

10 ÅRS JUBILÆUMS NUMMER!
Vind en Jensen luxus seng!!!



TUSINDE TAK TIL PER FOR ET LANGT OG FLOT FORMANDSSKAB

LÆS I DETTE NUMMER: MOR, DATTER OG GIGT · SKÆLSKØR GIGTSANATORIUM

PÅ LANGTUR MED GIGT OM BORD · FRA LANDSMØDET

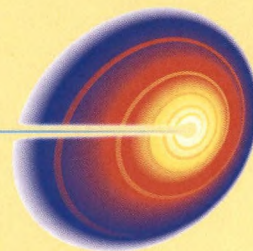
www.bechterew.dk

GIGTFORENINGEN FOR MORBUS BECHTEREW

Måltrettet mod led- og muskelsmerter



Felden[®] gel
(piroxicam)



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

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

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

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

Smør smerten væk med Felden[®] gel

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

FEL06/DK dec. 2001





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: Danmarksvej 30 H1 · 8660 Skanderborg · Tlf. 86 91 46 87 · **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

Skælskør Gigtsanatorium 14



Med gigt om bord 18



Leder	5
Vind en Jensen luxusseng - Jubilæumskonkurrence	6
Hvorfor mor?	9
Skælskør - er det ikke noget med en frugtplantage	14
På langfart i middelhavet med gigt om bord	18
Referat fra Landsmødet 2003	27
Frdrag for gaver til vores forening	31
Boganmeldelse - Ankylosing Spondylitis the facts	33
Nyt fra kredsene	34
Nyttige adresser og numre	51



Hvorfor mor..? 9

TRYGHED

GENNEM GENERATIONER

Generationsskifte · Arv og testamente · Boligrådgivning · Erstatningssager

RET&RÅD

DANMARKS STØRSTE ADVOKATKÆDE

Ring på 70 20 70 70 • Sekretariatet henviser til nærmeste Ret&Råd kontor.
www.ret-raad.dk

MESALAZIN (5-ASA) METABOLISERES VED ACETYLERING, HVILKET ALLEREDE SKER I TARMENS EPITELCELLER, IDET METABOLISERINGEN SYNES AT VÆRE UAFHÆNGIG AF PATIENTENS ACETYLATORFÆNOTYPE. 20-50% AF INDGIVET DOSIS UDSKILLES GENNEM NYRERNE VED GLOMERULÆR FILTRATION OG TUBULÆR SEKRETION, MEDENS RESTEN UDSKILLES MED FÆCES. PLASMAHALVERINGSTID ER HENHOLDSVIS CA. 40 MINUTTER FOR ACETYLERING OG 8-20



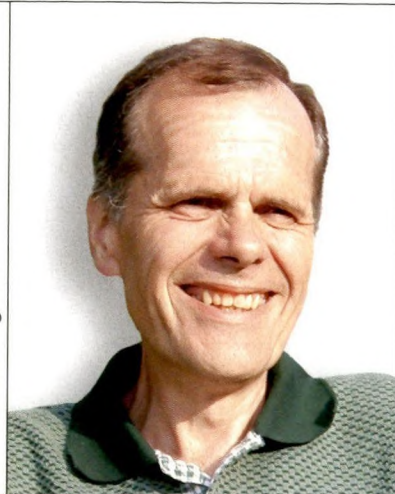
Lægelatin er for læger...

Medicinhåndbogen er for patienter og pårørende!

I Medicinhåndbogen kan du læse alt om medicin i et letforståeligt sprog. Køb den som bog eller cd-rom på apoteket, i boghandlen eller direkte på www.dli.dk.



DANSK LÆGEMIDDEL INFORMATION A/S



Landsformandens betragtninger

Når jeg sidder her og ser på haven, er himlen blå og solen skinner. Det er ikke rigtigt varmt endnu, for det blæser kraftigt. Det er foråret, der er godt i gang, inden det går over i rigtig sommer.

Foråret er forandringstid og det er det også for mig. Når du læser dette, har vi haft landsmøde i Århus og fået ny landsformand. Jeg ved selvfølgelig ikke hvem det bliver, men har dog en anelse.

Det er med en vis vemod at jeg trækker mig fra formandsposten, men alting har sin tid og nu har jeg haft min. Jeg blev valgt til formand på landsmødet på Magleås, nord for København, den 1. april 1990 sammen med en helt ny bestyrelse. Det betød at vi skulle reorganisere stort set hele foreningen, og det synes jeg selv vi fik klaret.

Jeg har gennem årene arbejdet sammen med mange forskellige, både indenfor og udenfor vores egen forening, og det har i langt de fleste tilfælde været en glæde.

Specielt vil jeg gerne sige tak til de personer der gennem årene har lagt et stort arbejde i hovedbestyrelsen, men så sandelig også til bestyrelserne i kredsene. Jeg vil ikke nævne nogen navne, ingen nævnt ingen glemt.

Jeg har også haft den glæde at se samarbejdet med Gigtforeningen udvikle sig fra næsten ingen ting, til hvad det er i dag, og det vil jeg gerne sige tak til de skiftende direktører i Gigtforeningen for.

Jeg kunne blive ved længe, men det skal jeg spare jer for.

Jeg ved I får en god landsformand, og jeg er sikker på I vil støtte ham, både til glæde og gavn for ham, men så sandelig også for jer.

Held og lykke til jer alle sammen og tak for de mange glæder foreningen har givet mig.

Per Lignell

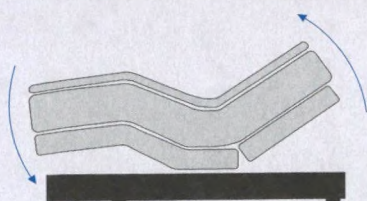
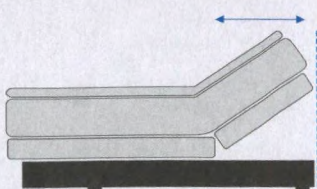
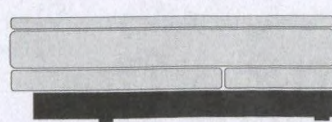
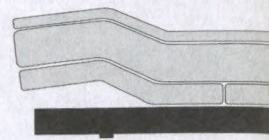
BLADETS 10 ÅRS JUNI TIP 5 RIGTIGE OG VIND EN

Med et meget venligt sponsorat fra Jensen Senge, Danmark har vi fornøjelsen at invitere dig med på en spændende konkurrence, som kan hjælpe den heldige vinder til en ny oplevelse af søvn.

VIND EN KOMPLET

Jensen Ambassadør **Elevationsseng**

VÆRDI CA.16.400 KR !



MB-LÆUMSKONKURRENCE

LUKSUSSENG!

JENSEN®

SÅLEDES DELTAGER DU:

Udfyld nedenstående tipskupon korrekt, og:

1. Send kuponen i en lukket kuvert til advokat Per Lignell's kontor, Nørre Allé 7, 8362 Hørning, eller
2. Mail de korrekte svar til: per@lignell.dk (Husk at angive dit navn adr. og tlf.nr.), eller
3. Gå på vores hjemmeside www.bechterew.dk og klik dig ind på 'TIP EN SENG' - her finder du en formular, hvor du kan svare og sende dit svar af sted til Per Lignell her og nu.

Svarfrist: Fredag, den 13. juni 2003 klokken 12 for både brev og mail.

Lodtrækningen foregår umiddelbart herefter under overværelse af vidner, og den heldige vinder vil få direkte besked umiddelbart herefter.

Konkurrencebetingelser:

Alle betalende medlemmer af Gigtforeningen for Morbus Bechterew kan deltage med 1 lod hver.

Medlemmer af MB-Bladets redaktion samt Per Lignell kan ikke deltage.

Husk: Kun 1 svar pr medlem!

TIPSKUPON

JA NEJ

1. Er det rigtigt, at Gigtforeningen for Morbus Bechterew er verdens ældste Bechterewforening? ☐ JA ☐ NEJ
2. Er det rigtigt, at Vladimir Mikhailovitch Bechterew, som levede fra 1857 til 1927 var bulgarer? ☐ JA ☐ NEJ
3. Er det rigtigt, at ADIF er forkortelsen for den internationale sammenslutning af bechterewforeninger? ☐ JA ☐ NEJ
4. Er det rigtigt, at www.bechterew.dk har haft mere end 25.000 besøgende? ☐ JA ☐ NEJ
5. Er det rigtigt, at NSAID er forkortelsen for en stor gruppe gigtmedicinere? ☐ JA ☐ NEJ

Navn: _____

Adresse: _____

Tlf.: _____

Junckers bøgeparket

– en massiv succes!

Junckers massive parketgulve er natur
hele vejen igennem.

De er smukke. De har en uovertruffen slidstyrke.

Og samtidig gavner de indeklimaet.

I mere end 60 år har vi arbejdet med træ hos Junckers.

Og skabt sunde byggetraditioner til glæde for mange.

I alverdens byggerier. Succes'en er massiv.



Junckers Industrier A/S - 4600 Køge

Feddet Camping

**Feddet 12
4640 Fakse**

Telefon 56 72 52 06
Fax 56 72 57 90

E-mail: info@feddetcamping.dk
www.feddetcamping.dk

Kørestolsbrugere på rute 800

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

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

Sådan bestiller De kørslen

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

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

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

Hvad er prisen?

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



Fyns Amt



Storstrøms Trafiksekselskab



Hvorfor mor?

Som mor med gigts skal man kunne informere om mere end forplantningens mysterier. Børnene kræver viden og information, også om gigtens gåder. Men hvor går grænsen mellem at opfylde børnenes naturlige nysgerrighed og sprede unødvendig bekymring?

Af Claus Rønlev

Denne historie tager udgangspunkt i følgende hilsen, som i juli sidste år indløb i gæstebogen på vores hjemmeside:

Navn Maria Vallenthin Poulsen

Sendt 19.40 - 25/7

Jeg er 23 år og min mor på 50 har haft Bechterew siden hun var i starten af 20'erne.

Jeg ved egentlig ikke særlig meget om hendes sygdom, fordi jeg altid har været bange for at spørge. De seneste år har jeg set hvor ondt sygdommen kan gøre både på patienten og de pårørende. Derfor har jeg besluttet at vished er bedre end uvidenhed, og har nu læst om sygdommen på denne hjemmeside. Tak for gode oplysninger.

Bag disse linier lugtede redaktøren en spændende historie, og nogle e-mails og telefonsamtaler senere befandt jeg mig i den sydsjællandske provins, nærmere betegnet i Fuglebjerg, hvor medlem af Vestsjællandskredsens Birgitte Poulsen bor. I dagens anledning var Birgittes datter Maria, som læs-

er spansk på 4. år på Københavns Universitet, kommet hjem på besøg for at deltage i en samtale om et mor/datterforhold, hvor gigten er medspiller.

Birgitte Poulsens bechterew-karriere er lang, men følger et for mange af os kendt mønster: Det begyndte allerede i 17-års alderen med regnbuehindebetændelser, og fortsatte i mere end 10 år med større og mindre uforklarede smertemønstre, hvor vejen gik omkring både kiropraktorer og fysioterapeuter. For 20 år siden kom så endelig en MB-diagnose, som på flere måder virkede befriende.

Birgitte har i en lang årrække været beskæftigelsesvejleder, og hverdagen fungerede i det store og hele uden problemer, alt imens Birgitte og manden Frank fik 2 døtre, hvoraf 24-årige Maria er den ældste, fire år ældre end søsteren Anne.

Fik tingene til at fungere

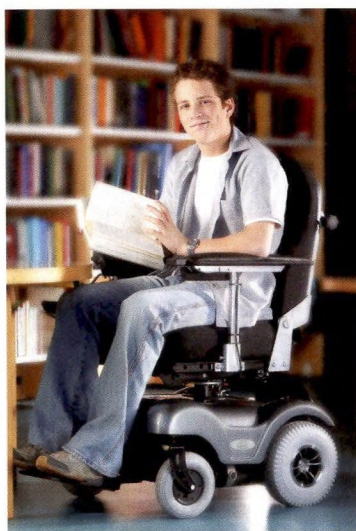
Sådan som Birgitte husker alle årene mens børnene var små, er at de fik tingene til at fungere, dels fordi gigtgenerne var relativt begrænsede, dels fordi Birgittes mand var meget sød, hjælpsom og hensynsfuld i forhold til de funktioner,



NYHED

VELA SWING

- Du kommer frem overalt i byen og derinde.
- Så kompakt at det altid er **dig** og ikke en kørestol, der kommer.
- Du bestemmer selv om du vil **køre forhjulstræk** eller **baghjulsdrev**
- kom i **øjnehøjde** med den stående, nå ting på hylden - blot tryk på knappen.



PLADS TIL VELVÆRE

Vermund Larsen A/S
Gøteborgvej 12 · 9200 Aalborg SV
Tel. 96 34 76 00

www.vela.dk



Easygrip letvægtsbestik

I modsætning til de fleste letvægts bestik kan bestikdelene maskinopvaskes. Grebene vaskes i varmt sæbevand. Bestikdel med stort greb vejer kun 33 g.

Z 2270 (kniv, ske og gaffel).

