ISSN 1601-7080

MORBUS BECHTEREW BLADET

4 | december 2002
9. årgang

A

BOWLING PÅ TOPPLAN

EN HÅRD FØDSEL

INDVENDIGE SPEJLE TIL BILEN

INDRETNING AF BILSÆDE

www.bechterew.dk
GIGTFORENINGEN FOR MORBUS BECHTEREW

Durogesic® (Fentanyl TTS) plaster

EGENSKABER: Fentanyl er et analgetisk opioid, som overvejende påvirker μ-receptorerne. Fentanyls primære terapeutiske virkning er analgesi og sedation. **INDIKATIONER:** Stærke opioid-følsomme 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 plastret. **BIVIRKNINGER:** Den mest alvorlige bivirkning, som ses ved alle potente opioider, er hypoventilation. Andre opioid-relaterede bivirkninger inkluderer: kvalme, opkastning, obstipation, hypotention, træthed, konfusion, hallucination, eufori, kløe, og urin retention. Hudreaktioner så som udslet, erythem og kløe er af og til rapporteret. Disse bivirkninger forsvinder sædvanligvis indenfor 24 timer efter at plastret 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 plastret er fjernet, da serum fentanylkoncentrationen falder gradvist og først reduceres til ca. 50 % 17 timer efter at plastret er fjernet. Til følgende patientgrupper bør Durogesic gives med forsigtighed: Patienter med obstruktive lungesygdomme eller andre lungesygdomme. Patienter som er specielt følsomme overfor intrakraniel 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 MOTORKØRETØJ OG BETJENE MASKINER:** Durogesic kan interferere med aktiviteter, der kræver mental årvågenhed. Patienter bør derfor rådes til ikke at køre bil eller betjene maskiner, før deres individuelle følsomhed overfor Durogesic er kendt. **INTERAKTIONER:** Samtidig administration af andre CNS-deprimerende farmaka inklusiv andre opiater, 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.

Durogesic® (Fentanyl TTS)

JANSSEN-CILAG

MORBUS BECHTEREW

www.bechterew.dk

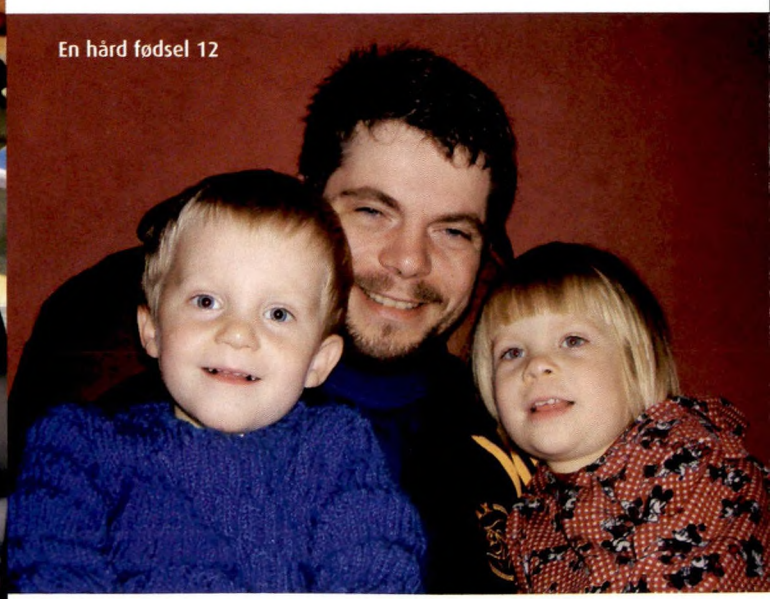
Indhold

Leder	5
Bechterew ingen hindring: Spiller bowling på topplan	6
Indretning af bilsæde	9
En hård fødsel	12
Indvendige spejle til bilen	17
MB's brevkasse	21
Møde i ASIF:	25
MB X-ord	29
Opslagstavlen	31
Nyt fra kredsene	33
Nyttige adresser og numre	47

Indvendige spejle til bilen 17

Bechterew ingen hindring 6

Indretning af bilsæde 9


En hård fødsel 12

Udgives af
Gigtforeningen for
MORBUS BECHTEREW

Redaktion: Gigtforeningen for Morbus Bechterew, v/ redaktør Claus Rønlev, Kresten Koldsvej 54, 8230 Åbyhøj, 86 25 83 74 / 21 46 19 44, roenlev@mail.dk

Redaktionsudvalget: Claus Rønlev (ansv.), Niels Vous, Jon Erlendsson, Svend Aachmann, Torben Jørgensen · Tegninger: Per H. Sørensen, tlf.: 98 14 39 79

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 · **Tryk:** Silkeborg Bogtryk, Stagehøjvej 27, 8600 Silkeborg

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

Forsidefoto: Redaktøren

Udsigt til et langt bedre liv...

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

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

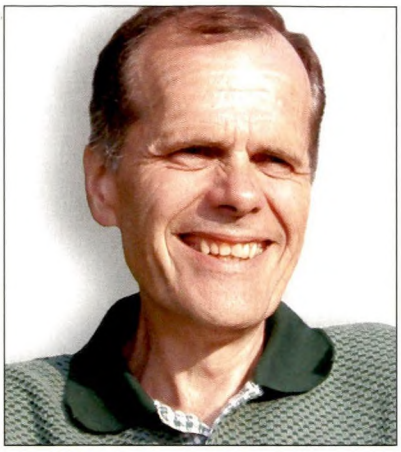
Terra Novas synkevenlige **Omega Plus** kapsler indeholder ren naturlig sælolie, der udover de kendte og gode Omega-3 fedtsyrer EPA og DHA indeholder en særlig umættet fedtsyre DPA, der sammen med de øvrige Omega-3 fedtsyrer optages både hurtigt og effektivt i kroppen.

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

Fås på apoteket og hos Matas. Importør: JEPA A/S Tlf. 39 16 18 14

Leder 04

Formand Per Lignell



Landsformandens betragtninger

Jeg sidder her og undrer mig over, at nu er 2002 også ved at være gået, og det er alt for hurtigt, men sådan har jeg det hvert år.

Hvad har vi så nået i foreningen i år? Vi har fået udgivet vores blad, som utroligt nok, stadig bliver bedre. Det er ikke bare noget jeg siger, for det sker nemlig oftere og oftere, at folk ringer til mig for at blive meldt ind i foreningen, netop for at få bladet. Stor ros til redaktionen, for det betyder, at vi er/bliver kendte, og at indsatsen virkelig nytter noget.

Det er også værd at fremhæve, at vi i 2002 har produceret en Internet-instruktionsvideo, som skal bedre de praktiserende lægers viden og praksis, således at den ofte alt for lange tid der går, inden MB-ere får stillet diagnosen forhåbentlig kan mindskes. Vores video har vist sig at have et højt besøgstal, så det ligner en succes.

Der har også været øget aktivitet i kredsforeningerne og jeg fornemmer, at der på det plan er fremgang både i aktivitetsniveau og mødedeltagelse, så også her kan jeg konstatere, at kredsbestyrelserne virkelig gør noget for sagen. Når medlemmerne så i stigende omfang møder op til arrangementerne, forstærker det lysten i kredsbestyrelserne til at gøre noget, så det hele har en selvforstærkende virkning. Man skal dog være opmærksom på, at det hele starter med medlemmerne. Derfor for 117.gang: Det er jer, der i sidste ende bestemmer, hvor god foreningen skal være til gavn for jer selv.

Jeg har lige været til ASIF-konference i Slovenien, og her var stemningen noget anderledes. Aktivitetsniveauet var for lavt, lød meldingen fra deltagerne, og det resulterede i, at kun en enkelt fra bestyrelsen blev genvalgt, og sådan skal demokratiet virke, også i vores forening. Gør vi det ikke godt nok, må nye til, men som nævnt mener jeg nu ikke, det er aktuelt i Danmark. Mere om ASIF mødet inde i bladet.

Kan I nu alle have en god jul og et godt nytår, så høres vi ved til næste år.

Bechterew ingen hindring : Spiller bowling på topplan

Erland Kjær Jacobsens indstilling til sin Morbus Bechterew har altid været, at lige meget hvad, må man aldrig miste kampånden. Det har han i de senere år demonstreret på en overraskende og for de fleste ret ufattelig måde, nemlig som bowlingspiller på topplan. En hel skabsvæg fuld af pokaler og trofæer vidner om en kampånd ud over det sædvanlige, og det i en disciplin, som er kendt for at kunne give skulder- og rygproblemer

Af journalist Helle Juhl

- Mange, der prøver bowling første gang, er bagefter ømme i ryggen, men det er fordi, de ikke kender den rigtige teknik, samt presser kuglen og vrider i kroppen. Det behøver man overhovedet ikke.

Jeg bruger kun lige bevægelser - fremad og bagud - når jeg sender kuglen afsted. Resten ligger i fingrene og koncentrationen, og det belaster ikke ryggen. Har jeg ondt i skulderen eller albuen før en kamp, går det som regel over under opvarmningen, fortæller Erland, som vi træffer hjemme i parcelhuset i Stenløse syd for Odense.

60-årige Erland var i sin tid med til at starte Fynskredsen i Morbus Bechterew-foreningen og er i dag kasserer for den. Han er i det hele taget en virksom herre, da han også er formand for en firmaklub samt revisor for og medlem af spilleudvalget i bowlingklubben "Sambowl". Lige nu er han arbejdsløs, men aktivt søgende et nyt arbejde, gerne som fleksjob. Kommunen har ellers i mange år ment, at Erland burde tilkendes pension, men han kan ikke se sig selv som pensionist.

- Nok kan jeg ikke mere klare at arbejde i mit gamle fag som smed, men gennem tyve år har jeg samlet erfaringer på en række andre felter: som teknonom, ansvarlig for lagerstyring og i reklamebranchen. Så jeg mener at have noget at byde på, siger Erland Kjær Jacobsen, der også har siddet i en række lokale råd og bestyrelser. Bl.a. bestyrelsen for Kildemoes Cykler, hvor han var ansat i 27 år.

Blev advaret

Bowlinginteressen er meget yngre. Nogle raflevenner opfordrede i 1996 Erland til at tage med til bowling. Først afslog han, men efter et halvt år tog han imod tilbuddet og prøvede sig forsigtigt frem.
Hjemme gav Erland sig til at studere Euronets tv-transmissioner fra bowlingmesterskaber og gjorde opdagelsen med de fremadrettede, lige bevægelser. Derpå begyndte han at spille regelmæssigt og opdagede, at det ikke gav nogen smerter. Tværtimod havde han gavn af den motion, som er forbundet med bowling.

- I forvejen rygtrænede jeg dagligt samt cyklede en del, så grundformen var i orden. Det var nok også med til at motivere mig, at jeg som ung måtte stoppe al sport på grund af stærke smerter, som man dengang ikke kendte årsagen til. Nu øjnede jeg muligheden for igen at gøre mig gældende indenfor sport, siger Erland, hvis daværende læge og fysioterapeut dog var skeptiske. Begge advarede ham imod bowlingsporten, men mange år med MB har lært ham, at han selv er den, der kender sygdommen og dens følger bedst.

- Jeg har ingen gener af at spille. Tværtimod har bowlingen klart forbedret livskvaliteten. Mit medicinforbrug, som i forvejen var meget begrænset, er ikke blevet øget. Højest tager jeg et par panodiler eller lidt ibuprofen før en kamp, og for det meste foretrækker jeg at bruge "tigerbalsam" mod eventuel ømhed.

Medicinen er i øvrigt en faktor, man som MB'er skal være på vagt over for, hvis man dyrker sport på konkurrenceplan. Også bowling, idet vi er underlagt DIF's dopingregler og jævnligt testes. Jeg kan anbefale at gå ind på netadressen www.antidoping.dk , som henviser til en mail-adresse. Her har jeg fået bekræftet, at de præparater, jeg bruger, ikke er på listen over forbudte stoffer, og dispensation derfor ikke nødvendig. At blive knaldet på "uskyldig" håndkøbsmedicin, som andre er blevet, er bare for ærgerligt.

Fik diagnosen sent

Erland Kjær Jacobsens sygehistorie er som mange andres. Han fik de første symptomer på Morbus Bechterew i 1966, 24 år gammel, men fik først kendskab til diagnosen mange år senere. På en lille gul seddel uden anden information, end at han var berettiget til efteruddannelse. Det førte til, at han besluttede at supplere sin uddannelse som smed med teknonom-uddannelsen.

- Jeg er overbevist om, at de mange år uden indsigt i diagnosen har givet mig en mere krum ryg, end jeg havde behøvet have. Jeg blev bitter og ærgerlig, da jeg på Gigthospitalet i Gråsten så min journal og erfarede, at min daværende praktiserende læge havde kendt diagnosen fra 1975, men ikke villet fortælle mig sandheden. Med ren besked fra starten havde jeg kunnet sætte ind med forebyggende træning langt tidligere.

Sådan en oplevelse bekræfter en i, at

man først og fremmest selv har ansvaret for sin lidelse. Jeg er ikke betænkelig ved at spille bowling, for jeg kan mærke på min krop, at det fungerer. Hvilket min nuværende læge og fysioterapeut også støtter mig i.

- Desuden har jeg i forbindelse med turneringerne mødt en bowlingspiller, som er speciallæge og ledspecialist. Han kunne godt se, jeg havde MB, men mente, at hvis jeg kunne spille uden fysiske gener, var det i orden, fortæller Erland Kjær Jacobsen.

Det sociale element

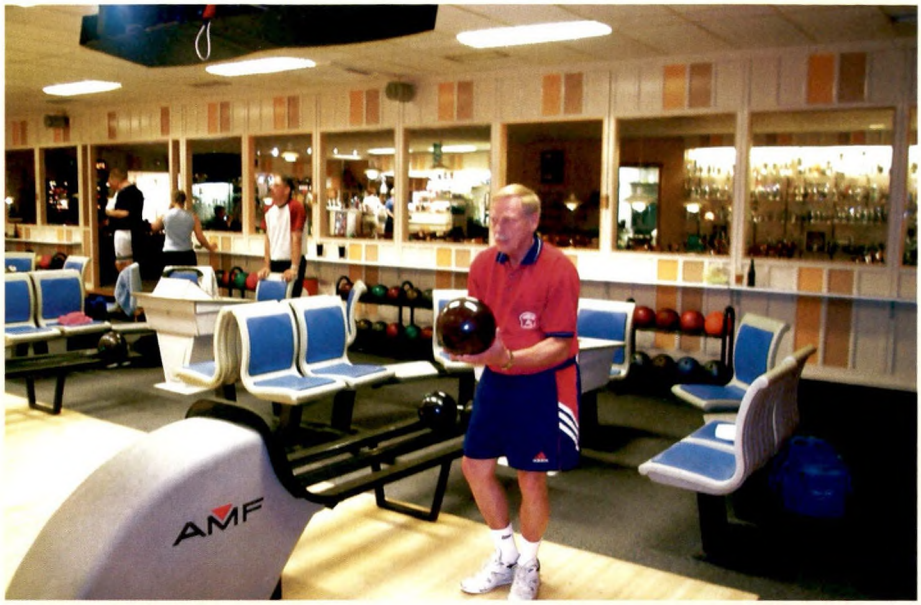
At remse alle hans bowlingresultater op, fører for vidt, men det er da blevet til DM-guld inden for Dansk Arbejder Idræt, en andenplads i Fyns Mesterskabet, semifinaleplacering i kampen om Landspokalen samt udtagelse af Fyns Bowling Union til udvalgt hold.

