

MB

MORBUS
BECHTEREW

BLADET

NR. 2 · JUNI 2002 · 9. ÅRGANG

A

Oh Balcova!

Nu er vi blevet undervisere...

Den nye remicade-medicin

Landsmøde 2002

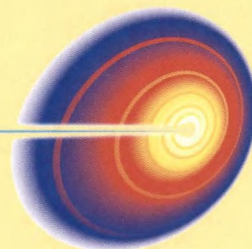
MB X-ord

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 á 25 g kr. 52,15, 1 tube á 50 g kr. 70,60. Fås i håndkøb. Okt. 2001.

FEL06/DK dec. 2001



Redaktion:

Gigtforeningen for
Morbus Bechterew
V/ redaktør Niels Vous
Sadelmagerporten 4, lejl. 519
2650 Hvidovre
3677 4077/2215 0555
vous@mail.dk

Redaktionsudvalget:

Niels Vous (ansv.)
Claus Rønlev,
Jon Erlendsson
Svend Aachmann
Torben Jørgensen

Tegninger:

Per H. Sørensen, tlf.: 9814 3979

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:

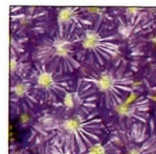
Silkeborg Bogtryk
Stagehøjvej 27
8600 Silkeborg

Deadline: Udsendelse:

20. januar 1. marts
20. april 1. juni
20. august 1. oktober
20. oktober 1. december

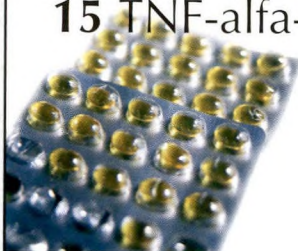
Indhold:

6 Oh Balcova



13 Nu er vi blevet undervisere af læger via internettet

15 TNF-alfa-hæmmende behandling af MB
– et gennembrud ?



20 Fysioterapi på hesteryg

23 Bange for forbehold i kørekortet?

25



X-ord

Send ind og vind flotte præmier!

27



30 Landsmøde 2002



33



Datteren skulle have ny cykel

35 Sex, gigt og jantelov

Spar tid og penge – gør som 350.000 af vores kunder

I Netbank får du nemt og bekvemt overblik over dine konti. Du kan fx se din saldo, overføre penge mellem dine egne og andres konti og betale regninger – alt sammen fra 6 morgen til 2 nat.

Vil du fx betale en regning, indtaster du bare nogle få oplysninger fra indbetalingskortet samt din kode, og så er den klar. Klik på **www.nordea.dk**, eller kom ind til os og hør mere.



Landsformandens betragtninger

Vi hilser med glæde og tilfredshed, at der er ved at komme opblødning i forhold til vores muligheder for at komme til behandlings- og træningsophold i udlandet. Nu er Montebello i Spanien kommet med under det frie sygehusvalg, så Bechterew patienter fra hele landet nu formelt kan søge og blive henvist til behandling her. Men vi savner og efterlyser yderligere behandlingssteder, som er målrettet vores diagnose og med samme muligheder for intensiv træning som på Montebello i Spanien.

Den nye borgerlige regering fører sig frem med en række plus-ord og udmeldinger, som det skal blive mere end spændende at efterprøve i den kommende tid: Frihed for den enkelte – pengene skal følge borgeren – frit sygehusvalg – mest muligt for hver krone osv.

Hvis vi tager Balcova i Tyrkiet som eksempel, er kvaliteten af behandlingen mindst ligeså høj som noget sted i Danmark, mens den samlede pris pr. ophold er væsentligt billigere, hvortil kommer de positive, afledte effekter såsom færre sygemeldte, færre på pension osv., som gode behandlingstilbud vil føre med sig.

Disse fakta må da kunne få smilet frem på enhver ægte liberalist. Vi mener, at alle argumenter – såvel politiske som faglige som etiske – ligger på bordet i forhold til at udvide det frie sygehusvalg overfor behandlinger af gigtramte til udlandet. Nordmændene har for længst indset det, og sender omkring 1200 mennesker af sted på behandlingsrejser hver år.

Mon ikke det er ved at være vores tur?

Med opmuntrende støtte fra el-installatør Freddy Hansen og Bodil Hansens Fond har det været muligt for os at producere en instruktionsvideo, som er målrettet efteruddannelse af de praktiserende læger. Målet er at få nedbragt den – alt for lange – tid, som går inden diagnosen Morbus Bechterew bliver stillet. I dag tager det op til 8 år at stille diagnosen.

Videoen bliver formidlet på Internettet, og vi håber på stor gennemslagskraft, idet vi vil gøre en stor indsats for at promovere den. Se artiklen andet steds i dette blad.

Med disse ord vil jeg ønske jer alle en god, varm og dejlig sommer!



Per Lignell
Formand



Oh Balcova!

Lad det været indrømmet fra starten: Denne artikel bliver aldrig sober og afbalanceret, for jeg har tabt mine følelser her. Det er tre år siden vi sidst var her, min gode ven Ole og jeg. Og gensynet er alle penge – med andre ord 9.460 kroner – værd.

Af Claus Ronlev

Vi befinder os i Izmir, som ligger på den vestlige del af Tyrkiets kyst. Vi er på Balcova Thermal Center på et 3-ugers træningsophold af høj kvalitet. Det er lørdag eftermiddag, regnen siler ned, og blæsten hyler i træerne. Faktisk ligner det lidt dansk efterår. Men det gør ikke noget, for på de første 10 dage har vi allerede set træerne og blomsterne, som er sprunget ud, sanset duften af friskslået græs, og ligget ude



på solvognene med snuden lige i vejret. Men endnu vigtigere: Vi oplever, at miraklet sker, at den forhadte nakke-væg-afstand for anden gang nogensinde er på vej nedad. Sidste gang det skete var også her i kære Balcova. Der må være en forklaring?

Hos frisøren

Ole ville til frisøren i går, og jeg fulgte med, bare for at nyde oplevelsen. I Tyrkiet bliver man nemlig ikke bare klippet. Ole fik vasket hår i alt tre gange, blev raget to gange med kniv, fik to omgange med fontørrer, ordnet de små hår i øjenbryn, næse og ører, og fik til sidst massage fra bælttestedet og helt op! Det med sproget kan jo være lidt morsomt her, men heldigvis var der en ventende kunde, som kunne tale engelsk, så på den måde undgik Ole en permanent. Denne engelsktalende herre viste sig at være tyrkisk ortopædkirurg, hvorfor det var oplagt at spørge om hans mening om, hvorfor behandlingen her på Balcova er i en sådan særklasse.

Hans svar kan refereres i fire punkter:

- For det første fordi personalet er målrettet og højt uddannet. F.eks. tager det 5 år at blive uddannet fysioterapeut her mod 3 1/2 i Danmark. Tilsvarende er lægerne højt uddannet, og Balcova Thermal Center fungerer lægeligt i samdrift med Universitetshospitalet her i Izmir, hvor der i parentes bemærket bor lige så mange mennesker som i hele Danmark.
 - For det andet er Balcova velsignet med thermalvandet, som vælter 80-100 grader varmt ud af det nærliggende bjerg i så store mængder, at det foruden at have dannet grundlag for helsebringende kvaliteter på dette sted i 400 år, også er i stand til at opvarme en hel bydel samt et utal af drivhuse.
- Dette thermalvand indeholder mere end 70 forskellige mineraler og andre gode stoffer, og er basis for behandlingen i Centret, hvor det bliver kølet ned til 35-37 grader og tilbudt vi mennesker i form af et antal vidunderlige marmorklædte bassiner, jacuzzi'er og jetduscher, ligesom det er thermalvand, der kommer ud af vandhanen ved hotellets badekar.



Men tilbage til lægen, som siger:

- At for det tredje hviler behandlingen på en nøje udtænkt kombination af passiv og aktiv behandling, som består af en lang række forskellige tilbud, mere herom senere.
- Endelig fremhæver vores kære læge betydningen af det psykiske i forhold til gigt. Et 3 ugers besøg i Balcova er ikke et hospitalsophold, men en rehabilitering, hvor både

kroppen og sjælen får næring samtidig med, at man er så langt fra familie og rudekuverter, at man ligeså godt kan slappe helt af og glemme alt om at tage hjem i weekenden. – Og det gør man så! Og det virker!

Opholdet

Træt efter en lang rejse med 2 flyskift, bliver man indlogeret på Balcova Thermal Hotel, der ligger 300 m fra træningscentret. Hotellet er af fin og god standard uden at bære præg af overdreven luksus. Indlogering foregår på dobbeltværelser, enkeltværelser mod merpris. Alle værelser har eget nydeligt badeværelse, og der er køleskab, TV og telefon på værelset. Med i prisen hører morgenmad og aftensmad af upåklagelig kvalitet, selvom den store buffet bliver noget ensformig hen på den 3. uge. Vi klarer frokosten således, at vi selv køber brød, smør og pålæg hos de nærliggende handlende, hvorefter vi laver frokost på værelset, ligesom vores kaffeforbrug dækkes af en elkedel og Nescafé, hvilket hotellet ikke har noget imod. I det hele taget er stemningen meget afslappet og uformel. Det er f.eks. OK at møde til middagen iklædt campinghabit. Der bliver gjort rent hver dag, og overalt er der skinnende rent. Mod merpris kan man lade sig indlogere på det lige så nærliggende 5-stjernede Princess Hotel. Et overflødigheds-horn af luksus, men det koster. Her er ikke noget med at smøre madder eller brygge kaffe på værelset, og priserne er høje, også målt med danske kroner, og der klædes om til den daglige grandiose middag, der indtages til levende taffelmusik.

Træningsopholdet

De store varmepåvirkninger og thermalvandets virkninger gør ophold på Balcova risikabelt, hvis du har problemer med dit blodtryk og din hjertefunktion. Derfor skal du hjemmefra, i samarbejde med din læge, udfylde et helbredsskema, som især fokuserer på disse forhold. Glem derfor alt om at tage hertil, hvis hjertet driller. Vel ankommen gennemgår man herefter en grundig lægeundersøgelse, dels af almen, dels af reumatologisk karakter, hvorefter lægen sammensætter dit træningsprogram under hensyn til de problemer, du ønsker behandlet.

Mit daglige program ser således ud:

8.00 – 8.45: Elektroterapi, som udføres ved at der med sugeskopper sættes elektroder på de områder af kroppen, som driller, hvorefter strøm af rislende, kildende eller stik-kende karakter stimulerer og genopretter blodcirkulationen i plagede kropsdele.



8.45 – 9.30: Bassintræning i 35-36 grader varmt thermalvand. Øvelserne ligner dem vi kender hjemme fra varmtvandstræningen. Der bliver gået til makronerne, og "stokkemethoden" er meget populær. Forløbet afsluttes med 5 minutters jacuzzi med luftbobler, som startes i samme bassin.

9.30 – 9.50: Fluidoterapi: Begge hænder stikkes ind gennem manchetter i et apparat, der med hed luft starter en savsmuldsstorm' om hænder og håndled med det formål at fremme blodomløbet.

9.50 – 10.00: En meget tiltrængt thepause, pris 1,60 kr. alt iberegnet.



10.00 – 10.30: Parafinbehandling. Et kvadratmeterstort, vattæppe lignende klæde, der har ligget i blød i flydende paraffin vrides op, og lægges hen over den blottede ryg, hvorefter der lægges et isolerende klæde over. Dette er så



varmt, at et menneske kun netop kan holde det ud. Efter 10 minutter drypper sveden fra næsen, efter 15 minutter koger kedlen, og efter 20 minutter vakler man ør og gennemkøbt ud fra lokalet hen til:



10.30 – 11.15: Individuel fysioterapi, som er dagens stroppe-tur. Her foregår udspænding lige til det knager, øvelser på brikse og på



gulv, men den værste er nu 'Den Trojanske Hest', som man ligger henover på maven og træner rygmuskler. Der bliver stillet krav så det kan mærkes, men det foregår i en let og munter atmosfære i hænderne på mere end almindeligt dygtige fysioterapeuter.

Fortsættes side 9

GÅ IKKE VILD I HUDPLEJEJUNGLEN



Reparér din tørre hud på den mest effektive måde

Tør hud skyldes de små utætheder i hudbarrieren, der opstår ved kontakt med sæbe, vand, rengøringsmidler eller irriterende stoffer i vores dagligdag eller arbejdsmiljø. Reparerer du ikke skaden, kan den i værste fald udvikle sig til et eksem. Nu findes der for første gang en reparerende hudplejecreme, som tilfører de naturlige barrierefedtstoffer, som huden selv bruger til at lukke utæthederne med. Cremen hedder Locobase Repair® og er den eneste creme, der virker i 24 timer.

Har du et arbejde, der er hårdt ved din hud?
Er du nødt til at smøre dig mange gange i dagens løb?
Har du ikke kunnet finde en creme, der virkelig hjælper dig?

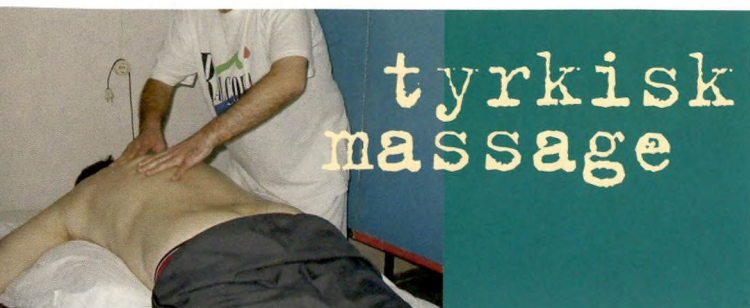
Så er Locobase Repair® den rette creme for dig. Den er også god til sart barnehud, tørre kinder og røde numser. Indeholder hverken farvestoffer, parfume eller konserveringsmiddel.

LOCOBASE REPAIR® - FÅS PÅ APOTEKET

Yamanouchi
Yamanouchi Pharma a/s
tlf. 43 43 03 55
repair@yamanouchi.dk

11.30-12.00 Tyrkisk massage.

Massør er ikke bare noget man kalder sig her. Uddannelsen tager to år, og man kommer i menneskehænder! Forestil dig en bager, hvis røremaskine er gået i stykker, og forestil dig, at du er 80 kg gærdej. Det er vist det nærmeste jeg kommer en beskrivelse. Når først man har lært at slappe af til det, er det vidunderligt. Massagen kan ændres hen ad vejen efter aftale med massøren.



Og så en middagslur

Hermed slutter den skemalagte del af mit daglige program, og det er blevet tid til en frokost, som vi tillaver på værelset bestående af frisk brød, ost, tomater agurker osv. Alt sammen købt til priser man tror er løgn ved den nærliggende småhandlende. Og så en middagslur!!

Hvis det er det, man vil, kan træningen slutte her, men en af de store fordele ved Balcova er, at hele træningscentret står til rådighed resten af dagen, og at personalet er meget imødekommende. Der er mange tilbud, som endnu ikke er nævnt her: Et nyindrettet fitnesscenter, mudderbad, sauna, koldtvandsbad, og sidst men ikke mindst den store jacuzzi: Et fantastisk flot sekskantet marmorbassin med hedt vand, der kommer ud af munden på et løvehoved gjort ud af marmor, og hvor der er strålerør hele vejen rundt under vandet, som giver massage. En vidunderlig oplevelse, som skal prøves hver dag! Efter sådan en tur føler du dig som en Yankie Bar, der har ligget i solen en sommerdag.

Den første uge er en hård tørn. Man er øm, flad og færdig og vakler i seng hver aften. Den anden uge mærker man pludselig, at det rykker, og at kræfterne og smidigheden og selvtilliden pibler frem, og på 3. uge bliver man helt høj af stolthed over, at det skrog, der begyndte her, nu er tæt på at være verdensmester!

Og disse kræfter er der god brug for, for vi skal ikke glemme, at et ophold her også er et ophold i et land og et samfund, som det i høj grad er værd at udforske.

Mødet med Tyrkiet og tyrkerne

Lige uden for porten ligger en stor busendestation, hvorfra næsten alle busser kører ind mod Izmir centrum. Det betyder at man altid får en siddeplads, og billetprisen er knap 3 kr., uanset hvor langt man vil køre.



En af de ting man hurtigt oplever, er at tyrkerne er et handelsfolk. Hvor der på nogen måde er mulighed for at gøre en handel, står der en tyrker. Og der er 70 mio. af dem... Grøntsagsmarkedet ved Ytckülyar er et sansebombardelement af farver, dufte og folkløse, som ingen må snyde sig selv for, og herfra kan du få en stor, tung pose fantastisk gode appelsiner med hjem for samme pris, som 1 appelsin koster i Danmark. Kan eventuelt kombineres med en



citronpresser og en hel liter vodka til spotpris...

Centrum af Izmir hedder Konakpladsen, og bag denne starter den store Basar, som næsten ikke lader sig beskrive. Det er et 5-6 km² område, der består af et kaotisk sammensnoet virvar af handelsgader og sidegader med tilhørende sidesmøger. Man kan kun gøre én ting: At lade sig fare vild, men så er der til gengæld kæmpe oplevelser i vente! ALT kan findes og købes her, og kun en idiot betaler fuld pris. En ganske særlig oplevelse er krydderihandlernes gade, hvor både duft og farver truer med at slå en omkuld.

Udenlandske varer er belagt med høj told, så du skal ikke tage til Tyrkiet for at købe Sony, men holder du dig til Tyrkiske produkter, kan der laves meget fordelagtige handler, specielt indenfor varer som guld, sølv, læder og tøj. Skræddersyet tøj af fineste kvalitet er også billigt. En habit koster cirka 1.100 kr., så her er måske chancen for at få et sæt tøj, der passer en MB ryg. Guldsmykker koster omkring det halve af i Danmark, sølv ca. det kvarte. Brillen kan du få lavet under opholdet, også specialbriller i høj kvalitet, og prisen er ca 1/3 af den danske, ligesom tyrkiske tandlæger skriver meget mindre regninger ud end danske. På Centret er der en nyindrettet supermoderne tandlægeklinik. Så står du for en stifttand og et par nye briller, er hele rejsen betalt.



Fortsættes side 11

LEV LIVET LEV DET SUNDT MED KOHBERG PLUS

KOHBERG PLUS ER UDVIKLET I SAMARBEJDE MED HJERTEFORENINGEN

Kohberg Plus er en naturlig del af din sunde og fiberrige kost. En ny sund brødserie med masser af fibre og minimum fedt - udviklet i samarbejde med Hjertereforeningen.

Kohberg Plus kan nydes hele døgnet - perfekt til morgenbordet, madkassen, picnicurven, mellemmåltidet, det kolde bord og natmaden.



Vælg mellem Havrestykker, Hvedestykker, Rugstykker eller Kernerug i skiver.