Z 2271 (3 greb 12x4cm),

Z 2271 (3 greb 10,5x3cm)



Skærebræt køkkenbordsforhøjer

Skåner ryggen ved arbejde på køkkenbordet. Fremstillet af bøgetræ med safrille på begge sider, Højde over bordplade 12,5 cm og 8,5 cm.

B 27, 54 x 30 cm

B 28, 44 x 25 cm



Vinklede køkkenknive

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

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

som var vanskelige. For 14 år siden begyndte det imidlertid at gnave i hofterne, men Birgitte bed tænderne sammen og holdt ud, dog med en arbejdstid, som hen ad vejen blev sat ned til 21 timer.

Birgitte er i dag førtidspensionist og har fået ny hofte, men de 8 år som gik fra hoften begyndte at gøre knuder, og indtil pensioneringen, var en hård tid. Hun har bibeholdt et skånejob én dag om ugen på sin gamle arbejdsplads, men ellers er husarbejdet derhjemme hendes arbejde i dag, samtidig med at Birgitte giver mangan en hjælpende hånd til døtrene.

- Af og til har jeg dårlig samvittighed over, at vi trækker så meget på mor, men jeg håber at hun er i stand til at sige fra, men af og til er jeg nervøs for at hun er lidt for meget flinkemor, siger Maria.

Vil gerne være til gavn

- Det kan godt være at jeg er lidt for flink af og til, men jeg kan jo godt lide det, og jeg kan godt lide at mærke, at der er brug for mig, og når jeg er optaget af gøremål holder det mig jo også i gang. Samtidig med har jeg en tendens til at glemme, at jeg har ondt, hvis jeg har travlt.

- Jeg tror noget af det vigtigste er, at man kan acceptere sin situation, og det synes jeg egentlig jeg har været både god og hurtig til. Men det er jo nok et held for mig, at jeg ikke skulle forlade arbejdsmarkedet som 35-årig, ligesom det ikke, hverken på omverdenen eller mig selv, virker fremmed eller forkert, at jeg nu har en rolle som hjemmegående, siger Birgitte og tilføjer:

- Gigten har det jo med at svinge, så alle dage ikke er lige sjove, og jeg kunne nok godt have været bedre til at orientere om mine skavanker gennem tiden, men jeg har nu altid

haft det sådan, at jeg hellere vil fortælle om de nætter, hvor jeg har sovet godt, end de nætter, hvor jeg har sovet dårligt, siger Birgitte.

Bekymringer og beskyttelse

- Jeg husker dig altid som en stabil mor der bare 100% var der, men jeg har nu svært ved at tro, at du altid har haft det så godt, som du gav udtryk for, siger Maria.

- Det er nu langtfra altid smerter, som tynger. Det er lige så ofte stivheden i kroppen, at jeg f.eks. skal dreje hele kroppen i stedet for hovedet. Det trætter, og træthed er hårdt at leve med.

- For omkring 15 år siden havde jeg en meget dårlig periode, hvor jeg kom i behandling med Salazopyrin, men jeg tror det børnene har kunnet mærke mest er, at jeg har haft meget regnbuehindebetændelse, som har været så galt, at jeg skulle have indsprøjtninger i øjet. De perioder har næsten altid hørt sammen med, at der har været for meget pres på arbejdet, betoner Birgitte.

- Mine bekymrede tanker om mor startede dengang du skulle have nye hofter, tror jeg, men ellers er det mest de sidste par år, jeg har tænkt meget over det. Efter jeg er flyttet hjemmefra, og derfor ikke ser min mor hver dag, lægger jeg mere mærke til det, når jeg kommer hjem.

- Tankerne omkring mor er ikke et tema, vi som søskende har diskuteret nævneværdigt. Måske er det fordi jeg har arvet et beskyttergen, at jeg ikke har taget initiativ til det, smiler Maria.

Kærlige hensyn

Birgitte har altså - til trods for gigten - et langt og godt familieliv og samliv at se tilbage på, og ikke mindst ægte-





ALTID DØGNVAGT
DOM APOTEKET
Algade 52 · Telefon 46 32 32 77
HVOR SMIL SMITTER

Frederiksborg Apotek

Apoteket har døgnvagt

Tlf. 48 26 56 00

Slotsgade 26 · 3400 Hillerød
Handicapvenlige adgangsforhold



Havearbejde

*Vi-Bo Rengøring
&
Vinduespolering*

Gl. Nykøbingvej 22, Ndr. Vig · 4560 Vig
Telefon 59 31 66 32

Bornholms Busrejser

Bedegaardsparken 8

Snogebæk, 3730 Neksø

Tlf. 5648 8825 · Fax 5648 8839

Folkeparken (Zoo)

Østre Alle 97 · 4800 Nykøbing Falster

Telefon

54 85 20 26

SILVAN

GØR DET NEMT...

www.silvan.dk

mandens hensynsfuldhed og forståelse har medført, at Birgittes gigts ikke fik lov til at spille nogen hovedrolle.

Det har gennem årene været Birgittes strategi overfor døtrene ikke at give nævneværdig information om gigten. Denne strategi blev først og fremmest valgt udfra et hensyn til pigerne, som ikke unødigt skulle belastes med bekymringer om Birgittes helbred.

Når familien skal i skoven

Som mange andre familier med gigts kender det, har Birgitte det også sådan, at tingene fungerer bedst i hverdagen, hvor trygheden, rutinerne og overskueligheden giver tryghed og sikkerhed. I hverdagen er der plads til en skæv dag, og sengen er ikke længere væk, end at en halv times hvil er indenfor rækkevidde.

Ferier kan være en udfordring, hvor hverdagens trygge rammer pludselig skiftes ud med strabadserende rejser, hotel- eller campingvognssenge, og man har hinanden tæt på døgnnet rundt. Så bliver gigten langt mere udstillet, der er ingen steder at 'gemme sig'. Birgitte fortæller:

- F.eks. når vi er af sted på ferie har det gjort ondt nogle gange, når min mand f.eks. har sagt: "Hvor ville jeg ønske du kunne komme med og vi kunne dele flere oplevelser sammen - f.eks. gå lange ture sammen ved stranden eller lægge sig i klitterne". Men det kan jeg altså ikke længere. Jeg bliver træt, og jeg kan ikke bare lægge mig ned et hvilket som helst sted. Det ville jeg selvfølgelig ønske jeg kunne. Men i denne situation er det skønt for mig, at min mand kan finde ud af at foretage sig disse ting på egen hånd, for på den måde er jeg fri for at føle, at mine begrænsninger overføres.

Nu deles mor og datter om det

- For et år siden læste jeg i Spanien, og derfor så jeg ikke min mor i flere måneder. Af samme grund glædede jeg mig til, at hun skulle komme for at besøge mig. Da hun så ankom, kunne jeg se, at der var sket rigtig meget. Denne oplevelse var faktisk årsagen til, at jeg besluttede mig for at søge bedre viden om Morbus Bechterew, og i den forbindelse havde jeg rigtig meget glæde af jeres hjemmeside, hvor jeg altså også sendte min lille hilsen som tak for hjælpen, slutter Maria.



Skælskør ! - er det ikke



Det var spørgsmålet fra min kone, da jeg en mandag eftermiddag gjorde mig klar til at køre til Skælskør Gigtsanatorium - iført fotografiapparat og notesblok. Da jeg vendte hjem kunne jeg fortælle Louisa, at det handler om en oase for mennesker med gigtsygdom, - et sted hvor patienter føler sig som noget helt særligt.

Af Niels Vous

Hvis man kommer til Skælskør fra Slagelse eller Korsør (de to veje samles få kilometer før byen), møder man det meget smukt beliggende sanatorium umiddelbart før man kører ind i selve byen. Det ligger lige ned til "Noret" som - hvis jeg hørte ordentligt efter i geografitimerne - nok er en sø, men søen har direkte forbindelse med "rigtigt vand", og i dette tilfælde taler vi jo så om Storebælt. Flere er enig med mig i, at området har stor lighed med det lidt sydligere Karrebæksminde, og det er jo i sig selv en kvalitet.

- Goddavn, sæt dig lidt, så kommer Lillan.

Hvis nogen påstår at Skælskør Gigtsanatorium - bedømt udefra - er en smuk bygning bliver man næppe taget alvorlig. Indenfor er overgangen til gengæld stor. Her er hyggeligt, godt understreget af den ligefremme omgangstone i receptionen.

Frit sygehusvalg og privathospital under samme hat

Sanatoriechef Lillan Garby fortæller om stedet:

- Definitionsmæssigt er et sanatorium et sted hvor man nok behandler sygdomme, men - i modsætning til f.eks. kollegerne i Gråsten - ikke diagnosticerer disse. Der er da heller ikke mange læger på dette behandlingssted, men lægetilsyn ved speciallæge 2 gange ugentligt. Det er en af

forskellene på et sanatorium og et hospital/ sygehus. - Til gengæld kan vi så meget andet, fortæller Lillan.

- Faktisk spænder vores program lige fra at være kursted for alle der ønsker at komme i bedre fysisk form til en indlæggelse for patienter henvist under det almindelige frie sygehusvalg og til et decideret privathospital, hvis man ønsker genoptræning uden ventetid.

Behandling "ud af huset"

Sanatoriet i Skælskør er desuden kendetegnet ved, at have et antal ferielejligheder, hvilket i sig selv giver mulighed for en række spændende kombinationer. F.eks. kan man kombinere en decideret indlæggelse med, at ægtefælle og evt. familie lejer en af husets ferielejligheder - naturligvis med den fordel, at den indlagte også kan opholde sig og overnatte i lejligheden, og i øvrigt være sammen med sin familie på de tidspunkter hvor man ikke deltager i selve behandlingsforløbet.

Endelig har sanatoriet også behandling "ud af huset". Bag dette lidt hjemmelavede udtryk menes, at lokale institutioner kan anvende stedets faciliteter. Typisk lejer man sig ind i henhold til en driftsoverenskomst med Vestsjællands Amt, eller måske med fritidsloven i ryggen. Vores egne medlemmer i kreds Vestsjælland anvender således sanatoriet, helt på samme vis som sønderjyderne gør i Gråsten.

Også gerne de bløde værdier

Afdelingsleder Lis Sejling lægger stor vægt på, at udover selve behandling og træning, er de normeret så tilstrækkeligt, at der også bliver mulighed for at tage hul på de såkaldte "bløde værdier".

Lis Sejling finder at vi her taler om et område som nok er noget undervurderet. Hun kan ikke tilbyde professionel samtalerapi, men personalet på sanatoriet ved godt, "hvor skoen trykker", opfattelsen på steder er, at en gigtsygdom ikke blot er et spørgsmål om udelukkende fysisk behandling.

Code fysiske rammer

Trænings- og behandlingsfaciliteterne må bestemt betegnes

noget med en frugtplantage?



som ypperlige - helt på linje med, hvad flere af læserne kender fra Gråsten. Det er væsentligt at understrege, at en sammenligning mellem Gråsten og Skælskør er irrelevant og direkte uforsvarlig. Altså på ingen måde et journalistisk forsøg på at "spille dem ud imod hinanden". Når jeg alligevel sammenligner - f.eks. træningsfaciliteterne - er det blot for at læserne kan forholde sig til oplysningerne, og kun af den simple årsag, at ganske mange af læserne i forvejen kender Gråsten.

Et lille stort sted

Man overraskes over at høre, at der rent faktisk kun er 27 hospitalssenge til de indlagte patienter. Det skyldes at der er loft over den økonomiske ramme under frit sygehusvalg. At hele bygningsværket samtidig virker endda meget stort, kan bl.a. forklares med de generelt store lokaler, svømmehal, faciliteter til behandling af ikke-indlagte patienter og naturligvis det faktum at en hel fløj af bygningskomplekset er for-

beholdt ferielejlighederne. Hele tre rum kan anvendes til decideret træning og fysioterapeutisk behandling, foruden en afdeling bestående af behandlingsrum med brikse, som læseren sikkert kender fra den private fysioterapi.

Hvem er boss?

- Det skal være sjovt at gå på arbejde - og man skal ubetinget have den faglige stolthed med sig. Det er en af filosofierne som Lillian Garby fortæller om, da vi sammen med fysioterapeut Britt Elgaard går rundt på sanatoriet. Sådan et udsagn har jeg ofte hørt fra erhvervsledere. Men tonen virkede som nævnt meget uformel, og især den måde hvorpå en menig medarbejder tiltalte chefen, fik mig til at tro, at her er der realiteter bag organisationsteorien. Hvis man ikke vidste det var det faktisk umuligt at høre, hvem af dem der var "bossen".

Kombineret bibliotek og værested

Som alt andet på Skælskør er et kombineret bibliotek og værested/værksted nærmest kæmpestort - men hyggeligt. Bogudlånet administreres af Skælskør kommune. I den afdeling som jeg - måske igen med et hjemmelavet udtryk - kalder for værkstedet, var man travlt optaget med at fremstille postkort med egne motiver under vejledning af en beskæftigelsesvejleder.

Nye ergoterapilokaler

Der er tilknyttet to ergoterapeuter. I forsommeren vil de fungere til glæde for patienterne i et fuldt nyetableret træningskøkken og 2 helt nyistandsatte ergoterapilokaler, som i skrivende stund er under modernisering.

