsens forslag, er i velkomne til at kontakte bestyrelsen.

Med Venlig Hilsen
Claus Larsen



DANAPIN®

DANAPIN®

Badebalsam og Badesalt

Brugt i mere end 60 år.

DANAPIN® Badebalsam og Badesalt er fremstillet af udsøgte æstetiske olier og udtørrer ikke huden.

Til et DANAPIN®-bad med ægte fyrrenåle- og eucalyptusolie bruges 10-30 ml balsam eller badesalt, alt efter styrke. Giver velvære til krop og trætte muskler.

Findes i:

250 ml, 500 ml og 1000 ml.

DANAPIN®

Badebalsam og Badesalt

fås hos MATAS og i Helsebutikker eller WeHa Kosmetik anviser nærmeste forhandler.



WeHa KOSMETIK
DK 6270 TØNDER
Tlf. 7472 2334

Gigtforeningen for



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 (Forening af Unge med Gigt)

P.P. Ørums Gade 11, bygn. 10, 8000 Århus C
Tlf. 86 11 85 21 · www.fnug.dk

Hovedbestyrelsen



Formand

Per Lignell
Alpinavej 1
8660 Skanderborg
arb. 86 92 33 00
pri. 86 57 33 40
per@lignell.dk



Næstformand

Torben Jørgensen
Hjortøgade 1, 4. tv.
2100 København Ø
39 20 93 80
bechterew.kbh@post.tele.dk



Redaktør, Supplement 2

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



HB medlem

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



HB medlem

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



ASIF kommitteret.

Jon Erlendsson
Grønningen 10
8700 Horsens
75 65 78 98
erlendsson@mail1.stofanet.dk



Kasserer

Kr. Hermansen
Mosevang 21, Ulkebøl
6400 Sønderborg
74 42 82 49
k.l.hermansen@mail1.stofanet.dk



Suppleant 1

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



Sekretær

Gurli Busk
Terosevej 14
7800 Skive
97 52 64 14



Suppleant 4

Grete Jensen
Peter Damsvej 61
4180 Sorø
57 83 30 91
Grete@smi.as

Kredsformænd



København

Torben Jørgensen
Hjortøgade 1, 4. tv.
2100 København Ø
39 20 93 80
bechterew.kbh@post.tele.dk



Sønderjylland

Jakob Rousing
Ved Fyret 4, Dalsgård
6300 Gråsten
74 65 22 90
mail2jakob@post.cybercity.dk



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
Grete@smi.as



Nordjylland

Ernst Bisgaard
Søvænget 14
9541 Suldrup
98 37 89 37 / 40 18 27 50
enb@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
m.dohn@mail.dk



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
Bramdrupdam
6000 Kolding
75 56 86 35
famwesth@mail.tele.dk

ENERGI-BOMBEN

- Er du træt og uoplagt, og har du brug for at smide nogle kilo? Så prøv den nye energi-bombe **Pep & Trim**. Jeg bruger den selv hver dag, og efter få minutter kan jeg mærke energi og velvære strømme gennem kroppen. Den er god både til hverdag og til fest, siger Berit Petersen, 28 år, gift, mor til to drenge og i gang med en krævende uddannelse.



Pep & Trim opløses i vand og virker i løbet af 5-10 min. En æske med 7 portionsbreve: 49 kr. eller 36 breve: 199 kr. Matas, helsekostbutikker, Magasin og gennem www.densundelinie.dk Info: 64 81 17 89.

Systemløsninger indenfor ergonomi og logistik.

Kasser, reoler, stole, skabe, arbejdsborde, lamper m.m.

Ring venligst på

98 11 12 11

BLEVA

Kaolinvej 4 - Postboks 249
9100 Aalborg
Telefax 9811 1920



ESTER C-vitamin

Verdens
eneste
C-vitamin
med
patent!



Eneforhandler i Danmark

helgar a/s
DK-4200 SLAGELSE

Til forebyggelse og behandling af vitamin- og mineralmangel. Dosering: 1-2 tabletter 1-2 gange dagligt. Kontraindikationer: C-vitamin øger jernoptagelsen og tilskud bør ikke anvendes til personer med jernophobningssygdomme, tendens til nyresten eller med nedsat nyrefunktion. Må ikke anvendes til børn under 2 år uden lægens anvisning. Normal vejl. udsalgspris kr. 103,00.

Ester C forhandles hvor du normalt køber helsekost.

SCHWARTZ HÅNDVÆRKERSERVICE

VI LØSER PROBLEMERNE

SMERTEFRIT

- OG DER ER PENGE AT SPARE
DØGNVAGT

VAGTTLF. 40 45 37 86



Vi tror på god gammeldags professionel kundeservice
Vi kan tilbyde veludført arbejde i alt indenfor VVS og blikkenslagerarbejde

Så ring og få et uforpligtende tilbud ... der er penge at spare, uden at gå på kompromis med kvaliteten

SCHWARTZ HÅNDVÆRKERSERVICE 2001 ApS

WOLTERSGADE 5-5 A • 2300 KØBENHAVN S

MAN-TORS. 07.30-16.00, FRE 07.30-14.00

TLF. 32 95 26 86 • FAX 32 95 26 36

VAGTTLF. 40 45 37 86 efter kl. 16.00

SCHWARTZ HÅNDVÆRKERSERVICE

Helårstilbud til seniorer

- * 1 og 2 ugers spændende kurser
- * Livlig og seriøs højskoleatmosfære
- * Nordvestjylland – hav, fjord, skov
- * Bygninger i eet plan
- * Godt køkken

Af særlig interesse for gigtforeningens medlemmer: Vi har svømmebassin
- 110 cm dybt, 31° varmt –
og vandmotion for de morgenfriske.