KOHBERG PLUS STYKKER er en helt ny type hvedebrød med masser af fibre, hvor der er gjort ekstra meget ud af de ernæringsmæssige egenskaber, nye smagsvarianter og madkassevenlige størrelser. De er op-lagte til at flække og bruge til sandwiches med salat og andet godt. Eller de kan smøres til håndmadder som almindeligt rugbrød.



FÅ INSPIRATION MED KOHBERG PLUS OPSKRIFTSBROCHUREN.
FÅS DER, HVOR DU NORMALT HANDLER KOHBERG ELLER FIND DEN
PÅ WWW.KOHBERG.COM

Kohberg
PLUS

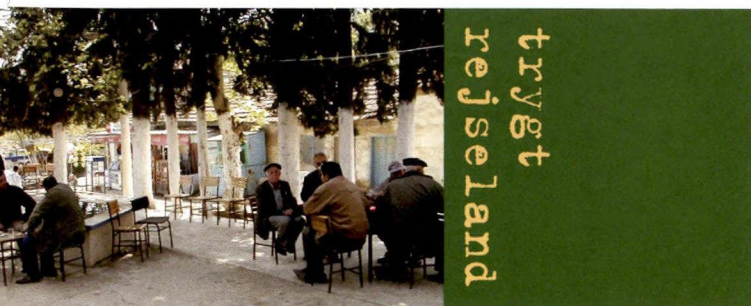
Rejseselskabernes guider tilbyder arrangerede ture for overkommelige penge for de som kan lide den form for tryghed, og der er store attraktioner, f.eks. Efesos og Bergamon, som begge hører til verdenseliten, hvad angår antikke fortidsminder.

Er man til at udforske på egen hånd, tilbyder Tyrkiet et effektivt bussystem, hvor du kan komme overalt, kort eller langt, og priserne er så lave, at det for en dansker nærmer sig gratis transport.

Fra den store busterminal Atagor, hvorfra fjern- og nærbusser udgår, tog vi således på weekendtur med bus til den lille havneby Ayvalik 120 km nordpå. Et herligt sted, hvor vi selv fandt et hyggeligt pensionat hos en gammel kone. Pris for overnatning: I alt 48 kroner for 2 personer.

Sprogbarrieren er irriterende

Det er forsvarligt og muligt at gennemføre et behandlingsophold her, selvom man ikke kan sprog, idet guiderne



taler dansk/tyrkisk, og idet de fleste behandlere forstår og taler engelsk, samt en særlig form for norsk efter mange års kontakt til nordmænd, men man kommer hurtigt til at opleve sprogbarrieren, når man vover sig ud i den tyrkiske virkelighed. Kun få tyrkere kan mere end 10 ord engelsk, og kommer man ud på landet, er det helt galt. Dette er ærgerligt, idet man overalt møder en udstrakt gæstfrihed og venlighed. I det hele taget er Tyrkiet et meget trygt rejseland, hvor kriminaliteten ligger langt under den danske. Om det er den tyrkiske folkesjæl, eller de talrige og ualmindeligt bryske politifolks skyld, skal jeg lade være usagt, men jeg ved, at tyveri allerede i førstegangstilfælde straffes med fængsel, og tyrkiske fængsler en næppe sjove at gæste.

Et nemt regnestykke

Jeg har været indlagt på 3-ugers ophold både her på Balcova og i det danske sundhedsvæsen, hvorfor jeg mener at kunne tillade mig en sammenligning, der med tydelighed falder ud til Balcovas fordel. Ellers skulle pokker da stå i alt betale 9.640 af egen lomme.

Prisen for et døgn indlæggelse i Danmarks svarer til en uge i Tyrkiet. Det er med andre ord 5 gange billigere af være indlagt her, og hvis vi dertil lægger den høje behandlingseffektivitet, når vi frem til en cost/benefit analyse, der klart er i Balcovas favør.

Dette har nordmændene fundet ud af for mange år siden, hvorfor mere end 1200 nordmænd hvert år kommer hertil på den norske stats regning.

Efter min ubeskedne mening er på høje tid, at vi får gjort det danske samfund opmærksom på denne meningsfulde besparelsesmulighed, der bare venter på at blive udnyttet!

Tak for denne gang, kære Balcova!

Vi ses med sikkerhed igen..!

*Du kan godt glemme alle
fordomme om,
at tyrkiske kvinder er
tilknappede og går med slør.*



PRAKTISKE OPLYSNINGER:

Der er 2 rejseselskaber, som tilbyder en pakkeløsning bestående af behandling, rejse, hotel og pension, nemlig:

Nærplan Rejser i Skive,
tlf. 9751 2644
www.naerplan.dk

Kvik-ariel Travel i Ålborg
tlf. 9812 8511
www.kvik-ariel-travel.dk

Vi har begge gange rejst med Nærplan til min store tilfredshed. Nærplan startede disse behandlingsrejser, og har mange års erfaring. Jeg har ingen erfaring med Kvik-ariel.

Selve hotelområdet og behandlingscentret er kørestolevenligt, men alle andre steder i det tyrkiske samfund må betegnes som kørestolsfjendtlige.

FLreklame

FL REKLAME • Danmarksvej 30 G2 • 8660 Skanderborg • 7022 1870 • fl@flreklame.dk • www.flreklame.dk



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

Plantekonzentrationen 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



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



Nu er vi blevet undervisere af læger via Internettet

Af Claus Rønlev

I maj måned var der på Internettet premiere på en nyproduceret undervisningsvideo, der har som mål at undervise og skærpe de praktiserende lægers bevidsthed om vigtigheden af at få stillet Bechterew-diagnosen langt tidligere end i dag



MB - Instruktionsvideo - Microsoft Internet Explorer

File Edit View Favorites Tools Help

Back Forward Stop Refresh Home Search Favorites Media History Mail Print

Address <http://www.bechterew.dk/docinfo/> Go Links

Gigtforeningen for Morbus Bechterew præsenterer:

en 6 minutters instruktionsvideo om:

Hvordan fanger jeg sacroiliitis hos en patient med lændesmerter?

Kære læge og fysioterapeut!

Professor, overlæge, dr.med. Kristian Stengaard-Pedersen, Reumatologisk afdeling, Århus Kommunehospital kommer i videoen ind på følgende:

- de 5 røde flag om differentialdiagnoser ved rygsmerter.
- vigtige elementer om inflammatoriske rygsygdomme, herunder morbus Bechterew.
- Schobers test som mål for nedsat lændebevægelighed.
- og 3 test for sacroiliacaleddene.

Klik nedenfor for at starte videoen; det tager et øjeblik at uploade.

Tiden fra symptomdebut til diagnosetidspunkt for en patient med morbus Bechterew er op til 8 år, hvor patienten går med uvished om diagnose og behandling. En af årsagerne hertil kan være, at der fokuseres på lænden uden at inddrage sacroiliacaleddene.

Målet med videoen er at forkorte denne periode ved at rette søgelyset på sacroiliacaleddene.

Klik her for at starte video

<http://www.bechterew.dk/docinfo/video.htm> Internet

docinfo2 - Microsoft Internet Explorer

File Edit View Favorites Tools Help

Back Forward Stop Refresh Home Search Favorites Media History Mail Print

Address <http://www.bechterew.dk/docinfo/video.htm> Go Links

5 spots på tidlig diagnose af Morbus Bechterew:

- Langvarige lændesmerter med vekslende udstråling
- Direkte og indirekte ømhed af sacroiliacaled
- Schobers test
- Blodprøver og alm. røntgen ofte normale
- MR- og CT scanning kan være nødvendig for at stille tidlig diagnose

Når diagnosen morbus Bechterew er stillet, kan du hjælpe patienten ved at henvise til www.bechterew.dk der indeholder megen relevant patientinformation

Tak for besøget, og tak for samarbejdet!

TILBAGE TIL FORSIDEN

Done Internet

Der går gennemsnitligt 8 år fra patienten første gang henvender sig med rygproblemer indtil diagnosen Bechterew bliver stillet. 8 ungdomsår med smerter, uvished nedsat livskvalitet.

Årsagen er dels, at diagnosen kan være svær at stille og at vi er relativt få MB-ere. Desuden har vi indtryk af, at de praktiserende læger har tendens til at fukuserer for lidt på bækken/korsben, og endelig kunne vi som patienter ønske os en hurtigere henvisning til reumatolog.

Dette problem er jo oplagt for en patientforening at gøre noget ved, hvorfor Jon Erlendsson og undertegnede opfordrede en af landet førende specialister, professor, overlæge Kristian Stengaard-Pedersen til at stille op som underviser på denne video, idet Stengaard-Pedersen i forvejen er en erfaren underviser ved praktiserende lægers efteruddannelse. Samtidig bevilgede hovedbestyrelsen de nødvendige midler til produktionen.

Det er der kommet en 6 minutters instruktionsvideo ud af. Herefter kan den praktiserende læge sidde bag ved eget skrivebord, og med benene oppe på bordet modtage efteruddannelse af høj kvalitet sammen med madpakken.

Videoen bliver lanceret og promoveret i mange fagtidsskrifter, men vi forsøger også at få de øvrige mediers interesse vakt, da det faktisk er en helt ny situation, at en patientforening på denne måde tager ansvar for et uddannelsestilbud til læger, ligesom det at bruge Internettet på denne måde er ny.

Videoen bliver præsenteret via disse to hjemmesider, men har du en computer med Internet, kan du selv se og høre videofilmen på adressen:

www.bechterew.dk/docinfo

God fornøjelse!

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

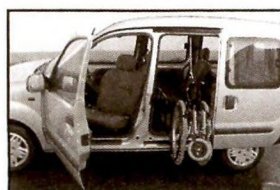
For nærmeste forhandler, kontakt BioVita ApS:
Tel.: 76 26 07 66 • Fax 76 26 09 66

BioVita
naturmedicin - homøopati - Clinic

Hensynsfuld indretning



Vi indretter din bil i samarbejde med dig for at få bedst mulig 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 kørestol på bagsædet, El-skydedør, Bagsæde kortet af - bagsædeplads til 1 person.

Langhøj

Auto-Indretning ApS

Tlf. 86 16 49 14



www.langhoej.dk

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

TNF-alfa-hæmmende behandling af MB – et gennembrud ?

Den samlede hyppighed af hvirvelsøjlegigt sygdomme er høj i den danske befolkning, formentlig mellem 0,6 og 1,9%. Der synes således at være flere danskere, der har hvirvelsøjlegigt end danskere, der har ledegigt. Når man dertil lægger, at alvorligt syge MB patienter klarer sig dårligere end ledegigtpatienter, hvad angår det at fungere i dagligdagen, så er det beklageligt at de medicinske behandlingsmuligheder er så sparsomme

Af overlæge Gert Hansen, Gråsten Gighospital



Hvirvelsøjlegigt (spondylartropati) er andet og mere end Mb. Bechterew (MB). Den tætte sammenhæng mellem vævstypegenet HLA-B27 og gigt-sygdom har vist os, at en hel gruppe af gigtsygdomme hører sammen og er beslægtede. Det drejer sig om MB, infektionsudløst gigt, psoriasis gigt, tarmkanal udløst gigt, gigt i regnbuehinde og visse former for børnegigt. De har alle det til fælles, at hvirvelsøjlen kan angribes af gigtbetændelsen.

Medicinsk behandling

De almindelige gigttabletter (NSAID står for Non Steroide Anti Reumatiske Droger) som f.eks. Brufen, Voltaren, Todolac, Vioxx o.s.v. danner grundstenen i den medicinske behandling, og er effektive hos ca. 70% af patienterne. Men de har ingen indflydelse på sygdommens

forløb. De dæmper smerter, stivhed og hævelse og kan kombineres med de almindelige smertetabletter (Pano-dil, Nobligan o.s.v.)

Salazopyrin kan bremse sygdomsaktiviteten specielt i de perifere led (hænder, knæ, fødder, osv.), men kun i mindre grad i selve hvirvelsøjlen. Hvis gigten kompliceres af hyppige tilfælde af regnbuehindebetændelse, kan salazopyrin nedsætte hyppigheden heraf.

Metotrexat (MTX) er et kraftigt gigtmiddel der kan anvendes ved voldsom sygdomsaktivitet eller et skønnet dårligt forløb, men dokumentationen for at MTX er effektivt ved MB er lidt svag, og slet ikke så god som dokumentationen ved den almindelige ledegigt, hvor MTX er hovedmidlet. Binyrebarkhormon (prednisolon) i almindelige, moderate doser virker også skuffende ved MB, og man kan konkludere, at vi ikke hidtil har haft en effektiv medicinsk behandling af hvirvelsøjlegigt.

Den nye TNF-alfa-hæmmende behandling (antiTNF), som oprindeligt er udviklet til ledegigt, og som kun har været brugt til denne sygdom, har lidt overraskende vist sig effektiv også ved MB.

Alment om immunsystemet

Genteknologien har de senere år frembragt nye behandlingsmuligheder til patienter med gigtsygdomme. Vi kalder dem biologiske behandlinger fordi de udgøres af proteiner (æggehvitestoffer), i modsætning til de gamle typer af medicin, der er



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 solvbelægning, med eller uden navneplade hos førende Materialister og Helsekostforretninger.
Tlf. 43 73 63 22 henvi.



"Det var måske værd at prøve"

285,-

Nilfisk - fordi en støvsuger gerne må have et flot design



**Nilfisk
Advance**

setting standards

www.nilfisk-advance.dk

Tlf.: 43 23 40 50 • Fax: 43 23 40 60

Sjællandsgade Bad

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

Sjællandsgade 12 • 2200 København N

Tlf. 35 39 06 06

PK OFFSET

Postbox 285 • 1501 København V

Telefon 28 12 45 00

Idélayout • Fotosats • Repro • Offset tryk

Lev. over hele landet

Zone Terapi
Slanke Terapi

Akupressure
Krops Massage

Terapeut
Peggy Retz

Læge Eksamineret

Gothersgade 154 2th. 1123 København K. Telefon **33 11 05 15**

PEA PENSION

leve livet - hele livet

Den kørende kosmetolog

Alt indenfor skønhedspleje

- Ansigtsbehandling
- Manicure el. pedicure
- Kosmetisk ryg eller hel kropsmassage
- Makeup
- Hårfjerning med voks
- Salg af produkter

Lady's Room

v/ Irene Jensen

Tlf. 36 49 79 07

Mobil 21 23 12 67

Lady's
ROOM

Behandling i Deres hjem.



N.P. ROSTRUP Ligkistemagasinet

Hovedvejen 122

2600 Glostrup

Tlf. 43 43 43 77 (Døgnvagt)

uorganiske kemiske stoffer. Især den såkaldte TNF-alfa-hæmmende behandling har været til gavn for patienter med ledegigt. Men MB-patienter har ofte måttet sande, at hvad der var til gavn for ledegigt, ikke nødvendigvis var til gavn for MB. Det var derfor en glædelig overraskelse, da undersøgelser fra Belgien for ca. et år siden viste, at også MB-patienter reagerer godt på TNF-alfa-hæmmende behandling – ja måske endda bedre end ledegigtpatienterne reagerer. Der har blandt gigtlæger rejst sig en optimisme, og man kan måske tale om et gennembrud i behandlingen af svær MB. Det har vi også ventet på i mange år! Inden vi bliver helt henført af forhåbninger, kan det være på sin plads at se på baggrunden for disse nye behandlingsprincipper.

Immunsystemet er et meget indviklet system, der sørger for at alle "fremmede fjender" holdes fra livet. Hvis immunsystemet sættes helt ud af funktion, kan man ikke leve ret mange dage. Systemet er således livsvigtigt, og en regulering af systemet skal ske med omtanke og forsigtighed. Man kan sammenligne immunsystemet med en hær, der er i kamp. Ude i kroppen vandrer der opklarende og spejdende enheder (hvide blodlegemer ved navn Makrofager) rundt. Finder de en fjende, fanges han (fagocyteres) og bringes hjem (til lymfeknuden), og fjenden præsenteres for kammeraterne og specielt efterretningsvæsenet (hukommelsesceller eller memoryceller), der kan "huske" om denne fjende før har været på spil. Immunsystemet kan straks "se" om fjenden har en anden uniform på. Det skyldes at vore vævstyper (f.eks. HLA-B27) udgør en slags uniform, der er helt unik for vores krop. Kun en-æggede tvillinger har samme vævstype).

Hvis mange spejdere kommer med mange fjender på en gang, er der behov for at generalen (T-celler, der er små hvide blodlegemer) kommanderer til aktiv krig, hvilket sker med signaler, der sendes ud i blodet (peptidhormoner). Et af de vigtigste signaler til immunologisk krigsførelse er TNF-alfa peptidhormonet. Hvis TNF-alfa signalet hæmmes, hæmmes også immunsystemets funktion.

TNF-alfa-hæmning

At der foregår en immunologisk kamp i hvirvelsøjlen, specielt i korsbensleddene, ved vi fra magnetskanninger (MR = magnetisk resonans). På et tidligt tidspunkt i sygdomsforløbet kan MR vise betændelsesforan-

dringer, ikke bare i korsbensled, men også i de tilgrænsende dele af knoglerne. Udbredelsen af disse forandringer er afhængig af om patienten besidder vævstypen B27.

Hvis man fra sådanne betændte korsbensled tager prøver ud til mikroskopisk undersøgelse, kan man se en ansamling af betændelsesceller, der ikke adskiller sig så meget fra de betændelsesceller, der kan ses i led fra patienter med ledegigt. Det er muligt at vise, at betændelsescellerne livligt producerer TNF-alfa signaler, og grundlaget for en hæmning af denne produktion skulle være til stede. Det teoretiske grundlag for virkning af REMICADE er således til stede.

Fremstilling af REMICADE

Den praktiske fremstilling af disse TNF-alfa-antistoffer hører til blandt genteknologiens største og mest spændende sejre. Alle dyr danner antistoffer mod fremmedelementer, og ofte er disse antistoffer helt specifikt rettet mod enkelte fremmedelementer (f.eks. bakterier, virus osv.) Musen har altid måttet holde for i laboratoriet, og således også i denne sag. Hvis man gentagne gange sprøjter, (immuniserer) en mus med menneskeligt TNF-alfa, vil musens immunsystem danne antistoffer mod det menneskelige (humane) TNF-alfa. I virkeligheden er den en enkelt lille familie af hvide blodlegemer (en såkaldt B-celle klon) der påtager sig denne opgave. Derfor kalder man antistoffet for et "monoklonalt antistof".

Dette museproducerede TNF-alfa-antistof kan man imidlertid ikke bruge direkte. Dels skulle man slå urimeligt mange mus ihjel bare for at få nok til en enkelt injektion, og dels ville det museproducerede antistof hurtigt udløse en modreaktion i menneskets immunsystem.