Ferielejlighederne

Som nævnt findes en afdeling med ferielejligheder. Flere forskellige størrelser, lige fra en lille lejlighed med fælles køkken og bad og to separate værelser, og over til en decideret lejlighed med to soveværelser. Desuden findes TV og video i alle lejlighederne. Generelt er lejlighederne opdelt i ryger og ikke ryger, som man efterhånden også ser på mange hoteller.

Sanatoriechef Lillian Garby og afdelingsleder Lis Sejlning



KURBAD



Fredericia Idrætscenter har netop åbnet et rigtig kurbad. Kurbad er afslapning, forkælelse og ny energi. En oplevelse der giver ro i sjælen.

Som kurbadsgæst bevæger man sig rundt i en drømmeverden af æteriske olier og aromatiske dufte, udrensende kurbade, afslappende massage, dejlige svømmefaciliteter og et dygtigt og veluddannet personale med kun et formål: At give dig afslapning, forkælelse og ny energi.

Vi tilbyder dig en række forskellige typer af behandlinger, så som

- Massage •
- Zoneterapi •
- Saltpeeling •
- Mudderindpakning •
- Algeindpakning •
- Ansigtmasker •
- Karbad, m.m. •



Har du spørgsmål efter at have læst ovenstående så kontakt Fredericia Idrætscenter på følgende adresse:

Fredericia Idrætscenter
Vestre Ringvej 100
7000 Fredericia
Tlf. 72 10 60 60



E-mail: fagg@fredericiakom.dk • www.f-i-c.dk

Få det bedre!

**Kur-, behandlings-
og forkælelsesrejser
til Tyrkiet**

Balcova ved Izmir

Balcova Thermal Hotel ***
med behandlinger og 1/2 pens.
14 dage fra kr. 7.500,-

PRINCESS HOTEL *****
med »forkælelspakke«
og 1/2 pens.
1 uge fra kr. 5.900,-

Ved strand

Hotel Süzer*****
med behandlinger og 1/2 pens.
14 dage fra kr. 9.700,-

I dejlig natur

Natur-Med Kursted
med behandlinger og 1/2 pens.
14 dage fra kr. 8.800,-



Ha'detgodtrejser
Vesterbro 49 • 9000 Aalborg
Tlf. 98 12 24 78
www.hadetgodtrejser.dk

Kim er "en af vore"

Kim er en 40 årig omsorgsmedhjælper og MB'er fra Holeby på Lolland, som i november 2002 fik foretaget en kileoperation (rygoprettende operation) på Rigshospitalet.

Kim var blevet henvist hertil fra sin egen læge, og var på slutningen af et ophold i Skælskør på godt 4 uger.

- Jeg har været utrolig glad for opholdet her, det har hjulpet mig meget i forhold til udgangspunktet umiddelbart efter operationen. Måske kunne jeg have ønsket mig lidt mere aktiv træning, men her er jo gode muligheder for at træne på eget initiativ, fortæller Kim.

Desuden fremhæver Kim de fysiske rammer og beliggenheden med kun knap et kvarters gang ned til byen - i tilgift ad en meget smuk sti langs noret.

Fysioterapeut Britt Elgaard understreger i denne sammenhæng vigtigheden af at træne i små doser, når man som i Kims tilfælde skal bygge sine kræfter op efter en omfattende operation.

Den selvhjulpne patient

Vi kender alle den meget velfungerende patient (nogle kan helt klart identificere sig med denne) som ikke kan lide tanken om at blive indlagt på et hospital.

Gigtsanatoriet i Skælskør må helt klart siges at være et egnet sted for dem som ikke gerne ser sig selv som almindelig patient for: "Nok har jeg gigt, med der er ingen grund til at indlægge mig - så galt er det da heller ikke"!

Her er muligheden for at tage ægtefælle med, og kombinere en behandling, samtidig med at man holder ferie i meget kønne omgivelser.

Kunden i centrum

Det optimale grundlag for disse linjer ville naturligvis have

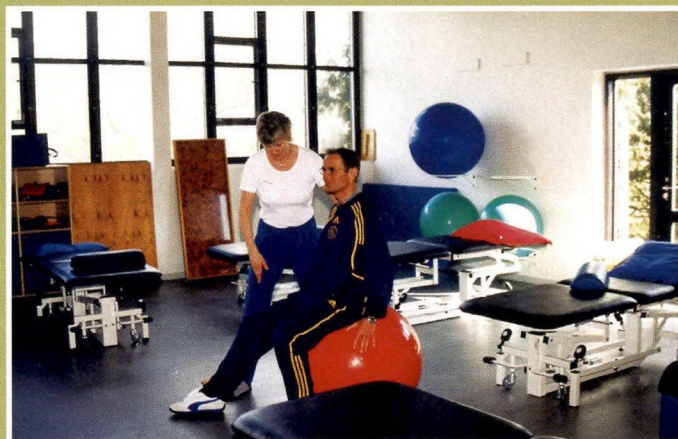
været, hvis artikelforfatteren selv havde erfaringer med behandling på stedet. I sandhedens interesse skal det understreges, at det ikke er tilfældet. Men det kunne der jo rådes bod på.

Sanatoriechef Lillian Garby fortalte at hun havde afholdt nogle medarbejdersamtaler og dér spurgt, hvad kollegerne syntes de især var gode til. Et af svarene lød:

"Det vi er bedst til er, at vore patienter føler sig som noget helt særligt - når de er her".

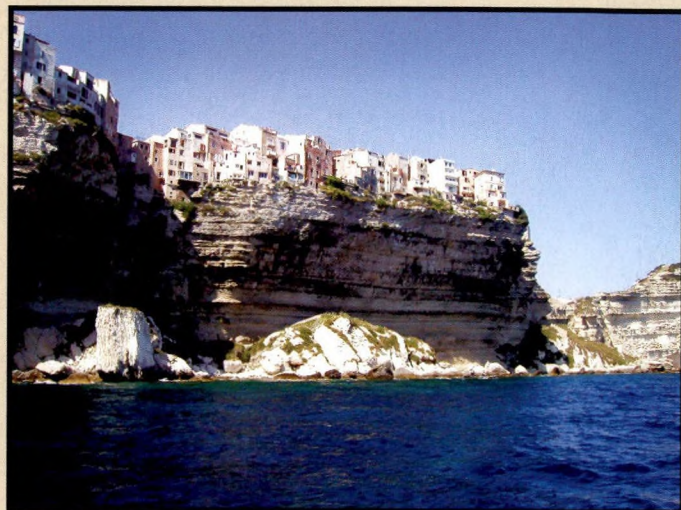
Det er nok ikke helt løgn! I hvert fald tror jeg gerne, at i Skælskør vil man hverken føle sig som "indlagt" eller prædikeret som "patient" - man er derimod kunde.

Britta Elgaard og Kim i "Torturafdelingen"



På langfart i Middelhavet med gigt om bord

- Jamen jeg turde



er svaret jeg har måttet give til mange, der har sagt „Jamen hvordan tør du dog tage ud at sejle på de store have i en lille sejlbåd, når du har Bechterew?«, Svaret er, at jeg ikke turde lade være, for det jeg er allermest bange for, er at ende som en gammel bitter mand, der aldrig fik gjort det jeg drømte om.

Denne artikel er skrevet 7000 km senere.

Af Claus Rønlev

I hele mit liv har jeg været draget af havet. Som knægt var det bare lykken at komme med ud at fiske i en jolle, og senere hang jeg ofte ud i havne som bolværksmatros. En havn er ligesom porten til hele verden. Et sted hvor drømmene kan få frit løb. Tusind gange har jeg misundeligt set på, hvorledes sejlskibene gled ind og ud i elegante manøvrer. Der startede mine drømme.

For 15 år siden begyndte det at ligne lidt, idet jeg fik halvpap i en synkefærdig træbåd, som min kammerat og jeg købte med skrog og motor for 12.000 kroner på Sjælland,

og dristigt sejlede hjem over Kattegat. Min første langtur!

Nogle år senere blev det til en LA krydser, igen købt på roden med efterfølgende kæmpe renoveringsarbejde, men nu var vi for alvor sejlede i danske og svenske farvande i en årrække.

Vores nuværende dejlige båd blev det muligt at købe for 3 år siden, fordi vi arvede nogle penge - og NU skulle det være, inden det måske blev for sent.

Mange forberedelser

Det kræver mange forberedelser at gøre sådan et togt. Båden skal minutiøst gennemgås, både hvad angår sejl og rigning, det elektriske system skal opdateres til, at båden skal være selvforsynende, hvorfor vi fik monteret to store solpaneler, der skal tænkes i sikkerhedsudstyr, radioudstyr, søkort og sejlplaner, så foråret sidste år blev en travl periode.

Den 20. maj 2002 klokken 12 var fastsat til afgangstidspunkt, og det lykkedes lige på minuttet, men det var med et vist sug i maven at vi vinkede farvel til en stor flok af familie og venner på Egå Marina.

De store planer

At tage på langfart handler jo om drømme om turkisblåt vand og palmer. Men modet til at prøve kræfter med de helt store udfordringer som Atlanten og Stillehavet svigtede, og her kommer gigten ind i billedet. En tur over Atlanten betyder 4-6 ugers sejlads, hvor du totalt er overladt til din egen

ikke lade være



skæbne, og med mange års MB-erfaring var dette en for stor mundfuld. Jeg har mange gange prøvet gigtmæssigt at gå ned med flaget, og i sådanne perioder er det ikke nogen rar tanke at være ugevis på afstand af en seng som står stille eller lægehjælp. På den måde lå det hurtigt fast, at turen skulle gå til Middelhavet, som jo byder på næsten det hele, men som dog ikke er større, end at man kan komme til civilisation indenfor højst 2-3 dage.

To veje til Middelhavet

Når man skal sejle til Middelhavet sker det enten via den Engelske kanal og sydpå over Atlanten til Gibraltar, eller alternativt via det europæiske flodsystem. Valget faldt på floderne af den grund, at det ikke var muligt at samle en besætning med tilstrækkelig erfaring i oceansejlads. Derfor blev kursen sat mod SØ, mod den tyske havneby Travemünde, hvor en af de mulige flodveje udspringer i byen Lübeck.

Flodsejlads

Det europæiske flodsystem er imponerende. Det består af tusinder af kilometer floder og kanaler, som er indbyrdes forbundne via tusinder af sluser, og systemet yder et meget stort bidrag til, at gods bliver transporteret.

Enhver klog flodskipper prioriterer et bredt og fladbundet skib med ringe dybgang, og her stod vi med et smalt skib med en dybgang på 1,80 meter. Dybgangen betyder, at der kun er få mulige vandveje med tilstrækkelig dybde. Det

skulle da også vise at give store problemer.

Da turen går under tusinder af broer, var eneste mulighed at afmontere den 14 meter høje mast, som blev lagt på langs og surret grundigt på kraftige træbukke. Da masten vejer næsten 300 kilo, kræver dette både kran og omtanke. Fra Lübeck går det syd på, dernæst vestover forbi Hannover, og videre vestligt mod Ruhrdistriktet, hvor man sejler ud i Rhinen. Her er strømmen så stærk, at vi ikke har motorkraft til at sejle modstrøms, så derfor surfer man med strømmen til Nijmegen i Holland, hvor man kan dreje til venstre og ind på floden Maas, der går langs den tyske grænse gennem Holland og Belgien, og videre ind i Frankrig, hvor floden skifter navn til Soanne.

Turen gennem Tyskland var meget varieret, fra det natur-skønne til det helt modsatte, idet Ruhrområdet på ingen måde har rekreative værdier.

Holland er en dejlig oplevelse. Alt er smukt, rent og velholdt og folk smiler dig i møde. Dette skifter totalt gennem Belgien, hvor affald og forurening er det jeg husker mest.

At sejle flodsejlads er en tålmodighedskrævende opgave, da vi jo kun bevæger os med ca. 10 km/t. 3 uger tog det at nå frem til den franske grænse, og efter en dag med 10-12 timers dieselmotorsejlads er det en sand lise at slukke for kværnen og lytte til fuglesangen.

Fra den franske grænse bliver det rigtig spændende. Naturen bliver storslået, og floderne bliver mindre og mindre, indtil man ved Toul når ,vandskellet,. På dette tidspunkt er man kravlet ca 300 meter opad igennem ca. 170 sluser.