Ring efter vores katalog 2002

SENIORHØJSKOLEN
Nr. Nisum
Tlf: 97 - 8 - 9 - 10 - 11
www.seniorhoejskolen.dk

Du kan nå
Rehab 2002
Pleje & Omsorg
i Fredericia
Messecenter på
under 2 timer.

20.000m² udstillings-
areal med over
500 firmaer.

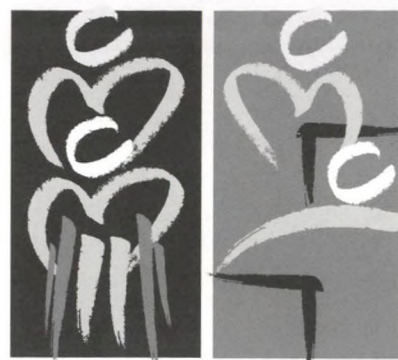
Konferencer,
seminarer,
workshops og
emnecafeer.

Der vises alt fra
avanceret fagligt
og teknisk udstyr til
brugerens daglige
nødvendigheder.

Messen er åben
for alle dagligt
fra 9-17
- gratis adgang
mod registrering.

Rekvirer
adgangskort på
fax 7581 4605,
tlf. 7581 4088
eller e-mail:
info@forsorg-hospital.dk

REHAB 2002 PLEJE & OMSORG



EQUAL OPPORTUNITIES

Nordeuropas største
messe for hjælpemidler,
pleje- og hospitalsartikler

Fredericia Messecenter
14-15-16. maj 2002 . Daglig kl. 9-17

Få mere at vide på
www.forsorg-hospital.dk

Bevægelse og frihed

Porto

Gigtforeningen
Gentoftegade 118
2820 Gentofte



Porto

Gigtforeningen for Morbus Bechterew

v/Per Lignell
Alpinavej 1, Stilling
8660 Skanderborg





Feriecenter Slettestrand til for dig

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: Loftsift, elevationssenge, tilgængelighed m. m.
- Vestkystens strandsti nr. 2: I kørestol direkte til havet - din ret!



Tlf. 9821 7044 · Fax 9821 7544

www.slettestrand.dk

MEDICOVI



MEDICOVI ApS
Tulipanparken 43
8700 Horsens
Tlf. 7565 7795
Fax 7565 8435
medicovi@medicovi.dk
www.medicovi.dk

- den sensoriske
vandfyldte
massagesål



- sålen med den
omgående virkning

- Aflaster smertepunkter under foden
- Reducerer hårhudsdannelse
- Øger blodcirkulationen i fødder og ben
- Støddæmpende og trykafastende
- Aflaster hofte og ryg
- Forsynet med svedreducerende netoverflade
- Dynamisk understøtning af fodfladen

MEDICOVI-sålen er udviklet med basis i den medicinske viden der forefindes på Laboratoriet for Funktionel Anatomi og Biomekanik, Københavns Universitet, der sammen med Center for Sans-Motorisk Interaktion, Aalborg Universitet har testet sålens massagegivende og aflastende effekt.

MEDICOVI-sålens egnethed som arbejdssål er testet af Slagteri- og Kødbranchens Bedriftssundhedstjeneste.

Indmeldelsesblanket for medlemskab af en kredsforening

Navn: _____
Adresse: _____
Postnr.: _____ By: _____
Tlf.: _____ Alder: _____
Amt: _____

Indmeldelsesblanket for medlemskab af Gigtforeningen og/eller abonnement på "Ledsager".

Jeg ønsker 601 ☐ Medlemskab af Gigtforeningenkr. 110,00 årligt pr. person
Jeg ønsker ☐ Medlemskab af Gigtforeningenkr. 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 medlemkr. 84,00 for 6 numre

Navn: _____
Adresse: _____
Postnr.: _____ By: _____
Tlf.: _____

Solo giver overblik over dine konti

Vælger du at gå ind i netbank eller PC bank, kan du let få overblik over alle dine konti, depoter og real-kreditlån. Derudover er der mange almindelige bank-forretninger, du kan foretage dig. Vil du fx betale en

regning, taster du bare nogle få oplysninger fra indbetalingskortet og din kode, så er den ekspederet. Eller skal en betaling hos BetalingsService afmeldes, så er det lige så let.



Solo er din elektroniske indgang til Unibank.
Få mere at vide på www.unibank.dk eller i din filial.



På vej til nye oplevelser med Fiat biler!

Specialister i opbygning / Specialindretning af handicapbiler



Hos os finder De helt sikkert en "Fiat bygget netop til Deres behov" Vi har altid opbyggede biler med udkæring og lift for kørestolsbrugere.

Her kan vi blandt andet nævne:

Fiat Punto

Fiat Scudo Combinato bus

Fiat Ducato Combinato bus

Fiat Ducato Minibus



Som noget helt nyt kan nogle versioner tilbydes med automatgear

Udover at vi kan finde den rigtige bil til Dem klarer vi selvfølgelig alt omkring papirarbejdet både med og uden afgift.
Kort sagt hos os leverer vi en nøglefærdig bil.

Handicapcenter Vest · Hans Rohr



Ladegårdsvej 6
7100 Vejle
Tlf.: 76424141
Over Jerstalevej 17z
6500 Vejens
Tlf.: 73541332

www.laumark.dk



Handicapcenter Øst · Morten Hansen

FIAT

MANNICHE

IGEN!

Sdr. Ringvej 35 E · 2650 Brøndby · Tlf. 70 15 80 40
Hovedvejen 90 · 2600 Glostrup · Tlf. 70 15 80 50
www.fiat-manniche.dk