Disse problemer er løst af genteknologerne. Det muselignende antistof bygges om i laboratoriet (gensplejsning) således at det næsten helt ligner menneskeantistof. Der refterer imidlertid 25% museantistof, hvilket er årsagen til, at REMICADE stadig kan udløse overfølsomhed hos gigtpatienten.

Nu indføres dette gensplejsede "humaniserede" TNF-alfa-antistof igen i en musecelle, men ikke i en almindelig musecelle. Derimod i en speciel vildtvoksende, musekræftcelle, hvorved der dannes en "evighedscelle", der kan producere humaniseret TNF-alfa-antistof i en uendelighed. Hele proceduren skal således kun foretages en gang. Evighedscel-



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. Anvendes mod lokale muskel- og ledsmerter. **Forsigtighedsregler:** IBUTOP[®] Creme må ikke anvendes af patienter med astma udløst af acetylsalicylsyre eller lignende stoffer. Bør ikke anvendes på meget uren hud, åbne sår eller komme i kontakt med slimhinder og øjne. Bør ikke kombineres med andre lægemidler til anvendelse på huden, eller ved allergi overfor ibuprofen og andre indholdsstoffer i cremen. Bør ikke benyttes af gravide de sidste tre måneder inden forventet fødsel. Kan anvendes under amning. Bør ikke anvendes til børn under 15 år uden lægens anvisning. **Dosering:** 4-10 cm IBUTOP[®] Creme masseres ind i huden på det angrebne 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 eksem-lignende irritationer. **Opbevaring:** Ved almindelig temperatur. Skal anvendes inden udløbsdatoen trykt på pakningen. **Pakningsstørrelser:** IBUTOP[®] Creme leveres i 50g samt 100g tuber. Læs desuden indlægssedlen i pakningen omhyggeligt. **Priser:** 50g Kr. 83,50 vejl. pris. 100g Kr. 154,15 vejl. pris. Feb. 2000.

FERIE OG SKOLEOPHOLD PÅ BORNHOLM

På nyetableret socialpædagogisk opholds-
sted udlejes 4 ferielejligheder til ferier og
skoleophold – gerne for specialschooler

Vi har 3 lejligheder med 2 værelser med hver 2 senge samt mulighed for ekstra sengeplads i stuen. Den sidste lejlighed har 1 ekstra seng i det ene værelse. Lejlighederne er beliggende på nedlagt landbrugsejendom, der fungerer dels som socialpædagogisk opholdssted dels som revalideringsarbejdsplads for unge med særlige behov.

Vi er under økologisk omlægning og producerer blomster,



bær og grøntsager. I vores 3 tønner land store have er der både legeplads, grillplads og røgeovn. Alle lejligheder har terrasse med grill og møbler.

Ejendommen ligger ved Vestermarie, ca. 6 km fra Åkirkeby og ca. 7 km fra god sand og/eller klippestrand.

I alle lejlighederne er der bestik, tallerkner m.m. til 8 personer. Man skal kun medbringe sengelinned. Der er vaskemaskine og tørreplads til rådighed.

Husene og haven er i ét plan, så der er gode muligheder for kørestolsbrugere. Ønskes særlige behov opfyldt (hjælpemidler, ekstra opredninger og lign.), løser vi disse problemer.

Vi tilbyder at arrangere skoleophold helt eller delvist, både med hensyn til rejser og aktiviteter.

Pris efter aftale.

Rejser til og fra øen samt bus på Bornholm kan arrangeres.

Pris efter aftale.

Ugepris:	Lejlighed med 5 sengepladser	Lejlighed med 6 sengepladser
Mellemsæson		
Uge 16 – 24 (inkl.)	2.950 kr.	3.400 kr.
Mellemsæson		
Uge 35 – 38 (inkl.)	2.950 kr.	3.400 kr.
Mellemsæson		
Jul, påske, pinse og efterårsferie	2.950 kr.	3.400 kr.
Højsæson		
Uge 25 – 34 (inkl.)	3.750 kr.	4.150 kr.

Grennessminde Bornholm

Bossevejen 11, Vestermarie, 3720 Åkirkeby, Forstander Karin True, tlf. 5697 6630 • mobil 2423 7829, fax 5697 6530 • mail: grennes@worldonline.dk

lerne kan dyrkes i en cellekultur, helt på samme måde som man brygger øl med gærceller, men i stedet for læskende øl får man lindrende REMICADE!

Der kan gå meget galt ved brygning af REMICADE og tilsvarende er prisen også astronomisk. Aktuelt beløber prisen på 1 års standardbehandling af en gigtpatient med REMICADE sig til 100-200.000 kr. Dette sætter en grænse for, hvor mange patienter vi kan behandle.

Den praktiske behandling med REMICADE

Hvilke patienter kan have gavn af REMICADE? Der er enighed om at "den ægte" ledeligt reagerer godt på disse behandlinger, og REMICADE er kun registreret i sundhedsstyrelsen til denne sygdom (samt også Mb.Crohn). Men på det seneste er det blevet klart, at flere andre sygdomsgrupper også kan have gavn af denne behandling. Det gælder MB, psoriatisk gig, gigtbetændelse i mave- og tarm (Mb. Crohn), børnegigt, blodkarsbetændelser m.fl. Indikationerne for behandlingerne er således slet ikke endeligt klarlagt.

Da REMICADE er en ny behandlingsform, hvor virkningen og bivirkningerne, specielt på langt sigt, endnu ikke er fuldt kendte, reserveres behandlingerne til patienter med meget alvorlig sygdomsaktivitet. Det gælder også skønnet over fremtidsudsigterne for sygdommen (prognosen), som skal være alvorligt før REMICADE kommer på tale.

Grundige forundersøgelser sigter på at udelukke samtidige, kroniske infektionssygdomme (f.eks. tuberkulose), hjertesygdomme og sygdomme i immunsystemet. Desuden skal patienten være i behandling med methotrexat, som hæmmer eventuelle overfølsomhedsreaktioner.

REMICADE kommer fra apoteket som et tørt pulver i en lille flaske. Hver flaske indeholder 100 milligram antistof, som skal opløses i væske og gives i drop over nogen timer. På Gigthospitalet i Gråsten kommer man i en seng fra morgenstunden, får sit drop og kan komme hjem igen om eftermiddagen.

Resultater af REMICADE til MB

Når man skal danne sig et indtryk af REMICADE's effekt på MB, bør man altid hæfte sig ved om undersøgelsen er "åben" eller om den er "kontrolleret". I en åben undersøgelse er både læge og patient oplyst om behandlingen, og man sammenligner ikke med patienter, der ikke får behand-

ling. I en kontrolleret undersøgelse får 1/2-delen af patienterne ikke den aktive behandling, og hverken læge eller patient er oplyst om hvilke, der får hvad. Kun en kontrolleret undersøgelse kan man fæste lid til.

Følgende åbne undersøgelser er tilgængelige

I en lille åben undersøgelse fra Berlin indgik 11 MB-patienter med 5 års sygdomsvarighed. De fik Remicade 5 mg/kg til tiden 0, 2, 6 uger. Herved fik 9 af 11 patienter mere end 50-70% bedring i målene for sygdomsaktivitet.

I en anden åben undersøgelse deltog 21 patienter med hvirvelsøjlegigt af forskellig art. 10 af disse havde MB, og alle patienter angives bedre efter 1 års behandling. Disse foreløbige resultater har været så positive at større og kontrollerede undersøgelser er igangsat.

I april 2002 blev der i det kendte lægetidsskrift "Lancet" offentliggjort en kontrolleret undersøgelse af 70 patienter med MB. 35 fik REMICADE 5 mg/kg, 3 gange i alt, fordelt over 12 uger. Andre 35 MB-patienter fik placebo (d.v.s. anden sædvanlig behandling). 1/2-delen af patienterne i REMICADE-gruppen fik 50% forbedring i måleresultaterne medens kun 9% i placebogruppen fik denne forbedring.

Der er derfor ingen tvivl om at REMICADE virker på kort sigt, men virkningen er næppe så optimistisk som de åbne undersøgelser lod formode. Desuden måtte 3 af de 35 behandlede patienter udgå p.g.a. aktiv lunge-tuberkulose, lungeproblemer og blodforandringer (nedsat antal hvide blodlegemer).

Konklusion

Nye "biologiske" behandlinger vinder fodfæste i gigtbehandlingen. Også MB-patienter synes at kunne profitere heraf. Men langtidsvirkningen er ikke kendt, og bivirkninger er til stede. Behandlingerne er vanskelige, da de skal gives i "drop" eller som indsprøjtninger og medicinprisen alene for 1 års behandling af 1 patient er på 100-200.000 kr. Lad os derfor slå koldt vand i blodet og foreløbig være glade for, at nye behandlingsmuligheder endelig er på tegnebrættet.



Fysioterapi på hesteryg

Alle vi MB'ere ved, hvor vigtigt det er at gøre daglige øvelser for at vedligeholde den bevægelighed, vi endnu har, og for om muligt at forebygge en total stivnen af ryggen og indskrænkning af bevægeligheden af visse led. De fleste af os ved også af erfaring, at især træning i varmtvandsbassin er særdeles nyttig. Men meget få af os har prøvet ridefysioterapi. Og hvad er så det?

Af Michael Dohn, fmd. Viborg og Ribe amtskreds

Meget kort kan det forklares sådan, at det består i ridning under ledelse af en fysioterapeut, der dels selv er en erfaren rytter, dels har gennemgået et særligt kursus. Hun (jeg kender tilfældigvis kun kvindelige ridefys'ere) assisteres altid af en handicap-instruktør, som er en rideinstruktør, der har gennemgået et særligt kursus. Undervisningen foregår i små hold på 3-5 ryttere. Mange, men ikke alle rideskoler, har tilknyttet en ridefysioterapeut, der kommer nogle timer om ugen.

Gør det ikke ondt i ryggen

Ridefysioterapi anbefales til mange forskellige lidelser, også til mange ryglidelser, f.eks. til efterbehandling af diskusprolaps. I nummeret fra marts 1999 af Nyt om Gigt anbefales det til ledegigt, og i nummeret fra marts 2000 nævnes slidgigt. Også det norske blad Bechterewer'n har haft en artikel om det. Selv har jeg ikke mødt gigtpatienter, der dyrker ridning under nogen form, og jeg kender kun en enkelt MB'er, der går til ridefysioterapi. Når jeg omtaler det for andre MB'ere, reagerer de næsten altid skeptisk: Kan vi tåle det? Gør det ikke ondt i ryggen? Kan vi ikke knække ryggen ved det? Jeg tør da ikke love, at alle andre kan have gavn af det,

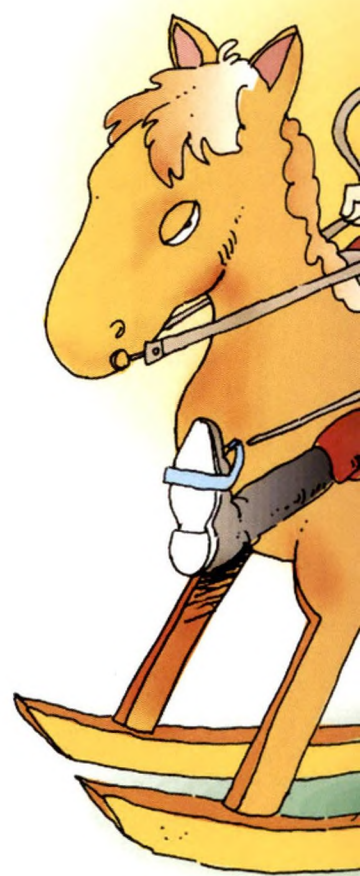
men jeg er selv glad for det og vil derfor gerne delagtiggøre andre i mine erfaringer.

Det er nu fem år siden, at en af mine venner lokkede mig til at prøve at ride. Hun havde selv redet et par år og var blevet meget glad for det. Hun havde haft en diskusprolaps i nakken og havde siden fået sklerose, så hun havde været desperat nok til at tage en prøvetime. Efter hvad hun selv har fortalt, var hun dødsensangst næsten hele prøvetimen igennem. Men hun var dog stadig nok til at forsøge igen, og nu rider hun mindst to gange om ugen og drømmer om en gang at kunne få sin egen hest. Ridning giver hende fornyet energi og velvære i hele kroppen og en herlig fornemmelse af frihed til at kunne bevæge sig. For fem år siden trænede hun sammen med en 75-årig mand, der havde haft en diskusprolaps, og en 50-årig mand med muskelsvind, og når de følte, at de havde stor gavn af at ride, mente hun at jeg også måtte kunne få noget ud af det.

Jeg har kun ganske få gange måttet bruge pisk

Altså tog jeg en prøvetime. Jeg mødte op helt uden forudsætninger. Jeg har

Hvor
bak-g



altid været bybo og havde aldrig før haft omgang med andre dyr end akvariefisk, og jeg vidste kun om heste, at de bider med den ene ende og sparker med den anden. Men alle forsikrede mig om, at en rideskolehest er det roligste og mest fredsommelige dyr, man kan komme ud for. Og det har

jeg måttet sande. Jeg beundrer den tålmodighed, hvormed sådan en hest lunter rundt i en kedsommelig ridehal med en rytter, som er usikker i at give den entydige signaler om, hvad den skal gøre. En gang imellem kan den få et lettere anfald af stædighed for at efterprøve rytterens viljestyrke, men jeg har kun ganske få gange måttet bruge pisk for at få lidt fart på en treven hest; i et par tilfælde var det nok bare at bede en hjælper om at hente pishen til mig; hesten kendte åbentbart ordet.

sidder
æret?



Til gengæld sætter hesten stor pris på, at rytteren efter ridetimen viser sin påskønnelse af hestearbejdet med en håndfuld gulerødder, en lille pose æbler eller andet mundgodt.

I den første tid

– så vidt jeg husker et par måneder –

blev jeg trukket rundt i skridtgang af en hjælper, men efterhånden lærte jeg lidt om at holde korrekt på tømmen og at styre hesten både med hænderne og med benene. Mange patienter prøver aldrig andet end at blive trukket rundt i skridt; det gælder f.eks. dem med lammede eller amputerede ben. Nogle er endog så svage, at de må have en bagrytter til at holde sig på hesteryggen. Til den slags patienter er den elektriske lift ved indgangen til ridehallen meget nyttig. For så vidt er det altså de færreste MB-ere, der kan have en rimelig undskyldning for ikke at prøve ...

En hest har tre gear

Som bekendt har en hest tre "gear" eller gangarter: skridt, trav og galop. (Islandske heste har flere, men nok om det.)

Skridt forekommer mig særdeles behagelig for ryggen; man bliver vugget rundt i alle retninger og får dermed bevæget ryggen i alle de led, der endnu kan bevæges. Trav er mere problematisk; ifølge sagkundskaben skulle det være muligt at sidde afslappet i sadlen, mens hesten traver, men det er aldrig lykkedes mig at lære det, uden at det gør ondt. Det var svært nok at lære at rejse sig lidt i stigbøjlerne i takt med hestens bevægelser, så at sadlen ikke bumper op mod ens bagdel og dermed sender stød op ad rygsøjlen. Men efter en ubehagelig overgang har jeg nu lært det så nogenlunde. Og det er en god og nyttig måde at holde varmen på i en kold ridehal. Galop har jeg kun prøvet meget lidt, men jeg har dog erfaret, at det er vigtigt at sidde afslappet og nærmest lidt tilbage-lænet, hvis man ikke skal blive kastet op og ned i sadlen, så man bliver bange for at falde af. Men hvis man ikke har ambitioner om at deltage i opvisninger og stævner for handicappede (sådanne findes nemlig!), bestemmer man selv, hvor meget man vil lære. Ridetimen slutter med lidt gymnastik og udspænding på hesteryggen for at fjerne eventuelle muskelspændinger.

Nu må jeg indrømme, at mit tilfælde af MB er forholdsvis mildt. Ganske vist er også mine hænder angrebne, hvilket gjorde mig til ufrivillig pensio-

nist for ti år siden, men jeg har stadig et naturligt svaj og en del bevægelighed i ryggen og aldrig stærke smerter. Jeg er derfor ikke den rette til at bedømme, hvad andre MB-ere har godt af, men jeg kender i det mindste en svært angrebet ung mand, som selv siger, at han er glad for ridefysioterapi, dog kun i skridt. Og min ridefys påstår med bestemthed, at alle har godt af det undtagen lige dem, der har "glasknogler".

Økonomien behøver ikke at være en hindring for at prøve

Særligt udstyr behøver ikke at være et problem, i det mindste ikke til at begynde med. I første omgang er det absolut vigtigste naturligvis en lægehenvi-
sning. Også en ridehjel-
m er nødvendig, men den kan lånes på rideskolen. Derudover anbefaler jeg et par gamle, men solide bukser og et par ikke for fine sko eller støvler. Til overkroppen en vindjakke eller lignende. Og om vinteren er masser af uld- eller termotøj (også lange underbukser!) en forudsætning for at overleve tre kvarters ridning i skridtgang; en ridehal om vinteren er vistnok det koldeste sted, man kan opholde sig i næst efter et frysehus.

Som antydning er en ridehal kedelig og ofte også meget kold. Til gengæld er det om sommeren en herlig oplevelse at træne på en udendørs bane eller at ride en stille tur sammen med de andre ud i den omliggende natur. Jeg kan forestille mig, at en del gangbesværede, der har lært at ride, kan have glæde af nu og da at leje en hest for en time eller to og ride en tur ad de ridestier, som mange naturområder nu er forsynet med.

Ridefysioterapi er, som navnet siger, en slags fysioterapi og dermed noget, som alle vi MB-ere har ret til at få vederlagsfrit, hvis vi kan få en lægehenvi-
sning. Økonomien behøver altså ikke at være en hindring for at prøve. Ængsteligheden for nærkontakten med så stort et dyr og højdeskrækken kan de fleste hurtigt vænne sig af med. For mange er det desuden et væsentligt plus, at ridningen let får en til at glemme sin sygdom; den primære oplevelse er samværet med hesten, og det egentlige formål – motion og bearbejdelse af ryggen – opfyldes næsten ubevidst. Jeg vil derfor gerne anbefale jer, mine ærede medpatienter, at gå til ridefysioterapi et stykke tid, og jeg vil også gerne høre om jeres erfaringer bagefter. Tag i det mindste en prøvetime; den er gratis og forudsætter ikke en lægehenvi-
sning.

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 totalløsninger 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

ENJOY THE MOMENT!



Bange for forbehold i kørekortet? - Kom blot frit frem !

Af Niels Vous

Bladet har besøgt Bilinspektionen i Rødovre. Den egentlige baggrund kom sig af en samtale med salgsschefen for Sahva Auto, Henning Andersen. Han fortalte:

"Folk er generelt bange for at søge om hjælpemidler til deres biler, når det drejer sig om helbredsændringer, som langsomt bliver mere udtalte. De er simpelt hen angste for, hvis de i forbindelse med denne procedure skulle miste deres kørekort".