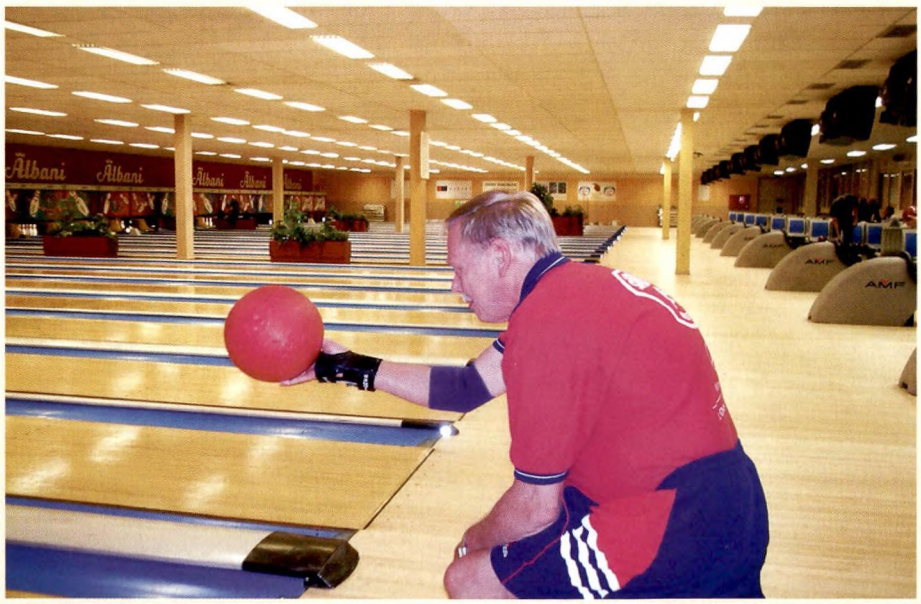
Erland spiller i dag for "Sambowl" i Odense, og i løbet af sæsonen er der kamp cirka hver anden weekend. Han træner med sit hold en gang om ugen, og derudover en enkelt gang om ugen på egen hånd. Hans kone Hanne har også kastet sig over bowlingsporten, så der bliver talt meget bowling i hjemmet. Så meget, at parrets to voksne døtre nogle gange siger fra.

Parret er enige om, at det sociale element i sporten spiller en stor rolle. De møder en masse mennesker og kommer rundt i hele landet som følge af sporten. Det sætter de begge stor pris på, og det er deres erfaring, at bowlingen er med til at holde dampen oppe hos dem begge.

- For alle mennesker, og kronisk syge især, gælder det om at bevare kampånden og ikke mindst den stædighed, som alle med diagnosen Morbus Bechterew øjensynligt får, lyder det til slut fra Fynskredsens kasserer og bowlingekvilibrist.

Hvis der blandt læserne er nogen, som vil vide mere om bowlingsporten, kan de gå ind på Dansk Bowling Unions hjemmeside, www.dbwf.dk, eller kontakte:
Erland Kjær Jacobsen på erland@jacobsen.mail.dk

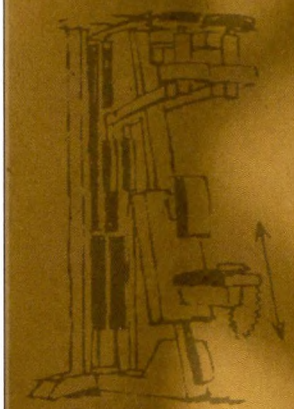


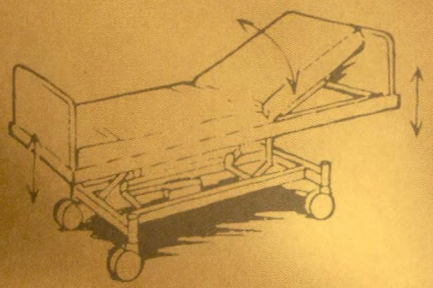


LINAK
www.linak.dk

Pas på dig -

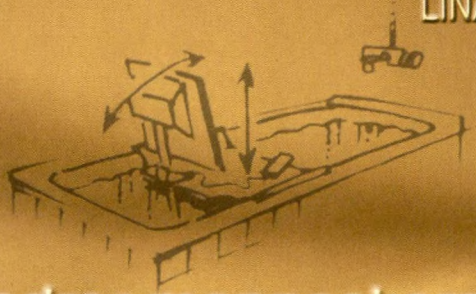
brug LINAK i hverdagen

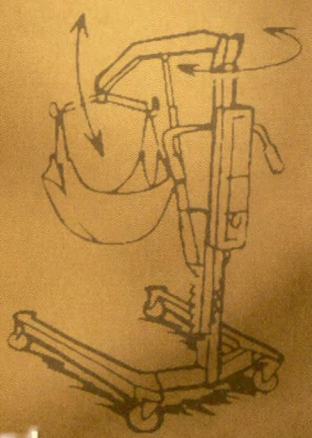




LINAK betyder et bedre miljø til glæde for alle.
-derfor skal du have pålidelige og robuste actuatorer
med meget lang levetid.

Vil du se mulighederne?
så kontakt
LINAK Danmark





Vi forbedrer menneskers livskvalitet
og arbejdsmiljø

LINAK
world
wide

Australien . Belgien
Danmark . Finland
Frankrig . Tyskland
Malaysia . Holland
Italien . Norge
Spanien . Sverige
England . USA & Canada

LINAK

LINAK Danmark A/S
Mønstedsvej 9 . DK 8600 Silkeborg
Tlf. 86 80 36 11 . Fax 86 82 90 51
email:linak@linak-silkeborg.dk
www.linak.dk

Indretning af bilsæde

Af Niels Vous

Sæde med drejepude. Under puden ligger en almindelig kilepude tilsvarende den hvide som ses på højre forsæde. Kilepuderne skyldes udelukkende at hverken min kone eller jeg er særligt høje.

Det simple er oftest det billigste. Hvis det simple samtidig er det mest effektive, kan man opnå et resultat som ligger på en skala, der strækker sig fra at slå to fluer med eet smæk, til - noget nær det geniale

I forbindelse med at jeg måtte købe ny bil opstod en ny opgave, nemlig at få indrettet et sæde.

Tidligere havde jeg en Recaro-stol som var monteret på en specialfremstillet drejesokkel. En vel afprøvet indretning som i øvrigt har "overlevet" to biler.

Den nye bil var imidlertid forsynet med sideairbags i selve sæderyglænet. Jeg var derfor interesseret i at bibeholde denne sikkerhedsforanstaltning - og derfor også det originale sæde/stol. Sahva Auto i Brøndby blev sat på opgaven, og resultatet kan ses på billederne. Jeg medgiver gerne at den uforbeholdne positive kritik af det udførte arbejde kan opfattes som lidt af en "reklamestunt" for det nævnte firma. Det er imidlertid ingenlunde tilfældet.

For det første vil den beskrevne indretning kunne udføres af enhver dreven autosaddelmager. For det andet: I modsat fald ville redaktionen - hos Sahva Auto - skulle krediteres for minimum en kasse god rødvin.

Og sådan handler vi ikke! Hverken hos Sahva Auto eller i Gigtforeningen for Morbus Bechterew.

Drejesoklen
der blev erstattet af en pude

Her fandt vi en fiks løsning. En drejepude. I øvrigt slet ikke den helt store nyhed, faktisk er det adskillige år siden at Michael Dohn (kredsformand i MidtVest) gjorde opmærksom på, at denne mulighed fandtes.

Puden er sat sammen af to dele som, på grund af foring med silke, glider let mod hinanden. Hvis man nu foretager en bevægelse - á la rumba - (efter fattig evne, forstås!) kan man med lethed dreje overkroppen til siden for derved at opnå bedre udsyn, når man skal orientere sig til siderne. Altså kan bagdelen nu dreje rundt og derved kompensere for den manglende drejning af hovedet. Faktisk ville man kunne opnå samme effekt, hvis man iførte sig en par bukser, hvor stoffet (på rumpen i hvert fald!) var af silke, og at sædet var betrukket med samme stof. Men hvem gider iføre sig noget, der mest ligner ridebukser, hver gang der skal køres i bil! Sikkerhedsmæssigt ville det formentlig også tendere en katastrofe (se senere).

Selvom mange formentlig vil kunne få en sådan udgift betalt af hjemkommunen, er det ikke uinteressant at konstatere, at prisen på kr. 619 er ganske mikroskopisk i forhold til udgiften til nyt sæde og specialfremstilling af drejesokkel.

Fortsættes side 11

På vej til nye oplevelser med Fiat biler!

Specialister i opbygning / Specialindretning af handicapbiler

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

Her kan vi blandt andet nævne:

Fiat Punto
Fiat Scudo Combinator bus
Fiat Ducato Combinator bus
Fiat Ducato Minibus

Som noget helt nyt kan nogle versioner tilbydes med automatgear

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

Handicapcenter Vest · Hans Rohr

LAUMARK MØLLER
Ladergårdsvej 6
7100 Vejle
Tlf.: 76424141
Over Jerstalvej 17z
6500 Vojens
Tlf.: 73541332
www.laumark.dk

Handicapcenter Øst · Morten Hansen

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

Skræddersyet nakkepude
Ikke mindst på baggrund af de oplysninger som tidligere har været bragt her i bladet om nakkestøtter, var det for mig afgørende at få en pude, som var tilstrækkelig hård. I en uheldssituation skulle hårdheden jo gerne stemme overens med den tilsvarende polstring i ryglænet (der er tale om en Folkevogn, som er karakteristisk ved at have en generel hård polstring af hele sædet). Derved er der en vis sikkerhed for, at trykket ved en kollision bliver rimeligt jævnt fordelt på nakke og ryg. Noget sikkerhedsmæssigt helt afgørende - især for en Bechterewpatient.

I øvrigt kan det varmt anbefales at studere pjecen "Bilkørsel og Bechterew", her kan man finde yderligere oplysninger om dette vigtige emne.

Karakteristisk for tyske biler ses det ofte, at ryglænet krummer en anelse bagover (tilsvarende kan f.eks. opleves i biler af mærket Ford).

Sahva valgte derfor at montere en lille kileformet pude på den øverste del af ryglænet. Den hænger løst nedad, og er fastgjort i beslagene til den fabriksmonterede nakkestøtte.

Let af demontere
Skal bilen benyttes af en anden fører, er det ganske let at afmontere udstyret. Selve nakkepuden sidder fast med velkrotape, og når den originale nakkestøtte løftes op fra sædet, kan kilepuden også fjernes. Med lidt træning kan "operationen" let løses på under et halvt minut.

Det simple, kan sagtens være det mest funktionelle. Prisen for denne del er i alt kr. 2.375.

En ekstra fordel er, at hvis du har lyst til at blive bagsædepassagerer (en lur under langturen) kan du let flytte hele indretningen derom. I hvert fald på en VW Lupo, hvor alle nakkestøtterne er ens. Men det ses i øvrigt også på mange andre bilmærker.

Den samlede pris for denne indretning beløber sig til kr. 2.994. Denne pris vil fryde hjælpemiddelkonsulenten i din hjemkommune. Ideen er hermed givet videre.

Kilepude på selve sædefladen
Sikkerhedsmæssigt kan det være problematisk med en kilepude på selve sædefladen (jf teksten til det ene af billederne, har jeg selv indsat en sådan). Her må man nemlig iagttage, at sædefladen derved bliver mere vandret. Ved f.eks. en frontal kollision kan det have den utilsigtede virkning, at man kan glide frem i sædet, faktisk "under og ud" af sikkerhedsselen. Med andre ord er sædets hældning slet ikke uden betydning set i relation til f.eks. sikkerhedsselens korrekte virkningsgrad.

Min egen hjemmegjorte foranstaltning kan således meget let vise sig, at gå hen og få noget nær dumpekarakter!

Endvidere skal man ligeledes tage sig i agt for, at en pude i sig selv kan mindske friktionen - også selvom den ikke er kileformet og derfor ikke ændrer selve sædevinklen. Bemærk dog at den omtalte drejepude har en gummioverflade på undersiden - netop af hensyn til den nævnte friktion - den skal ligge fast på sædet.

Sikkerhed i biler er i sandhed en vanskelig disciplin.

Nakkepude med tilhørende kile. Fremstillingskvaliteten kan absolut tåle et nærmere eftersyn. At man så også næsten kan ramme bilens øvrige indtræksfarve viser kun, at vi har at gøre med professionelle.

En hård fødsel

En slem nedtur med rygsmerter i februar/marts, en tvillingefødsel maj efterfulgt af en MB diagnose i september måned var en barsk tur for 30-årige Ole fra Ilskov. Men en stærk vilje, en stærk kone og stærk medicin betyder, at nu - 2 år senere - er skuden vendt, og der tegner sig lys forude.

Af Claus Rønlev

Scenen er sat i det hyggelige køkken hos Ole og Susanne Dejgaard denne eftermiddag, hvor Deres udsendte er kørt til Ilskov i Midtjylland, derude i det flade land, hvor læhegn er højt værdsat. Med et hold 2-årige tvillinger er der betydeligt liv i huset, og det er netop historien om det at stifte børnefamilie med gigten boende i huset, vi skal høre om.

Ole følger det klassiske eksempel. Har haft rygsmerter og besvær gennem en lang årrække, der løbende blev forklaret med en Scheuermann-diagnose. Ole fortæller:

- For mig var det en stor befrielse at få en diagnose efter alle de mange år med smerter i ryggen. Nu havde jeg endelig noget at svare kammeraterne, når de gjorde nar og sagde, at jeg da vist fik ondt i ryggen af at ligge for meget på sofaen.

- Også det at komme i gang med noget ordentlig behandling og medicin var godt. Jeg har regnet ud, at jeg har brugt op mod 15.000 kroner alene på kiropraktor gennem årene, og det er jo ikke specielt rart, når man efterfølgende får at vide, at det nærmest er skadelig behandling for MB. Derimod nyder jeg godt af den vederlagsfri ordning med fysioterapi, som jeg har gået til siden diagnosen. Tidligere brugte jeg Ibumitin, men nu får jeg Definett og Methrotrexate, og det er som om, at det begynder at hjælpe og

årsagen til, at jeg har fået det så meget bedre her i løbet af sommeren.

Den barske naturmetode

- For mig har der været stor forskel på at få at vide at jeg var syg, og så til at acceptere det. Det hjælper selvfølgelig at komme fysisk ned med nakken nogle gange, det er så at sige naturmetoden.