Durogesic® (Fentanyl TTS) plaster

- 
- Stabil smertebehandling i 3 døgn¹⁾
 - Nedsat incidens af obstipation^{2) 3) 4)}
 - En nemmere hverdag³⁾



Durogesic™

EGENSKABER: Fentanyl er et analgetisk opioid, som overvejende påvirker μ -receptorerne. Fentanyls primære terapeutiske virkning er analgesi og sedation. **INDIKATIONER:** Stærke opioidfølsomme kroniske smerter, hvor anden opioidbehandling ikke er anvendelig. Præparatet bør kun anvendes som led i en integreret smertebehandling, hvor patienten er tilstrækkeligt udredt såvel medicinsk som socialt og psykologisk. **DOSERING:** Dosis bør individualiseres baseret på den enkelte patients status og evalueres regelmæssigt. For specifik doseringsvejledning henvises til lægemiddeldkataloget. **KONTRAINDIKATIONER:** Durogesic er kontraindiceret hos patienter med kendt hypersensitivitet overfor fentanyl eller klæbemidlet, som findes på plastrer. **BIVIRKNINGER:** Den mest alvorlige bivirkning, som ses ved alle potente opioider, er hypoventilation. Andre opioid-relaterede bivirkninger inkluderer: kvalme, opkastning, obstipation, hypotension, træthed, konfusion, hallucination, eufori, kløe, og urinretention. Hudreaktioner såsom udslæt, erytem og kløe er af og til rapporteret. Disse bivirkninger forsvinder sædvanligvis indenfor 24 timer efter at plastrer er fjernet. **OVERDOSERING:** Ses som en forstærket effekt af fentanyls farmakologiske virkning. Den mest alvorlige er respirationsdepressionen. **FORSIGTIGHEDSREGLER:** Durogesic må ikke anvendes til behandling af akutte eller postoperative smerter, da der ikke er nogen mulighed for at dosistitrere under korttidsbehandlingen, og fordi alvorlig hypoventilation kan opstå. Patienter, som har haft bivirkninger, skal monitoreres i mindst 24 timer efter at plastrer er fjernet, da serum fentanylkoncentrationen falder gradvist og først reduceres til ca. 50 % 17 timer efter at plastrer er fjernet. Til følgende patientgrupper bør Durogesic gives med forsigtighed: Patienter med obstruktive lungesygdomme eller andre lungesygdomme. Patienter som er specielt følsomme overfor intrakranielt effekt af kuldioxidretention, 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 opioidbivirkninger og dosis bør om nødvendigt justeres, idet frigivelsen af fentanyl kan øges. Af samme årsag bør anvendelse af kraftige varmekilder, f.eks. varmegruder og varmetæpper, undgås. Patienter bør instrueres i, at brugte og ubrugte systemer skal opbevares utilgængeligt for børn. Brugte plastre foldes sammen (med ydersiden udad) og kasseres, sådan at de ikke er tilgængelige for børn. Sikkerhed og effekt er ikke vist hos børn. **GRAVIDITET:** Erfaring savnes. **AMNING:** Må ikke anvendes. **EVNEN TIL AT KØRE MOTORKØRETOJ OG BETJENE MASKINER:** Durogesic kan interferere med aktiviteter, der kræver mental årvågenhed. Patienter bør derfor rådes til ikke at køre bil eller betjene maskiner, før deres individuelle følsomhed overfor Durogesic er kendt. **INTERAKTIONER:** Samtidig administration af andre CNS-deprimerende farmaka inklusiv andre opiat, sedativa, hypnotika, generelle anæstetika, phenotiaziner, tranquilizere, 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/AJP): 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.

Nogle kæmpestore, andre så små, at man må hen til hængeløjet for at vække slusemesteren. Herfra går det 'ned ad bakke' mod Lyon, hvor man sejler ud i den store Rhone flod, som fører frem mod rejsens mål: Port Saint Louis ved Marseilles, som blev anduvet efter 6 1/2 ugers sejlads.

Hvilken fantastisk oplevelse af møde dette vidunderligt dytblå hav - at få saltvand under kølen igen! - Ja alene at få vand nok under kølen igen, for vi var på grund 12-13 gange på floderne. To af gangene så hårdt, at vi måtte have hjælp til at komme fri igen.

Det er med et vist sug i maven, at man som skipper første gang sætter kursen ud på Middelhavet, som jo er verdens 5. største hav. Logbogen fortæller:

Åh, ja! Nu frådser vi i det, alle drømmene, alle forberedelserne og alle forventningerne har handlet om: Det dytblå, krystallklare Middelhav!

Vi lagde ud med en lille 5 timers tur til Marseilles, hvor vi lå lige midt i centrum af en centrifuge af menneskelig aktivitet. Du milde en heksekedel, næsten overvældende, men meget flot. Vi fik da vovet os ud i mylderet, og fandt - på vanlig fransk stil - de smadderhyggelige sidegader og småtorve, hvor en kop kaffe er en stor nydelse.

Fra den franske kyst satte vi kursen sydligt mod Korsika, hvor vi anduede Calvi godt et døgn senere. Korsikas østside er utilnærmelig med høje forrevne klippesider, men vestsiden indbyder med talrige bugte, vige og havnebyer. En fantastisk smuk ø, hvor bjergene sine steder er over 3 km høje, hvilket vi fik smag for i en lejet bil. Ikke mindst nød vi sydenden med byen Bonafacio, højt, højt beliggende på et klippeskær.

Fra Korsika gik det sydover mod Sicilien over det berygtede Bonafaciostræde, som dog viste sig fra sin milde side denne dag. På Sicilien nød vi den ene ankerplads efter den anden med turkisgrønt vand på en måde, så vores hverdag lignede et postkort.

Fra Sicilien skulle ruten nødvendigvis gå mod Rom, da min kone og yngste søn havde flybilletter hjem herfra. Vi lå nogle dage og lurede på vejret, som var for hårdt til den lange tur, men endelig så det fint ud, og vi vovede os af sted med østlig kurs mod Rom. - Det kom vi til af fortryde! Følgende beretning er hentet fra logbogen:

STORMEDE KULING OG RØVFULD PÅ ÅBENT HAVN

De første 6-7 timer gik forrygende derudaf: 7,5 - 8 knob med vinden ind forfra og skuden liggende sidelæns. Vi valgte at slække ud og tage en slapper for at få lavet noget aftensmad, men da vi skulle sætte kursen mod Rom igen, var den rent gal. For det første var vinden øget dramatisk, for det andet havde den drejet, så den nu var så at sige ret imod. Så der var kun den sure vej: Op mod vinden og bølgerne med dieselmaskinen og storsejlet oppe, for der var stadig 76 sømil til land, og flere kilometer dybt vand under kølen. I løbet af kort tid øgede vinden til direkte ubehagelig vindstyrke. Jeg har siden studeret i håndbøgerne, og kan derfor med sikkerhed sige, at de næste 14 timers sejlads foregik i stormede kuling, hvorom håndbogen siger: Stormede kuling: 20,8 - 24,4 m/sek, Tårnhøje søer, Kraftige skumstriber mod læ, sigten svækket af skumsprøjt.



Gigtforeningen

CENTRUM FOR RYG-, LED- OG MUSKELLIDELSER

**Har du brug for kvalificeret træning under professionel vejledning og instruktion,
af fysioterapeuter / ergoterapeuter med speciale i reumatologi?**

Har du en diagnostiseret ryg, led eller muskellidelse, og er du selvhjulpnen?

Har du netop gennemgået en led eller rygoperation?

Har du ikke lyst til at træne under indlæggelse?

Så tilmeld dig Gigtsanatoriets nye tilbud om ambulant genoptræning!!

Træningen foregår på hold, sammensat i forhold til din diagnose, med max. 5 deltagere pr. hold.

Træningen indledes med en samtale og test.

Derefter 6 ugers træning af 2 x 2 timer ugentlig, fordelt på træning i varmtvandsbassin og træningssal.

I træningsforløbet indgår forskellige undervisningsemner, vejledning, og udarbejdelse af hjemmeprogram.

Henvielse til ambulant genoptræning skal ske via hospital, speciallæge eller din egen læge.

Træningstilbuddet er uden økonomisk udgift for dig.

Er du interesseret?

Henvendelse til overfysioterapeut

Lilian Jørgensen på tlf. 87361964 mellem kl. 7.45 – 8.15.

MasterCard



Elastik i økonomien

– betal med MasterCard

Nogle måneder er det svært at få pengene til at række. Tænk, hvis du havde en reserve, du bare kunne bruge efter behov. Med MasterCard kan du købe nu. Og betale senere – gerne over flere måneder. Kortet koster 125 kr. om året og er et perfekt supplement til Visa/Dankort. Renten svarer til vores normale udlånsrente.

Få bedre råd. I banken.

Danske Bank

Vi følte på intet tidspunkt besætningen eller skibet truet, faktisk beviste vores skib med overbevisning sin sødygtighed. Men de bølger der kom drønene imod os var så store, at man uvilkaarligt lukkede øjnene, når vi ramte dem. Igen og igen - tusinde af gange - gennemrystedes skibet af sammenstødet med en mur af vand, og der stod så store mængder af vand hen over dækket, at lyden af vandet ramte vinduer og kaleche endnu sidder i ørerne. I denne situation var vi glade for, at vi har en kraftig maskine, for den måtte arbejde for sagen med 2300 omdrejninger time efter time. Tilværelsen blev til en kamp for blot at holde sig fast, og under dæk lignede hele salonen en krigszone af løstflydende genstande. På et tidspunkt sprang lågen til styrbords kistebænk op, og ca. 50 plastikflasker med drikkevand istemte den symfoni af kaos, der herskede. Men ingen magtede at rydde op, det var simpelthen for farligt. Bedst som det hele gik ad Helvede til flængede storsejlet 2/3 oppe med en hæslig lyd. Flængen gik hele vejen tværs over sejlet, ovenover øverste rebehuller, så det var dermed slut med at føre sejl. Lasse meldte sig helt modigt til at gå på dæk og bjerge resterne, hvilket skete iført badetøj og stram sikkerhedslinje.

Uden storsejl startede en gynge, eller nærmere rulletur, der knap er værd at mindes, men som vel kan sammenlignes med en af de mest rædselsfulde torturmaskiner, som nogle mennesker betaler penge for at bestige i et tivoli. Forskellen var blot, at her varede turen 14 timer! På et tidspunkt løb jeg tør for kræfter i forhold til at holde mig fast, hvorfor jeg måtte surre mig selv med et tov, der gik fra spillet, hen over maven og til gribelisten ved ruffet.

Da solen endelig gryede ved 6-tiden om morgenen var det en lettelse, for det er dog altid noget, at man kan se sine fjender i øjnene. At sejle på natsort hav med så store bølger der vælter ind uden man kan se dem er en nedbrydende oplevelse.

Da vi endelig, endelig, endelig hen over middag kunne se Italienskysten, og dermed begyndte at komme i læ fra land var det ved at være på tide, for hele besætningen var tæt på at have helt flade batterier, og søsygen begyndte på skiftende måde at stikke sit grimme fjæs frem, selv om ingen dog nåede til at ofre i pøsen.

Således kunne vi midt på eftermiddagen andu det flade og stille vand i Fuimencino Canal uden for Rom, med en båd og med en besætning, der lignede noget katten havde slæbt med ind. Et storsejl hængende i laser, og med så stor belægning af indtørret salt overalt, og jeg mener overalt, at en spuleslange med ferskvand virkelig gjorde gavn!

Så fik vi da den røvfuld jeg tidligere har skrevet om!

Gigt i varmen

Lad mig straks fortælle, at dette blev den eneste alvorlige afklapsning vi fik på hele togtet. I stedet kan jeg berette, at noget af det mest fantastiske var at opleve, hvordan varmen så at sige fordampede gigten ud af kroppen. Til trods for de mange strabadser, var jeg langt hen ad vejen symptomfri måned efter måned! Det er ikke noget, man lige glemmer.

Med ny besætning bestående af min 20-årige søn og hans



"Livet er for kort til telefonkøer
– vi bestiller tid hos lægen og fornyer recepter
på **www.sundhed.dk**"

styropus.dk/rogh.dk



Trine Larsen, Hellerup, 31 år



Elektronisk tidsbestilling og fornyelse af recepter

Sundhed.dk giver dig mulighed for både at bestille tid hos lægen samt købe og forny receptpligtig medicin på internettet. Via de læger og apoteker, som er koblet op på sundhed.dk's bestillingssystem, kan du hurtigt og sikkert bestille receptpligtig medicin på apoteket, forny recepter eller aftale en konsultation hos din læge. Sikkerheden er i top. Din pinkode til systemet samt kodning af dine oplysninger sikrer, at alle oplysninger forbliver fortrolige (kun pinkode på receptpligtig medicinkøb).

Sundhed.dk er Danmarks sundhedsportal, hvor enhver kan få svar på alt fra sygdom til sundhed – og få omfattende information og rådgivning fra det meste af den etablerede sundhedssektor. Bag sundhed.dk står 25 partnere med Danmarks Apotekerforening i spidsen. Sundhed.dk er et uafhængigt sundhedsmedie. Der findes ingen reklamer, sponsorater eller anden økonomisk støtte fra f.eks. medicinalindustrien.

sundhed.dk

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



60 modeller på
www.jacuzzi.dk

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



kæreste samt en god ven derhjemmefra gik turen via de vulkanske øer Stromboli og Vulcano mod syd gennem Messinastrædet til Catania på Sicilien, lige ved Etnas fod. På vej gennem Messinastrædet dukkede en hval på størrelse med vores skib pludselig op så tæt ved båden, at vi kunne have sprunget op på ryggen af den. I det hele taget var vi på det tidspunkt allerede forvante med selskab af delfiner og flyvefisk på dækket, og se det er jo frugter, som bonden aldrig ser!

En minderig udflugt op på Etna blev det også til. Vi startede i 35 graders varme i havnen, og endte i vinterkulde oppe på toppen, men hvis man blot lattede en sten, var det så varmt underneden, at man kunne brænde fingrene! Det var tankevækkende senere at læse i avisen herhjemme, at netop der hvor vi stod, er Etna igen eksploderet i et kæmpe udbrud.