Henning Andersen, Marketingchef for Sahva Auto

Endvidere tilføjer og understreger Henning Andersen, at det - eftersom Sahva jo bl.a. producerer og sælger disse indretninger - ikke er brødnid fra hans side. Men han ser en del eksempler på bilister, som kommer til Sahva Auto og beder om at få indrettet bilen, uden at være helt glade for, at skulle i kontakt med Politiet først. Sahva mener det er vigtigt at informere Hans konklusion er derfor, at der er mange bilister med denne type handicaps som kunne færdes meget mere sikkert i trafikken.

Det er derfor vigtigt at informere om, at der er masser af muligheder for at få tilpasset sin bil - også med Politiets velsignelse - uden at der er fare for kørekortet. Og når Politiet har stillet krav om særligt udstyr i bilen, er der desuden stor mulighed for at få økonomisk støtte til indretningen.

Sagen begynder i kommunen

Hvis man ønsker at søge om økonomisk støtte til indretning af sin bil, skal man henvende sig til sin kommunes social- og sundhedsforvaltning. For bechtere patienter vil det

te normalt være en formssag, idet vores diagnose sjældent giver problemer i relation til mulighederne for specialindretning af biler.

En sådan bevilling af f.eks. spejle vil normalt afstedkomme, at man skal besøge Statens Bilinspektion og dér aflægge en såkaldt: Vejledende helbredsmaessig køretest.

Det hed tidligere en vejledende køreprøve, men lå udtryksmæssigt nok så tæt på en såkaldt orienterende køreprøve, og her er det helt andre paragraffer i færdselslovgivningen man anvender - f.eks. generhvervelse af kørekort pga. spirituskørsel. Det bør dog understreges, at når man er kommet hertil, giver Bilinspektionen nok vejledende anvisninger, gode råd og yder service i øvrigt. Men der er altså tale om en myndighed, og en sådan kan også stille krav. Men de vil naturligvis kun gøre det ud fra en betragtning om, at det hjælper dig i trafikken.

Køretest

Bilinspektør Palle Thorsen fortæller, at en sådan køretest ikke har meget med en køreprøve at gøre. Nok skal han og bilisten ud på en kort køretur, men det er en aldeles udramatisk affære.

Men det vil da være absolut på sin plads, hvis vi anstrenger os for at overholde de fuldt optrukne linjer, bruge blinklys i tide osv. Det vil nok heller ikke mere Thorsen, hvis du kører over for rent rødt eller blot "taxagult". Med andre ord forholde sig kritisk til de lidt dårlige vaner som vi alle erhverver - og udmærket godt kender eksistensen af.

Og glem alt om teoriprøve, det er jo ikke en generhvervelse af kørekort vi her taler om.

Vigtig afgrænsning

Det er vigtigt for bilinspektøren at understrege, at vi her har at gøre med bilister som har nogle - skal vi sige - "mekaniske" begrænsninger.

Emnet i denne artikel er da heller ikke de tilfælde, hvor man f.eks. har en sygdom som kan afstedkomme at ens reflekser er nedsatte eller langsommere end normalt. Et andet eksempel kunne være nedsat syn. Heldigvis ikke problemer som vi normalt skal kæmpe med.

Bilinspektør Thorsen fortæller, at det er den såkaldte "kørekortbekendtgørelse" der arbejdes ud fra. Det er Færdselsstyrelsen som her er rette myndighed. I de fleste tilfælde vil førerbeviset kun gælde i 5 år ad gangen. Til gengæld er fornyelsen aldeles udramatisk. For mit eget vedkommende skete det sådan, at der blot kom et brev fra politiets kørekortkontor, hvori man oplyste, at kørekortet ville blive forlænget for yderligere 5 år - med



Palle Thorsen, Bilinspektør

behørig klagevejledning. Fornyelsen af kørekortet er gratis.

Egne erfaringer

Artikelforfatteren har selv været turen igennem, og kan bekræfte Thorsens oplysninger om det udramatiske. Men det er naturligvis forbundet med den ulempe, at der nu står i dit kørekort, at du kun må føre bil med denne konkrete indretning. Og er der f.eks. tale om fast monterede spejle, er der jo ikke store muligheder for at flytte dem over i f.eks. en udlejningsvogn. For mit eget vedkommende forholder det sig imidlertid sådan, at jeg ikke kunne drømme om at tilbagelægge blot én meter som fører af en bil uden bl.a. mit kære bakspejl. Fornemmelsen af - og glæden over - at føle sig mere sikker i trafikken, opvejer langt denne ulempe.





57 årig psykoterapeut:

Magnettopmadrassen har givet mig bedre søvn og lindret mine smerter

Af kinesiolog Birthe Slot

Psykoterapeut Ulla Boyter fik ny energi. Ulla Boyter på 57 år havde flere problemer som f.eks. migræneanfald, fibromer i underlivet, jævnlig blærebetændelse, forhøjet blodtryk og forhøjet kolesteroltal. Ulla Boyter så med stor skepsis en TV-udsendelse i 1998, hvor Vello Magnettopmadrassen blev omtalt. Hun besluttede sig for at prøve. De første par nætter var ikke særligt behagelige. Flere af de gamle symptomer dukkede op

igen, helt uventet. Men allerede efter to dage kom vendepunktet for Ulla Boyter. Alle symptomerne var væk igen. Ulla Boyter har nu anvendt topmadrassen igennem 2 1/2 år. Hun har ikke længere konstant lager af kodymagnyler eller sulfapræparater liggende. Hendes blodtryk og kolesteroltal er fine nu, og hun har ikke haft blærebetændelse siden hun fik topmadrassen. Det meget positive ved at købe Vello Topmadrassen er, at der er 5 ugers fuld returret, hvis ikke man har den ønskede effekt.



H.W. Lange:

Smerterne mindskedes omgående, og min livskvalitet blev betydeligt forbedret

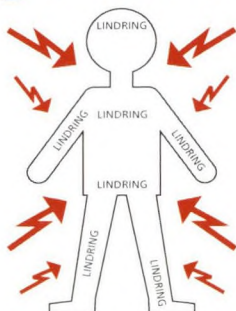
H.W. Lange har haft dårlig ryg i mange år med uendelige kroniske smerter, konstante lægebesøg og senere kiropraktor. Efter at kiropraktoren havde opgivet at hjælpe ham, fik han 2 gange lagt guld i ryggen, hvilket heller ikke hjalp. Derefter måtte han prøve med elektriske impulser, hvilket heller ikke gav noget resultat. Efter at have købt en Vello Magnettopmadras, som forhandles hos Vello Scandinavia i Varde, så skete der

virkelig noget. "Smerterne formindskedes omgående. Jeg kunne sove ordentligt, og dagen blev pludselig mere positiv. Jeg føler virkelig, at min livskvalitet er blevet betydeligt forbedret, idet jeg ikke skal leve med smerter døgnet rundt mere", udtaler H.W. Lange.

"I det hele taget er jeg blevet så glad for min Vello Magnettopmadras, at jeg anbefaler det til alle, jeg møder.

BIOflex® er fremstillet til smertelindring og behandler:

- Muskelsmerter
- Stivhed
- Kredsløb
- Søvn
- Vandladning
- Vejrtræknings problemer



klassificeret som medicinsk udstyr

5 ugers fuld returret

Får du ikke den ønskede lindring/velvære får du alle pengene retur efter 5 uger.

**Ring idag
75 21 11 10**
- Vi sidder klar til en uforpligtende snak og sender dig gratis vor spændende informationsbrochure



Vello
scandinavia a/s

Dalgasvej 2
6800 Varde
Tlf. 75 21 11 10

m3

NU I LETTERE UDGAVER!

Send ind og vind flotte præmier!

EP 0602	SORØ AKADEMI	TUNGT VEJREDSKAB	MØBLER	11. JUNI	FILM MÆRKE	11. JUNI	DANSK VOKAL	STILHED	SPISES FUGL	TRIST FØLELSE
SVE-RIGE	DRENG	1	FOR-SAGTE							
BYG-NIN-GER					TONE		VOKA-LER STEM			METER INVEN-TAR
BLÆSE-INSTR.			POLY-GON ORGAN					LAGER NUM-MER		
STR. UNDER-VISES	USAND-HED ENS	2			SMÅ FJER FORTROLIG OPLYSNING			KÆR ENGA-GERET		
					☺ 6					
DYR			TIL-BE-REDT	NAVN FRED			5 DRENG		GRYNT	
KALIUM	VÆGT FUGLE-LYD	SÅSÆD 7	TONE	3						
TIME-PLAN				1000 DEN GAMLE			SIDE SIGNET		LØFTE AN-LØBET	
				FAG					SVØVL ENS	
FEDTET MÅNED		VÆGT TYVE		PIGE-NAVN IDET			FOR-SKRÆK-KE	8		
VARME ORD-START	ROMAN SAGN-KONGE		NYE					TRIL NABO-LAND		
			SES TRÆ				TILTALE BIB. NAVN		KANTON	
OVER-ETAGER	4				UN-GARN	KORT RED-SKAB		RØD NÆSE RÆKKE		
SOBER	DEL AF TIDSBE-GREB				DYRET	5			SOLGUD	
			PÅ DET JÆVNE							

Krydsord lavet af Erling Pedersen, Fynskredsens

Udfyld kodeordet og send eller mail det til redaktøren: Niels Vous, Sadelmagerporten 4, lejl. 519, 2650 Hvidovre - vous@mail.dk - senest den 1. juli 2002, og deltag i lodtrækningen om 2 x 1 stk JENSEN hovedpude med pocketfjedre, 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:
Jette Marker, Vejby og Valentiner-Branth, Nexø
der vil få gevinsten tilsendt direkte fra Jensen Madrasser



JENSEN
MADRASSER

Hellere en halv time længere end at skrabbe is af bilen



Eberspächer Hydronic bilvarmer – komfort i særklasse

☺ **HYGGEVARME** - en ekstra "skraber" i stedet for at skrabbe is og sne. Med en original Eberspächer Hydronic bilvarmer kan du nyde en helt ny følelse af komfort. Motor og kabine er allerede forvarmet. Ruderne er is- og dugfri. Du sparer tid, skåner miljøet og får en sikker og behagelig start på dagen – og så sparer du samtidig en mængde brændstof. Når du så skal afsted, starter du den allerede forvarmede motor – det skåner miljøet.

Eberspächer Hydronic bilvarmer kører på bilens brændstof og skal derfor ikke tilsluttes lysnettet.

Yderligere info: www.eberspaecher.dk

- ☺ **Forvarmet kabine** ☺ **Lavere brændstofforbrug**
- ☺ **Frit udsyn** ☺ **Høj komfort**

 **BOSCH**

Robert Bosch A/S
Telegrafvej 1 • 2750 Ballerup
Tlf. 4489 8310 • Fax 4489 8680
autodivision@dk.bosch.com



Eberspächer
KOMFORT I SÆRKLASSE



**40 ÅRS
JUBILÆUM**

Gerni
CLEANING POWER

JUBILÆUMSMASKINER

G 482A

Pumpetryk: 200 bar
Turbotryk: 235 bar
Vandmængde: 930 l/time
3x400V

UDSTYR: Spectrum lanse
Turbo Laser lanse
Slangerule incl. 15 m
slange



G 4802A

Pumpetryk: 200 bar
Turbotryk: 235 bar
Vandmængde: 930 l/time
3x400V

UDSTYR: Spectrum lanse
Turbo Laser lanse
Slangerule incl. 20 m
slange



G 6400A

Pumpetryk: 160 bar
Vandmængde: 1380 l/time
3x400V

UDSTYR: Spectrum lanse
Roto Jet lanse



1962 - 2002

Når Gerni fejrer sit 40 års jubilæum i maj 2002 er det med stolthed, at vi kan se tilbage på 40 års fremgang som en af grundlæggerne i den professionelle højtryksbranche.

Baggrunden for denne succes er, at vi har fokuseret på det vi er bedst til – nemlig at supplere vore kunder med professionelle højtryksrensere af høj kvalitet samt yde den absolut bedste eftersalgsservice.

I forbindelse med jubilæet lanceres 3 specialmodeller til absolut favorabelle priser:



Gerni A/S

Myntevej 2
8900 Randers

tlf. 8912 2200
fax 8643 1481

- henviser til nærmeste forhandler.



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!

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 Niels Vous!

Jeg læste med stor interesse dit indlæg om befordringsfradrag i det seneste nummer af MB bladet. Heraf fremgår det, at man er berettiget til befordringsfradrag efter paragraf 9D hvis blot man er kronisk syg samt kan dokumentere sine kørselsudgifter. Ifølge vejledningen til selvangivelsen 2001 står der om "befordringsfradrag for handicappe og kronisk syge":

"Har De som følge af invaliditet eller kronisk sygdom SÆRLIGE udgifter til befordring mellem hjem og arbejde, kan De fratrække den del af den samlede befordringsudgift, der overstiger et bundforbrug, samt den del af de faktiske udgifter, der overstiger den normale befordringsudgift."

Jeg hæfter mig her ved, at man skal have særlige udgifter for at få det omtalte fradrag. Denne kendsgerning, at man både skal være kronisk syg samt have særlige udgifter, er i modstrid med dit indlæg i MB bladet.

Jeg er selv MB patient, men jeg kan ikke påstå at have særlige udgifter forbundet med at køre i bil til arbejde. Faktisk vil jeg mene, at jeg ville have haft de samme kørselsudgifter, såfremt jeg ikke havde haft MB.

Mine spørgsmål er derfor:

1) Er der modstrid mellem told og skats vejledning til selvangivelsen 2001 og dit indlæg i MB bladet?

2) Kan jeg bruge paragraf 9D selvom jeg ikke har særlige udgifter?

3) Risikerer jeg en bøde hvis jeg fratrækker mine faktiske kørselsudgifter og skatteligningen derefter underkender fradraget fordi jeg ikke har særlige udgifter?

Mvh.
Peter Meincke

Kære Peter Meincke!

Tak for dit e-brev.

Til det afsnit du slutter med lige oven over dine 3 spørgsmål, kunne man lakonisk tilføje: "Ja, det er der også nogle skattevæsener der tror". Sagen er nemlig, at Ligningsrådet har udtalt følgende:

"Ved ændring af befordringsfradragreglerne (§ 9 C og D) var der i følge lovforslagets bemærkninger ikke tilsigtet nogen ændring i realiteten for så vidt angår invalide og kroniske syges befordringsfradrag

mellem sædvanlig bopæl og arbejdsstedet. Imidlertid præciserede skattedepartementet, at det i forbindelse med lovgivningsarbejdet var forudsat, at invalide og kroniske syge altid har fradrag for særlige udgifter".

Du vil sikkert medgive (nu bliver det rent "juristeri"), at du reelt indfortolker STORE i udtrykket: "Særlige udgifter". Det er ingenlunde ment sådan fra lovgivernes og skattedepartementet/ligningsrådets side.

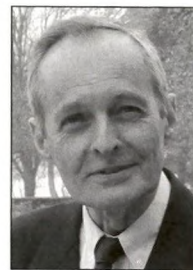
Du har imidlertid ganske ret i, at vi jo ikke som sådan har større udgifter end raske personer. Men man forudsætter at vi har særlige udgifter fordi, at vi er mere afhængige af en bil.

F.eks. har jeg selv brugt formuer på at køre i bil fordi, at jeg skulle medbringe f.eks. en tung taske, hvor en togbillet ellers ville være væsentlig billigere.

Besvarelsen af dit 3. spørgsmål kan klart besvares med et nej. Med mindre du i stedet vælger at fratrække faktiske udgifter, og "låner" et par værkstedsfakturaer fra din nabo! Men ellers ikke.

venligst
Niels Vous
Kære brevkasse!

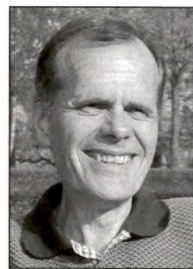
Fortsættes side 29



Jon Erlendsson
Reum. overlæge



Nina Teilmann
Socialrådgiver



Per Lignell
Advokat



Niels Vous
Skatterevisor



Mirjana Rosenlund
Psykolog

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



Ergonomisk rigtig 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 bevægelsehæmmede 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



Besøg Varde og oplev bl.a. Minibyen, Varde Sommerland, Museerne og Jugendhuset, de hyggelige gader og stemningen en sommerdag på Torvet.

Ring efter vores guide

Varde Turistbureau
Torvet 5, 6800 Varde
75 22 32 22

email: turistbureauet@varde.dk

Jeg har et fysisk krævende job, som efterhånden er ved at blive svært at klare i hverdagen på grund af min Bechterew. Nu spekulerer jeg på, om jeg kan have mulighed for at få revalidering, som måske kunne være et skridt på vejen til et andet arbejde.

Derfor vil jeg gerne høre om, hvilke muligheder revalidering indeholder.

Med venlig hilsen
Christian

Kære Christian!

At have en Bechterew kan man leve med, men det er sikkert, at man selvfølgelig ikke skal have et arbejde, hvor ryggen belastes.

Her er der gode muligheder i form af revalidering, og med diagnosen Morbus Bechterew er der som regel ingen

problemer med at blive accepteret som revalidend.

Fra mit job som underviser på Social- og sundhedsskolen er jeg blevet konfronteret med, at man mener, at revalidering er det dybeste, men kan synke – ak, ja – dette er jo kun uvidenhed.

Revalidering er faktisk en god ting og et godt tilbud til os, der gerne vil bidrage med vores arbejdskraft, og dermed også få den tilfredshed, der følger med dette.

Revalidering er en af de muligheder, som vi har. Det består af mange ting lige fra optræning indenfor et andet job til en ordinær uddannelse, men kan også være korte kurser, der sætter en i stand til at bestride sit job på trods af en dårlig ryg.

Jeg har oplevet eksempler, hvor socialforvaltningen gik ind og "købte" en plads på et AMU-kursus, hvilket medførte, at pgl. fik et arbejde, som han

kunne klare med sin "dårlige ryg".

Det kan jo helt klart være i både vores egen og samfundets interesse, at vi holder os på arbejdsmarkedet så længe, vi kan klare det. Som revalidend får man enten revalideringsydelsen, hvilket er lig med dagpengesats eller supplement til mindsteløn samt betalt uddannelsesudgifter, såsom obligatoriske materialer, bøger m.v., og en del af transportudgifterne.

Dermed være ikke sagt, at vi ikke holder til pensionsalderen – det er der mange af os, der gør, men forløbet af vores sygdom er også meget forskellig.

Med venlig hilsen
Nina Teilmann

OPSLAGSTAVLEN

Hej!