- For 1½ år siden kunne jeg ikke se en fremtid for mig på arbejdsmarkedet, men nu tør jeg vist godt se 20 år frem, så kurven går opad. Min nedtur var betydeligt værre end nødvendigt, simpelthen på grund af svigtende vejledning og information, så jeg håber meget, at det vil blive bedre for fremtiden for de nye MB-ere, der kommer til. Det ville have været guld værd for mig, hvis jeg dengang havde fået navne eller numre på nogle erfarne personer, som selv havde været turen igennem, og som jeg kunne have snakket med, understreger Ole og tilføjer:

- Af samme grund har jeg også sagt til vores kreds her, at jeg gerne vil stå til rådighed som kontaktperson i forhold til de nye medlemmer. Mit nummer er 9714 5571.

Kai er Guru

- Jeg har brugt hjemmesiden, hvor jeg fandt mange svar og oplysninger, men det, der virkelig har haft stor betydning, har været, at jeg her kom i kontakt med Kai Tofft fra Midtjyllandskredsen, som har været til uvurderlig hjælp. Hver gang det har været uoverskueligt har Kai bare været der. Han har reddet os ud af mange situationer, betoner Ole.

Susanne tilføjer: - Jeg har i perioder været meget vred på gigten, at den på denne måde skal stikke en kæp i vores hjul. At Ole ikke bare kunne lette røven og komme i gang. Men er det egentlig Ole, eller er det gigten, jeg er vred på? Jeg har også haft glæde af at kunne trække på Kai,s erfaring og overskud. Jeg har både mailet og ringet til Kai' når det var allersværest, og spurgt hvad jeg kunne eller skulle gøre, for det var ikke til at holde ud at se på, at Ole havde så ondt. Jeg håber rigtig meget, at nye patienter der kommer til i fremtiden får oplysning om denne mulighed. Jeg ved ikke hvor vi har været i dag, hvis vi ikke har haft Kaj. Så havde vi været på Herrens mark.

En hård fødsel

- Det var en skrækkelig tid omkring fødslen, fortsætter Ole. Dengang vidste jeg jo stadig ikke, at jeg havde Bechterew, og jeg havde store problemer med krampeanfald i musklerne omkring ryggen både dag og nat, og jeg kunne slet ingen ting, så jeg var sygemeldt, både fra arbejdet og mit gode humør.

- Da tvillingerne kom til i maj gik det helt galt, for det der med at gå rundt med små babyer på armen betød, at jeg krampede fuldstændig op i musklerne, og kunne slet ikke slappe af. Hvis jeg bare kan få min nattesøvn, kan jeg klare rigtig meget, men disse muskelkramper var for meget. Der havde jeg det virkelig skidt.

- Det viste sig, at den ene af tvillingerne havde kolik i tre måneder, så det første halve år var faktisk ikke sjovt. Nu er det så kommet på afstand, men vi havde ikke klaret det uden hjælp udefra. Vi bad kommunen om hjælp til det huslige arbejde, eller blot køre en tur med ungerne, så vi selv kunne gøre rent, men til trods for at sundhedsplejersken støttede sagen, kunne vi ikke få hjælp, da det ikke var en livstruende sygdom,, som de sagde ved kommunen.

- Det hele det koksede. Jeg sad bare i en stol, og kunne ikke engang gå fra stuen til soveværelset, men det kunne nu også være lige meget, for jeg kunne ikke holde ud at ligge ned alligevel. Og når man ikke aner hvornår, eller om det bliver bedre, er der jo ikke langt til, at panikken breder sig.

- Med 2 små, der skulle passes, skiftes og ammes, var det mildt sagt sådan, at Susanne havde for meget at se til. I stedet var vi nødt til at trække på vores familie, hvor vi heldigvis har et godt bagland, fortæller Ole.

Herning kommune halter

- Jeg havde et fysisk krævende fuldtidsjob, og det kunne jeg simpelthen ikke holde til længere, så via kommunen fik jeg en ordning, hvor jeg kunne gå hjem klokken 12 hver dag. Men det gik jo kun et stykke tid, så fik jeg brev fra sagsbehandleren om, at jeg skulle stille til samtale. Beskeden var, at når jeg havde en kronisk sygdom, skulle jeg omskoles. Og da jeg ikke selv lige havde en ide til en fremtid, så skulle hun nok "finde på noget". Jeg skulle sige mit arbejde op for at komme på revalideringscenter, og hvis jeg nægtede det, ville de lukke for kassen, for så "nægtede jeg jo at

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 Hjerteforeningen.

Kohberg Plus kan nydes hele døgnet - perfekt til morgenbordet, madkassen, picnickurven, 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 oplagte 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

ClockWork

modtage hjælp". Sådan lød det, mindes Ole.

- Så var det at Kaj kom ind i billedet. Han fortalte om mulighederne for at få invaliditetsydelse, og for at få invalidebil. Begge dele blev søgt. Jeg fik invaliditetsydelse fra november sidste år, og bilen fik jeg her i juni måned efter lang ventetid. Invaliditetsydelsen betød, at jeg kunne se mig om efter et mindre krævende, men også lavere lønnet job, og bilen kan bringe mig derhen.

- Nu har jeg fundet et job som klejnsmed. Jeg ville gerne have haft et job på deltid, men det er umuligt at finde, så jeg måtte sige ja til fuldtid. Dog sagde jeg til mig selv, at hvis det skal være på fuld tid, så bliver det mig der sætter tempoet, og hvis min arbejdsgiver ikke kan acceptere det, må han give mig en fyreseddel. Sådan en tankegang er i hvert fald nye toner fra mig, og har betydet, at jeg har fået det bedre med mig selv.

Herning sygehus er ikke for nybegyndere

- Da de endelig fandt ud af, at det var Bechterew, kom jeg ind til en specialist på Herning sygehus. Jeg husker tydeligt, hvad han sagde: "Ja, du har Morbus Bechterew. Her er en brochure, hvor du kan læse om det. Du kan melde dig ind i Gigtforeningen, og mere kan vi ikke gøre ved det. Lær at leve med det". Når man så har fået læst brochuren, ser det ud som om, at i løbet af få måneder går du som en gammel mand, og du kommer nok aldrig i arbejde igen, husker Ole.

- Susanne bemærker: - Vi var simpelthen skræmt og vidste ikke, hvad vi skulle gøre. Det var jo forfærdeligt.

- Jeg bad også hospitalet om at blive henvist til Gråsten Gigthospital, men det ville de ikke, for som lægen sagde: "De kan ikke fortælle dig noget i Gråsten, som jeg ikke kan fortælle dig her". Heldigvis gav min egen læge mig en henvisning, så nu står jeg på ventetid til et ophold dernede, siger Ole.

Skammeligt når man ikke kan gøre gengæld

- Min største kvalitet, sådan som jeg har set billedet af mig selv, har været, at jeg har kunnet arbejde og tjene penge. Når man pludselig ikke bare kan knokle på mere, er det et gok i nødden, Jeg har jo været vant til at kunne arbejde 2000 timer om året. 3-400 overarbejdstimer betød ingenting, heller ikke selv om jeg havde ondt i ryggen.

- Vi købte jo huset her, hvor der var ting, der skulle sættes i stand. Nu har vi sat det til salg, fordi jeg kan ikke holde ud at se på, at det forfalder. Det vil jeg ikke. Vi er dog begyndt at vakle i beslutningen, for efterhånden som jeg har fået det bedre og bedre, har jeg faktisk været i gang med at svinge penslen her i sommer, og det er præcist det hus, vi har drømt om, med 2 tønderland jord til. Nu får vi se. Vi er begyndt at se lysere på det. Men der er knyttet en del stolthed i det. Når man havde regnet med at skulle i gang med at bygge det hele om selv, synes jeg det er svært, at man skal bede om hjælp, bare for at få hængt et billede op, når det står værst til. Så synes jeg ikke, det er sjovt længere.

- Alle siger ganske vist, at jeg endelig skal ringe om hjælp, og jeg ved, at de mener det. Men problemet er, at man ikke kan gøre gengæld, og det kan jeg ikke have med at gøre, siger Ole med begge hænder plantet i bordpladen.

Lys forude

- Efterhånden tror jeg, at det er helt gået op for mig, at jeg har Bechterew, og at det sætter sine begrænsninger. Jeg har fået nogen ting på plads rent psykisk, og det har jeg det bedre med. Jeg kan mærke, at det psykiske spiller ind, for hvis jeg føler mig stresset i en periode slår det igennem gigtmæssigt.

- Invaliditetsydelsen og jobskiftet samt invalidebilen giver dog grund til begyndende optimisme, og mon dog ikke jeg får malet den anden gavl også? Ja faktisk overvejer vi at pille "Til Salg-skiltet" foran huset ned igen, slutter Ole Deigaard.

Ole er uddannet som landbrugsmaskinmekaniker, men måtte opgive det fysisk krævende fag for mange år siden.
Susanne er i lære som industritekniker, som før hed maskinarbejder.
Tvillingerne er nu blevet 2 år, og går i dagpleje.
Ole,s telefonnummer er 9714 5571, og han må gerne kontaktes.

Tåstrup Auto Trading

- vores handicap samarbejdspartner -

Højgårdstoften 89 - 2630 Tåstrup
Telefon 40 33 44 06

Øregaard Apotek

Strandvejen 203 . 2900 Hellerup

39 62 10 45

EDB -UDSTYR TIL LÆGEPRAKSIS

PC - PRAXIS - Absolut Aflastning!

PC - Ide

Maltegårdsvej 18 A - 2820 Gentofte

Telefon 39 68 05 06

PERSONALE GRUPPEN

Vikarbureau til primærsektoren

Maglegårdsallé 34 · 2860 Søborg

39 69 10 89

Telefax 39 69 15 89

Apoteket Svalen

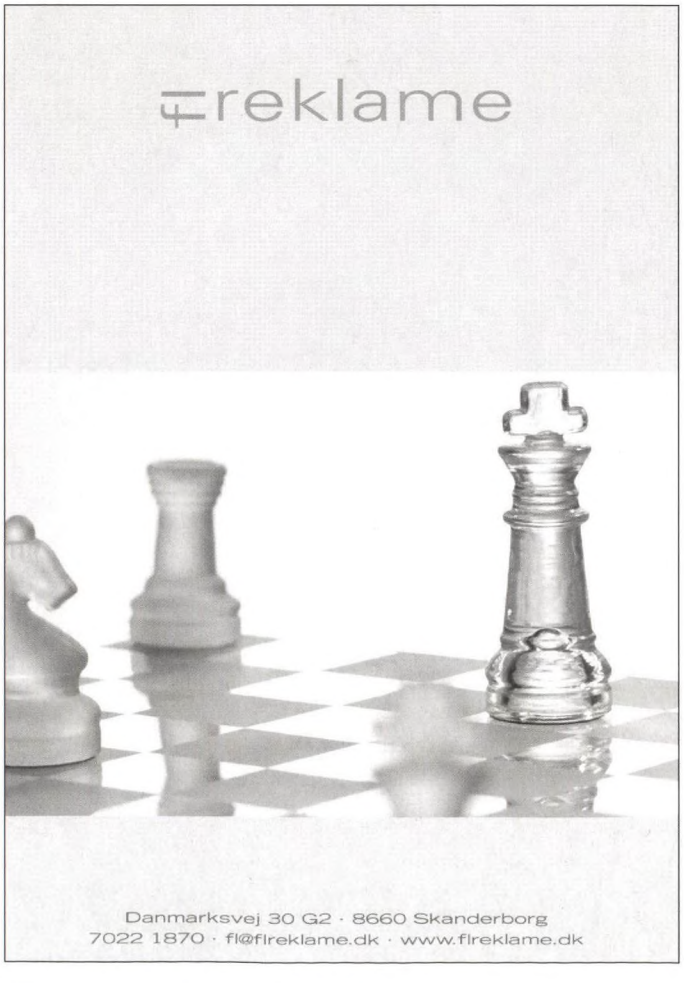
Nørrebrogade 224
2200 København N

Tlf. 35 83 12 17

AOF Frederiksberg

Holger Danskes Vej 28
2000 Frederiksberg

Tlf. 38 16 03 34



Mød os på internettet.. www.olafmainz.dk

ROYAL

DET ORIGINALE SPANSKE SPÆNDINGSARMBÅND

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

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

"Det var måske værd at prøve"

285,-

Indvendige spejle til bilen

Måske husker læserne i medlemsbladet nr. 4 år 2001 en beskrivelse af bl.a et nyindkøbt konvekst bakspejl (artiklen handlede også om automatgear).
I mellemtiden har spejle været diskuteret indgående her i redaktionen, som et generelt emne. Især hvis man til daglig kører bil, har det, af indlysende årsager, stor og nærværende interesse for os - især dem med de stiveste nakker!
Det drejer sig naturligvis om at øge sikkerheden ved at forbedre sin orienteringsevne i trafikken. Spejlene er venligst udlånt af Sahva Auto, Brøndby

"Total view"

"Richter"

Af Niels Vous og Jon Erlendsson

Supplerende spejle

Total view
Spejlet med de to "knæled" er svagt konvekst formet. Det er beregnet til at blive limet fast på glas, altså en rude i bilen. Kvaliteten er pæn, men plasticmaterialet som det er fremstillet af, er meget hårdt. Ledene kan - med noget besvær - skilles ad, således at selve den fleksible stang kan afkortes. Spejlet er produceret i Tyskland.
Prisen er oplyst til kr. 207,-

Richter
Spejlet er er udført i en overordentlig flot finish og virker i tilgift meget robust. Her er knækleddene i stedet erstattet af en fleksibel forbindelse, og selve fastgørelsen sker ved en sugekop, som dog kun fungerer på glas. Fleksforbindelsen kan være noget vanskelig at finindstille, men når det endelig er sket, har man tilsyneladende et meget robust spejl. Pris kr. 361,-

Spejle til montering på eksisterende bakspejl

Summit
Det måler 7 x 26 cm. Monteres på det eksisterende spejl med to kraftige elastiske stropper. Har sin naturlige begrænsning. Dels er det ikke er ret meget bredere end et normalt bakspejl, dels har det ikke særlig stor konveks bøjning.
Det synes at være fremstillet i pæn kvalitet. Produceret i England.
Prisen er oplyst til kr. 164,-

Two-seven Wide Mirror
Hvis navnet henviser til målene i tommer - er der tale om en underdrivelse. Spejlet måler nemlig 8 x 32 cm. Spejlet skrues på det eksisterede bakspejl. Buer meget - altså meget konvekst. Kvaliteten af de beslag og skruer som anvendes til at fastgøre spejlet, er ikke helt tillidsvækkende. Ved leveringen er skruerne ganske indsmurte i olie, hvilket kunne give en mistanke om, at der ikke anvendes rustfrit materiale. Spejlet er produceret i Taiwan.
Prisen udgør kr. 498,-

Navn?
Det største af spejlene synes ikke at have noget navn. Det er i øvrigt det spejl som du også kan se fotograferet i den artikel som indledningsvist blev nævnt (medlemsbladet nr. 4/2001).
Det synes at være en større model af ovennævnte "Two-seven Wide Mirror". Er i hvert fald også produceret i Taiwan. Endvidere har det samme typer beslag til fastgørelse på det eksisterende bakspejl.
Det måler hele 8 x 42 cm., og kan virke voldsomt første gang bliver er monteret. Til gengæld er det ganske effektivt og afslører f.eks. cyklister som holder helt oppe på siden af bilen. Det kan næsten sammenlignes med, at sætte vidvinkel på sit spejlreflekskamera.