Kurs mod Grækenland

Fra Sicilien drog vi nogle hundrede kilometer op langs den vestlige side af Italien, hvorefter vi drejede skarpt mod øst med kurs mod Korfu i Grækenland. Vi fik en pragtfuld 11½-døgns sejlads tværs over. Frisk vind fra den rigtige retning, og for en sejler er det hver gang en vidunderlig oplevelse at mærke, hvorledes et sejlskib ligefrem nejer af taknemmelighed for god vind, og hvordan blæsevejr kan omsættes til god rejsefart.

Efter 4 uger blandt italienske dythorn var det også en lise at anduvs Græsk farvand. Her er livspulsen højst det halve, hvortil kommer, at havneplads er gratis overalt i Grækenland, hvilket er i stærk kontrast til Italienerne, som skal presse Euro ud af alting.

Ørækken ved den græske vestkyst hedder de Ioniske Øer, og er noget af det bedste vand i verden at sejle i. Oftest sejler man indenskærs, altså i læ for bølger bag klippeøer, og natursceneriet er betagende smukt. Her tillod vi os nogle ugers afslappende oplevelser, hvor ankerbugte og småhavne stadig sidder på nethinden.

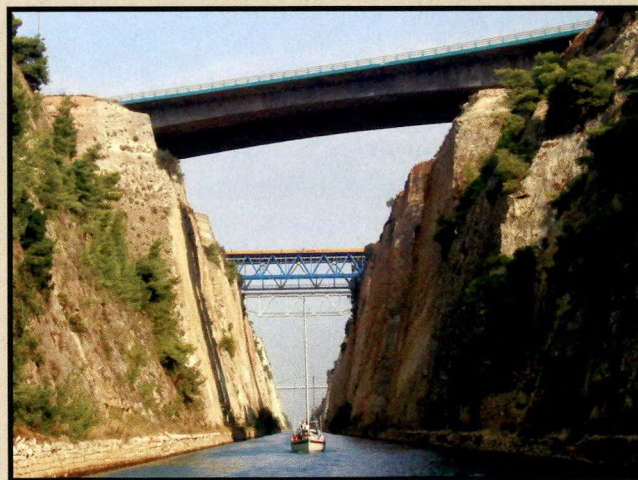
Således genopladede påbegyndte vi rejsens sidste distance mod Tyrkiet, som gik gennem den berømte Korinterkanal, som fører lukt ud i Agæerhavet = Det græske øhav. Her venter en sand perlerække af øer på vores besøg. Der er så mange øer, at det er svært at vælge, men fælles for øerne er, at de hen på sommeren er afbrændte af solen, hvorimod byernes arkitektur og stemning jo ikke findes mange steder i denne verden. Vi nåede at gæste Poros, Hydra, Khitnos Tinos, Psara og Lesbos inden vi desværre måtte haste hjem, idet der indløb alarmerende meldinger om min fars helbredstilstand. Vi nåede dog at få båden frem til bestemmelsesstedet Ayvalik i Tyrkiet, hvor vi fik den forsvarligt lagt op for vinteren.

Når disse linier læses er vi allerede i gang med 2 kapitel af den store rejse, som i år skal føre os tilbage gennem Agæerhavet, til Sicilien og sydpå til Malta, hvor det er tanken at båden skal tilbringe næste vinter.

Hvor er jeg glad for, at jeg ikke turde lade være!

Skibet: NAJAD 360. 36" = 10,7 m langkølet sejlbåd, bygget i Sverige i 1987. Vægt 8000 kg, motor 43 Hk Volvo Penta.

Du kan læse og se meget mere om både rejsen og vores båd på vores hjemmeside www.sayang.dk



HYBENA

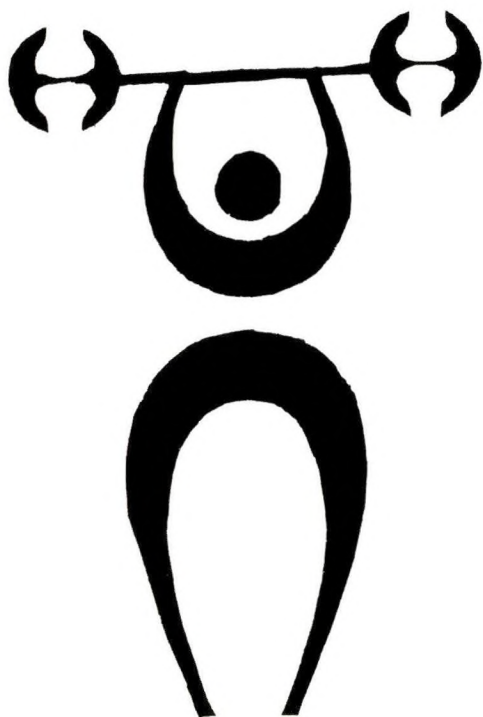
Et danskproduceret naturprodukt



- Hybena pulver grov
- Hybena pulver fin
- Vegetabiliske kapsler

Forhandles i Matas og helsekostforretninger

Yderligere oplysninger fås hos:
HYBENA · tlf. 98 99 20 04 · www.hybena.dk



**Gigtsanatoriet
Hans Jansens Hjem**

Egernvej 5, Skåde · 8270 Højbjerg · Tlf. 87 36 19 62 · Fax 87 36 19 61

Hensynsfuld indretning



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



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

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

Langhøj

Auto-Indretning ApS

Tlf. 86 16 49 14



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

Behandling med LLLT -Low Level Laser Therapy

- effektiv behandling til muskel- og ledsmerter, samt sår og hudlidelser



Behandling med laserlys er overførsel af energi til cellerne. Laserlysets energi trænger igennem huden og igangsætter cellernes funktioner, hvorved immunforsvaret styrkes og blodgennemstrømningen øges. Det faktum at laserlys øger kroppens immunforsvar og evne til hurtigere at hele sygdom og skader, gør at anvendelsesmulighederne for behandling med laserlys er mange.

Kursus og seminar i laserbehandling afholdes løbende.

Læs mere om laserbehandling på vores hjemmeside: www.unilaser.dk

Laser technology by

Unilaser ^A/_S

Håndværkervej 1 · DK-7120 Vejle Ø
Tlf.: 7571 1090 · Fax: 7571 1091



REFERAT FRA

LANDSMØDE I ÅRHUS 3-4 MAJ 2003

VÆRTER: ØSTJYLLANDSKREDSSEN

1. Valg af dirigent.

Hovedbestyrelsen foreslog Niels Vous som dirigent, og da der ikke var andre forslag blev han enstemmigt valgt.

2. Beretning fra hovedbestyrelsen.

Formanden Per Lignell startede beretningen med at sige, at i hovedbestyrelsen aflægges ikke beretning som der gør i kredsene, og dette er også sagt tidligere år, men der skal man rede-gøre for hvad der er sket i årets løb og hvad man har tænkt sig for det nye år. Det behøver jeg ikke, da det allerede er de delegerede bekendt via orientering på formandsmøder og på anden vis at jeg stopper som formand.

Jeg har fået orientering om, hvad der foregår i kredsene på formandsmøder og ved simpelthen at læse vores blad, og jeg kan konstatere at aktiviteten er ganske stor. Jeg vil allerede nu benytte lejligheden til at sige tak til kredsbestyrelserne herfor.

Vores blad bliver bedre og bedre med nye tiltag senest en konkurrence i det kommende nummer. Hovedgevinsten er en seng, men man kan ikke sige redaktionen har sovet i timen, tværtimod. Tak til redaktionen.

Vi har også i år indgået en aftale med et rejsebureau, der betyder at MBere fortsat har mulighed for at komme til Balcova og nu på grupperejser kun for MBere til reduceret pris og jeg er orienteret om, at den første gruppe har været af sted.

I dag kan en forening som vores ikke

eksistere uden en hjemmeside på Internettet, men for at det virkelig batter noget, skal siden være aktiv og det er vores. Den er faktisk fremragende og den bliver hele tiden forbedret. Alt det skyldes en mand, nemlig Poul Møller, som vi er stor tak skyldig for det fremragende arbejde han gør. Tak for det Poul.

Sidste år blev der nedsat et udvalg, bestående af Grete, Torben og mig, til at se på vore vedtægter, for at bringe dem up to date og resultatet af anstrengelserne skal vi senere behandle som bestyrelsens forslag til nye vedtægter.

Vi har fået driftstilskud fra Gigtforeningen og sidste år fik vi et legat på kr. 100.000,00 fra elinstallatør Freddy Hansen og hustru Bodil Hansens Fond, og denne fond har igen i år betænkt os, og det er vi meget glade for. Sidste år betød det, at vi økonomisk havde mulighed for at afholde vores fremtidskonference i Fredericia, og jeg er sikker på, at bestyrelsen nok skal finde noget at bruge pengene på, der er til gavn for foreningen og dermed medlemmerne. En stor tak til giveren.

I november 2002

var Jon og jeg til ASIF konference i Slovenien i 3 dage med øsende regnvejr. Det betød så, at der blev arbejdet så meget mere. Der blev dannet en helt ny bestyrelse med Jon som deltager, idet hele den gamle bestyrelse gik, på nær en. Det er første gang Danmark er repræsenteret der, og det forventer vi os en del af.

Tillykke til Jon med posten.

Som I jo ved, genopstiller jeg ikke, og derfor er dette min sidste beretning som bestyrelsens talerør. Jeg vil derfor benytte lejligheden til at sige tak til alle både nuværende og tidligere medlemmer i kredsbestyrelserne og i hovedbestyrelsen for et godt samarbejde i de 13 år jeg har været formand. Vi har i dag en forening vi kan være stolte af. Det havde vi ikke i 1990 og forskellen skyldes det store frivillige



Ole Helmig gav kursus i livsglæde



PERSONALE
GRUPPEN

www.personalegruppen.dk

Vikarbureau til primærsektoren

Maglegårdsallé 34 · 2860 Søborg

39 69 10 89

Telefax 39 69 15 89

TekstTjek



Tlf. 35 43 34 53

Fax 35 43 34 83

v/ Jonna Thune

Langelinie Allé 9 · 2100 København Ø

SPROGSIKKER KORREKTUR OG TEKSTPLEJE

VALBY APOTEK

Valby Langgade 49 · 2500 Valby

Telefon 36 30 52 26

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.

Reserveret

SKAL DER VÆRE FEST!

Telte - borde - stole - service - mad
vin - musik - underholdning - opvask.
Rekvirer vor farvebrochure.

INDUSTRIVEJ 14 · 2605 BRØNDBY



SCHLÜNTZ
festudlejning

Tlf. 43 43 40 80

Fax 43 43 70 08

www.schluntz.dk

Øregaard Apotek

Strandvejen 203 · 2900 Hellerup

39 62 10 45

SIGVALD MADSEN

Håndværkerfirma Aktieselskab

Vedligeholdelse eller
ombygning af Deres
ejendom, kræver
dygtige håndværkere ...

43 96 73 33

Vallensbækvej 28 · 2605 Brøndby



Revisionscentret for læger og tandlæger

Vesterbrogade 69, 3. th.
1620 København V.

Tlf. 33 31 17 00 · Fax 33 23 31 29



Farvel og tusinde mange tak til Per Lignell



Hvem der blot kan være så åndsfrisk som Ole Helmig som 75 årig



Rigtig mange havde husket danseskoene



Her ser du den nye smukke hovedbestyrelse

arbejde alle disse mennesker har gjort gennem årene og som I, der sidder her i dag, stadig gør. Tak skal I have alle sammen.

Til slut vil jeg sige tak til Østjyllandskredsen for et rigtig godt arrangeret årsmøde 2003.

3. Forelæggelse af godkendt og revideret regnskab for det seneste regnskabsår.

Kasserer Svend Aachmann fremlagde det reviderede regnskab for 2002. Regnskabet blev godkendt uden indsigelser.

4. Indkomne forslag.

Fra hovedbestyrelsen var der forslag om ændringer til vores vedtægter, som formændene og hovedbestyrelsen havde fået tilsendt inden mødet.

Torben gennemgik ændringerne og vedtægterne blev ved skriftlig afstemning enstemmigt vedtaget med et par tilføjelser. De nye vedtægter vil blive renskrevet og fremsendt til formændene og hovedbestyrelsen, samt blive lagt på vores hjemmeside.

5. Vedtagelse af budget, medlemskontingent m.v. for det kommende regnskabsår.

Kasserer Svend Aachmann fremlagde budgetforslag for år 2004 og medlemskontingent fra kredsene blev sat til kr. 0,00 for 2004. Dette skete ved afstemning (håndoprækning), og herefter

blev budgettet godkendt.

6. Valg til hovedbestyrelsen og valg af ASIF-repræsentant.

På valg var:

Per Lignell (genopstiller ikke)

- Torben Jørgensen
- Jens Tryde

Torben og Jens blev genvalgt og ny i bestyrelsen blev Claus Rønlev, Østjyllandskredsen.

Jon blev genvalgt som ASIF-repræsentant.

7. Valg af suppleanter

På valg var:

- Stig Nielsen
- Grete Jensen

Stig og Grete blev genvalgt og ny suppleant blev Niels Vous, Københavnskredsen. Niels er valgt for 1 år, idet han træder ind i stedet for Claus Rønlev.

8. Valg af revisor og revisorsuppleant

Jens Grøndal genvalgt og Poul-Arne Elnegaard blev nyvalgt som revisorsuppleant.