Har du brug for gode råd og vejledning om enten hverdagens gang eller måske svære tanker, står jeg gerne til rådighed. Ring eller skriv!

Venlig hilsen
Viggo B. Jacobsen
Kildekobbel 8
Kollund
6340 Kruså
Tlf. 74678584



Gratis
SKATTERÅDGIVNING

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

Leveringsvanskeligheder med den norske nakkepude - Neck Care

I MB-Bladet for marts 2001 er der anmeldt 4 ekstra nakkepuder. Desværre er det i øjeblikket ikke muligt at få den norske model, "Neck Care". Jeg arbejder på at finde en dansk importør. Når der er nyt herom, vil det blive meddelt her i bladet.

Med venlig hilsen, Jon Erlendsson

Landsmøde 2002

Landsmødet 2002 blev afviklet i Rørvig midt i den skønne natur i Nordsjælland. Foruden det helt rigtige vejr havde Vestsjællandskredsen sørget for et program ud over det sædvanlige.

Et nøje tilrettelagt orienteringsløb med indbyggede opgaver i den omgivne natur gav – foruden frisk luft og motion – en masse mennesker muligheden for at lære hinanden at kende på helt nye måder. – Eller som formanden sagde: I har gjort det vi ellers kun snakker om: At vi skal have noget motion. I løbet af aftenen blev de forskellige holds opgaver fremlagt, vurderet og præmieret. Nyd selv billederne.

Referat af generalforsamling den 21. april 2002 på kursuscenter Rørvig

Valg af dirigent og referent

Fra hovedbestyrelsens side forelå der forslag om Claus Rønlev og Niels Vous som hhv. dirigent og referent. Da der ikke fremkom modkandidater, måtte vi nøjes hermed!

Beretning fra hovedbestyrelsen

Næstformand Torben Jørgensen kunne oplæse beretningen fra landsformanden som ikke kunne være til stede. Per Lignell havde haft held til at få tilskuddet fra Gigtforeningen forøget fra kr. 75.000 til kr. 100.000 med virkning fra indeværende år. Desuden har vi modtaget en donation på ikke mindre end kr. 100.000 fra en privat fond.

Der havde været afholdt et instruktørkursus, og flere medlemmer af hovedbestyrelsen havde være involveret i produktion af en informationsvideo om MB. Filmen er primært tænkt som et forsøg på at højne informationsniveauet overfor praktiserende læger.

Regnskab

Dette blev forelagt for perioden svarende til kalenderåret 2001. Og blev med vanlig - og behagelig - mangel på dramatik godkendt.

Indkomne forslag

Der forelå ikke forslag.

Budget 2002

og kontingent fra kredsene

Selve budgettet gav ikke anledning til bemærkninger. Efter at have konstateret at foreningen absolut ikke kan påstås at være i likviditetskrise, blev kontingent fra kredsene fastsat til uændret 25 kr. pr. medlem.

Hovedbestyrelsen vil ved snarest kommende lejlighed positivt behandle et ønske fra kredsene om, at landsforeningen afholder portoudgifter ved udsendelse af ekstra medlemsblade til formændene.

Erland K. Jacobsen (kasserer kreds Fyn) efterlyste en politik om tilskud til kredsene øremærket til aktiviteter. Erland blev bakket op af Svend Dahl fra Sydsjælland samt kasserer Kjeld Wilhelmsen fra København.

Poul-Arne Elnegaard slog endvidere til lyd for, at kredsene blev udgiftsfri-taget for arrangementer som f.eks. den afholdte fremtidskonference.

Torben Jørgensen replicerede hertil, at det dog kun var selve transportud-





giften som den enkelte kreds selv havde betalt. Kjeld Wilhelmsen supplerede endvidere med, at hovedbestyrelsen tidligere har taget en principbeslutning om, at netop transporten må være en udgift som den enkelte kreds selv skal betale.

Poul-Arne Elnegaard efterlyste et svar på en ansøgning om udgiftsgodtgørelse i anledning af et projekt med en plakat. Der er tale om, at man i kreds Fyn vil forsøge at arrangere en besøgsordning til patienter som får foretaget en rygoprettende operation.

Torben Jørgensen oplyste, at han snart kunne forvente svar fra hovedbestyrelsen.

Svend Dahl havde på et tidspunkt forud for landsmødet debatteret med Claus Rønlev omkring deadline for bladet. Det kneb med, at 1. blad i

kalenderåret kom ud så betids, at det kunne bruges til indkaldelse til generalforsamling i de enkelte kredse.

Det skal tilstræbes, at placere landsmødet allersidst i april. Det vil give de enkelte kredse så meget "luft" rent tidsmæssigt (placere kredsmødet tilsvarende senere), at det ikke vil komme i karambolage med det nuværende tidspunkt for udgivelse af 1. blad.

Torben vil tage problemet op i forbindelse med den planlagte revision af vedtægterne.

Redegørelse fra ASIF-kommitteret Jon Erlandsson

Den franske Bechterewforening har kontaktet os for at søge støtte til at presse brugen af lægemidlet Remicade igennem til patienter med svær og aktiv Bechterew, inden der foreligger gode afprøvninger. I den anledning

kontaktede Jon overlæge Gert Hansen, Gråsten Gighospital, som sidder i en planlægningsgruppe vedrørende afprøvning af stoffet, ligesom Gert Hansen allerede har været med til at afprøve Remicade på enkelte Bechterew patienter. Se i øvrigt Gert Hansens artikel i dette nummer af bladet.

De var enige om at svare den franske forening, at Remicade ser meget lovende ud til patienter med svær Bechterew, men at vi anser det for helt nødvendigt, at stoffet først bliver afprøvet grundigt.

Jon takkede for henvendelserne (16 i alt) vedr. spørgeskemaundersøgelsen om brud på rygsøjlen, som tidligere er bragt i medlemsbladet. Antallet lyder nok ikke voldsomt, men hvis der sammenlignes med antallet af besvarelser fra andre lande, var det

Valg til hovedbestyrelsen

Navn	Valg i 2002	på valg igen
Per Lignell		2003
Torben Jørgensen		2003
Jens Tryde		2003
Svend Aachmann	genvalgt	2004
Gurli Busk	nyvalgt	2004
Jon Erlandsson	genvalgt	2004

Suppleanter:

Grete Jensen		2003
Claus Rønlev	genvalgt	2004
Stig Nielsen		2003
Christian Skjødtt-Jakobsen	nyvalgt	2004
Jens Grøndahl, revisor	genvalgt	2003
Poul Aachmann, revisorsuppl.	genvalgt	2003

Et naturligt valg af uddannelse...

På Logos - Institut for Komplementær Behandling i Viby kan du tage uddannelser i Zoneterapi, Optimal Massageterapi eller Optimal Næring.

I **FDZ-Zoneterapeutuddannelsen** gennemgår du bl.a. uddannelser i anatomi, fysiologi og patologi, der giver dig fuld indsigt i kroppens opbygning og funktioner.

I Danmark er zoneterapien et professionelt erhverv, og en supplerende behandlingsform til det etablerede sundhedsvæsen. Zoneterapi er ikke helbredende, men ved brug af fagets grundlæggende principper, kan du arbejde på reflekszonerne, primært på fødderne, og derved styrke kroppen og medvirke til selvhelbredelse.

Optimal Massageterapi er en ny, komplet uddannelse inden for massageterapi, hvor du samtidig har mulighed for at tilegne dig videregående fag, som du brænder for.

Optimal Næring er grundkurset for Optimale Næringsterapeuter (DET), der henvender sig til alle med interesse for den nyeste viden om ernæring. Faget er desuden velegnet som supplement til andre behandleruddannelser, for eksempel zoneterapeuter, biopater, kinesioterapeuter, sygeplejersker, etc.



Næste hold starter i august, men du kan allerede nu få flere oplysninger om de forskellige fag ved at ringe til skolen på 86 11 82 22 eller klikke dig ind på www.zoneterapiskolen.dk

Logos

INSTITUT FOR KOMPLEMENTÆR BEHANDLING
ENGTOFTEN 4 - 8260 VIBY - TEL: 86 11 82 22
E-MAIL: LOGOS@ZONETERAPISKOLEN.DK
WEB: WWW.ZONETERAPISKOLEN.DK

Logos - Institut for Komplementær Behandling, uddanner FDZ-zoneterapeuter, ernæringsterapeuter DET, massageterapeuter, akupunktører, m.v. I uddannelserne, der startes i januar og august, indgår undervisning i bl.a. anatomi, fysiologi og patologi. Ud over uddannelsesaktiviteterne har Logos klinikker for ernæringsterapi og naturmedicin.

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

relative antal besvarelser fra Danmark ingenlunde lavt.

Eventuelt

Som tidligere nævnt har vi som forening begået en instruktionsvideo til brug overfor praktiserende læger via Internettet. Det er Jon og Claus der står bag, og Kristian Stengaard-Pedersen, professor, dr. med. har velvilligt medvirket som instruktør.

Det er foregået således, at de to reumatologer har stået for det rent faglige indhold, og Claus har produceret.

Selve årsagen til at gå i gang med dette arbejde (og også selve omdrejningspunktet i videoen) er at få de praktiserende læger i tale, og formålet med videoen er at imødegå det altid aktuelle problem, at det kan være vanskeligt for den enkelte læge at fastlægge diagnosen.

I gennemsnit har man beregnet, at der går op til 8 år før diagnosen bliver fastlagt. Altså at bryde det dobbeltproblem der ligger i, at MB dels er relativ sjælden, og kan være meget vanskelig at diagnosticere.



Tusinde tak til Kristian Hermansen for lang og tro tjeneste som kasserer

Næste landsmøde arrangeres af Østjylland og er programsat til den 3. og 4. maj 2003

Det er så meningen at videoen - via fagtidsskrifter, amter og øvrige medier - skal promoveres overfor de praktiserende læger i form af, at den kan hentes direkte på internettet.

Afsluttende tak til arrangørerne. Enighed om, at det var en spændende variation med et indbygget "socialt orienteringsløb" om lørdagen.

Datteren skulle have ny Cykel

Valget faldt på en cykel, som viste sig at være udstyret med samme ventiler som i en bil.

Og selvfølgelig viste det sig, at begge slanger trængte til at blive pumpet op. Vores udmærkede cykelhandler havde netop lukket for denne dag, så faderen meldte sig beredvilligt som hjælper. Cyklen bag i bilen og ned til Q 8. Men jeg kunne ikke finde den transportable pumpe, så jeg spurgte inde hos personalet i butikken.

"Henne ved truckerstanden" lød svaret. Så måtte jeg lige forklare, for at være sikker på, ikke at blive til grin: "Når nu, at jeg trækker en cykel hen til det du kalder truckerstanden skal du lige vide, at der altså er bilventiler i min datters cykel".

"Ikke noget problem, sådan en cykel har jeg

også" lød det kækt.

Henne på truckerstanden holdt en bilist med helt samme formål som jeg. Jeg stillede mig op i køen. Bilstens attitude var helt klar. Han sagde ingenting, men han tænkte helt sikkert: "Hvad skal den idiot her?" Jeg begyndte (eller rettere gentog) min forklaring om cykelventiler.

Men jeg havde kun fået pumpet forhjulet, da næste kunde meldte sig i køen, nemlig en Scania 150 (det er en lastbil og den er stor!). Chaufføren stoppede motoren, og lagde - med et smørret grin - underarmene til rette på ratkransen. Han var helt klar til dagens billige grin.

Så det var ikke uden en vis fryd, at jeg helt problemfrit fik pumpet baghjulet op også.

Døren gik op og en granvoksen chauffør sprang ned fra lastbilen og udbød med slet skjult østjysk dialekt:

"Det var li'got satans".

Hvis man mangler lidt meningsfuld kontakt med sine gode medborgere, kan en cykel med bilventiler varmt anbefales.





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)



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



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

Skaarup
ORTOPÆDISK
HÅNSKOMAGERI



Sahva

- Har du problemer med ankler, knæ og forfod
- Får ud let krampe ?
- Føles det som at gå på nåle?
- Gør det ondt når du løber eller går langt?
- Går du dine sko skæve?
- Er dine sko slidte på den indvendige side?
- Eller på den udvendige?

Vigtigst er det at finde den løsning, der passer den enkelte, og hvad det er afgøres bedst i samarbejde med fagfolk, der følger udviklingen på området.

Fonnesbechsgade 6	7400 Herning	Tlf. 97 21 16 16
Snaregade 1	8900 Randers	Tlf. 86 40 35 11
Slotsgade 3	7800 Skive	Tlf. 97 51 29 12

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 4369 2848
www.pphandicapservice.dk

Kontortid:
Mandag-fredag 8.30-16.00

Sex, gift og jantelov



Lene Lauridsen satte fokus på de psykologiske aspekter af livet med en Morbus Bechterew på Københavnskredsens møde den 10. marts

Refereret af Torben Jørgensen, fmd. Københavnskredsen

Hvordan får man tingene til at fungere som enlig/single og hvilke forhold

spiller ind, når man lever sammen med en anden? Hvad betyder det at have kroniske smerter? Og hvad kan man gøre for at få et godt liv med kroniske smerter?

Lene Lauridsen gik tæt på de seksuelle spørgsmål, der uvægerlig stilles, når den ene part har en gigtsygdom.

Angst, vrede, aggressivitet, bitterhed og usikkerhed er psykologiske elementer, der optræder i bevidstheden hos mennesker med Bechterew, underti-

den med en voldsom intensitet. Heldigvis fyldte de gode råd og positive indgangsvinkler mest. En lang inspirationsliste blev rullet op til et psykologisk beredskab for den enkelte, så man selv kan blive ordførende i forhold til sygdommen.

Det hele leveret med en stilfærdig humor og glimt i øjet.

Lene Lauridsen anbefalede at hænge denne medfølgende Jantelov op på køleskabsdøren:

SMERTEPATIENTENS JANTELOV

Af Michael Linde

DU ER IKKE RIGTIG SYG
HVIS.....du viser, at du også har det godt ind imellem

DU HAR IKKE RIGTIGT ONDT
HVIS..... du viser for mange tegn på livsglæde

DU ER IKKE RIGTIG SYG HVIS.....
du ikke er taknemmelig for andres opmærksomhed og interesse for dine smerter / dine problemer

DU HAR IKKE RIGTIGT ONDT
HVIS..... du afviser andres "tusindvis af gode råd"

DU ER IKKE RIGTIG SYG HVIS.....
du ikke for enhver pris prøver alle tænkelige og utænkelige behandlingsformer som bliver foreslået dig

DU HAR IKKE RIGTIGT ONDT
HVIS..... du afviser andres tilbud om at gøre dette eller hint for dig. Også selv om du mener du måske godt kan selv

DU ER IKKE RIGTIG SYG HVIS.....
du er skeptisk eller tvivlende overfor den behandling som tilbydes dig i behandlingssystemet

DU HAR IKKE RIGTIGT ONDT
HVIS..... smertestillende medicin ikke virker

DU ER IKKE RIGTIG SYG HVIS.....
du "glemmer" at være "syg" på den måde andre forventer du er syg på

DU HAR IKKE RIGTIGT ONDT
HVIS..... du viser, at du faktisk i flere situationer kan "føle dig ovenpå", og gennemskue andres usikkerhed og uvidenhed. Så er du bare til besvær

DU ER IKKE SYG NOK HVIS.....
du ikke bliver i din sygerolle, så man ved hvor man har dig

Tak til Lene Lauridsen.

I ønskes alle en god sommer!

De Vanføres Boligselskab

Grønlands Torv 30
9210 Aalborg SØ
Tlf. 96 33 13 31
Fax 96 33 13 30

WESTERBERGS
Størst med boblebade



Boblende velvære - det har aldrig været billigere

Rekvirer vores store boblebadskatalog på tlf.: 70 23 17 20
eller på email: info@westerbergs.dk

Find din nærmeste forhandler på www.westerbergs.dk - eller ring på Tlf. 70 23 17 20

Westerbergs kan leverer et helt specielt Terapi massage-badekar som er særdeles anvendeligt til varmbade og terapibehandling. Badekarret er ergonomisk udformet med indbygget armstøtter, fodstøtter og håndtag i begge sider til at lette ind- og udstigningen. Badekarret er endvidere længere og bredere end almindelige badekar, hvilket giver en ekstra god og rummelig komfort. Massagebadekarret er udstyret med 20 terapidyser til ryg-, fod-, og sidemassage. Dyserne masserer punktvis, så musklerne får en intensiv stimulering. Trykket i dyserne kan trinkelst fordeles mellem ryg-, fod-, og sidemassagen. Boblebadekarret kan udstyres med fabriksmonteret blandingsbatteri som vandpåfylder via dyserne og har endvidere indbygget håndbruser med 2 m fleksibel bruserslange. Westerbergs model Terapi er medicinsk testet af professionelle terapeuter.

For yderligere oplysninger kontaktes:

Westerbergs · Højvangen 6
3480 Fredensborg · Tlf. 70 23 17 20
www.westerbergs.dk · info@westerbergs.dk

Skovtur med eventyr

Lad skovturen gå til Knuthenborg Park...

Dyrene - de smukke, søde, sjove eller barske, og naturligvis alle de, der vil klappes. Nyd den utroligt smukke park - sjældne træer og buske. Fugleparadiset. Søstrenes Ø. Tigerskoven. Herlige Smålands forlystelser for glade sjæle.

Der er eventyr til en hel dag...



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



Nyt fra kredsene



FYNS KREDSSEN

Kære medlemmer

Så er vi kommet ind i det Fynske forår, og bogen er sprunget ud. Så skal der igen til at ske en del mere.

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 i løbet af året arbejde på at få en mere direkte kontakt til det enkelte medlem, men også 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:

Den 18/6 går SOMMERUDFLUGTEN 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 kredsen besøge OUH hvor overlæge Leif Ejstrup vil holde et foredrag om den medicinske side af BECHTEREW 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

Referat fra generalforsamlingen(erne) mandag den 6. maj 2002 i Marselisborgcentret

Der afholdtes to generalforsamlinger – en i oplysningskredsen og en i svømmeforeningen. Dagsorden og bestyrelse er den samme for begge foreninger. Af pladshensyn er referatet samlet i et. Generalforsamlingen var velbesøgt – i alt 28 personer var mødt op.

Dagsorden:

1. Valg af ordstyrer og referent

Bjarke Dammand valgt som ordstyrer for begge generalforsamlinger, Berit Kamp er referent begge gange.