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:

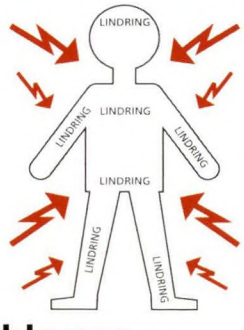
Smerterne mindskedes omgående, og min livskvalitet blev betydeligt forbedret

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
- Vejrtrænings 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

Prisen virker uforholdsmæssig høj, nemlig kr. 927,-

Begge artikelforfattere har haft lejlighed til at anvende sidstnævnte spejl i en længere periode. Og der er både fordele og ulemper.

Jon Erlendsson forsøgte først at montere spejlet i familiens Peugeot 406 (en mellemklassebil i gruppe med f.eks. VW Passat, Opel Vectra og Ford Mondeo). Her følte det som om, at spejlet kom for tæt på. Det blev for dominerende, og dækkede for meget af udsynet skråt forud/opad. (F.eks. når man holder for rødt og gerne vil have øjenkontakt med selve lysfyret).

Ved montering i en Citroën Berlingo viste problemet sig at være løst.
Til orientering er der her tale om den bil som også har en - næsten - tvilling med navnet Peugeot Partner. Blandt mange, spøgefuldt, kaldet for en "Postmand Per Bil". Kendetegnende er det da også, at der her er væsentlig højere til loftet og - nok så vigtigt - afstanden fra ens øjne og frem/opad til bakspejlet bliver tillagt nogle værdifulde centimeter. Det gør at spejlet ikke i nær samme grad virker dominerende, og dermed hæmmer udsynet fremad/opad. I tilgift skal det nævnes, at denne forøgede afstand ikke mindsker spejlets fine "fiskeøje-effekt".

Niels Vous har gjort sig samme erfaring. Her er spejlet monteret i en VW Lupo. Selvom der er tale om en ret lille bil (folkevognsprogrammets mindste), er denne bil tegnet efter samme principper som Jon's Citroën Berlingo. Den kan derfor, med en vis tilnærmelse, betegnes som en mellemting imellem de to førnævnte bilmodeller. Resultatet er da også, at her er det store spejl til at leve med, men det lidt mindre spejl - Two Seven Wide Mirror - ville nok være et bedre kompromis.

"Two-seven Wide mirror"

Efter det oplyste, skulle samtlige spejle være udført i splintfrit glas. Vi havde dog ikke lyst - endsige mandat fra Sahva Auto! - til at efterprøve hvorvidt der er tale om lamineret eller hærdet glas, men antagelig det sidste.

Kurrejse
til Balcova, Tyrkiet
1 uge ..... **fra kr. 5.550,-**
Ekstra uge ..... **fra kr. 2.485,-**
Incl. fly ab København. Ophold med halvpens. og behandlinger. Transport lufthavn t/r.
Vores samarbejdspartner i Balvoca er TEM Travel med dansktalende 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

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

DANAPIN®

DANAPIN®
Badebalsam og Badesalt
Brugt i mere end 60 år.
DANAPIN® Badebalsam og Badesalt er fremstillet af udsøgte æteriske olier og udtørrer ikke huden.

Til et DANAPIN®-bad med ægte fyrrenåle- og eucalyptusolie bruges 10-30 ml balsam eller badesalt, alt efter styrke. Giver velvære til krop og trætte muskler.
Findes i:
250 ml, 500 ml og 1000 ml.

DANAPIN®
Badebalsam og Badesalt
fås hos MATAS og i Helsebutikker - eller WeHa Kosmetik anviser nærmeste forhandler.

WeHa KOSMETIK
DK 6270 TØNDER
TLF. 7472 2834

Medlemmernes Brevkasse

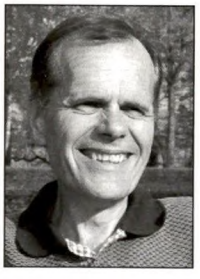
Du er meget velkommen til at skrive til brevkassen med spørgsmål indenfor lægelige, juridiske, sociale, psykologiske eller skattemæssige områder. Du må gerne være anonym. Redaktionen forbeholder sig ret til at udvælge eller redigere breve i forhold til almeninteressen, og spørgerne må ikke forvente at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

Jon Erlendsson
Reum. overlæge

Nina Teilmann
Socialrådgiver



Per Lignell
Advokat

Niels Vous
Skatterevisor

Mirjana Rosenlund
Psykolog

Kan morbus Bechterew medføre "gigtbetændelse" i testiklerne?

Jeg har haft morbus Bechterew i 25 år og har haft vekslende smerter og stivhed i rygsøjle, hofter og ribben. Det har dog ikke forhindret mig i at dyrke en masse cykelmotion.
Indenfor de sidste par år har jeg haft smerter i den venstre testikel. Smerterne er nogenlunde konstante, men jeg synes, at de forværres, når min morbus Bechterew blusser op. Testiklen er ikke hævet.
Kan "gigtbetændelsen" ved MB brede sig til denne region? Jeg vil naturligvis gerne være sikker på, at det ikke drejer sig om kræft i testiklen, så jeg bør vel i alle tilfælde blive undersøgt af min læge?

Venlig hilsen A.B.

Svar: Ved MB er der ofte gigtbetændelse ved skambenet og ved bækkenknoglerne, der hvor musklernes sener hæfter på knoglerne. Det kan give smerter og ømhed omkring skambenet, evt. med udstråling til testiklerne. Man kan altså godt have smerter, uden at der er gigtbetændelse i selve testiklen.

På bagsiden af testiklen sidder en bitestikel. Her kan dannes udvidelser på venerne, en slags åreknuder. Det fører til hævelse og i nogle tilfælde til smerter. Åreknuderne sidder oftest i venstre bitestikel.

Åreknuder i bitestiklen forekommer ret hyppigt hos i øvrigt raske mænd. I en lille undersøgelse fra Tyrkiet, der omfattede 21 raske mænd og 21 yngre mænd med MB, fandt man, at åreknuder i bitestiklerne var hyppigst hos mænd med MB.

Årsagen til denne forskel kendes ikke, men der er ikke mistanke om, at åreknuderne er forårsaget af "gigtbetændelse". Undersøgelsen omfattede kun få personer, så man skal være forsigtig med at slutte for meget ud fra den.

Åreknuderne er ufarlige. I nogle tilfælde kan dog ses ringere sædkvalitet. I de tilfælde kan man foretage en lille operation.

Kræft i en testikel opstår hos ca. 250 mænd om året i Danmark - ikke hyppigere hos mænd med MB end hos andre. Det kan give hævelse, knudedannelse, tyngdefornemmelse og smerter. Får din læge mistanke om denne diagnose, foretages ofte en ultralydundersøgelse, hvor man eventuelt samtidig kan tage en lille prøve fra testiklen. Behandlingsresultaterne er generelt ret gode.

Der er således flere grunde til, at man kan få smerter i testiklerne. Får man nogle af de nævnte symptomer, specielt en hævelse, er det naturligvis en god ide at blive undersøgt hos sin læge.

Med venlig hilsen
Jon Erlendsson

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

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 48 79 07
Mobil 21 23 12 67

Lady's ROOM - også for mænd...
Behandling i Deres hjem.

TekstTjek

Tlf. 35 43 34 53
Fax 35 43 34 83

v/ Jonna Thune
Langelinie Allé 9 · 2100 København Ø
SPROGSIKKER KORREKTUR OG TEKSTPLEJE

Til alle kvinder!

Undertøj i rene naturmaterialer - økologisk bomuld, uld og silke. Til dig der har følsom hud, er miljøbevidst - eller bare kan lide go' kvalitet!

Hørblå

Tlf: 32 52 27 23
www.hoerblaa.dk

Honeywell
Address http://www.honeywell.dk

Take the Honeywell Internet Tour!

Værs'go, tast *http://www.honeywell.dk* og oplev en hel verden af automatik fra et af verdens ledende firmaer inden for industri- og bygningsautomatik.

DAUPHIN

Kontorstole
44 53 70 53

Rekvirer prøvestol og oplev ny siddekomfort

www.dauphin.dk

Virum Apotek

Frederiksdalvej 73 · 2830 Virum
Tlf. 45 85 55 10 · Fax 45 83 72 58

N.P. ROSTRUP
Ligkistemagasin

Begravelse og Ligbrænding
Hovedvejen 122
2600 Glostrup

Personlig døgnvagt
Tlf. 43 43 43 77

Medlemmernes Brevkasse

Endelig, så fik jeg min ret!

Jeg er så glad og lykkelig over, at skatteankenævnet gav mig medhold i min klage til Roskilde Skattevæsen, og jeg kan nu se frem til, at et klækkeligt beløb i form af en check dumper ind af min brevsprække en af de nærmeste dage. Med dette indlæg vil jeg først og fremmest takke Niels Vous, som har været en perfekt støtte og vejleder. Endvidere vil jeg med dette brev også beskrive en situation, der handler om at være en ung gigt-pige.

Jeg er en nu 24-årig pige fra København, og jeg fik konstateret morbus Bechterew for ca. 2 år siden. Mange bliver overrasket når jeg fortæller, at jeg har en kronisk sygdom, for ligesom så mange andre Bechterew-piger kan man ikke umiddelbart se det. Jeg er ivrig, rørig og rank, og det priser jeg mig lykkelig over. Men i nogle tilfælde, som f.eks. i denne lille historie, ville jeg ønske at det var anderledes, og at man kunne se smerten.

Jeg er ikke i tvivl om, at min fremtoning og udseende var én af grundene til, at min skatterådgiver på kommunen bestemte sig for at jeg ikke skulle havde det forhøjede befordringsfradrag for kronisk syge. Jeg følte mig selvfølgelig i min bedste ret til denne forhøjelse. Så det første møde endte med, at hun tilkaldte sin overordnede, og så sad jeg dér, mens to damer på den anden side af bordet forsøgte at fravriste mig min ret. Dels fordi jeg ikke kunne finde min kvittering på bilen, og ikke på stående fod havde noget benzinregnskab. De troede faktisk ikke på mig. Det hele endte med, at jeg i stor skuffelse forlod kontoret.

På dette tidspunkt havde jeg allerede fået forhøjet befordringsfradrag fra 1999 i Frederikssund kommune, så jeg må indrømme, at jeg på vej ud af dørene var forvirret, skuffet og frustreret.

Jeg besluttede mig for at ringe til Gigt-linien, hvad jeg tidligere har haft glæde af i forbindelse med min revalidering. De kunne ikke direkte hjælpe mig, men jeg fik i stedet et telefonnummer til en Niels Vous.

Meget bange for at ringe ubelejligt trykkede jeg nummeret ind, og det var et meget klogt træk. For i den anden ende af røret fik jeg en meget kompetent og venlig mand, hvis kone for øvrigt laver dejlig mad, og er ligeså venlig.

Jeg blev inviteret hjem til dem, og fik en god og grundig vejledning i skatteregler m.m. og han hjalp mig med at skrive breve til kommunen, og senere også til skatteankenævnet. Han tog med til møde i Skatteankenævnet, og han var ubeskrivelig forberedt og velorienteret.

Det hele endte godt - takket være Niels Vous.

Hilsen
Jette Louise Petersen

PS: Hvis jeg kan være i stand til at hjælpe andre i lignende situationer, er man velkommen til at ringe: 27285487

Ved et bord i en bar sidder tre mænd, en amerikaner, en skotte og en dansker, og snakker sammen, da - tro det eller ej - selveste Jesus træder ind. De tre mænd beder Ham ærbødigt om at sætte sig hos dem og nyde en forfriskning; amerikaneren byder på en Budweiser, skotten på en malt whisky og danskeren på en Thy pilsner. Efter at have siddet sammen med dem en stund rejser Jesus sig og giver først amerikaneren hånden til afsked - og straks er smerterne i hans ryg forsvundet. Han trykker skotten i hånden - og straks er dennes dårlige knæ rask. Så siger danskeren hurtigt: "Rør ikke ved mig; jeg er førtidspensionist."

Indsendt af Michael Dohn, som har den fra nyhedsbladet fra Foreningen for Førtidspensionister i Viborg-Skiveområdet

Sov dig rask

- med Magneto-Tex®

Du kan også blive rask!

Magneto-Tex® giver os mennesker muligheden for, selv at behandle vore skavanker på en enkel og meget effektiv måde - mens vi sover.
Magneto-Tex® behandler: Ømhed/stivhed - Kredsløb - Søvn - Vandladning
Ønskes yderligere oplysning kan De ringe på tlf. 70 23 34 45 eller klik ind på www.natur-huset.dk

Naturhuset Danmark ApS

Muskelplager forsvandt!

"Tidligere led jeg meget af hovedpine, ømme muskler med småkramper og overanstrengte, smertende led. Det er fuldstændig væk nu. Magneto-Tex® har været alle pengene værd."

Annegrethe Jensen,
5500 Middelfart, Tlf. 26 93 09 38

Endelig kan jeg sove!

"Tidligere vågnede jeg ofte og følte mig anspændt og havde frygtelig uro i benene. Smerterne i ryg og arme er også blevet bedre. Jeg føler stor velvære med Magneto-Tex®."

Ingrid Pedersen,
6740 Bramming, Tlf. 75 10 26 55

Smertefri!

"Efter 30 år med bl.a. rygproblemer, har Magneto-Tex® madrassen gjort mig smertefri. Jeg kunne mærke klar bedring fra dag til dag. Jeg anbefaler Magneto-Tex® kraftig til alle med ryg- og smerteproblemer".

Svend Aage Aaskov,
5750 Ringe, Tlf. 62 27 13 65

☑ **Ja tak!** Jeg vil gerne benytte mig af jubilæumstilbuddet.

Jeg bestiller hermed _____ stk. Magneto-Tex®

Indsend kuponen nu, eller bliv personligt betjent på 70 23 34 45 eller fax kuponen på 97 14 59 56.

Navn: _____

Adresse: _____

Post nr.: _____ **By:** _____ **Tlf:** _____

Blokbogstaver og telefonnummer fremmer ekspeditionen.
Kun kroner 1.995,- + efterkravs- og eksp. gebyr
Prisen er gældende for standardstørrelsen 85x200 cm.