9. Eventuelt.

Torben takkede Per for det store arbejde han som formand har gjort for foreningen igennem de sidste 13-15 år og overrakte en kasse med et lidt andet indhold end den han fik, da han tog over efter den tidligere formand. Claus forelagde et ønske om, at inve-

stere i en videoprojektor, hvor det så var meningen, at den kunne lånes af alle kredse, hvis der var foredragsholdere der skulle bruge en sådan.

Dette vil blive behandlet af hovedbestyrelsen.

Bo, Nordjyllandskredsen efterlyste et netværk af yngre med Bechterew, og som kunne startes via et link fra vores hjemmeside til deres egen hjemmeside. I øjeblikket er der ca. 6-7 som mødes ca. 1 gang i kvartalet, og møderne er meget baseret på det sociale, idet der er et stort behov der.

Svend, Storstrømskredsen forespurgte med hensyn til hvor landsmødet skal afholdes næste år. Den nye bestyrelse vil tage dette op på deres møde. (Det bliver i Storstrøm, red)

Poul-Arne fortalte om et pressekursus han havde deltaget i, og kunne fortælle, at der i uge 35 vil være en kampagne der vil køre med titlen "Rør dig smør dig". Der vil i den uge være åbne bassiner, og opfordrede os til at stille op på lige fod med Giftforeningens kredsmedlemmer.

Grete takkede Per for godt samarbejde på egne og Vestsjællandskredsens vegne.

Formanden rettede en stor tak til Østjyllandskredsen for et vel gennemført landsmøde og Niels Vous takkede for god ro og orden.

Skive, den 4. maj 2003-05-04
Gurli Busk, Referent

Husk at bruge vores nye Chat

Møde tidspunkter:

Tirsdag: Kl. 20.00

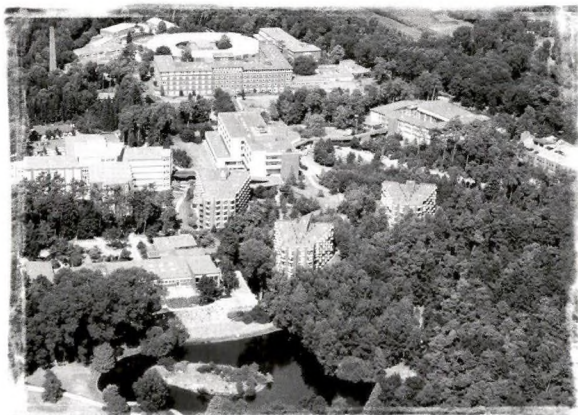
Torsdag: Kl. 20.00

Søndag: Kl. 20.00



RHEUMAKLINIK

BAD BRAMSTEDT



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

Rehabilitationsophold og aktivitetssuger. Mere end 100 forskellige terapitilbud.

Vi tilbyder bl. a. massage, mudderbade og saltvandsbade.

Med i "Frit sygehusvalg" ved udskiftning af led.

Gode tilbud om efterfølgende genoptræning.

Skynd dig at rekvirere vores brochure! Dansktalende personale!



SPECIALSYGEHUS OG REVALIDERINGSCENTER

Oskar-Alexander-Straße 26 • 24576 Bad Bramstedt • Tyskland

Telephone: +49 4192 90 20 10 • Fax: +49 4192 90 23 73

Internet: www.rheuma-zentrum.de • e-mail: info@rheuma-zentrum.de



nordisk • hestemelk

Hoppemælk hjælper kroppen til at tåle belastninger.

Vi har gode erfaringer med hoppemælk til behandling af:

- hudproblemer og atopisk eksem
- fordøjelsesbesvær
- leverbetennelse
- kandida

Hoppemælk styrker immunforsvaret og gir' overskud.

"Nordsvea"

2324 Vang • Norge • Tlf DK 45 28 40 31 28

E-mail: hoppemelk@is.online.no • hestemelk@online.no

www.hestemelk.no

Fradrag for gaver til vores forening



Vores forening er i færd med at ansøge om at blive godkendt som en almenvelgørende forening, således at penge gaver givet til foreningen kan fradrages i indkomstopgørelsen.

En af betingelserne for at blive godkendt er, at foreningen kan sandsynliggøre at i gennemsnit 100 om året, set over en 3 årig periode, vil give et beløb i gave til foreningen.

Helt konkret er det en arvesag, der har sat gang i vores bestræbelser på at opnå denne godkendelse, men vi ved jo, at mange donerer pengebeløb til Folkekirkens Nødhjælp, Gigtforeningen, Amnesty International og mange andre, for derpå at trække beløbet fra på selvangivelsen.

Derfor denne forespørgsel, som ikke betyder at man nu for pligter sig til at donere penge til foreningen, men som kan

give et overblik over, hvor mange der i givet fald kunne finde på at give et mindre eller større støttebidrag til vores forenings virksomhed.

Hvis du selv eller nogen du kender i familie eller omgangskreds kunne tænke sig at give et beløb til Gigtforeningen for Morbus Bechterew, med mulighed for at kunne trække det fra på selvangivelsen, så fortæl os det venligst!

Du kan give beskeden til:

Torben Jørgensen
Hjortøgade 1, 4.tv.
2100 København Ø.
39 20 93 80 tlf.
29 40 77 99 mob.
torben@bechterew.dk





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

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,-

SN-Service

SN-Service er et landsdækkende formidlingssted for folk med handicap og hjælpere.

Så er du interesseret i at blive hjælper, mangler du en hjælper eller vil du høre nærmere, så er du velkommen til at kontakte SN-Service.

Tlf.: 61 699 112

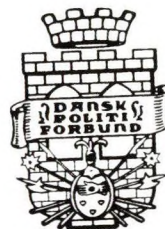
E-mail: info@sn-service.dk

Hjemmeside: www.sn-service.dk

POLITIFORBUNDET I DANMARK

H. C. Andersens Boulevard 38
1553 København V

Tlf. 33 45 59 00



GUDMUNDSEN'S AUTO-SPECIALE

Tranevej 21 - Hj. af Ørnevej - 2400 København NV



ALLE FORMER FOR SPECIALINDRETNING AF INVALIDEBILER

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

38 10 52 67

WWW.GUDMUNDSEN.DK

GUDMUNDSEN@GUDMUNDSEN.DK

SunChemical

Sun Chemical A/S
4600 Køge · Tlf. 56 67 75 85

Sjællandsgade Bad

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

Sjællandsgade 12 • 2200 København N

Tlf. 35 39 06 06

Boganmeldelse:

Muhammad Asim Khan:

Ankylosing Spondylitis the facts

Af Jon Erlendsson

For dem, som har mod på at læse en bog på engelsk om morbus Bechterew (ankylosing spondylitis) beregnet på patienter og deres familie, er der mange gode oplysninger at hente i ovennævnte bog.

Forfatteren er medicinsk professor ved et universitet i Cleveland, Ohio i USA. Han har selv morbus Bechterew i udtalt grad og er en international anerkendt specialist i gigtsygdomme, specielt i morbus Bechterew.

På bogens 190 sider behandler Khan de samme forhold som beskrives i Gigtforeningens pjece, men han kan naturligvis skrive mere bredt og uddybende end pjecens begrænsede omfang tillader.

Herudover er der et kapitel om alternativ medicin, hvor han gennemgår en række forskellige tilbud. Generelt anbefaler han dog ikke denne form for behandling.

Han advarer folk med indskrænket bevægelighed i ryggen mod kiropraktisk behandling.

Andre eksempler på behandlinger, han finder er uden effekt er: Homeopati, forskellige urter, transkutan nervestimulation (svag elektrisk behandling givet gennem elektroder) og kobber armbånd.

I et kapitel omtaler han den afkalkning, der kan finde sted af knoglerne, og anfører, at MB,ere har en risiko for brud på rygsøjlen, der er 5 gange så stor som for raske personer. Kahn har selv haft et brud på halshvirvelsøjlen, som i

begyndelsen fik en utilstrækkelig behandling. Repeter evt. Svend Dahls sygehistorie i MB-Bladet fra marts i år! Kahn anbefaler at undgå at falde!

Kahns anbefalinger om behandling ligger helt på linie med dem, man følger i Danmark, både hvad angår øvelser og medicin.

Vævstypen HLA-B27 og vævstypeproblemerne omtales ret udførligt, idet det er et af Kahns forskningsområder. Andre former for rygsøjlegigt, der hører til "Bechterew-familien", omtales også.

Bogen slutter med en omtale af de nationale MB-patientforeninger samt en forklarende ordliste på 20 sider. Desuden er der 9 sider med henvisning til yderligere læsestof. Det er dog overvejende artikler fra lægetidsskrifter.

Der er således megen god viden samlet i denne bog, der kan anbefales til særligt interesserede.



Kahn, Muhammad Asim

'Ankylosing Spondylitis the facts'
Oxford University Press
New York 2002
ISBN 0 19 263282 5

Bogen kan købes gennem
www.amazon.com for \$ 19.95 (red)



Tillykke til x-ords-vinderne fra sidste nummer:

Britta Søgaard,
Revlingebakken 4, st.tv.,
9000 Ålborg, og

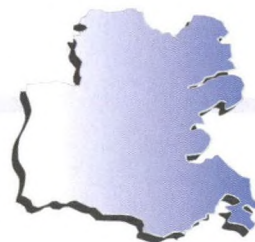
Vagn Nielsen,
Åkandevej 47,
9800 Hjørring.

Vinderne får præmien tilsendt direkte fra Jensen Senge, Danmark



Nyt fra kredsene

SØNDERJYLLANDS KREDSEN



Undskyld!

I sidste nummer lavede jeg desværre en fejl, som betød, at stoffet fra Sønderjylland ikke kom med. Derfor måtte bestyrelsen have både ulejlighed og udgifter med at sende breve ud i stedet. Udgiften herved er dog siden dækket af landsforeningen. Dette beklager jeg meget! Det var ikke fordi stoffet ikke var rettidigt indleveret, og det er heller ikke fordi jeg mener, at grænsen skal flyttes til Kongeåen.

Redaktøren

Kære Medlemmer

Mange af den sønderjydske forenings medlemmer har været meget forundret over, at der i det sidste MB-Blad, der udkom den 1 Marts 2003, intet var medtaget fra Sønderjylland.

Årsagen var den, at redaktøren af bladet "simpelthen havde glemt" mit indlæg.

"Forglemmelsen" skyldes nok, at undertegnede havde indsendt indlægget et godt stykke tid inden bladets deadline. Men uanset, bør redaktøren huske at tage indlæg, der sendes til bladet med. Nok om det, men det har vi lært noget af.

Bestyrelsen har besluttet, at foreningens forhenværende formand Viggo B. Jacobsen, og foreningens revisor Poul Evald fremover tilknyttes som konsulenter, d.v.s deres opgave vil være at stå til rådighed for foreningen, og dermed en yderligere forstærkning ved eventuelle henvendelser/kontakter. Vi ønsker Viggo og Poul tillykke med denne udfordring, som kan være med til at forstærke arbejdet for en fælles sag.

Ved et afholdt bestyrelsesmøde havde man besluttet at udarbejde en lille folder vedrørende den sønderjydske MB Forening. Flemming Markussen kunne ved mødet den 26. November 2002 fremvise denne.

Folderen fortæller lidt om foreningen, dens bestyrelse, træningsdatoer- og tider, kontakt- adresser, kort sagt en folder, der i sin enkelthed forhåbentlig bliver til gavn fremover.

Meningen hermed, er at den udleveres til behandlerteamet på gigthospitalet, og dermed herigennem evt. "indsluser" nye MB-ere, der får stillet diagnosen.

Folderen blev afleveret til "behandlerteamet" i slutningen af året 2002, og vi har da fået positive tilbagemeldinger.

Generalforsamlingen

Tirsdag den 1 April afholdt foreningen sin årlige generalforsamling på Gigthospitalet i Gråsten. Referat af generalforsamlingen er i skrivende stund (15. April) ved at blive udsendt, dog vil vi her fra bestyrelsen sige tak til Jacob Rousing og Jørgen Frederiksen for det arbejde, de har udført for foreningen. Samtidig byder bestyrelsen velkommen til Inge Hansen, og Jørgen Fangel, der blev indvalgt som bestyrelsesmedlem respektive som suppleant.

Sommerudflugt

Sommerudflugten i år er planlagt til Onsdag den 21. Maj 2003, og går til Cahrinesminde Teglværksmuseum med efterfølgende middag på Brunsnæs kro. Invitation er blevet udsendt samtidig med referat fra generalforsamlingen.

Efterårsarrangement

Onsdag den 29 Oktober 2003 Gigthospitalet i Gråsten kl. 19,00 indlæg af Pia Christmas Møller, der vil fortælle om sin rygoperation. (Sæt et kryds i kalenderen). Nærmere vedr. tilmelding m.m vil blive omtalt i det næste blad, der udkommer 1. Oktober.

Foreningens 25 års Jubilæum

Bestyrelsen har nok engang været hele arkivmaterialet igennem for at finde dato for jubilæet. Vi fra bestyrelsen kan fortælle, at vi har fundet de første bilag fra 1980, så jubilæet er i år 2005. Som allerede nævnt før her i bladet, modtager bestyrelsen meget gerne ideer eller forslag, da vi fra bestyrelsen jo gerne hører, hvilke tanker vore medlemmer ligger inde med. Så skriv eller ring til os. Næste Blad udkommer den 1. oktober 2003. Bestyrelsen ønsker alle medlemmer en god sommer med tak til alle der trofast møder op til de forskellige arrangementer.