2. Beretning fra formanden (v. Claus Rønlev)

I Oplysningskredsen kan der konstateres en pæn medlemsfremgang. Der er kommet omkring 25-30 nye medlemmer det seneste år, og foreningen tæller nu 116 medlemmer. Af afholdte aktiviteter blev nævnt et besøg ved Carfix (arbejder med tilretning af biler), og foredrag v. læge Berit Schøit Christiansen. Et planlagt besøg ved Hjælpemiddelcentralen måtte aflyses, da stedet ikke er indstillet på at modtage besøg efter lukketid. Derudover har der været afholdt møde i Landsforeningen i april i Rørvig. Næste år er det denne kredsforenings tur til at arrangere landsmødet. Det er fastsat til den 3.-4. maj - lørdag den 3. maj er der åbent for alle og her vil der bl.a. om eftermiddagen være foredrag ved pensioneret overlæge Ole Helmig – efter sigende en munter mand med noget på hjertet. Endelig har foreningen (igen) lige fået afslag på en ansøgning om at måtte benytte Møllestiens øvrige træningsfaciliteter, da de er forbeholdt pensionister og stedets personale. Afslutningsvis bebudede formanden, at han i det næste halve år står ved roret et andet sted, da han skal ud at sejle. Det betyder, at henvendelser til foreningen skal rettes til de øvrige bestyrelsesmedlemmer. I Svømmeforeningen har medlemstilgangen medført, at vi nu er i alt 25 prs. fordelt på to hold, og det er blevet besluttet, at der max må være 15 prs. pr hold, og at de resterende pladser er forbeholdt personer med diagnosen. Udsigten til et mindre underskud har medført en mindre kontingentstigning fra 225 til 250 kr. Ændrede regler betyder imidlertid, at det er uvist i hvilken grad foreningen fortsat vil være tilskudsberettiget.

3. Fremlæggelse af regnskab (v. kasserer Søren Rasmussen)

3a Oplysningskreds

De forskellige poster blev gennemgået og særlige forhold forklaret. Posten "Øvrige udgifter" ligger højere end budgetteret fordi Fremtidskonferencen, der blev afholdt september 2001 blev lidt dyrere end forventet. Efter gennemgangen blev regnskabet godkendt.

3b Svømmeforeningen

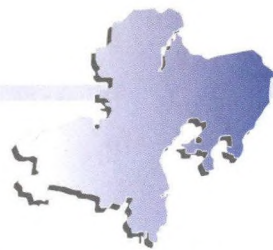
Tilsvarende redegørelse for særlige poster. Indledningsvis gjorde kassereren rede for arbejdsgangen om søgning af tilskud til lærerløn.. Posten "Øvrige udgifter" indeholder udgifter fra afholdelsen af Sundhedsskolen. Det er medregnet for at opfylde 10 % kravet. Svømmeforeningen har et mindre underskud på 2.700 kr, og det er grunden til den allerede omtalte kontingentstigning. Regnskabet blev godkendt.

4. Budgetvedtagelse

De fremlagte budgetter lægger op til et øget men stadig beskedent overskud. I oplysningskredsen blev det ligeledes foreslået at hæve kontingentet



ØSTJYLLANDS KREDSEN - fortsat



med 25 kr, dvs. fra de nuværende 125 til 150 kr. Det blev begrundet i ønsket om at have lidt mere arbejdskapital. Kontingentstigningen blev vedtaget ligesom begge budgetter blev godkendt.

5. Behandling af indkomne forslag
Officielt ingen indkomne forslag. Det blev dog foreslået at undersøge om det skulle være muligt at lade de medlemmer, der ønsker det betale direkte til foreningen via pc-bank. Bestyrelsen vil undersøge mulighederne.
6. Valg til bestyrelsen
Med valget af Ulrik Hjelm fik bestyrelsen tilført nyt blod. De øvrige er gamle kendinge idet den nuværende bestyrelse modtog genvalg.
7. Valg af suppleanter
Michael Hjortshøj meldte sig som suppleant og modtog ligeledes straks valg.
8. Valg af revisor og revisorsuppleant
Den nuværende revisor Poul Christensen ønsker og modtog genvalg, som suppleant blev valgt Preben Dannemand. De varetager igen begge foreninger.
9. Eventuelt
Der blev fremført et ønske om at få oprettet en pendant til svømmeforeningen i Silkeborg – en idé bestyrelsen gerne vil være med til at føre ud i livet. Det medlem der kom med ideen mente at kunne skabe kontakt til et egnet sted, bestyrelsen vender snarligt tilbage med adresser på medlemmer i Silkeborg.

Aftenen sluttede af med foredrag ved socialrådgiver Lars Østrup Brøgger.

Berit Kamp

MIDTJYLLANDS KREDSEN



Den 12. marts havde vi et møde på Gigtlejehjemmet i Skive. Først holdt Jon Erlandsson et klart og oplysende foredrag om sammenhængen mellem MB og visse andre sygdomme, og derefter havde vi den årlige generalforsamling.

Eftersom referatet af denne er sendt ud til alle kredsens medlemmer, skal der her kun berettes i korthed, at vi stadig ikke har kunnet finde nogen til at lede aften træningen, og at nu også formiddags-holdet har måttet nedlægges meget mod Susannes vilje. Vi udsender meddelelse til medlemmerne, så snart vi har fundet en løsning på problemerne, – og at Gurli Busk har deltaget i landsforeningens kursus i sundhedsskole og glæder sig til at arrangere en sådan for vores kreds.

Vi håber at kunne være færdige med de første forberedelser til at vi i juni kan udsende en beskrivelse af forløbet af et sådant kursus; her vil vi så bede alle kredsens medlemmer melde tilbage, om de er interesserede i at deltage eller ikke. Hvis tilstrækkeligt mange er interesserede, vil vi arrangere et eller flere forløb i efteråret.

Kontingentet er uændret.

Bestyrelsen og suppleanterne blev alle genvalgt og består altså igen af:

Formand	Michael Dohn, tlf. 86 62 73 64
Næstformand	Aksel Jensen, tlf. 86 65 12 80
Sekretær/Kasserer	Povl Aachmann, tlf. 97 74 17 55
Menigt medlem	Per Kristiansen, tlf. 97 74 64 05
Menigt medlem	Herluf Pedersen, tlf. 86 62 32 84

Suppleanter	Kurt Olesen, tlf. 86 69 19 60
Suppleanter	Poul Pedersen, 97 72 08 39
Revisor	Gurli Busk, tlf. 97 52 64 14
Revisorsuppleant	Anne Grethe Nielsen, tlf. 97 53 60 55

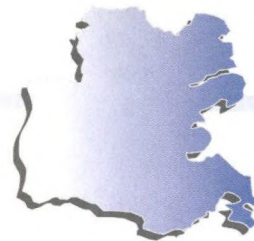
Jan Sørensen, Holstebro, oplyste, at han og Nathja Ahlgreen, Herning, forsøger at organisere noget for foreningens unge medlemmer og vel at mærke ikke kun kredsens egne medlemmer. Alle unge medlemmer kan forhøre sig nærmere på tlf. 96 10 48 74 eller tlf. 97 22 63 06. Det kan i den forbindelse måske vise sig interessant, at Dansk Handicap Forbund nu forsøger at oprette et mødested for unge handicappede på Holstebro Aktivitetscenter (den tidligere Danmarksgade Skole), mødetid hver torsdag kl. 19.

Foruden den nævnte sundhedsskole agter vi også at planlægge et møde med foredrag til en gang i efteråret: nærmere derom senere.

Michael Dohn

SØNDERJYLLANDS KREDSEN

Sønderjyllandskredsen afholdt generalforsamling den 2. april på Gigthospitalet i Gråsten. Inden generalforsamlingen holdt overlæge Gert Hansen et indlæg om det sidste nye indenfor Morbus Bechterew. Generalforsamlingen afvikledes i henhold til foreningens vedtægter. En stor tak skal lyde til Gigthospitalet for den store velvilje foreningen nyder til arrangementer.



Onsdag de. 10 april har bestyrelsen så konstitueret sig som følger:

Formand	Flemming Markussen	Best. medl	Margret Tramm
Næstformand	Jacob Rousing	Best. medl	Jørgen Frederiksen
Kasserer	Peter Stückler	Best. medl	Inge Rotstgaard Andersen
Sekretær	Annete Hansen		

Bestyrelsen oplæg for det indeværende år starter med et besøg på amtsgården torsdag, den 6. juni, hvor der vil være rundvisning m.m. (Det endelige oplæg vil blive udsendt sammen med referatet fra generalforsamlingen).

Herudover kan bestyrelsen meddele, at opstartfasen for foreningens 25 års jubilæum i året 2005 så småt skal behandles på de kommende bestyrelsesmøder.

Sluttelig kan vi meddele, at Viggo Jacobsen og Peter Stückler har repræsenteret kredsen ved landsmødet, der blev afviklet på Rørvig Kursuscenter den 20-21. april. Et vellykket arrangement, som vestsjællandskredsen stod for.. (Grete og hendes hjælpere fra kredsen har fortjent et 13 tal).

Ved landsmødet valgte sønderjyllandskredsens repræsentant Kristian Hermansen at fratræde som hovedbestyrelsens kasserer, et arbejde Kristian har udført i mange år med flid og akkuratess. Kristian fik da også stor ros og rødvin med på vejen, og vi fra vor kreds kan kun være stolte over den indsats Kristian har ydet.

Bestyrelsen ønsker alle en god sommer.

P. Stückler (MB Sønderjyllands redaktør)



NORDJYLLANDS KREDSEN

Torsdag d. 21/3-02 var der generalforsamling i kredsforeningen og bassingruppen i Aalborg. Der var mødt ca. 20 medlemmer op til arrangementet, og vi havde en hyggelig aften.

Referat generalforsamling i Nordjyllandskredsen d. 21.03.02.

Referat: Britta Søgaard.

1. Valg af dirigent. Generalforsamlingen afholdtes ifølge vedtægterne, og Stig Nielsen blev valgt som dirigent.

Formanden Ernst Bisgaard var syg, og derfor måtte næstformanden Christian Skjød-Jacobsen aflægge beretning.

Sekretær Claus Larsen var forhindret i at møde op, Britta Søgaard blev i stedet udpeget til at tage referat af generalforsamlingen.

2. Formandens beretning. Christian Skjød-Jacobsen: Næstformand.

Der har været fremgang i medlemstallet i det forløbne år, fra 108 medlemmer til 127 medlemmer i foreningen nu.

Claus Larsen har i det forløbne år lavet en ny hjemmeside for kredsforeningen, som er et besøg værd. Siden findes ved at gå ind på landsforeningens side www.bechterew.dk, og følg linket på kredsens side.

Nordjyllandskredsen stod jo for at afholde landsmødet sidste år på St. Binderup Kro.

Desværre var kun meget få medlemmer fra vor egen kreds mødt op.

Der var arrangeret en socialrådgiver fra Nordjyllands Amt, Lise Rytter Krog, til at komme og holde et meget interessant foredrag om regler for Skåne-job/Flexjob, som forsøges holdt igen her i Aalborg i håb om flere vil møde op.

29-30/9 01, afholdt landsforeningen fremtids konference i Fredericia. Christian Skjød-Jacobsen og Arne Kristensen deltog fra Nordjylland. Der var i denne weekend mange forslag på bordet.

Disse forslag arbejdes der videre med i arbejdsgruppen bag konferencen, samt hovedbestyrelsen.

I november måned var arrangeret foredrag ved overlæge Søren Eiskjær fra Aalborg sygehus, om ryg-oprettende operationer. Der var mødt ca. 30 medlemmer op til dette foredrag, og der var stor spørgelyst.

Overlæge Jon Erlandsson Horsens, og overlæge Gert Hansen Gråsten, har tilbudt landsforeningen at bestyrelserne kan trække på dem ved relevante problemer. Det skal dog fremhæves at der er tale om arbejde på frivillig basis.

I nærmeste fremtid vil der blive forsøgt at afholde et møde på Sahva-Auto, om indretning af biler til handicappede.

"Wellness Solutions"

TOUCHPRO. STOLMASSAGE

EFFEKTIV !

Reducerer spændingshovedpine
Øger cirkulationen i kroppen
Beroliger nervesystemet
Øger fleksibiliteten i muskulaturen
Øger dit immunforsvar
Nedsætter muskelømhed

Hør også om vores produkter fra
"Traditionel Kinesisk Medicin"

4045 6966

www.touchpro.dk - email: info@stolmassage.dk



Revisionscentret for læger og tandlæger

Vesterbrogade 69, 3. th.
1620 København V.

Tlf. 33 31 17 00 . Fax 33 23 31 29



Deres



Materialist

Godthåbsvej 22, 2000 Frederiksberg
Tlf. 38 10 32 85

Peter Bangsvej 89, 2000 Frederiksberg
Tlf. 38 86 21 07

Har du tarmproblemer?

Forstoppelse-tarmluft-gigt-oppustethed -udposninger m.m.?

Så brug det meget omtalte Chysmatic Tarmskyldningsapparat.
Dette er videnskabeligt undersøgt v. den finske professor
Osma 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, Hollændervej 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



GUDMUNDSENs AUTO-SPECIALE

Tranevej 21 - Hj. af Ørnevej - 2400 København NV



ALLE FORMER FOR SPECIALINDRETNING AF INVALIDEBILER

Leverandør til stat og kommune
Ring til os og lad os få en snak
om netop dit problem

38 10 52 67

WWW.GUDMUNDSEN.DK GUDMUNDSEN@GUDMUNDSEN.DK

NORDJYLLANDS KREDSEN - fortsat

Beretningen blev godkendt.

3. Regnskabet blev gennemgået af kassereren. Efter få Spørgsmål godkendtes regnskabet.
4. Der var ingen indkomne forslag.
5. Valg til bestyrelsen. Kasserer Erling Baggesen, og næstformand Christian Skjodt-Jakobsen. Begge blev genvalgt.
6. Valg af suppleant til bestyrelsen. Vibeke Nielsen havde meddelt at ville stille op til genvalg. Vibeke Nielsen blev genvalgt.
7. Valg af revisor. Per S. Olesen havde meddelt at ville stille op til genvalg. Per S. Olesen blev genvalgt.
8. Eventuelt. Ønsker og forslag til kommende aktiviteter. Ingen forslag.



Det blev besluttet at undersøge om møde-indkaldelser og referater kan sendes via E-mail til de der har computer med internet opkobling.

Det bør også undersøges om der kan findes billigere lokaler til møde aktiviteter, hvor vi stadig kan købe kaffe, øl og vand.

Efter kredsforeningens generalforsamling var der generalforsamling i bassingruppen i Aalborg, hvor der bl.a. var valg til 3 bestyrelsesposter.

Referat Generalforsamling, bassingruppen 21/3-02.

Dagsorden ifølge vedtægter:

1. Valg af dirigent. Stig Nielsen blev valgt til dirigent
2. Valg af referent. Niels Hansen blev valgt til referent
3. Beretning fra bestyrelsen. Formanden havde intet at berette udover at bestyrelsen gennem året havde haft 3 bestyrelsesmøder.
4. Forelæggelse og godkendelse af revideret regnskab. Regnskab blev efter gennemgang enstemmigt vedtaget
5. Fastsættelse af medlemskontingent. Kontingentet fastholdes på nuværende niveau på trods af, at bassinlejen kan stige til næste år.

Derudover vides ikke hvad ændringerne i tilskudsordningerne til næste år vil medføre.

6. Behandling af indkomne forslag. Ingen indkomne forslag.
7. Valg af bestyrelse og suppleanter hertil.

Bestyrelse:

- Karen Nielsen / absentia, godkendt fuldmagt.
- Jens Jacobsen
- Jørgen Jacobsen

Suppleanter:

- Vibeke Nielsen
- Merete Borup

8. Valg af revisor og suppleant. Til revisor blev Stig Nielsen genvalgt og ligeledes blev Bent Andersen genvalgt som suppleant.

Efterfølgende har bassingruppens bestyrelsen konstitueret sig således:

Formand	Jens Andreas Jacobsen
Kasserer/Daglig leder	Britta Søgaard
Bestyrelsesmedlem	Jørgen Jacobsen
Bestyrelsesmedlem	Anna Margrethe Mølgaard
Bestyrelsesmedlem	Karen Nielsen

Med Venlig Hilsen

Bestyrelsen i Nordjyllandskredsen

VEJLE-RIBE KREDSEN



Generalforsamling, den 21. marts 2002

Ref. Kjeld Rasmussen

1. Valg af dirigent. Henrik Pedersen blev valgt.
2. Formandens beretning v/ Jens Erik Westh.

Jens Erik Westh fortalte at foreningen fortsat fik nye medlemmer og at vi i det forløbne år havde fået 8 nye medlemmer. Så vi nu var oppe på i alt 55 medlemmer.

Som i de tidligere år har foreningen igen i år et hold til træning i varmvandsbassinet på Kolding Sygehus, hver onsdag fra kl. 19.30 til 20.30. Der er 10 på holdet og det er lige i overkanten når alle fremmøder. Foreningen overvejer derfor, om der skal startes et ekstra hold evt. med træning uden for bassinet. Det er selvfølgelig afhængig af, at vi kan få mere tid på Kolding Sygehus, samt at vi kan skaffe en fysioterapeut.

Herudover kræver FOF at der er mindst 7 tilmeldte på hvert hold.

Er der medlemmer der ønsker at deltage i varmvandstræning, og som ikke deltog sidste år, skal de kontakte foreningen snarest.

BEREDSKABS FORBUNDET

DANISH CIVIL PROTECTION LEAGUE

– Tilbyder kursus i førstehjælp
elementær brandbekæmpelse
og selvforsvar

Lær førstehjælp så
du også kan
hjælpe

se også www.beredskab.dk

ESTER C-vitamin

Verdens
eneste
C-vitamin
med
patent!



Eneforhandler i Danmark



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.

Gymnasium eller hf-kursus?



Vil du bo på skolen?

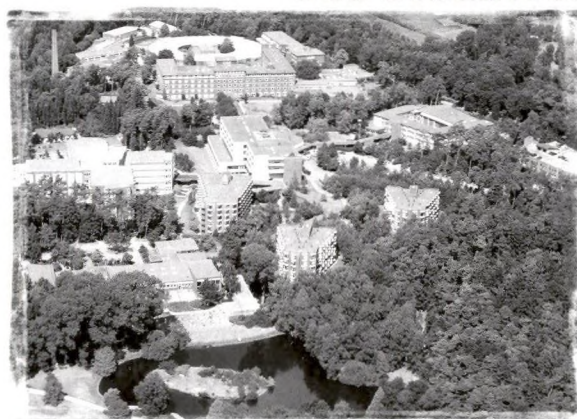
Høng Gymnasium og HF kan tilbyde:

- Et hyggeligt skolemiljø
- Små kollegier med eget værelse
- Rimelige priser
- Allergivenlige lokaler
- Diætmad

Ring på tlf.: 5885 2636 eller besøg vores hjemmeside på www.Hoeng-gymhf.dk. Her kan du bl.a. bestille vores brochure.