~~kr. 2.375,-~~
kr. 1.995,-
KAMPAGNEPRIS

POST
Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen

Naturhuset Danmark ApS
Munkelindevej 61 B
Munkelinde
+++1498+++
7441 Bording

ASIF

Møde i ASIF

Den internationale sammenslutning af Bechterew foreninger

Internet, mange nyvalg og hvordan sætter vi dagsordenen i fremtiden.

Den Slovenske Bechterew forening var vært ved et ASIF møde i byen Portorose i den sydligste del af landet fra 10. - 12. oktober i år. Formanden for den Slovenske Bechterew forening, Marjan Hudomalj, fik stor ros for mødets ideelle rammer, både hvad det faglige og sociale angår.

Slovenien, indtil 1992 en del af det tidligere Jugoslavien, har små 2 millioner indbyggere og er knapt halvt så stort som Danmark. I løbet af de 3 døgn, Per Lignell og jeg opholdt os der, fik vi indtryk af et relativt velstående og et meget smukt land, som nok kunne friste til et gensyn.

Tolv lande var repræsenteret af i alt 18 delegerede, heraf 2 fra Canada, 1 fra Japan, resten fra Europa.

Patientforeningers rolle
Emnet for den første formiddag var patientforeningers rolle. Når der tildeles støtte til patientforeninger i Slovenien, lægges der stor vægt på, at foreningen ikke kun varetager snævre individuelle patientinteresser, men også på den nytte samfundet har af det frivillige patientarbejde i bredere forstand.

Der var 3 inspirerende slovenske foredragsholdere: En politiker, der selv var handikappet og sad i kørestol, en viceminister fra socialministeriet og en leder fra et nationalt genoptræningsinstitut.

Formanden, Marjan Hudomajl, har været dygtig til at bringe den Slovenske Bechterew sag frem i det lokale rampelys. Ikke ulig - tror jeg - den måde professor Keld Møller Pedersen anbefalede os på vort visionsmøde i Fredericia sidste år.

Der er 20 foreninger tilsluttet ASIF. Herudover er der 8 kendte patientforeninger der (endnu) ikke er medlemmer. Desværre er der nogle enkelte på vej ud, bla. den Svenske, hvor Bechterew foreningen i øjeblikket ikke er aktiv. Vi vil arbejde på at øge antallet igen.

Nyt valg
Hele bestyrelsen, med undtagelse af vice-præsidenten blev nyvalgt.
Fergus Rogers, der er direktør for den engelske Bechterew forening, trak sig tilbage efter at have bestridt posten som præsident, siden ASIF blev stiftet i 1988.

Sekretæren Nils Linholm fra Canada, Else-Brit Frøjtlog, Norge og Jean-Pierre Vingerhoed, Belgien ønskede ikke genvalg, ligesom Marjan Hudomajl ønskede at koncentrere sig om sine mange andre aktiviteter vedrørende gigtpatienter.

Det gav jo "god plads" til nye ansigter. Bestyrelsen ser efter valgene således ud:

Præsident Seoirse Smith, Irland,

Vice-præsident Ernst Feldtkeller, Tyskland,

Sekretær Ken Mulholland, Canada,

Jon Hagfors, Norge,

Coby Otter, Belgien,

og min egen ringhed J. E., Danmark
Kassereren vil af praktiske grunde senere blive udpeget af Seoirse Smith med et medlem fra Irland.

Internettets muligheder
Ikke alt i denne verden drejer sig om internet, men det er brugbart i mange sammenhænge. Den nye præsident Seoirse Smith, der er chef for IT-afdelingen i et forsikringsselskab, vil derfor udarbejde en skabelon for hjemmesider til de nationale foreninger.

Det er ikke meningen, at de foreninger der allerede har en hjemmeside, skal lave siden om. Men de der ikke har, kan benytte siden til at indsætte egne data i skabelonen og dermed spare tid og penge.

Der vil også blive udarbejdet vejledende retningslinier for indholdet af hjemmesiderne i et forsøg på at sikre kvaliteten af de oplysninger der gives på Bechterewsiderne. Der er som bekendt mange fejlagtige oplysninger at finde på internettet, også om morbus Bechterew.

Jeg havde lejlighed til at demonstrere

Sjællandsgade Bad

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

Sjællandsgade 12 • 2200 København N

Tlf. 35 39 06 06

Revisionscentret for læger og tandlæger

Vesterbrogade 69, 3. th.
1620 København V.

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

VALBY APOTEK

Valby Langgade 49 . 2500 Valby
Telefon 36305226

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

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

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

3M a/s
Fabriksparken 15
2600 Glostrup
Tlf.: 43 48 01 00
Fax: 43 96 85 96
3mdanmark@mmm.com
www.3M.com/dk

3M *Ideer & løsninger*

Har du tarmproblemer?

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

Så brug det meget omtalte Clysmatic Tarmskyldningsapperat. Dette er videnskabeligt undersøgt v. den finske professor Osmo Hanninen på Kuopio universitet i Finland.

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

Ring eller skriv efter information:
Dragør Helse, 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

DEN ALTERNATIVE KOSMETOLOG

Den internationale sammenslutning af Morbus Bechterew foreninger

ASIF

den video "live" om rygundersøgelse vi har fået lagt ind på vores hjemmeside. Videoen er blevet til på Claus Rønlevs initiativ. På videoen demonstrerer professor Kristian Stengaard-Pedersen nogle vigtige undersøgelser af patienter mistænkt for MB. Målet er praktiserende læger og fysioterapeuter med det

håb, at tiden, indtil diagnosen stilles bliver forkortet. Der var stor interesse for ideen fra "ASIF-folket".

Spørgeskemaundersøgelse
Fergus Rogers informerede om en patient spørgeskemaundersøgelse fra gigthospitalet i Bath, England. Skemaet ville blive lagt ud på internettet. Undersøgelsen minder noget om det Bechterew-register, overlæge Gert Hansen fra Gigthospitalet i Gråsten står for.

I Bath undersøgelsen vil man prøve at vise noget om hyppigheden og sværhedsgraden af MB i de forskellige europæiske lande.
Jeg har bedt Gert Hansen om at se på sagen, inden vi melder tilbage til Bath.

De kommende opgaver
På ASIF mødet tiltrådte vi et såkaldt manifest for personer med gigt i Europa. Det er en erklæring udarbejdet af flere gigtorganisationer, og sigtet er at markere gigtpatienters behov og ønsker overfor politikere samt opfordre til at gøre brug af patientforeningernes store erfaringer i planlægning og lovgivning vedrørende gigtpatienter.

Den nye bestyrelse håber på at forøge ASIF's aktiviteter. Som et af de første skridt vil alle nationale foreninger blive spurgt om de ønsker og ideer, de har for ASIF's aktiviteter. Forslagene vil derefter indgå i bestyrelsens samlede planlægning.

Har Du nogle ønsker eller ideer for ASIF, er Du meget velkommen til at kontakte din lokale bestyrelse eller mig.

Alt i alt et godt møde. Den nye bestyrelse vil lægge sig i selen for at intensivere arbejdet i ASIF og lægge vægt på en løbende kontakt med de nationale foreninger.

Jon Erlendsson

GO FOR MATAS!

OG SE DET STORE UDVALG!

Som aktiv idrætsudøver er det et must, at du er rustet til lidt af hvert. Både før, under og efter sporten, er det vigtigt, at du drager omsorg for din krops ve og vel. Uanset om du jogger i din fritid eller dyrker idræt på eliteniveau, skal du nemlig fungere optimalt - både for at opnå de bedste resultater, men også for at undgå ubehagelige følgegener. Matas Sports Care er en bred serie, udviklet specielt til at forebygge og behandle skader. Kom ind i din Matas. Personalet hjælper dig gerne godt på vej.

MATAS SPORTS CARE

matas

Det gode råd gør forskellen

mB X-ord

NU I LETTERE UDGAVE!

Send ind og vind flotte præmier!

EP 1002		KOLD SANG DRENG	GUL-BRUN	SUR SPISE KRAV		som SNE TO VOK. ½ STAT		1	I. KLUB 2 * BIB. NAVN	LANG-RENDS-UDSTYR	BILLED-BLADS-PERSON	TIT		DE FEM MOSE-BØGER	SPA-NIEN
31.12. 1999 KL. 24											9				
NATUR-TRO				2								PAR VALSE			HVOR ER DET VÅDT?
OPHOLDSSTED FOR SMÅ FRØER		6	ITALIEN UD-HVILET		ENGELSK TE SMØRELSE					BIORD			PETER		
EU-TILPAS-NINGER	4														
20 TØNDER LAND						RIVES OG KI...				TO ENS EKSTRA LILLE			KURS BY I MA-ROKKO		
STORT TØJ		MANGE SILD						GROV ED			FUGT VIRKE			RADIO-BØLGER	
- MAIL		DRENG SLAT				AMUND-SEN ÅR						OM-RÅDE TEKNIK			
STUDS TOSTEM-MIGT					BOSTED FORK.				FOR-HØJ-NINGER					ÆNG-STEL-SE	
				SKRÅ				3	INDFRI		ENG. NARKO TRIL		11		
ORGANI-SATION	7			HANS GEORG MØLLER	UKENDT TAL-RÆKKE			GRU-SOM-HED							
RØG I KØK-KENET							8	STRUDS ENG. TITEL				OP-VARM FLAMME			
DET 5. BOG-STAV		½ GUL SUR FRUGT				FORK. SE DENNE								KONGE TONE	
HAVET OMKR. DK		MALM ANBE-FALET					DRENG				AM. UNI-VERSI-TET				5
							10								

Krydsord lavet af Erling Pedersen, Fynskredsen

Udfyld kodeordet og send eller mail det til redaktøren: Claus Rønlev, Kresten Koldsvej 54, 8230 Åbyhøj - roenlev@mail.dk - senest den 1. februar 2003, 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	9	10	11

Tillykke til vinderne fra sidste nummer:
Liisa Sonnesen, 8530 Hjortshøj
Inger Sand, 8620 Kjellerup

3 års smerter og træthed i benene forsvandt på 3 uger

Efter næsten 3 år med natlige smerter og næsten ude af stand til at gå, prøvede Kurt Hansen naturproduktet Let Løb, og blev alle gener kvit på 3 uger.

Kurt Hansen er en særdeles aktiv herre, men dårligt blodomløb gav stærke smerter og trætte ben. Kurt Hansen siger selv: »Det kom meget pludseligt for ca. 4 år siden. Jeg vågnede om natten. Jeg kunne ikke sove for smerter i det ene ben. Jeg måtte sidde og massere benet, og som tiden gik, blev det værre og værre. Jeg kontaktede min læge, som ordinerede noget smertestillende medicin i form af Ubuprofen. Det hjalp umiddelbart, men alligevel vågnede jeg stadig flere gange om natten på grund af smerter.
Til dagligt kunne det være så slemt, at jeg næsten ikke kunne gå. Skulle jeg fra det ene sted til det andet, måtte det foregå i »gåsegang«. Det var en lidelse, bare at gå den korte tur på 200 - 300 meter op til den lokale købmand.

Derfor ved jeg, det skyldes »Let Løb«
Det endelige bevis for, at jeg havde fået det så godt alene takket være Let Løb, fik jeg den dag, hvor jeg var udgået for Let Løb i nogle dage, så begyndte smerterne at vende tilbage. Derfor har jeg taget dem siden, og jeg har ikke haft problemer siden slutter Kurt Hansen.

Let Løb
- et rent naturprodukt
Let Løb er beregnet for alle der har problemer med kredsløbet, uro i benene, kolde fødder, trætte ben eller de, der synes at trappen er blevet for streng.
En æske med 100 kapsler á 500 mg koster kr. 129,- og forhandles af apoteker, Matas og helsekostforretninger. Vedlagt gratis massage-balsam, der også kan købes i løs vægt.

Yderligere information hos Norpha, tlf. 32 55 34 14.

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

Petri & Haugsted as
Entreprenører

P&H
Petri & Haugsted as
- i grunden de bedste

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

BILLIG OG CENTRAL OVERNATNING I KØBENHAVN

I Søsterhjemmet på Diakonissestiftelsen kan vi tilbyde Dem overnatning i 15 enkelt- og 15 dobbeltværelser med adgang til bad, toilet, tekøkken og TV-stue. Alle faciliteter er nyrenoverede og indrettet handicapvenligt. Diakonissestiftelsen er et atmosfærefyldt sted, centralt beliggende på det hyggelige Frederiksberg med kort afstand til City. Gode og gratis P-muligheder.
Priser incl. morgenbuffet: Enkeltværelse kr. 400,00 og Dobbeltværelse kr. 600,00 pr. nat.
Bestilling alle hverdage på telefon 3838 4130 mellem kl. 9 og 16.

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

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

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

X i Kalenderen!

Husk at reservere weekenden den 3-4 maj 2003, hvor der er landsmøde i Århus.

Nærplan lukket!

Nærplan Rejser i Skive, som har arrangeret rejser til Balcova i Tyrkiet i mange år er gået konkurs, og har solgt firmaet til Ruby Rejser i Århus. Følg med på www.ruby-rejser.dk

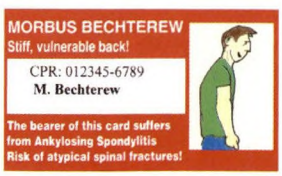
Enhver kan komme til kort

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

1.
Du skal levere et billede, som er taget fra siden, således at billedet bedst muligt viser dine 'skævheder'. Størrelsen eller formatet af billedet er underordnet. Digitalbilleder er også OK.

2.
Send eller evt. e-mail billedet samt dit CPR-nummer, som skal stå på kortet til
Claus Rønlev
Kr. Koldsvej 54
8230 Åbyhøj
roenlev@mail.dk

3.
Du skal betale 10 kr. for kortet, som enten skal vedlægges i frimærker i brevet, eller indsættes på konto 53940713927, Arbejdernes Landsbank, Åbyhøj afdeling.



VOLVO

STORE OPLEVELSER VENTER

Der er noget på vej, som du aldrig før har set. Det er den nye Volvo FH- og Volvo FM-serie, der sætter standarden for tunge lastbiler. Samtidig med at de nye modeller bygger på Volvo FH og Volvo FM's internationale succes, afslører de helt nye koncepter og banebrydende teknologi. Resultatet er produktivitet helt uden sidestykke.

De specialtilpassede systemer og det optimale arbejdsmiljø skaber et usædvanligt effektivt transportredskab for såvel ejer som chauffør. Men ligegyldigt hvor store ord vi bruger, kan de slet ikke beskrive alt det, den nye Volvo FH og Volvo FM kan gøre for dig. Det er kun oplevelsen, der kan det.

BESØG WWW.VOLVOTRUCKS.VOLVO.DK FOR AT FÅ FLERE OPLYSNINGER OM DEN NYE VOLVO FH OG VOLVO FM. DU KAN OGSÅ SPØRGE DIN FORHANDLER OM VOLVOS FLEKSIBLE OG OMFATTENDE PAKKELØSNINGER BESTÅENDE AF SERVICEAFTALER, FINANSIERINGSLØSNINGER, ADMINISTRATIONSSYSTEMER OG FORHANDLERNETVÆRK, DER TILSAMMEN GØR DIT ARBEJDE ENDNU MERE PRODUKTIVT.