**Med venlig hilsen
på bestyrelsens vegne
P. Stückler**



Referat af generalforsamling, torsdag 20.3.2003

1. Valg af dirigent

Torben Jørgensen bød velkommen og foreslog Otto Jakobsen som dirigent. Han blev herefter valgt.

2. Beretning fra formanden

Otto Jakobsen gav ordet til formanden, Torben Jørgensen, som aflagde følgende beretning:

Jeg vil forsøge at gå kronologisk frem i denne formandsberetning for perioden marts 2002 til marts 2003.

10.3.2002 havde vi lige efter generalforsamlingen medlemsmøde med Lene Lauridsen som oplægsholder om gift og samliv.

På generalforsamlingen sidste år kunne vi annoncere et såkaldt fokusgruppe interview, som skulle give baggrundsinformation om Morbus Bechterew til eventuel senere brug i nogle af de patientundersøgelser, man sætter i gang på Parker Institutet på Frederiksberg Hospital.

Fokusgruppeinterviewet, blev i samarbejde med Hans Lund på Parker Institutet gennemført af 2 universitetsstuderende, Anne og Marlene Tellef den, 30. april.

Det var sådan set en meget spændende samtale, det udviklede sig til. Der er siden hen kommet et par større opgaver ud af det, jeg har fået lovning på dem, men har endnu ikke set dem.

Gigtforeningens amtskreds på Bornholm havde taget initiativ til dette møde den, 9. oktober i Rønne. Aftenens tema var Morbus Bechterew og Bechterew patienternes forhold på Bornholm. Ole Majgaard fra Hvidovre Hospital holdt foredrag om MB, og jeg selv fortalte om foreningen og den seneste tids udvikling. Som nævnt i MB Bladet et rigtig godt møde, fint tilrettelagt af Gigtforeningens Bornholms kreds.

Kampagnen primært rettet mod nydiagnosticerede Bechterew patienter var på planlægningsstadiet sidste år, men vi modtog knap 25.000 kr. fra Tips og Lottopuljerne og siden har vi i bestyrelsen, med Martine og jeg selv længst fremme i skoene, lavet udkast til en folder, forberedt den til trykning, forberedt en database med modtagernes adresse, mv. Det er meningen, at materialet sendes ud til hospitaler og fysioterapiklinikker i løbet af de næste par måneder. Der bliver ændringer på hjemmesiden med særlig indgang for de nydiagnosticerede og evt. for de professionelle behandlere. Forhåbentlig giver det flere mulighed for at lære vores forening at kende og drage nytte af den. Og vi vil også være glade for at få flere medlemmer. Det giver os bedre muligheder i arbejdet i fremtiden.

Vi har i bestyrelsen haft forskellige diskussioner om ting, som ikke har udmøntet sig i noget konkret.

Et eksempel er kredsens mulige opdeling. Vi er nu rundt regnet 250 medlemmer i Københavnskredsen, så talmæssigt er der ikke noget til hinder for det. Bent har lavet nogle fine oversigter over, hvordan vi så fordeler os rent geografisk; når man kigger på dem, bliver det lidt mere kompliceret. Så er det ikke så åbenbart at lave en kreds i f.eks. Frederiksborg Amt + Roskilde området. Flere medlemmer har i spørgeskemaundersøgelsen, vi gennemførte for et par år siden, og også siden hen, foreslået, at vi kunne holde medlemsmøder i f.eks. Hillerød, bare en sjælden gang i mellem. Og det kan da være en god ting at afprøve, når de mere praktiske forhold er afklaret.

Sundhedsskoleplanerne har vi måttet lægge på is for øjeblikket. I bestyrelsen har vi ikke nogen, der pt. er parate til at gå 100% ind i dette arbejde. Vi har forsøgt at hægte os lidt på nogle eksisterende samtalegrupper på Hvidovre Hospital, men der har ikke været plads til flere.

Vi har talt en del om vores omkostninger ved at sende velkomstmateriale ud til folk, der gerne vil være medlem af foreningen. Vi har en meget fornem velkomstmappe, bestående af "Fakta om Morbus Bechterew" - den lille bog, 2-3 numre af MB Bladet, velkomstfolder med diverse information og girokortet, naturligvis. Sådan en udsendelse koster en 55 kr. med det hele. Lidt over halvdelen, vi sender ud til, melder sig ind i foreningen, dvs. at vi først får midler til den almindelige drift af foreningen i et medlems andet kontingentår.

En mere målrettet opfølgning kan sikkert hente flere ind, som blot har glemt sagen i første omgang. Vi har for nylig valgt at nøjes med at sende 2 MB blade med i velkomstpakken, det giver en lidt lavere portoudgift.

Københavnskredsens side på vores forenings hjemmeside har længe set noget ussel ud. Det er nu blevet bedre, siden en ny side er blevet udgivet, hvis jeg selv skal sige det. Det er jo en glad amatør, der har fremstillet den, men jeg finder selv, siden er blevet mere overskuelig og meget lettere at bevæge sig rundt på. Også mere informativ. Sig til, hvis I finder fejl eller mangler, meget kan sikkert gøres bedre endnu.

Email nyhedsbrevet abonnerer godt 20 medlemmer på. Ikke mange synes jeg, men det hænger måske sammen med den strøm af elektronisk post mange får i det daglige, på arbejde og privat. Det kan afholde én fra at tilmelde sig yderligere postlister. Desuden har vi jo meldt ud, at oplysningerne vil blive givet under alle omstændigheder, bare på et lidt senere tidspunkt.

Mini Crosser®

Modeller fra 3-99 år

MC • CALYPSO ▶

3- eller 4-hjulet byscooter til meget fordelagtig pris. Kørestækning 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

ESTER C-vitamin

Verdens
eneste
C-vitamin
med
patent!



Eneforhandler i Danmark



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

Ester C forhandles hvor du normalt køber helsekost.

SPECIALINDRETTEDE SOMMERHUSE UDLEJES



WWW.ABA-SERVICE.DK

TLF. 48 79 37 75



Handicap-Portalen ApS er et landsdækkende formidlingssted for mennesker med handicap, forældre til barn med handicap og for hjælpere.

Vi tilbyder:

- Rekruttering af handicaphjælpere
- Vikarservice
- Konsulentbistand
- Administration af hjælperordninger
- Kurser

Er du interesseret eller vil du hører nærmere, så er du velkommen til at kontakte os:

Handicap-Portalen ApS

Tlf.: +45 44 99 65 18

admin@handicap-portalen.dk

www.handicap-portalen.dk

5. november havde vi medlemsmødet med Thomas Kiær om rygoprettende operationer. Et dramatisk emne med en tilsvarende dramatisk interesse omkring.

For en måned siden 20. februar havde vi så medlemsmødet med Ole Majgaard, som beskæftigede sig med de grundlæggende forhold omkring MB.

Martine har taget initiativ til et kvindenetværk, som I har set i den sidste medlemsudsendelse. Der er allerede 7 tilmeldt denne gruppe.

Dette var formandens beretning.

Der blev spurgt til, om folderen også udsendes til medlemmerne. Det kunne være nyttigt at kunne give nydiagnosticerede folderen, når og hvis man støder på nogle.

Vi skal måske se på det, også lidt afhængigt af hvor stort oplaget bliver.

Får de praktiserende læger også henvendelsen og foldere fra os, blev der spurgt. Det er blevet nøje overvejet, men vi har valgt at lade være, i hvert fald i denne omgang, fordi der er så mange praktiserende læger, og fordi der ofte går meget lang tid imellem, de får en ny Bechterew patient. Med andre ord er det vurderingen, at vi får en meget lille effekt her, i forhold til henvendelser til reumatologiske hospitalsafdelinger og fysioterapiklinikker.

Beretningen blev herefter godkendt.

3. Forelæggelse af godkendt og revideret regnskab for det seneste regnskabsår.

Kassereren, Kjeld Wilhelmsen forelagde regnskabet, der blev omdelt på mødet. Revisoren, Niels Grue var syg, derfor havde Otto Jakobsen som revisorsuppleant revideret regnskabet.

Vi har gnavet lidt af "formuen", idet kontingentindtægterne alene ikke mere kan dække udgifterne for den almindelige drift af kredsen.

Regnskabet blev godkendt af forsamlingen.

4. Vedtagelse af budget og kontingent for det kommende regnskabsår.

I konsekvens af bemærkningerne om regnskabet, vedtog generalforsamlingen på forslag fra bestyrelsen en kontingentforhøjelse på 20 kr. så kontingentet fra 2004 bliver 120,-kr. og 145,-kr. for en husstand.

5. Indkomne forslag.

Der var ingen indkomne forslag.

6. Valg til bestyrelsen.

Martine Evensen, Bent Andersen og Kjeld Wilhelmsen blev genvalgt. Kjeld Wilhelmsen meddelte, at det bliver hans uigenkaldeligt sidste periode i bestyrelsen.

7. Valg af suppleanter til bestyrelsen.

Søren Jensen blev nyvalgt og Lise Winding blev genvalgt. Begge for 1 år.

8. Valg af revisor og revisorsuppleant

Niels Grue blev foreslået som revisor og herefter valgt.

Otto Jakobsen blev foreslået som revisorsuppleant og blev herefter valgt.

9. Eventuelt.

Kampagne vedr. de nydiagnosticerede blev vendt endnu engang, idet det blev tilføjet, at kampagnefolderens indhold skal kunne printes ud fra vores hjemmeside. På den måde er vi mindre sårbare overfor at løbe tør for materialer, der i øvrigt også hurtigt kan blive unøjagtige pga. ændrede kontaktoplysninger mv.

Forskellige småting blev vendt, herefter kunne dirigenten takke for god ro og orden og afslutte generalforsamlingen.

Referent: Torben Jørgensen

Medlemsmøde torsdag den, 20. februar 2003, Bispebjerg Kulturcenter.

Aftenens oplægsholder var Ole Majgaard, 1. reservelæge på Hvidovre Hospitals Reumatologiske Klinik.

Han tog fat fra begyndelsen med en gennemgang af sygdommens kendetegn. Vladimir Bechterew, den russiske læge som med sin beskrivelse af sygdommen, har lagt navn til den; mens dens rigtige medicinske navn ankyloserende (=stivhed) spondylitis (=betændelse i rygsøjlen) fortæller lidt mere om, hvad der egentlig er tale om. Termen hedder i den engelsksprogede litteratur altid Ankylosing Spondylitis.

En af teorierne om sygdommens opståen, man hælder stærkt imod, går ud på at den starter eller bliver startet bakterielt i tarmen.

90% af de europæere og amerikanere, der har sygdommen, har også vævstypen HLA B27.

6% af Bechterew patienterne får Morbus Crohn; en inflammatorisk tarmsygdom.

Man har ment, at sygdommen har haft en tendens til at "brænde ud" med tiden, men undersøgelserne viser tværtimod, at inflammationen typisk fortsætter livet igennem periodevis med stærk aktivitet i gigten.

Bechterew patienter har en normallevetid som andre, mens ledegigt patienter lever lidt kortere.

Her kom Ole Majgaard ind på ligheder og forskelle mellem MB=Axial artrit=gigt i kroppen² og Perifer artrit=ledegigt = gigt i hænder, fødder, perifere led.

En del i forsamlingen løftede øjenbrynene lidt ved oplysningen om, at Salazopyrin virker bedst på perifer artrit og i øvrigt på regnbuehindebetændelse, idet mange Bechterew patienter jo får Salazopyrin og har meget forskellige erfaringer med præparatet. Hvordan følger man så fra læge side udviklingen i sygdommen, også kaldet monitorering af sygdommen?

Dine knogler er ikke kun kalk

– men i høj grad også magnesium!

*Specielt sammensat
calciumpræparat til
bevaring af sunde knogler*



Kalk med magnesium og D-vitamin

Hvis man ikke spiser eller drikker mælkeprodukter – mindst 1/2 liter mælk og et par skiver ost dagligt – anbefales et tilskud af kalk og magnesium. Undersøgelser har vist, at kalk og magnesium er nødvendige for at opbygge knogler og tænder. I produktet FemiCare®Kalk er der derfor, som noget helt nyt, tilsat magnesium. Yderligere er der tilsat D-vitamin som fremmer optagelsen af kalk til knogledannelsen. Alle kvinder over 25 år bør indtage et dagligt tilskud af kalk, magnesium og D-vitamin.

Fordele ved FemiCare®Kalk:

- Kan indtages sammen med én multivitamin uden risiko for overdosering af D-vitamin.
- Virker ikke stoppende.
- Er allergivenlig. Fri for laktose.