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

VEJLE-RIBE KREDSSEN - fortsat



Af arrangementer de sidste 12 mdr. orienterede Jens Erik Westh om, at vi ved sidste generalforsamling, havde besøg af overlæge Gert Hansen fra Gråsten, Gert Hansen fortalte om den sidste nye viden indenfor Morbus Becterew.

Den 9. oktober var vi sammen med Fyn Kredsen i Middelfart, hvor overlæge Karsten Thomsen fra Odense Universitetshospital fortalte om rygoperation.

Herudover blev der kort fortalt om Landsmødet den 28. - 29. april 2001, hvor Jens Erik West repræsenterede kredsen.

Til Fremtidskonferencen den 29. - 30. september på Hotel Kronprins Frederik i Fredericia havde vi 2 medlemmer med.

3. Fremlæggelse af godkendt og revideret regnskab v/ Per Schwarz. Regnskabet blev godkendt.
4. Budget og kontingent for 2003. Budgettet blev godkendt, og kontingentet forbliver på kr. 125 årligt.
5. Indkomne forslag. Ingen
6. Valg til bestyrelsen. Nis Iversen og Per Schwartz blev valgt.

Som nyt medlem blev Jens Tryde valgt, som afløser for Kjeld Rasmussen, der ikke genopstillede.

7. Valg af bestyrelsessuppleant. Valgt blev Kjeld Rasmussen
8. Valg af revisor og revisorsuppleant. Henrik Pedersen blev valgt som revisor, og som revisorsuppleant blev Lone Erlandsen valgt.
9. Evt.

Henrik Pedersen fortalte om "Sundhedsskole" et kursus/projekt han for foreningen havde deltaget i først i marts måned, med henblik på at starte et hold her i kredsen. Sundhedsskole ideen var inspireret af en medlemsundersøgelse som tydeligt viste, at medlemmerne havde behov for at få luftet og bearbejdet en række af de tanker, problemer og udfordringer, som knytter sig til at leve med MB.

Efter generalforsamlingen havde vi besøg af socialrådgiver Connie Lund fra Kolding Kommune.

Emnet var den nye pensionslov, som træder i kraft den 1. januar 2003, samt mulighederne for flex. og skånejobs m.m..

Der var en god spørgelyst, og vi berørte mange emner - nu der var mulighed for at få svar fra en absolut faglig kompetent person.

God og udbytterig aften, hvor vi i øvrigt til sidste indlæg havde besøg af medlemmer fra Fyns Kredsen.

KØBENHAVNS KREDSSEN



Københavnskredsens generalforsamling 10. marts 2002

1. Torben Jørgensen bød velkommen og foreslog Niels Vous som dirigent. Han blev valgt og konstaterede, at generalforsamlingen var rettidigt indkaldt og dermed lovlig.
2. Formanden, Torben Jørgensen aflagde beretning:

Siden vi mødtes til generalforsamling den 20. februar sidste år, har vi i marts måned afholdt det store arrangement på Scandic Hotel i Hvidovre med Bente Danneskiold-Samsøe og Hans Lund, begge fra Parker Institutet, Frederiksberg Hospital.

Fremtidskonferencen 29.-30. september i Fredericia vil jeg nævne sammen med medlemsmøderne, idet den involverede ganske mange medlemmer fra kredsene. Her fra København var vi 10 personer af sted, og vi var enige om, at det var to meget inspirerende og givende dage, der uden tvivl vil sætte sine spor i den udvikling, vores forening er i.

27. november havde vi Ole Maigaard Jensen på besøg i Bispebjerg Kulturcenter på endnu et velbesøgt møde om det nye præparat Remicade. Referatet af mødet findes i det netop udkomne MB Blad.

Parker Institutet

De der var med til mødet med Bente Danneskiold og Hans Lund husker måske, at vi tilbød os med hensyn til at være forsøgspersoner i nogle af de projekter, de havde på tegnebordet ude på Frederiksberg Hospital, Parker Institutet. I Gigtforeningens nye blad LedSager omtales en undersøgelse af patienter, der træner i vand, men man har af forskellige grunde valgt at bruge andre patientgrupper. Jeg har talt med Hans Lund om sagen, han mener, vi kan forberede et evt. fremtidigt projekt med Bechterew patienter ved et såkaldt "fokusgruppe interview", der nærmere skal præcisere nogle centrale punkter, hvor vi Bechterew patienter især har problemer. Det er allerede aftalt til tirsdag den 30. april kl. 15.30 - ca. 18, med 7-8 deltagere, der skal adskille sig lidt fra hinanden mht. arbejde/ikke arbejde, køn, alder, sygdommens sværhedsgrad m.v. Det kan man melde sig til fra nu af til mig, det er nødvendigt med oplysninger om de nævnte forhold og Hans Lund vil derefter sammen med den fysioterapeut, der skal deltage i interviewet udvælge de 7-8 personer.

Fokusgruppe interviewet vil forgå på Parker Institutet og der vil være inkluderet en rundvisning på instituttet.

POLITIFORBUNDET I DANMARK

H. C. Andersens Boulevard 38
1553 København V

Tlf. 33 45 59 00



Hænder som forløser ...

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

Rosenmetoden

Bestil brochurer og enetimer:

Rosenmetoden • Spergelmarken 10 • 2860 Søborg
Tlf. 39 66 15 85 • www.rosenmetoden.dk

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

Totalentrepriser • Rådgivning
Nøglefærdigt erhvervsbyggeri
På leje - eller ejerbasis

Akticon

Tingskiftevej 2, 2900 Hellerup
Tlf. 39 46 39 00
ERHVERVSBYGGERI A/S Telefax 39 40 00 33

- 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



Lægens Bord – udsendelsen den 29.11.2001

I har måske set Per Lignells betragtninger om udsendelsen i det seneste blad, men jeg sender korrespondancen med redaktionen af Lægens Bord rundt.

Kampagne overfor reumatologiske hospitalsafdelinger og fysioterapiklinikker.

Kampagnen sigter især mod de nydiagnosticerede Bechterew patienter. Hospitalsafdelinger og fysioterapiklinikker er et centralt sted, når det gælder om at etablere den første kontakt.

Vi ved jo allerede, at kun omkring en femtedel af de mulige bliver medlem af vores forening, ofte fordi vi ikke er kendte for de mennesker, der netop har fået diagnosen stillet. Vi ved også, at læger, sygeplejersker og fysioterapeuter er glade for at kunne henvise til os, en forening, der kan rådgive på et bredere felt, om hvordan man tilrettelægger sit liv med en kronisk sygdom.

Det er planen at fremstille en folder til hospitalsafdelinger og klinikker, samtidigt skal vores hjemmeside udbygges med en side, der henvender sig til nydiagnosticerede. Indholdet skal her svare til folderens. Et vigtigt delmål vil være at gøre vores hjemmeside kendt blandt det behandlende personale.

Vi håber i bestyrelsen på, at kampagnen kan løbe af stablen i 2003, hvis økonomien "arter sig."

Økonomi

Ved sidste generalforsamling varslede vi fra bestyrelsens side, at vi ville købe et edb program dels til regnskab, dels til medlemslisteadministration. Det var til dels et labels printer problem, der startede overvejelserne, men efter Kjeld fik renoveret sin nåleprinter, har vi konkluderet, at det nok ville være at skyde gråspurve med kanoner at investere i et særligt regnskabsprogram. Så der sparede vi 5-6000 kr.

Sundhedsskole

Fremtidskonferencen i september anbefalede at sundhedsskolekonceptet bliver udbredt til alle kredse i foreningen. I sidste weekend deltog Jonni Bue Kofod og jeg selv i et instruktørkursus, således at vi har kunnet høste erfaringerne, de gode erfaringer, der er opnået i Østjyllandskredsen, hvor der allerede har været afholdt flere sundhedsskoler.

Vi skal bruge en professionel person også, dvs. en sygeplejerske eller fysioterapeut, som har interesse i "patientuddannelse", som en fagperson ville kalde sundhedsskolen.

Vi håber at kunne starte den første sundhedsskole i oktober/november.

Så afslutningsvis kan jeg sige, at der for bestyrelsen vil være 2 store aktiviteter i det kommende år, kampagnen overfor hospitaler og fysioterapiklinikker og igangsættelse af sundhedsskole.

Vi skal også arrangere nogle møder, og vi er til stadighed modtagelige for forslag til emner.

Dette var formandens beretning.

Der var forskellige spørgsmål til fokusgruppe interviewet på Parker Instituttet, som blev drøftet. Herefter blev beretningen godkendt.

3. Kassereren, Kjeld Wilhelmsen forelagde regnskabet for 2001, som herefter blev godkendt.
4. Budget for det næste regnskabsår følger regnskabet og blev godkendt sammen med et uændret kontingent på 100,-kr. årligt og 125,-kr årligt for par.
5. Bestyrelsen havde foreslået en række vedtægtsændringer, mest af redaktionel karakter.

Forslaget til vedtægtsændringerne, som var udsendt i forvejen, blev suppleret med en tilføjelse til § 1 om det geografiske dækningsområde "og Bornholms Amt."

Vedtægtsændringerne blev vedtaget enstemmigt ved skriftlig afstemning.

Der var ikke indkommet yderligere forslag.

6. Edel Berthelsen og Torben Jørgensen var på valg.

Edel Berthelsen stillede ikke op igen. Hun blev takket med ord og vingave for sin mangeårige indsats i bestyrelsesarbejdet, heraf adskillige år som kredsformand.

Jonni Bue Kofod og Torben Jørgensen kandiderede og blev herefter valgt til bestyrelsen.

7. Der var 2 forslag til suppleanter til bestyrelsen: Annette Röschmann og Lise Winding, som herefter blev valgt.
8. Niels Grue blev foreslået genvalgt som revisor – og det blev han.

Otto Jakobsen blev valgt som revisorsuppleant.

9. Forskellige småspørgsmål blev vendt inden dirigenten afsluttede generalforsamlingen.

Nyhed



Perfekt hulspejl til spejl eller flise

SELVKLÆBENDE

- Uundværlig for alle som bruger briller
- Til at lægge make-up
- Til barbering
- Til isætning af kontaktlinser
- Til svagtseende

Forhandles af: Synoptik - Matas -
Profil Optik - Nyt Syn - Magasin

Fabrikation:

Plakathuset - Tlf. 38 86 11 46

**Pris
149,-**

IN Consulting

Låsbyvej 18A
8660 Skanderborg

70 10 31 00

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

CHRISTIANSBJERG

Klinik for fodterapi

v/ Anne-Birgit Sommer
Hvidkløvervej 2 · 8200 Århus N

86 16 78 09

Daglig 10-16 samt efter aftale
Lørdag lukket

Fodpleje - Bøjlebehandling af ned-
groede negle - Indlægssåler

Vi har overenskomst med off. sygesikring og »danmark«



**Helsebrixen
Taastrup**

- et anderledes motionscenter
- gratis prøvetur

Køgevej 139 · 2630 Taastrup

43 55 23 55

www.helsebrixen.dk

Problemer med dryp?

www.wooltec.dk



WoolTec® er en vaskbar bomuldstruse med et fast uld-indlæg. Uldens særlige egenskaber sikrer, at du føler dig tør, selv når indlægget er vådt. Ulden sikrer også, at du undgår hud- og lugtproblemer.

Du vil blive glad for WoolTec® ! Tlf: 98 29 24 30



Rie Jacobsen
Sygeplejerske



JURLIQUE

VERDENS RENESTE HUDPLEJESERIE

Udelukkende naturlige ingredienser.
Ingen kunstige konserveringsmidler, farver eller dufte.
Ingen tilsatte kemikalier i hudpleje-produkterne.
100% biologisk nedbrydelige.
Indeholder ikke animalske stoffer.
Urter er dyrket økologisk og biodynamisk.
Hovedsageligt håndplukket.
Ikke testet på dyr.

Yderligere information:
Anne Frølund Enevoldsen 86 94 26 13



Kurrejse til Balcova, Tyrkiet

1 uge fra kr. 5.550,-
Ekstra uge fra kr. 2.485,-

Incl. fly af København. Ophold med halvpens. og behandlinger. Transport lufthavn t/r.

Vores samarbejdspartner i Balcova er TEM Travel med dansk-talende personale som hjælper under hele opholdet.

REJSEHUSET
kvik-ariel travel
Vesterbro 49 · 9000 Aalborg
Tlf. 98 12 85 11
www.kvik-ariel-travel.dk



203024

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





I pausen konstituerede bestyrelsen sig som følger:

Torben Jørgensen, formand

Hjortøgade 1, 4.tv.
2100 København Ø.
39 20 93 80 (bedst 20-21)
bechterew.kbh@post.tele.dk

Martine Evensen, næstformand

Amager Fælledvej 36, 2.th.
2300 København S.
32 95 48 44
martineevensen@yahoo.dk

Jonni Bue Kofod, sekretær

38 88 89 16
jonni@tdcadsl

Kjeld Wilhelmsen, kasserer

Parkvænget 21
3200 Helsingør
48 79 55 50
wilhelmsen@mail.dk

Bent Andersen, bestyrelsesmedlem

Ottingvej 103
2730 Herlev
44 94 04 67
bent.andersen@gladsaxe.mail.telia.com

Annette Röschmann, suppleant

Drejøgade 26 C, 4-405
2100 København Ø.
77 55 45 25
annetteroeschmann@hotmail.com

Lise Winding, suppleant

Bondehavevej 10 D, 1.tv.
2880 Bagsværd
44 98 93 76
lwinding@worldonline.dk

VESTSJÆLLANDS KREDSSEN



Vestsjællands Kredssens ordinære generalforsamling afholdtes lørdag d. 23. marts 2002 på Hotel Postgården i Sorø. 25 medlemmer mødte frem, og efter generalforsamlingen samt en let frokost var cand. pharm. Anette Carlsen inviteret til at fortælle om naturlægemidler / kosttilskud. Anette Carlsen kom i sit 1 1/2 times indlæg bl.a. ind på, hvad der kræves af myndighederne for at blive godkendt som henholdsvis kosttilskud og naturlægemiddel contra lægemidler. Det var et meget oplysende indlæg og spørgelysten efterfølgende var stor.

På valg til bestyrelsen var Grete Jensen og Bjarne Wyrwik, som begge blev genvalgt.

Efter mange års "tro tjeneste" havde vores kasserer Arne Jespersen ønsket at trække sig før tid, hvorfor bestyrelsen efter konstitueringen ser således ud:

Formand	Grete Jensen
Næstformand/sekretær	Connie Madsen (valgt for eet år)
Kasserer	Bjarne Wyrwik
1. Suppleant	Inge Lise Fauerholdt Hansen
2. Suppleant	Leif Petersen

Generalforsamlingen tilsluttede sig bestyrelsens forslag om navneforandring, så vores navn følger landsforeningen og øvrige kredses. Nyt navn er: Gigtforeningen for Morbus Bechterew, Vestsjællands Kredsen

Referat af generalforsamlingen kan rekvireres hos formanden eller kan ses på www.bechterew.dk under egen kreds.

I weekenden 20. – 21. april var kredsen vært for Landsmøde 2002, som blev afholdt på Kursuscenter Rørvig. Et dejligt sted midt i Odsherreds pragtfulde natur, som især under lørdagens eftermiddags program havde vist sig at være et godt valg. Vi var dog også tilsmilet af særdeles godt vejr, og med positiv forventning og glæde kunne godt 30 deltagere efterfølgende under middagen høste ros og bifald for deres kreative evner med bordpynt og –kort, samt fremførelse af de hjemmedigtede sange, som skulle beskrive dagens oplevelser. Grupperne var naturligvis blevet hårdt men fortjent bedømt under afviklingen af løbet af den kreative hjælper, pens. major John Jensen, hans kone samt undertegnede, og vinderholdet kunne derfor under kaffen indhente en lille præmie for deres gode samarbejde.

Med mange nye bestyrelsesmedlemmer / delegerede viste det sig at være en rigtig god måde at lære de "nye" at kende og der blev knyttet mange kontakter på tværs af kredsene, som helt sikkert vil give "afkast" i fremtiden. En stor TAK til alle som, med deres gode humør, positive og medlevende deltagelse, gjorde deres til at alt forløb som ønsket og planlagt.

Søndagens generalforsamling er refereret andet steds i bladet.

På bestyrelses og egne vegne ønskes alle en god sommer !
Grete Jensen



v / Formand Svend C. Dahl

Først kan det bemærkes, at vi ved generalforsamlingen i marts 2002 skiftede navn fra MB-Sydsjælland til MB-Storstrøm som en logisk følge af, at vi rent faktisk også har medlemmer på Lolland-Falster - syd for Storstrømmen, der deler Storstrøms Amt i en nordlig og sydlig del. Landsforeningen har godkendt vedtægtsændringerne, så vi dækker nu officielt Sydsjælland, Møn og Lolland-Falster.

Dertil arbejder vi på at få flere medlemmer på "Sydhavsøerne" og måske få oprettet en underafdeling dernede, da der er lang afstand fra fx Nakskov til Næstved.

Da der ikke var noget kampvalg blev fmd. og sekretær genvalgt. Desuden har vi haft den politik, at hvis der er medlemmer, der gerne vil gøre et stykke arbejde i bestyrelsen, skulle de være velkomne.

Det betyder rent praktisk, at vi nu har 4 suppleanter, der vel at mærke er inddraget på lige fod med bestyrelsesmedlemmer. Derfor betyder det (med vore kun ca. 38 medlemmer), at næsten 1/4 af medlemmerne deltager i bestyrelsesarbejde. Det er da vist flot - men nu skal bestyrelsen nok heller ikke være større.

Efter konstituering ser sammensætningen sådan ud:

Bestyrelse i MB-STORSTRØM 2002

Formand	Svend Dahl, Kalbyrisvej 113, 4700 Næstved
Næstformand	Flemming Møss, Ydunsvej 7, 4700 Næstved
Kasserer	Finn Nielsen, Sterkelsvej 13, 4700 Næstved
Sekretær	Britta Petersen, Rugkrogevej 19, 4250 Fuglebjerg
Bestyrelsesmedl.	Klaus Hansen, Kalklejevej 6, Trælløse, 4160 Herlufmagle
Suppleant	Susanne Pedersen, Valnøddeparken 8, 4690 Haslev
Suppleant	John Jensen, Kildedalsvej 4, Fensmark, 4700 Næstved
Suppleant	Svend Karlshøj Nielsen, Hulhøjvej 13, 4640 Fakse
Suppleant	Jan Dechau, Skolevej 14 st. th, 4720 Præstø

Et af punkterne på generalforsamlingen var Sundhedsskole - eller som vi måske heller vil kalde det Erfa-kursus. Susanne Pedersen er vores lokale "tovholder", og hun har skrevet det følgende indlæg, hvor vi opfordrer alle interesserede i området til at melde sig:

Stærkt inspireret af Østjyllandskredsens Sundhedsskole (se MB-bladet 2000:2 eller foreningens hjemmeside). vil vi i MB-STORSTRØM tilbyde medlemmerne et lignende tilbud.