VOLVO TRUCKS

GORM LARSEN & PARTNERS

Handicap ingen rejsehindring

Alletiders Rejser har en afdeling for dig med specielle rejsebehov. Vi kan tilbyde handicapegnede rejser til flere udvalgte destinationer. Find dit rejsemål med de faciliteter du har behov for i vores nye Alletiders katalog for handicap rejser. F.eks. Middelhavet med Tenerife, Gran Canaria, Mallorca og Rhodos. Rejs også til Barcelona, Rom, Florida, Kina, Thailand eller Kenya.

Ring og tal med Pia eller Susanne om rejserådgivning og katalogbestilling på hverdage på tlf. 45 95 51 40.

Alletiders HANDICAP REJSER

Kongevejen 155 · 2830 Virum
handicap@alletiders-rejser.dk

Otrivin®
Hvilken lettelse!

Du behøver ikke finde dig i en forkølelse!

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

Forbrugerinformation: Otrivin Ukonserveret/Xylometazolin. Anvendes ved forkølelse med tilstoppet næse og bihulebetændelse. Dosering: Børn 2-6 år: 0,5 mg/ml næsespray: 1 pust i hvert næsebor højst 3 gange dagligt i højst 10 dage. Bør ikke anvendes til børn under 2 år uden lægens anvisning på grund af risiko for overdosering med efterfølgende påvirkning af centralnervesystemet. Voksne og børn over 7 år: 1 pust i hvert næsebor højst 3 gange dagligt i højst 10 dage. Bør ikke anvendes til børn under 7 år uden lægens anvisning. Hyppig og langvarig anvendelse kan medføre lokal irritation, hævet slimhinde og øget sekretion. Må ikke anvendes ved glaukom med snæver kammervinkel.
I hver pakning ligger en brugsvejledning, som bør læses grundigt inden brug af produktet.
Novartis Consumer Health, Lyngbyvej 172, 2100 Kbh. Ø, tlf. 39 16 84 00, www.otrivin.dk

Nyt fra kredsene

SØNDERJYLLANDS KREDSEN

Kære medlemmer

Når I læser disse linier, er efteråret og inden ret længe også vinteren med kulde og regn over os. Den ugentlige træningsaften på Gigthospitalet i Gråsten kører på " fuld Power", med en meget fin mødedeltagelse. Tirsdag den 22 oktober er det "foreløbig " sidste aften med Kirsten som fysioterapeut. Hun holder nu en velfortjent pause, og fremover er det så en kollega der overtager træningen. En stor tak til Kirsten og hjertelig velkommen til Mette. (Vi skal nok i fællesskab få det til at køre.)

Til vore bestyrelsesmøder har en enig bestyrelse for nylig besluttet, at vore suppleanter bliver medinviteret til møderne, vi skal jo sluttelig huske, at suppleanterne er potentielle kandidater til vores arbejde. Herudover har vi besluttet at udarbejde en lille folder vedrørende vores forening, som vi forventer skal fremlægges hos lægerne og fysioterapeuterne på gigthospitalet, som så kan gives videre til eventuelle nye MB'ere.

Igen i år har Foreningens bestyrelse planlagt at afholde " Julekomsammen " Tirsdag den 26 November 2002 i Gigthospitalets Spisesal kl. 19.00. Der vil blive serveret Gløg - æbleskiver - kaffe og småkager. Vi har allieret os med suppleant i bestyrelsen Kaj Tramms om at fortælle om sit næsten 40 års arbejde hos Falck, et indlæg der rummer mange facetter. Herudover har vi bedt Anne Katrine Pørksen om at spille på klaveret til vores julesange.

Bestyrelsen har ved sit sidste bestyrelsesmøde allerede fastlagt datoen for Generalforsamlingen i det kommende år (2003). Datoen er fastsat til Tirsdag den 01. April 2003 kl. 19.00, hvor generalforsamlingen vil blive afholdt i h.h.t. Foreningens vedtægter. Mere herom i næste nummer af MB - Bladet. Sluttelig kan bestyrelsen berette, at den er gået ind i opstartfasen til forberedelsen af foreningens 25 Års jubilæum i året 2004. Skulle nogle af foreningens medlemmer have ideer eller forslag, tager vi meget gerne imod disse, da vi jo gerne også hører, hvilke tanker vore medlemmer evt. ligger inde med.

Foreningens bestyrelse tager gerne imod henvendelser, I er velkomne til at kontakte os skriftlig eller telefonisk.

For god orden medfølger navn og adresser på bestyrelsen:

Formand Flemming Markussen, Havnevej 64, 6320 Egernsund , Telf. 74 44 08 80

Kasserer Peter Stückler, Limfjordsvej 14, 6400 Sønderborg, Telf. 74 42 56 81

Sekretær Annette Hansen, Reefslagervænget 3, 6320 Egernsund, Telf. 74 44 04 67

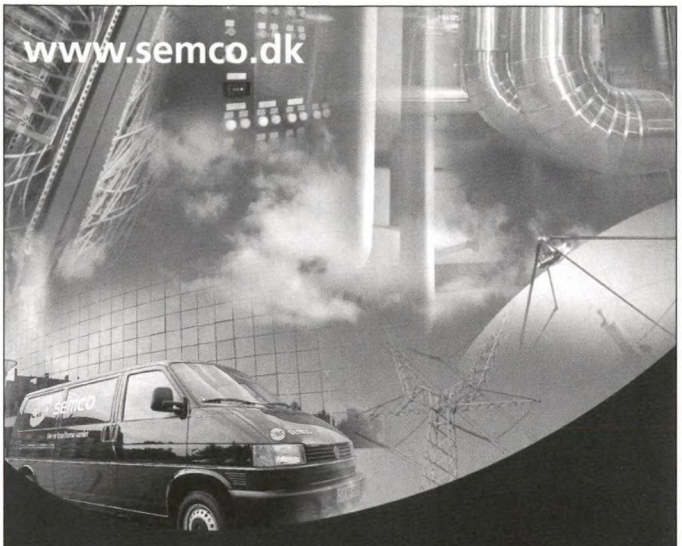
Best. Medl. Margrethe Tramm, Tangsmose 5, 6470 Høruphav, Telf. 74 41 59 02

Best. Medl. Inge Rostgård Andersen, Københovedvej 54, 6630 Rødding, Telf. 74 84 71 06

Med venlig hilsen

Bestyrelsen i Sønderjyllandskredsen

P. Stückler

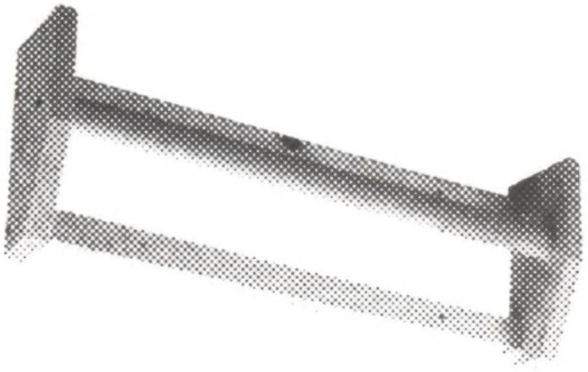


Tal totalinstallation med Danmarks største teknikentreprenør

El-installation
VVS-installation
Ventilation
Køleanlæg
Kommunikation
Brand & Sikring
Service og drift

CWO SEMCO danmark

Danmark Øst Tel. 4322 1100
Danmark Vest Tel. 7622 7110



Strækribbe 168.-

trævarefabrikernes UDSALG

Østerbrogade 114 . Tlf. 35 43 13 17
Katalogbestilling: www.traevarer.dk

Åbningstider: 10-17.30 . fredag 10-18.00
Lørdag 10-13.00 Lang lørdag 1. lørdag i md.

Ønsker du en IT-uddannelse? NET-STEDET

Eller ønsker du blot et kursus om IT eller noget andet? Om dagen eller om aftenen – det klarer vi sagtens! Vi kan tilbyde en vifte af forskellige Web-kurser, lige fra simpel HTML til avanceret som PHP/ASP råkodning.

- Dreamweaver / Homesite / Photoshop som værktøj vil blive anvendt
- PC - kørekort
- PC - erhverv (en ny uddannelse, som erstatter det store PC-kørekort)
- Sprogundervisning (dansk, engelsk m.m.)
- Kreative kurser

Evt. spørgsmål kan rettes til leder af Net-stedet ApS, Dan Olvhøj, teksttlf.: 43621398, e-mail: dan@net-stedet.dk

VVC Lone Rytzel, VVC kursuscenter, tlf. 43 62 13 80, eller du kan skrive til VVC kursuscenter, Kanaltorvet 1, 2620 Albertslund.

Vi bor kun 2 minutters gang fra Albertslund station.

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

Pris 149,-

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

Fabrikation:
Plakathuset - Tlf. 38 86 11 46

NORDJYLLANDS KREDSEN

Kære medlemmer

Vi har i foråret og sensommeren afholdt tre arrangementer.

I maj besøgte vi Sahva Auto i Aalborg, hvor vi hørte om indretning af biler til handicappede, samt tilbehør til biler. Blandt andet bilsæder, spejle med vidvinkel, nakkepuder og baksensorer.

Der var også mulighed for at prøve at sidde i sæderne i Sahva's demorum.

Vi fik også en gennemgang af, hvordan Sahva havde udviklet sig gennem tiden og fik gennemgået, hvordan en ansøgning om bil behandles i amt og kommune.

Sahva's konsulenter gjorde også opmærksom på, at de gerne hjælper med ansøgningen, og afprøvningen af diverse biler for finde den bedst egnede.

Vi så også hvordan en bil kan indrettes til en chauffør, der ikke kan bruge benene overhovedet.

Det sidste er det heldigvis de færreste MB´ere, der får brug for.

Vi vil på et senere tidspunkt prøve at lave et besøg mere hos Sahva, så hvis du er interesseret i at deltage, bedes du kontakte en fra bestyrelsen. Der vil ikke blive sendt invitationer ud om det igen.

I september havde vi besøg af to foredragsholdere.

Først havde vi besøg af Jon Erlendsson, der fortalte om MB og følgesygdommene. Jon startede med en kort gennemgang af den klassiske MB, og gik over til at fortælle om de andre sygdomme, der på en eller anden måde har sammenhæng, eller om ikke andet, så ofte ses hos patienter med MB.

Dette være sig sygdomme i tarmsystemet, hjertet og lungerne. Der var meget stort fremmøde til dette arrangement (54), og meget stor spørgelyst. Vi kunne sagtens have opholdt Jon en time eller to mere.

Ligeledes i september havde vi besøg af Pernille Møller Graabæk, overlæge på reumatologisk afdeling på Aalborg sygehus. Pernille skulle fortælle om ny medicin, med hovedtemaet Remicade.

Vi kan vist roligt sige, at vi ud over dette, også nåede langt videre omkring.

Pernille startede med at fortælle om den klassiske MB, og fortsatte med at fortælle om den medicinske udvikling inden for gigten, samt hvordan man så er kommet på at bruge disse medikamenter til behandling af MB. Hun kom også ind på den kirurgiske behandling af skaderne fra MB. Der var også her meget stor spørgelyst fra de fremmødte.

Har du en ide til et foredrag, eller et andet arrangement du mener der kunne være af interesse for medlemmerne, ser vi i bestyrelsen frem til at høre fra dig.

Porto er en ret stor udgift for kredsforeningen i forbindelse med udsendelse af invitationer o.a.

Så derfor - har du en internet forbindelse du checker jævnligt, og er du interesseret i at modtage post fra kredsforeningen via E-mail, opfordres du hermed til at sende din adresse til cl@post5.tele.dk

Med Venlig Hilsen

Claus Larsen

SILVAN

GØR DET NEMT...

www.silvan.dk

Alt i
kontormøbler
& kontorstole

SPAR
ml. 40-80%

- El-hejse skriveborde
  Nypris kr. 13.995,-
  Vor pris kr. 5.100,-
- Udstillingsmontre i glas med halogenbelysning
  Nypris kr. 9.500,-
  Vor pris kr. 1.500,-

Vi fører alle anerkendte mærker

Kontant ved afhentning

Kom og se vores
1.500 m² store udstilling

Man.-tors. kl. 10.00-17.00
Fredag kl. 10.00-15.00

PNN Kontormøbler

v. Hela A/S
Naverland 29 - 2600 Glostrup
Tlf. 43 44 21 02

Kære Medlemmer!

Møde om Morbus Bechterew på Bornholm, 9. oktober.

Gigtforeningen Bornholms Amtskreds havde taget dette sympatiske initiativ, at holde et møde om MB på Bornholm.

De bornholmske Bechterew'ere har jo langt til møderne i Københavnskredsen, hvor de hører til.

Derfor var det også på sin plads at sende en talstærk delegation til Rønne, bestående af 1. Reservelæge Ole Majgaard Jensen, Hvidovre Hospitals Reumatologiske Klinik og undertegnede.

Ole Majgaard Jensen gennemgik MB's karakteristika, sygdommens forløb og behandlingsmuligheder, herunder en særskilt omtale af Remicade. Der blev lyttet interesseret til Ole Majgaard, idet Bornholm ikke er begunstiget af at have en læge med speciale i reumatologi.

Torben Jørgensen fortalte om Gigtforeningen for Morbus Bechterew, om aktiviteterne i foreningen og om de nyere ting, der er sket i løbet af de sidste par års tid. Vores stigende udnyttelse af Internettets muligheder i foreningens arbejde, giver efterhånden også bornholmerne lidt bedre betingelser for at kunne drage nytte af foreningens samlede viden og erfaringer om MB.

Britta Hammer Sonne, formand for Bornholms Amtskreds af Gigtforeningen, stillede generøst Gigtforeningens lokaler gratis til rådighed for Bechterew patienterne på Bornholm, hvis de skulle få behov for at mødes indbyrdes.

Omkring 40 mennesker deltog i mødet heraf 16-18 MB'ere med pårørende.

Tak til Ole Majgaard Jensen for et grundigt og veloplagt foredrag og tak til Britta Hammer Sonne og Gigtforeningen, Bornholms Amtskreds for et veltilrettelagt arrangement.

Med venlig hilsen
Torben Jørgensen

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

Plantekoncentrationen er 99,4%. Det eneste der er tilsat er: 0,4% antioxidanter (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

Styrk knoglerne i tide

Calcium er vigtigt for stærke og sunde knogler. D-vitaminen sikrer optagelsen. Magnesium sørger for calciumbindingen i knoglerne. Men også silicium er nødvendig for en sund og god knogleudvikling. Reinforce indeholder det hele samt en urteblanding, der virker som katalysator. Reinforce er baseret på aminokelerede mineraler. De optages mere end dobbelt så godt som enkelte andre calciumkilder. Fås i dåser med 240 tabletter, nok til 2 måneder, hos Matas og i Helsekostforretninger.

www.berthelsen.dk

WESTERBERGS
Størst med boblebade

Bali fra 8.495,-
Fragtfritaog 500,-. Karet på foto er vist med tilbehør

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 masage-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 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 trinløst 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

DAMP

Seeuferweg 10
24351 Osteebad Damp
Tyskland
Tel. +494352 809972
Fax +494352 802110

Bliv sund på Rehab-klinikken Damp

En aktiv indsats for dit helbred -
Vi giver os tid til dig -
Terapi og helseferie -
Genoptræning -

Nakkelund©
MÆLKEBØTTESAFT

Et vest***fynsk natur-***
produkt, ***brugt*** af ***danskere***
i mere end ***40 år*** mod ***gigt, ledsmerter,***
eksemer, allergi, åreknuder og som
kosttilskud for almindeligt ***velvære.***

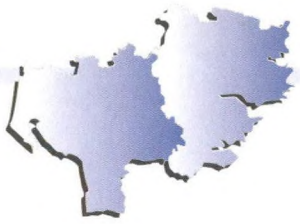
Telefon 6478 1052 • www.nakkelund.dk
Telefontid: Dagligt 08.00 - 13.00, tirsdag tillige 16.00 - 18.00

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

VEJLE-RIBE KREDSEN



Kære Medlemmer!

I forbindelse med vores sidste generalforsamling fortalte Henrik Pedersen lidt om Sundhedsskolen/ Erfakursus, vi håber det lykkes at få et hold i gang i løbet af foråret 2003.

Vi har tænkt, at det skal være en gruppe bestående af 5-6 MB-er og en gruppeleder, der mødes over 3-4 aftener for at tale med hinanden, udveksle erfaring og viden omkring det at leve med Bechterew.

Formålet er, at den enkelte får mulighed for at tale om sin egen situation og erfaringer, gode såvel som dårlige.

Tid og sted er endnu ikke planlagt, men vi håber som sagt til foråret. Har du lyst til at deltage, kan du rette henvendelse til Henrik Pedersen telf. 75 53 32 64 eller Jens Erik Westh telf. 75 56 86 35.

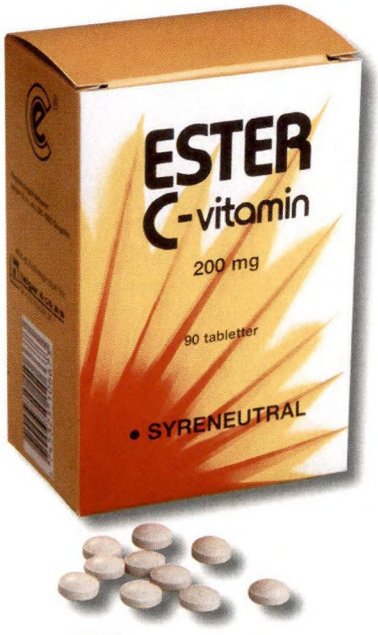
Med venlig hilsen
Jens Erik Westh

Ny komfort kørestol
med mange muligheder

ERGOLET
RING 58 37 37 20

ESTER
C-vitamin

Verdens eneste C-vitamin med patent!



Eneforhandler i Danmark helgar a/s DK-4200 SLAGELSE

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

Ester C forhandles hvor du normalt køber helsekost.

Best Sport

OBS! Vi har fritidssko fra kr. 299,-

Udsalg

Fodboldtrøjer: Børne sæt **125,- kr.**
Voksen trøjer **125,- kr.**
Halstørklæde frit valg **60,- kr.**

Best Sport

Istegade 46 · 1650 København V
Tlf./ Fax 33 22 42 91 · Mob.: 20 85 27 29

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

SEYCHELLERNE

- Oplev et ægte tropisk paradis på øerne Mahé, Praslin og La Digue

Prisen inkluderer:
Fly, hotelophold transport på Seychellerne, skatter og afgifter.
13 dage/12 nætter fra kr. 14.620,-
Kombinationsmuligheder for Kenya Safari og solferie.

DEN TRANSSIBIRISKE JERNBANE

- Ta´ toget til Kina

Kontakt os og hør nærmere om individuelle rejser med Den Transsibiriske Jernbane

AUSTRALIEN

-på egen hånd eller med dansk rejseleder

Tag med Marco Polo Tours på en af de mange mulige rejseformer til Australien.
På egen hånd året rundt, tre uger med fly, hotel og billeje
Pris fra kr. 21.450,- pr. person
Fleksible rundrejser med dansk rejseleder.
Afrejser i juli og september. Pris fra kr. 30.500,-

THAILAND

- Østens bedste køkken

15 dage/12 nætter fra 9.485,- Prisen inkluderer fly og hotel.

Marco Polo Tours skræddersyr individuelle rejser til hele verden. Ring eller find os på www.marcopolo-tours.dk

MARCO POLO TOURS VI VAR DER FØRST

København **3376 6700** Århus **8618 0666**

SKRÆDDERSYEDE UDVIKLINGSPROJEKTER

Velfungerende, skræddersyede løsninger med fokus på både detaljerne og helheden – tidsplanen og økonomien. Så enkelt kan det siges, når Nordkranen skal løfte et udviklingsprojekt. Vil du vide mere om Nordkranens lejemål eller byggemuligheder, så kontakt os på telefon 44 52 20 20 eller besøg os på **www.nordkranen.dk**

NORDKRANEN

NORDKRANEN EJENDOMSUDVIKLINGSSELSKAB A/S
Literbuen 10B DK-2740 Skovlunde
Tel +45 44 52 20 20 **Fax** +45 44 52 20 21

MIDTJYLLANDS KREDSEN

Kære Medlemmer!

Den 1. oktober holdt socialrådgiver Lis Aagaard foredrag på Gigtplejehjemmet i Skive om den nye socialreform. Til daglig rådgiver hun medlemmerne af SiD i Viborg og kender deres problemer fra begge sider af skranken, idet hun selv har været arbejder, men har måttet lade sig omskole på grund af sygdom. I sit foredrag viste hun os klart de afgørende forskelle på den gamle og den nye lov, og hun måtte svare på en mængde meget forskelligartede spørgsmål, eftersom mange af de fremmødte havde eller måtte forudse behov for en eller anden form for hjælp fra det offentlige.

Til foråret 2003 planlægger vi en aften med demonstration af handicapudstyr til biler, idet Sahva har lovet at sende et par mand. Datoen er endnu ikke aftalt; eftersom en sådan demonstration forudsætter en vis portion dagslys, regner vi med, at det bliver en gang i maj. Meddelelse om tid og sted vil selvfølgelig blive sendt ud til kredsens medlemmer i god tid.

I foråret lovede vi at sætte en "sundhedsskole" i gang i et eller flere forløb i lighed med, hvad Østjyllandskredsen længe har haft succes med. Gurli Busk havde deltaget i et særligt kursus, som Landsforeningen havde arrangeret, for at kunne sætte noget lignende i gang i vores kreds. Men som tidligere meddelt blev hun pludselig alvorligt syg i maj, og hun føler sig stadig for svækket til at kunne påtage sig hvervet. Den lovede "sundhedsskole" må altså desværre udsættes på ubestemt tid.

To af kredsens unge arbejder på at sætte noget i gang for foreningens unge medlemmer og meget gerne med deltagelse fra andre kredse. Til en week-end i september var det lykkedes dem at samle en lille gruppe af unge fra flere kredse i et sommerhus i nærheden af Vinderup for at samle ideer og om muligt skitsere en måde at udføre dem på. Fra hovedbestyrelsen deltog Jens Tryde, og også jeg var til stede som lokalkredsens formand. Mødet resulterede ikke i en egentlig beslutning, men viste et vist behov både for at være sammen og udveksle erfaringer om sygdommen og for at kunne mødes til særlige arrangementer, udflugter m.m. Foreløbig regner de med at holde et møde i Viborg en søndag eftermiddag i november og et andet i januar til en mere uddybende snak om tingene. Interesserede - eller bare de som har nogle ideer - kan henvende sig til Jan Sørensen, tlf. 96 10 48 74, eller til Nathja Ahlgreen, tlf. 97 22 63 06 eller 22 55 79 68, e: nat@compaqnet.dk.

Med venlig hilsen Michael Dohn

MEDICINHÅNDBOGEN 2002/2003 ER UDKOMMET!

Patientens opslagsbog – og hele familiens!

Komplet register med forklaringer og beskrivelser af samtlige lægemidler, der er godkendte i Danmark.
Årets udgave er udvidet med illustrerede beskrivelser og behandlingsmetoder af medicinske sygdomme.

MEDICINHÅNDBOGEN 2002/2003 PÅ CD-ROM
Bogen fås også i elektronisk udgave som cd-rom med udvidede søgemuligheder og funktionaliteter. Kan købes separat eller med rabat sammen med bogudgaven.

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

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

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

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

DLI
DANSK LÆGEMIDDEL INFORMATION A/S

Handicapvenlig ferie med SOL OG STRAND

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

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

SOL OG STRANDs ferierådgivere står til rådighed på
tlf. 70 100 160
– hver dag fra kl. 9.00 til 20.00
– også i weekenden.

Du kan også bestille ferien online på
www.sologstrand.dk.
Her finder du en brugervenlig og flot præsentation af både kørestolsegnede feriehuse og feriecentre. Læs bl.a. om udvælgelseskriterierne: dørbredde, vendediameter, sengehøjde m.m.

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

SOL OG STRAND
FERIEHUSUDLEJNING
Ilsigvej 21 · Hune · Postboks 930 · 9492 Blokhus
Tlf. 70 100 160 · Fax 99 44 44 45
www.sologstrand.dk

☐ Ja tak, jeg ønsker SOL OG STRANDs brochure for kørestolsbrugere 2003

☐ Ja tak, jeg ønsker SOL OG STRANDs hovedkatalog 2003

1061

Navn

Adresse

Postnr. og by

Tlf. nr.

Evt. e-mail

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

Omnimin
- det ideelle vitamin-mineral præparat!

✓ Vitaminer
✓ Mineraler
✓ Sporstoffer
✓ Antioxidanter

Hvorfor er **Omnimin** fra Biosym Danmarks bedste?

Fordi **Omnimin** er det mest alsidige blandt de stærke vitamin- og mineral præparater på markedet!

Moderne livsstil øger behovet for mikronæringsstoffer langt udover det normale. Derfor er et godt og stærkt vitamin-mineral præparat af høj kvalitet en god "livsforsikring"! Det bedrer generelt almenbefindende og livskvalitet.

VITAMINER:
Omnimin indeholder alle vitaminer i velafbalancerede, effektive doser, som udnytter vitaminernes antioxidante virkninger. **Omnimin** indeholder f.eks. hele 250 i.e. naturligt E-vitamin (d-alpha-tocopherol), 400 mcg Folinsyre og 500 mg C-vitamin pr. dagsdosis!

MINERALER/SPORSTOFFER:
Omnimin indeholder flere mineraler og sporstoffer end noget andet præparat på markedet, og er det eneste stærke antioxidant-præparat, som også indeholder Vanadium, Silicium og K-vitamin, som bl.a. er meget vigtigt for knoglerne. **Omnimin** indeholder også – som det eneste præparat på markedet – organisk Bor.

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

BIOSYM

Kompromisløs kvalitet fra Biosym!

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

Produktinformation: Omnimin. **Anvendelse:** Forebyggelse og behandling af vitamin- og mineralmangel. **Dosering:** Voksne: 1-2 tabletter daglig. Bør ikke anvendes til børn under 2 år uden lægens anvisning. **Forsigtighedsregler:** Bør ikke anvendes af personer med jernophobningssygdomme. Bør p.g.a. C-vitamin indholdet ikke anvendes ved nedsat nyrefunktion eller ved tendens til nyresten. **Graviditet og amning:** Kan anvendes. **Pakninger og priser:** 60 tabletter kr. 85,00, 180 tabletter (3-6 mdr. forbrug) kr. 210,00.

VESTSJÆLLANDS KREDSEN

Kære medlemmer!

I skrivende stund har efteråret fået godt fat med hele det smukke farvespil, ruskende vinde og triste regnvejrsdage, som den årstid er så kendetegnende for. Men årstiden har også smukke solskinsdage, hvor man godt klædt på, kan få glæde af at bevæge sig udendørs og få godt med frisk luft og dejlige røde "æblekinder".

Vi har, når bladet sendes til medlemmerne, haft den glæde at have Overlæge ved Horsens Sygehus og foreningens ASIF kommitterede, Jon Erlendsson på besøg i Sorø d. 16. november, hvor emnet var "Morbus Bechterew og følgesygdomme". Vi er sikre på, at alle har fået bedre og bredere kendskab til de følgesygdomme, der måske kan være i kølvandet på en Bechterew.

Snart melder vinteren sit komme, og med den også vores smukke højtid, julen. Der skal derfor fra bestyrelsen lyde et ønske om en rigtig glædelig jul og et godt og helsebringende nytår til samtlige medlemmer og Jeres pårørende. Husk at passe godt på Jer selv og hinanden !

Kredsens ordinære generalforsamling er allerede nu fastlagt til lørdag d. 29. marts 2003 på Hotel Postgården i Sorø, hvor vi har inviteret cand. jur., lektor Simon Thorbek fra Den Sociale Højskole, til at komme og fortælle om førtidspensionsreformen. Det skal nok blive et spændende indlæg, for som Simon Thorbek sagde, da vi lavede aftalen, ".. det skal blive interessant at se, hvorledes regeringen vil omsætte teori til praksis efter årsskiftet 2002/2003!" . Husk at sætte kryds i Jeres kalender allerede nu, kære medlemmer.

Venlig hilsen

p.b.v.
Grete Jensen

FYNS KREDSEN

Kære medlemmer!

21/10 fik Fynskredsen i samarbejde med Vejle /Ribe kredsen besøg af medicinsk overlæge Leif Ejstrup, OUH, som holdt foredrag om den medicinske side af Bechterew sygdommen, således at vi fik så bredt et kendskab som muligt til den medicinske side .Vi var samlet over 50 personer til foredraget, hvor overlægen forklarede, hvordan en Bechterew sygdom udvikler sig, og hvor vigtigt det et at komme under medicinsk behandling så tidligt som muligt. De medicinske præparater blev gennemgået herunder COX2-præparaterne Celebra og Vioxx. Der var god spørgelyst og en god debat.

Efter den medicinske gennemgang var overlægen inde på hans opfattelse af genopretningen, og han mente at en operation var sidste udvej. Formanden og 2 andre som var opereret var ikke enig i hans betragtninger. Dette blev argumenteret ved bl.a. at der i dag er mindre risiko end tidligere, og i dag hvor Pia Christmas-Møller også selv står frem og siger at hun har fået et nyt liv. De der i dag bliver opereret oplever, at de får en del nye livsværdier - kan mere /mindre smerter, og glæder sig over deres nye liv.