Vi har tænkt, at det skal være en ERFA-gruppe (ERFAringsgruppe) bestående af 5-6 MB'er, der mødes over tre aftener for at tale med hinanden, udveksle erfaring/viden omkring at leve med Bechterew. Gruppen vil desuden bestå af en gruppeleder og en fra bestyrelsen.

Formålet for deltagerne er, at den enkelte får rum og tid, til at tale om sin egen situation og de erfaringer Morbus Bechterew har givet på godt og ondt. Effekten af at få delt disse ting med andre i samme situation vil forhåbentlig være, at situationen opleves knap så svær.

Forudsætningen for at deltage er blot, at du har mod og lyst til at tale om det at have Morbus Bechterew diagnosen.

Endelig tid og sted er endnu ikke planlagt, men har du lyst til at deltage i en sådan ERFA-gruppe, kan du rette henvendelse til Susanne Pedersen tlf. 5631 6118 eller Svend Dahl tlf. 5572 0983.

Vi vil så vidt muligt i planlægningen af forløbet se, om der kan tages højde for de store afstande i kredsen.

Dertil havde vi som optakt til den velbesøgte generalforsamling en glimrende foredragsholder, psykolog Lisbet Ramskov Larsen fra Fuglebjerg, der levede talte om gig, smerter og følelser.

Hun sagde if. det delvis stikordsprægede referat bl.a.:

Smerter opleves meget forskelligt. Derfor kan personer med den samme fysiske tilstand opleve stor forskel på deres smerter. Folk reagerer også meget forskelligt på smerter. Nogle fortæller åbent om deres smerter, andre lukker sig inde og trækker sig tilbage. Det er en naturlig reaktion som også ses i dyrelivet, men når smerterne er kroniske, starter tilbagetrækningen let nogle onde cirkler.

Den kronisk syge hvirvles let ind i flere onde cirkler, som griber ind i hinanden og forstærker hinanden:

- Smerter → træthed → flere smerter
- Smerter → nedtrykthed/depression → flere smerter
- Nedsat funktionsevne → passivitet → flere smerter
- Smerter → indadvendthed → negative tanker → flere smerter
- Smerter → uarbejdsdygtig → social isolation/dårlig økonomi → flere smerter



Hvordan kan man bryde de onde cirkler?

- Sorg for regelmæssig og jævn tilførsel af den ordinerede medicin
- Hold kroppen i gang
- Lav afspændingsøvelser regelmæssigt
- Sorg for en god nattesøvn
- Psykologisk holdningsændring (se nedenfor)

Vrede er den mest almindelig reaktion på en kronisk sygdom. Man bliver let opfarende, eller vreden vendes indad og giver skyldfølelse. Desuden skaber en konstant følelse af vrede spændinger i kroppen.

Man kan ikke ignorere vreden, men man skal rette den mod det rigtige – nemlig sygdommen og smerterne. Man skal tænke sådan om smerten: "Du skal ikke styre mit liv. Jeg bestemmer selv, hvad jeg vil foretage mig, og så må du følge bagefter."

Depression opstår let, hvis man har været for længe i de onde cirkler. Nogle gange kan samtalerapi og psykologisk smertebehandling få patienten ud af depressionen. Andre gange skal der også medicinsk behandling til, men den kan ikke stå alene. Symptomerne på depression findes, når følgende tilstande har stået på i længere tid. Så er det på tide at søge hjælp.

- Søvnforstyrrelser
- Nedsat lyst til alting
- Selvbeprejdelser
- Appetitløshed/Trøstespisning

Sorg er en følelse, der naturligt opstår, når man mister, og kronisk syge oplever mange tab – tab af arbejde, funktionsevne og somme tider skilsmisse. Det er vigtigt at tillade sig selv at sørge over et tab, ellers udvikler man en kronisk depression.

Angst og panik griber ofte den kronisk syge. Patienten får katastrofetanker. Her er det vigtigt at stoppe op og konfrontere disse tanker med virkeligheden her og nu. -Hvad er du egentlig bange for? Behøver det at gå så galt, som du forestiller dig? Hvad kan du gøre her og nu? - Snak situationen igennem med en god ven, ægtefælle eller terapeut!

Hvor får man hjælp

Lisbet udleverede en liste over lokale psykologer med erfaring i smertebehandling og henviste i øvrigt til smerteklinikkerne på Rigshospitalet, Herlev Sygehus samt Aalborg Sygehus.



Prokus SicherheitsNackenstiltzkissen

En tysk nakkestøttepude (Figur 2). Puden findes i een tykkelse, men det er muligt at tage noget af det polyurethan skum ud, som puden er fremstillet af. Der er derfor nogen mulighed for at tilpasse den individuelt. Puden er nærmest pæreformet, sådan at den ikke giver nogen ekstra støtte de første 6 cm målt fra toppen. Målt 11 cm nede er den 8 cm og helt nedadtil 12 cm tyk. Den er således bedst til dem, som ikke har så meget behov for ekstra støtte bag hovedet, men for støtte langs halshvirvelsøjlen, hvor den kan udfylde rummet bag halsen. For de fleste med Morbus Bechterew bedømmes formen derfor til kun at være acceptabel. Prokus passer til sæder med en rektangulær hovedstøtte. Monteringen er let og Prokus sidder stabilt. Elasticiteten bedømmes at være god. Der er ikke anført testresultater. Puden kan fås hos:

Prokus, PKS

Teichstrasse 9 · D38871 Stapelburg Tyskland
 Telefon 0049(0) 39452 9113
 Fax 0049 (0) 39452 99303
 Internet: www.prokus.de
 Pris ca. 250 kr. + forsendelse



Betjeningsvenligt låsebeslag til toiletør

Randi-Line®

Meget betjeningsvenlig beslagserie i enkelt og tidløst formsprog. Slebet, matbørstet rustfrit stål.

For yderligere information kontakt:

RANDI A/S
Mirabellevej 3 · DK-8900 Randers
Tel.: 86 42 75 22 · Fax: 86 43 93 14
www.randi.dk



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



Fremtidens tog er udstyret med CUMMINS motorer
Fra 50-1342kW
Europæisk service-netværk



Foto:
Type NTAA855 R7

**CUMMINS Diesel
Salg & Service A/S**

4000 Roskilde: Tlf. 4642 3550 - Fax 4642 3050
6700 Esbjerg: Tlf. 7545 0111 - Fax 7545 1155
E-Mail: cummins@cummins.dk

www.egmont-hs.dk

**HØJSKOLE
FOR
DIG**

Spændende fag
Avanceret udstyr
Nysgerrig?

Prøv noget nyt!

**egmont
højskolen**

Villavej 25, Hou
8300 Odder
Tlf. 87 81 79 00
Fax 87 81 79 79
Internet e-mail:
mail@egmont-hs.dk

Hovedbestyrelsen



Formand

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



Næstformand

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



Kasserer

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



Sekretær

Gurli Busk
Terosevej 14
7800 Skive
97 52 64 14



ASIF kommitteret.

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



HB medlem

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



Suppleant 1

Stig Nielsen
Nyhavnsgade 4 A
9000 Ålborg
98 11 79 53
hastig@ofir.dk



Redaktør, Suppleant 2

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



Suppleant 3

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



Suppleant 4

Christian Skjødt-Jacobsen
Ferskenvej 32
9000 Aalborg
98 79 01 61
csj@mail1.stofanet.dk

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 (ForeningEN af Unge med Gigt)

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

Kredsformænd



København

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



Vestsjælland

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



Østjylland

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



Vest-Midtjylland

Michael Dohn
Teglmarken 54
8800 Viborg
86 62 73 64
m.dohn@mail.dk



Sønderjylland

Flemming Marcussen
Havnevej 64
6320 Egernsund
Telefon: 74 44 08 80



Nordjylland

Ernst Bisgaard
Sovænget 14
9541 Suldrup
98 37 89 37 / 40 18 27 50
enb@post5.tele.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



Sydsjælland

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



Vejle-Ribe

Jens Erik Westh
Løkken 19
Bramdrupdam
6000 Kolding
75 56 86 35
famwesth@mail.tele.dk



Færøerne

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



danmarksvej 30 G2 · 8660 skanderborg
tlf. 70 22 18 70 · www.flreklame.dk



IS-GEL 2000 - mod gigtsmerter

En kølende og forfriskende gele, der indeholder menthol.
God mod **gigtsmerter** i fingerled, knæ, hofter og muskelsmerter. Giver en dybdegående varme i led og muskler v/massage.
Har i mange tilfælde god virkning på **tennisarm** og »frossen skulder«.

ULDSENGETØJ

Sov godt. Sov dig fra infiltrationer og muskelspændinger.

Den bløde merinould er et naturprodukt med et meget højt lanolin-indhold, samtidig er produktet ikke lufttæt, som dundynen, hvilket bevirker at kroppen frit kan ånde gennem dynen. Denne virkning betyder at kroppen altid vil have en naturlig varme, uden at man generes af fugtig nattesved, samtidig stimuleres kredsløbet, uldens naturlige og konstante lunhed vil automatisk i nattens løb **afspænde og blødgøre ømme muskler og infiltrationer**, netop derfor har mange gigtpatienter stor glæde af at sove i uldsengetøj, og nedsætter ofte deres forbrug af smertestillende medicin.

Ring og få en uforbindende snak med os, om et sundheds-sengesæt med 5 års garanti. Specialtilbud på sengesæt bestående af pude - dyne og lagen kr. 3.190,-.

Normalpris kr. 3.960,-.

Ring eller skriv og bestil direkte, vi sender gerne: Alle samlede bestillinger over kr. 1000,- portofrit:

A.M.P. Helse

Viborgvej 25 · 7400 Herning · Tlf. 97 12 31 03 / 40 28 67 40

Dr. M. Grubels originale lenkosancreme

God Creme mod hudproblemer

Cremen er fremstillet på vaselinebasis som er tilsat udtræk af 100% rene naturprodukter, som bl.a. Morgenfrue, Perikum, Oliven og Bivoks, samt naturligt duftstof.

Kan anvendes overalt på kroppen også i hovedbunden, cremen holder tør skællende hud blød, hel og *kløefri*, kan i mange tilfælde holde hudproblemer nede på et acceptabelt niveau.

Cremen blev positivt omtalt og anbefalet af Radiodoktoren i "Spørg om Sundhed", maj 01.

Krukken indeholder 250 gram - Pris kr. 120,00 excl. porto

*Mild plejende shampoo med salt fra det døde hav:
Indhold 250 ml. - Pris kr. 49,00 excl. porto*

Porto

Gigtföreningen
Gentoftegade 118
2820 Gentofte



Porto

Gigtföreningen for Morbus Bechterew

v/Per Lignell
Alpinavej 1, Stilling
8660 Skanderborg



Tid til eftertanke!

På Nordsøhøjskolen sætter vi
fokus på dine interesser.

KORTE SOMMERKURSER
OG 1-2-3-4...MÅNEDERS OPHOLD

... alt sammen med
udgangspunkt i
den smukke natur,
der omgiver
Nordsøhøjskolen
i Hirtshals.

Ta' på højskole
tæt ved sand,
strand og vand
- du vil aldrig
glemme det!



Eco Print as

Nordsøhøjskolen
Niels Juelsvej 32 · 9850 Hirtshals · Tlf. 98 94 44 77 · Fax. 96 56 14 19
www.nordsoehoejskolen.dk · info@nordsoehoejskolen.dk



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
CE-MARKET
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.
Affjedrer på alle hjul.

STÅ-LET- LÆNESTOL

Personlig fri-
hed 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

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

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

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

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

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

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr.: _____ By: _____

Tlf.: _____

Indmeldelsesblanket for medlemskab af en kredsforening

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr.: _____ By: _____

Tlf.: _____ Alder: _____

Amt: _____

Durogesic® (Fentanyl TTS) plaster



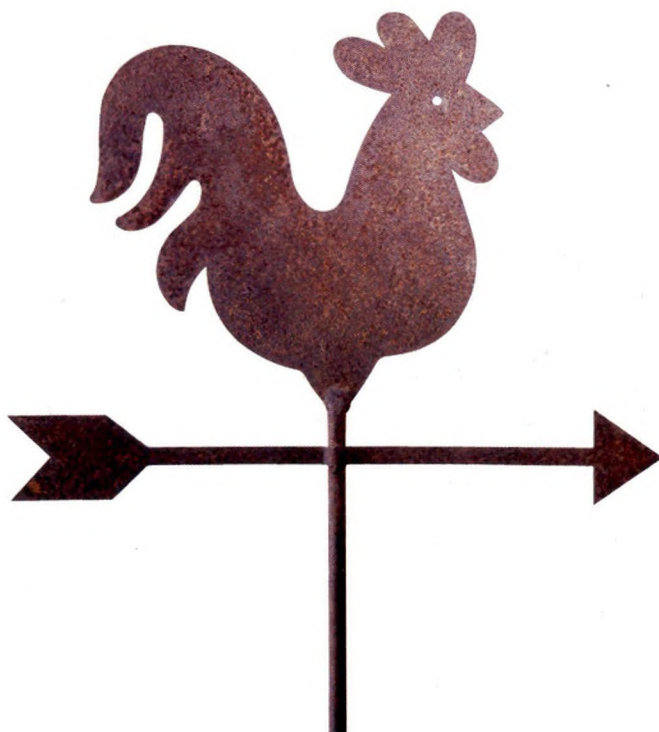
- Stabil smertebehandling i 3 døgn¹⁾
- Nedsat incidens af obstipation²⁾³⁾⁴⁾
- En nemmere hverdag³⁾



EGENSKABER: Fentanyl er et analgetisk opioid, som overvejende påvirker μ -receptorerne. Fentanyls primære terapeutiske virkning er analgesi og sedation. **INDIKATIONER:** Stærke opioidfølsomme kroniske smerter, hvor anden opioidbehandling ikke er anvendelig. Præparatet bør kun anvendes som led i en integreret smertebehandling, hvor patienten er tilstrækkeligt udredt såvel medicinsk som socialt og psykologisk. **DOSERING:** Dosis bør individualiseres baseret på den enkelte patients status og evalueres regelmæssigt. For specifik doseringsvejledning henvises til lægemiddelkataloget. **KONTRAINDIKATIONER:** Durogesic er kontraindiceret hos patienter med kendt hypersensitivitet overfor fentanyl eller klæbemidlet, som findes på plastrer. **BIVIRKNINGER:** Den mest alvorlige bivirkning, som ses ved alle potente opioider, er hypoventilation. Andre opioid-relaterede bivirkninger inkluderer: kvalme, opkastning, obstipation, hypotension, træthed, konfusion, hallucination, eufori, kløe, og urin retention. Hudreaktioner så som udslet, erythema og kløe er af og til rapporteret. Disse bivirkninger forsvinder sædvanligvis indenfor 24 timer efter at plastrer er fjernet. **OVERDOSERING:** Ses som en forstærket effekt af fentanyls farmakologiske virkning. Den mest alvorlige er respirationsdepressionen. **FORSIGTIGHEDSREGLER:** Durogesic må ikke anvendes til behandling af akutte eller postoperative smerter, da der ikke er nogen mulighed for at dosistitrere under kortidsbehandlingen, og fordi alvorlig hypo-ventilation kan opstå. Patienter, som har haft bivirkninger, skal monitoreres i mindst 24 timer efter at plastrer er fjernet, da serum fentanylkonscentrationen falder gradvist og først reduceres til ca. 50 % 17 timer efter at plastrer er fjernet. Til følgende patientgrupper bør Durogesic gives med forsigtighed: Patienter med obstruktive lungesygdomme eller andre lungesygdomme. Patienter som er specielt følsomme overfor intrakranielt effekt af kuldioxid retention, patienter med hjernetumorer, nedsat nyre og/eller leverfunktion samt bradykardi. Tolerance, fysisk- og psykisk afhængighed kan udvikles ved gentagen administration af opioider. Patienter som udvikler feber, bør monitoreres for opioid bivirkninger og dosis bør om nødvendigt justeres, idet frigivelsen af fentanyl kan øges. Af samme årsag bør anvendelse af kraftige varmekilder, f.eks. varmepuder og varmetæpper, undgås. Patienter bør instrueres i, at brugte og ubrugte systemer skal opbevares utilgængeligt for børn. Brugte plastre foldes sammen (med ydersiden udad) og kasseres, sådan at de ikke er tilgængelige for børn. Sikkerhed og effekt er ikke vist hos børn. **GRAVIDITET:** Erfaring savnes. **AMNING:** Må ikke anvendes. **EVNEN TIL AT KØRE MOTORKØRETOJ OG BETJENE MASKINER:** Durogesic kan interferere med aktiviteter, der kræver mental årvågenhed. Patienter bør derfor rådes til ikke at køre bil eller betjene maskiner, for deres individuelle følsomhed overfor Durogesic er kendt. **INTERAKTIONER:** Samtidig administration af andre CNS-deprimerende farmaka inklusiv andre opiat, sedativa, hypnotika, generelle anæstetika, phenotiaziner, tranquillizere, muskel-relaxantia, sederende antihistaminer og alkoholiske drikke kan give en additiv sederende virkning. Hypoventilation, hypotension og udtalt sedation eller coma kan opstå. Derfor kræver samtidig anvendelse af CNS-aktive farmaka speciel patientpleje og observation. **PAKNINGER OG PRISER** (1. maj 2002, AUP/AIP): Durogesic depotplaster 25 mikrog/t, 5 stk., kr. 367,60/245,99. Durogesic depotplaster 50 mikrog/t, 5 stk., kr. 687,48/470,59. Durogesic depotplaster 75 mikrog/t, 5 stk., kr. 931,21/641,71. Durogesic depotplaster 100 mikrog/t, 5 stk., kr. 1.044,53/721,28. **UDLEVERING:** A. §4 (kopieringspligtig). Tilskudsberettiget. Yderligere information kan fås ved henvendelse hos Janssen-Cilag A/S. Ref.: 1) Southam M.A.: Anti-cancer Drugs 1995, 6, Suppl. 3, 29-34. 2) Donner B. et al.: Pain 1996; 64 527-34. 3) Ahmedzai S. & Brooks D.: J Pain Symptom Manage 1997; 13: 254-61. 4) Allan L, Hays H, Jensen NH, et al: British Medical Journal 322, 2001.

02848 ARC 931 000
Gigtforeningen
Informationschef Anne Lessel
Gentoftegade 118, st.
2820 Gentofte 2820 0105/ 1

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