En god aften, hvor alle fik lidt mere at vide om deres sygdom, og blev endnu engang overbevist om hvor vigtigt det er at sørge for at få sin træning.

Foreningen har nu fået mange positive tilbagemeldinger angående etablering af varmtvandshold i Højme og på Vestfyn. Bestyrelsen vil i efteråret prøve at komme videre med disse projekter.

2 bestyrelsesmedlemmer er nu kommet hjem fra MONTE BELLO og er meget tilfredse .

Bestyrelsen vil nu arbejde på at få sammensat en interessant mødekalender for 2003, hvor vi glæder os til at se Jer igen.

Bestyrelsen vil gerne ønske alle en rigtig glædelig jul og et godt nytår.

Fmd. Poul-Arne Elnegaard

Body Treatment

Alpha - Verdens bedste massagestole

Få din egen private massør, på jobbet eller hjemme!

- Ondt i ryggen?
- Lændesmerter?
- Spændinger i nakken?
- TRYK PÅ KNAPPEN !

Flere modeller og farver, alt efter behov.

Vær god ved dine fødder og ben, de skal bære dig gennem hele livet!!

CS-980 rullemassage til fødder, lægge og arme

-Anbefales af flere zoneterapeuter, fysioterapeuter, ergoterapeuter, massører samt fodterapeuter.

Body Treatment v/Marianne Stubbe
Lægeeksm. massør
Box 115, 8600 Silkeborg
Tlf.: 86 81 26 71 - Fax.: 86 81 70 61

www.body-treatment.dk

Modeller fra 3-99 år

Mini Crosser®

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-MÆRKET standardtilbehør til alle modeller, som kan tilpasses den enkeltes behov!

MINI CROSSER »S-SERIEN«
3- eller 4-hjulet. Stærkt, stabilt og sikkert el-køretøj. Bremselys. Affjedret på alle hjul.

▲ STÅ-LET-LÆNESTOL
Personlig frihed til om du vil sidde, ligge eller op at stå.

Mini Crosser®

MINI CROSSER A/S
Produktion/salg:
Enggårdvej 7 · 7400 Herning · Tlf. 70 10 17 55
Fax 97 16 85 82 · E-mail: heisteel@minicrosser.com
ISO 9001 kvalitetsgodkendt!

AFDELINGER:
JYLLAND: Tlf. 70 10 17 55
FYN: Tlf. 65 91 40 95 • Tlf. 70 10 17 55
SJÆLLAND: Tlf. 36 70 00 16 • Tlf. 70 10 17 55

www.minicrosser.dk

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-sparepærer med 10.000 timers brændtid. 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 - homoopati - Clinic

ØSTJYLLANDS KREDSEN

Kære medlemmer!

Nu tilbyder vi for 4. gang et modul af vores egen sundhedsskole, som vil blive på 3 onsdage i januar/februar. Daroerne vil blive fastlagt snarest.Vi samler et hold på 4-5 medlemmer, som sammen med en fysioterapeut fra KH samt undertegnede skal bruge tre aftener på at få god tid til fordybelse, erfaringsudveksling, samt søge gode råd i kunsten at leve med og ikke mod gigten. Dette er altså et tilbud om, at du dels kan høste af andres fiduser, og dels blive lidt klogere på gigten. Interesserede bedes tilmelde sig på roenlev@mail.dk eller 8625 8374.

Vi planlægger foredrag den 6. februar, men har desværre endnu ikke fået tilbagemelding fra foredragsholder, så vi orienterer nærmere senere.

Kredsens generalforsamling bliver i år den 22. maj 2003, hvor vi vil forsøge at skaffe en spændende oplægsholder.

Endelig vil jeg bede jer sætte et stort kryds i kalenderen den 3-4- maj næste år, hvor vi her i Østjyllandskredsen skal holde landsmøde.

Et landsmøde forløber med en ‚folkelig, del lørdag eftermiddag efterfulgt af festligheder om aftenen, samt foreningens årlige generalforsamling søndag formiddag.

Til lørdag eftermiddag er det lykkedes at skaffe en meget attraktiv oplægsholder, som i kan glæde Jer til. Bagefter vil der være festmiddag efterfulgt af dansegulv med intet mindre end et 10 mands levende orkester. Foredrag og fest om aftenen er gratis, mens maden vil blive mod betaling. Vi håber at se rigtig mange af vores medlemmer!

God jul til jer alle sammen!

De bedste hilsner fra bestyrelsen

V/ Claus Rønlev, fmd.

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.
Ophold i nyrenoverede, lyse og rummelige lejligheder med 1, 2 eller 3 værelser.

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/kurogtraening

Gigtsanatoriet i Skælskør

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 eksemlignende 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.

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, kinesiologer, sygeplejersker, etc.

Logos

FORENEDE DANSKE ZONETERAPEUTER FDZ 1983

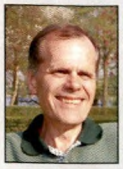
Næste hold starter i august, men du kan allerede nu få flere oplysninger om de forskellige fag ved at ringe til skolen på 86 11 82 22 eller klikke dig ind på www.zoneterapiskolen.dk

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.

Gigtforeningen for MORBUS BECHTEREW

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
torben@bechterew.dk

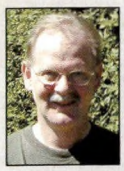
Kasserer
Svend Aachmann
Markedsgade 47 F
7900 Nykøbing Mors
97 72 50 02
mbsvend@post6.tele.dk

Sekretær
Gurli Busk
Terosevej 14
7800 Skive
97 52 64 14
buskjens@post12.tele.dk

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
jens-tryde@mail.dk

Suppleant 1
Stig Nielsen
Nyhavnsgade 4 A
9000 Ålborg
98 11 79 53
hastig@stofanet.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

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

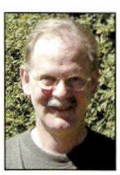
Ryglinien
Gigtforeningens professionelle rådgivning.
Tlf. 39 77 80 90
Mandag kl. 10.00 - 18.00
Tirs., ons.,tors. og fredag
kl. 10.00 - 15.00

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
kbh@bechterew.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
Søvænget 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
dahl@bechterew.dk

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

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

Tricatione lindrer gigtsmerter

En ny fransk undersøgelse ser ud til at bekræfte, at naturmidlet "Tricatione" kan lindre gigtsmerter. 16 franske patienter, som alle havde svære smerter på grund af manglende brusk, opnåede en forbløffende smertelindring.

Efter en kur på to måneder havde samtlige patienter ikke mere brug for smertestillende medicin eller medicin til bekæmpelse af betændelse opstået på grund af slitagen. Samme patienter havde først i et par måneder fået traditionel medicin uden mærkbar smertelindring. Deres betændelsestilstand havde heller ikke ændret sig.

Forklaringen på det reducerede smerte- og betændelsesniveau skulle være, at "Tricatione" stimulerer produktionen af collagen, der igen medvirker til opbygning af brusk. Midlet indeholder ekstrakt af vårager-padderok samt fem vigtige fedtsyrer. Stofferne kan gennemtrænge cellemembranen, derfor virker den aktive kisel i vårager-padderokken. Desværre oplyser materialet intet om, hvem og hvor testen er foretaget/foregået. Indtil nu har intet middel kunnet gendanne brusk. Nærmere oplysning på telefon 98 43 35 00.

Tricatione fås hos terapeuter og der hvor du køber helsekost.
EngholmGruppen anviser nærmeste forhandler.

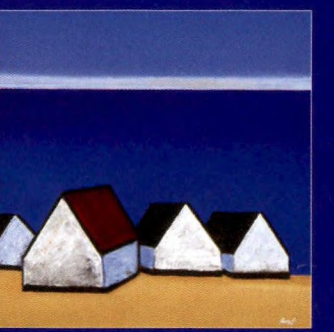
ENGHOLM GRUPPEN

EngholmGruppen(dk) ApS, Orionvej 7,
9900 Frederikshavn
Tlf: 98 43 35 00, Fax: 98 43 21 33,
Email: engholmgruppen@aol.com
www.nhiuk.co.uk og www.arcon-norway.no

SENIORHØJSKOLEN

2003

Nyt katalog!
© 97 89 10 11



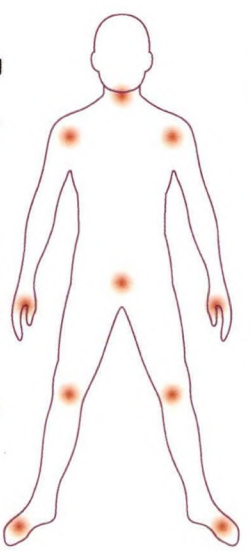
Solanum
- den effektive udrensningskur

Solanum-kuren renser kroppen helt ud i de yderste led. Syreoverskudet neutraliseres og fjernes.
Vigtige mineraler og aminosyrer sikrer at kroppen kommer i naturlig balance.

Solanum tabletterne indeholder glycoalkaloider, aminosyrer, mineraler og antioxidanter, som har en gunstig effekt på at regenerere og bevare en god muskelstyrke og en smidig krop

En Solanum-kur varer 1½ til 3 måneder.

Solanum fås hos Matas og helsekostforretninger.



Rheumacure A/S

www.rheumacure.com
Tlf. 55 86 80 11

Ud i det blå, med motor på...

Lille Viking 2000
El-drevet hjælpemotor til kørestole.

City-Cruiser
Smart, el-drevet køretøj til almen og miljørigtig kørsel.

Senior 2000
El-drevet, 3-hjulet køretøj til den lidt ældre, der fortrækker at være motoriseret fremfor at cykle.

Vi kan tilbyde leje-/købsaftale eller leasingaftale.

Vi arrangerer gerne en uforpligtende prøvekørsel hos Dem.

U-B-Let A/S
Friis Hansens Vej 9 · DK-7100 Vejle
Telefon (+45) 75 85 80 22
Telefax (+45) 75 85 95 51
Internet: www.ub-let.dk
www.city-cruiser.dk
E-mail: ub-let@ub-let.dk

M2 MARKETING AS

Det er ingen kunst at få en sund mave!

En sund fordøjelse er en fornøjelse. Modsat mavekneb, rumlemave, sure opstød, hård, tynd eller oppustet mave.
Appital er et gennemprøvet, naturligt kosttilskud, bestående af 4 aktive stoffer. Chiliolie, gurkemejerod, ensianrod og kommenolie. En nøje afstemt sammensætning af disse 4 stoffer fremmer dannelse af den naturlige mavesaft og enzymproduktion. Det betyder bedre fordøjelse og at organismen nemmere optager næringsstoffer. Adskillige forsøg viser, at flertallet af mennesker med maveproblemer får det meget bedre ved at tage Appital dagligt.

Måske kan Appital også hjælpe dig.

Appital forhandles hos Matas og i helsekostforretninger

- gi'r maven en bedre hverdag

SPECIALINDRETTEDE SOMMERHUSE UDLEJES

WWW.ABA-SERVICE.DK

TLF. 48 79 37 75

Porto

Gigtforeningen
Gentoftegade 118
2820 Gentofte

Porto

Gigtforeningen for Morbus Bechterew
v/Per Lignell
Alpinavej 1, Stilling
8660 Skanderborg

MORBUS BECHTEREW

I den originale Jacuzzi® kan du blive masseret i varmt vand med salte og olier.

En original Jacuzzi® er meget mere end et spa/boblebad.

Massagen er langt kraftigere i en ægte Jacuzzi® og så må du bruge mineraler og olier i vandet. Efter brug bliver hver en krog i jacuzzi'en desinficeret.

Jacuzzi® er ene om, at massere med mikrobobler, der har en reel massageeffekt og som sliber din hud på en blød og behagelig måde.

Du bader i rent vand, uden klor..!

Den originale Jacuzzi® blev opfundet for, at give et barn, med gigt, massage.
Læs spabadets historie på www.jacuzzi.dk

Brochurer / udstilling:
Jacuzzi Danmark A/S 3961 3131
Lyngbyvej 231, 2900 Hellerup

Indmeldelsesblanket for medlemskab af Gigtforeningen

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

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

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr.: _____ By: _____

Tlf.: _____

Indmeldelsesblanket for medlemskab af en kredsforening

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr.: _____ By: _____

Tlf.: _____ Alder: _____

Amt: _____

Luksustransport!

Du er ikke ét sekund i tvivl om at komfort rimer på transport i Citroën's nye Jumper Bus. Du bliver nemlig forkælet på alle leder og kanter – lige fra de bekvemme adgangsforhold til den komfortable plads og de mange gennemførte detaljer: Ny dynamisk front, førersæde med justérbar lændestøtte, forbedret affjedring, lydisolering og vejgreb, fjernbetjent centrallås, dobbelt airbag for slet ikke at tale om nye, dynamiske benzin- og dieselmotorer understreger det kompromisløse niveau. Men mindre kan vel heller ikke gøre det, når Citroën Jumper skal gøre en mærkbar forskel i din dagligdag? Jo, faktisk kan du roligt forlange meget mere!

Vi indretter nemlig busser og biler ned til mindste detalje efter dine ønsker og behov. Fleksibel stoleindretning, lift, kørestolsrampe, fastspændingssystemer m.m.m. er således kun den ekspertise og service, du med rette kan forvente af os. Ring og hør, hvor meget vi kan gøre for dig. Eller kom forbi og prøv vores fuldt opbyggede handicapbiler/busser. Behøver vi nævne, at vi også gerne lægger vejen forbi dig?

HANDICAPCENTER VEST

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

Poul Erik Illemann

CITROËN

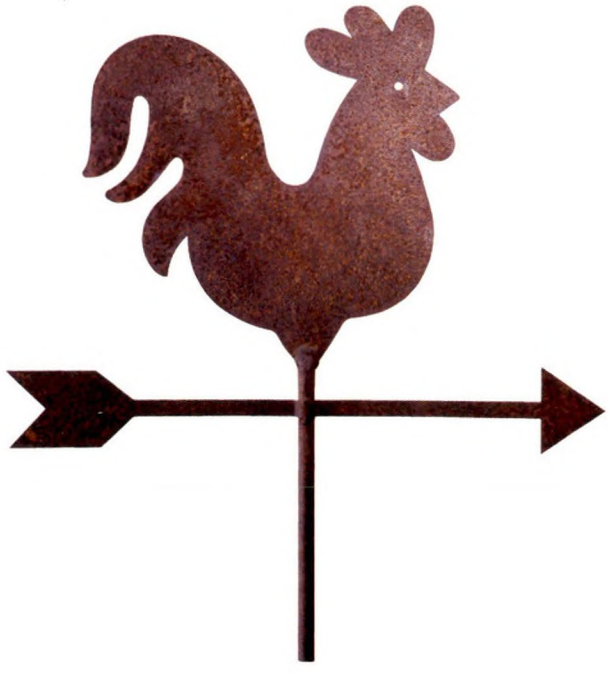
HANDICAPCENTER ØST

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

Claus Behrend

PROPAGANDA

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