FemiCare® Kalk indeholder 60 synkenemme tabletter. Pris: kr. 36,00

Yderligere information kan fås ved henvendelse til FemiCare®, telefon 55 81 16 10

FemiCare® Kalk - fås kun på apoteket

BULGARIEN HELSEFERIE & KUROPHOLD med SENIOR REJSER i samarbejde med

LEWEL

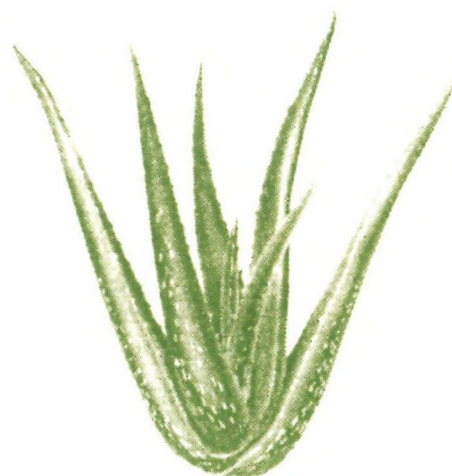
Vi bor på en tidligere præsident residens,
hvor den danske klinik Lewel med sine
14 medarbejdere sørger for dit velvære.

Pris for 15 dages ophold fra 14.190,-
Afrejser: 19/2, 5/3, 9/4 og 23/4 - 2003

Prisen inkl. fly t/r, fuld pension med vin/øl/vand til maden,
3 udflugter med bus, 2 behandlinger daglig så som: massage,
zoneterapi og akupunktur, mudder-, honning- og paraffin-
indpakninger af kroppen, karbade med rosenolie, mælk eller
rødvin, fodpleje, ansigtspleje, manicure, pedicure, frisør.

Brochure rekvireres på tlf. 33 93 88 00

www.lewel.dk



Behandling af sol,- brand,- og frostska- der ALOE VERA GEL

Indikationer: Naturlægemiddel til behandling
af lettere forbrændinger, solskoldning, frost-
skader og mindre sår.

Dosering: Udvortes flere gange daglig efter
behov.

Forhandles hos Matas, Helsekost og Apoteker.

ALOE VERA GROUP tlf. 39 69 08 14



北歐中國醫學中心
Nordic Center of Chinese Medicine

Hovedafdeling
Asthma Center
Ryvangs Alle 62, 2900 Hellerup
Telefon 39 62 16 88

NCCM Akupunktur
Rødildvej 10
7100 Vejle
Telefon 20 77 11 99

Nordic Center of Chinese Medicine

NCCM er et "multi-funktionelt" kinesisk helsecenter, og den største aku-
punkturklinik i København. NCCM har tre akupunkturklinikker, et thehus
samt et handelsfirma. NCCM har en akupunkturskole "Nordic Colleg of Chi-
nese Acupuncture", uddannelsen varer tre år.

NCCM har fire kinesiske læger med stor erfaring og 16 behandlings senge.
NCCM's grundlægger Dr. med. Donghui Chen står klar med oplysninger og
vejledning om behandlingsmulighederne. Dr. med. Donghui Chen er
uddannet som læge i vestlig medicin ved Beijings lægevidenskabelige
fakultet og som læge i traditionel kinesisk medicin og akupunktur. Hun har
arbejdet som læge i Kina i 14 år, tog PhD i London og etablerede NCCM i
Danmark i 1995. Fra 2001 studerer dr. Chen en PhD forskningsgrad i tradi-
tionel kinesisk medicin på American Global University i USA. Hun søger stæ-
digt nye udfordringer i sit liv.

Dr. Chen har især opnået betydelige resultater ved behandling af:

- Migræne • Iskias-smerter
- Astma og bronkitis • Allergi og høfeber
- Lammelser p.g.a. hjerneblødning
- Gigtproblemer, især i skuldre,
albuer, hænder og knæ
- Diskusprolaps
- Mave- og fordøjelsesproblemer
herunder mavesår
- Urinvejslidelser • Rygeafvænnning
- Vægttab • Forskellige former for smerter
- Vi har været meget succesfulde med at hjælpe nogle af vore kræft-
patienter med smertelindring, styrkelse af immunforsvaret og deres
energiniveau- og dermed forbedret deres livskvalitet.



Røntgen er ikke så velegnet til bedømmelse af aktiviteten i sygdommen, den er mere velegnet set over nogle år, først da kan man se ledforandringerne på røntgenbillederne.

MR skanning er en god metode til især måling af inflammatorisk aktivitet, men er til gengæld dårligt undersøgt på det videnskabelige plan.

De forskellige målemetoder udviklet på det nationale (engelske) gighospital i Bath blev omtalt.

BASDAI - et index der fortæller om sygdommens aktivitet og BASMI - der ud fra 5 målepunkter, som lægen foretager, især fortæller om, hvor stiv og krum rygsøjlen er blevet.

Ole Majgaard fortalte om de undersøgelser, vi har ventet på, om effekten af behandling med "Anti tumor necrosis factor therapy", et af præparaterne kaldes også Remicade (handelsnavn). Han omtalte blandt andre en tysk undersøgelse, lavet på 70 patienter med en svær Bechterew, i undersøgelsen med >4 på BASDAI indekset. 70-80% får mærkbare forbedringer ifølge BASDAI indekset, men også signifikante forbedringer på BASMI indekset og BASFI indekset, som er patientens eget udtryk for, hvor meget sygdommen påvirker i forhold til bestemte funktioner.

Afslutningsvis blev der talt om de andre præparater, der kan benyttes på linje med Remicade, nemlig Enbrel og Humira. Fordelen ved de to sidstnævnte er, at de er genteknologisk fremstillet som rent menneskelige vævsproteiner, hvor Remicade indeholder dele af muse-antistoffer. På grund af den store efterspørgsel især på det amerikanske marked har det været vanskeligt at få fat i Enbrel, mens Humira først lige er kommet på markedet.

Tak til Ole Majgaard for det dybtgående og interessante foredrag.

Ref.: Torben Jørgensen

Referat af medlemsmøde torsdag den 20. marts 2003 om

"Sygdomme der kan ses sammen med morbus Bechterew." v/ Jon Erlendsson

Jon indledte med at tegne et familieportræt af "MB Classic" og de andre familiemedlemmer, som reaktiv HLA-B27 gig, tarmbetændelse, regnbuehindebetændelse, en af formerne for børneleddegigt, med flere, der har en del tilfælles, f.eks. øget forekomst af vævstypen HLA-B27.

Han gik i detaljen med hensyn til, hvor gigten mere præcist "sidder". Gigtbetændelsen rumsterer, hvor senerne hæfter på knoglerne.

Jon opregnede kendetegnene ved MB og sammenfattede behandlingsformerne.

Der findes en øget forekomst af MB, når man i forvejen lider af en af tarmsygdommene colitis ulcerosa eller morbus Crohn.

Colitis ulcerosa er en kronisk tarmbetændelse i endetarmen og en større eller mindre del af tyktarmen. Den viser sig ved blod og slim på afføringen, evt. blodig diarré. Sværhedsgraden kan være forskellig svingende fra lette tilfælde, hvor man er næsten upåvirket til svære tilfælde, hvor man er meget dårlig med feber.

Behandlingen er medicinsk, evt. operation med fjernelse af tyktarmen med eller uden ileostomi. Kronisk men vekslende forløb hos 90%.

Livslængde: efter det første år - lige så længe som andre. Efter 10 år er ca. 25% opereret.

Morbus Crohn - en kronisk betændelse, der kan sidde overalt i mave-tarmsystemet. Kan give mavesmerter, diarré og fistler, m.m. + de nævnte symptomer som colitis ulcerosa.

Behandlingen er også her medicinsk, Salazopyrin, binyrebarkhormon, m.m., evt. også behandling med Remicade. Evt. operation, hvor man fjerner forsnævrede dele af tarmen.

Forløb: Overlevelse som for ikke ramte, men ca. 15% har nedsat erhvervsevne.

Efter 15 år er 50% opereret.

6% af Bechterew patienterne får en tarmsygdom, men mellem 30 og 50% af dem har synlige tegn på betændelse af tarmslimhinden, uden de mærker noget til det. Det kan konstateres ved kikkertundersøgelse af tarmen.

Man skal være varsom med NSAID præparater, hvis man har disse tarmsygdomme.

6% af dem som har hudlidelsen psoriasis får gig, 1/3 af dem i form af rygsøjlegigt der ligner morbus Bechterew.

Jon afsluttede med nogle de sjældnere forekommende problemer med hjerte og lunger.

Tak for foredrag og besøget i hovedstaden, Jon.

I ønskes alle en god sommer!

Pbv

Torben Jørgensen



Nyt fra Midtjyllandskredsen

Den længe savnede aften-bassintræning i Skive er nu i gang med vores medlem Anne Grethe Nielsen som leder og med Gigtforeningens Oplysningskreds som arrangør. Sted og tid er Gigtplejehjemmet i Skive tirsdag aften kl. 19,30 - 20,15. Interesserede kan kontakte Anne Grethe Nielsen, tlf. 97 53 60 55.

Organisationen af Sygdomsramte og Førtidspensionister har før haft neuropsykolog Per Bernth til at holde foredrag som sit virke. Det var så stor en succes, at man nu har fået ham til at komme igen. Foredraget afholdes på VUC, Rosenstræde 6, Viborg, den 27. september kl. 10. Det varer ca. 3 timer, så der vil blive serveret et let traktament i pausen. Medlemmer af Gigtforeningen for Morbus Bechterew er inviteret til at komme og høre foredraget. Pris 25 kr. incl. traktamentet. Tilmelding forud til Birthe Leth, tlf. 86 62 13 28.

Optiker Martin Iversen, Profil Optik Ulsted, Holstebro, vil holde foredrag om de særlige problemer med briller og kontaktlinser, som duknakkede kan have, og om hvordan de kan løses. Tidspunktet er endnu ikke endelig fastsat; det bliver sandsynligvis i slutningen af oktober.

REFERAT AF GENERALFORSAMLING I MORBUS-BECHTEREW FORENINGEN MIDTJYLLAND DEN 4. MARTS 2003

Sted: Gigtplejehjemmet, Marienlystvej 11, 7800 Skive

Eftersom hele referatet er sendt ud til alle kredsens medlemmer, bringes det her i en forkortet form ved Michael Dohn.

Valg af dirigent og referent.

Formand Michael Dohn foreslog Per Kristiansen til dirigent og Gurli Busk til referent, hvilket blev enstemmigt vedtaget.

Formandens beretning.

På bestyrelsesmødet i november påtog jeg mig at forfatte en brochure/folder, som jeg desværre har været noget længe om at blive færdig med. Men jeg er ikke den første med den idé. På formandsmødet i januar viste det sig, at flere kredse arbejder på at lave (eller har lavet) en folder, der kan lokke nye patienter ind i foreningen, og som skal lægges frem på reumatologiske sygehusafdelinger og måske også fysioterapiklinikker o.l. Hvad indholdet angår, har jeg her et udkast, som jeg gerne vil høre jeres mening om.

Sidste år holdt Jon Erlendsson et foredrag i forbindelse med generalforsamlingen, og om efteråret holdt socialrådgiver Lis Aagaard et foredrag om den nye socialreform. I år fokuserer vi på hjælpemidler; i aften har vi besøgt Hjælpemiddelcentralen for Viborg Amt; den 20. maj ser vi på hjælpemidler for bilister, og til efteråret får vi måske en optiker til at tale om særlige briller og kontaktlinser til duknakkede.

I september sidste år havde Jan og Nathja samlet en lille gruppe unge til et møde i et sommerhus i nærheden af Struer. Jens Tryde fra HB og jeg var også inviteret med. Diskussionen var livlig, men

mundede ikke ud i en egentlig beslutning. Søndag den 16. marts mødes de igen i Viborg.

Der er nu tre steder, hvor MB'ere mødes til bassintræning. Det er delvis gået af sig selv ved hjælp af medlemslisten og rygter, men bestyrelsen vil gerne holdes orienteret om eventuel dannelse af nye hold eller hjælpe med at danne et.

Ellers er der tilsyneladende ikke meget behov for at mødes. Nu følger Gurli sig rask nok til at starte en sundhedsskole, men kun 5 har tilmeldt sig, deraf to bestyrelsesmedlemmer.

Tak til bestyrelsen for godt og hyggeligt samarbejde. En særlig tak til Aksel, som ikke modtager genvalg, men som har siddet i bestyrelsen i det meste af kredsens levetid.

Forelæggelse af regnskabet og budget for 2003.

Povl Aachmann, kasserer for foreningen fremlagde regnskabet for 2002, som blev godkendt uden indsigelser.

Udkast til budget for 2003 blev vedtaget med et par ændringer. Kontingentet for 2003 er uændret i forhold til 2002, nemlig kr. 150,00 for aktive medlemmer, kr. 75,00 for passive medlemmer, og kr. 200,00 for husstandsmedlemsskab.

Eventuelt.

Gurli foreslog under eventuelt, at der til næste års generalforsamling blev stillet forslag om navneændring af foreningen. I stedet for at hedde "Kredsforeningen af Morbus Bechterew patienter i Viborg Amt" ville hun have det til at hedde "Gigtforeningen for Morbus Bechterew Midt/Vestjylland", da foreningen dækker både Viborg og Ringkøbing Amter. Gurli fremsender allerede nu forslaget til foreningen, så det eventuelt kan vedtages næste år. Derudover blev foreslået, at der skal nedsættes et udvalg til at kigge på og revidere vore vedtægter, således at de også kan blive vedtaget næste år til generalforsamlingen, idet både navneændring og vedtægter først skal godkendes af hovedbestyrelsen.

Michaels udkast til ny pjec, som han nævnte under beretningen blev diskuteret.

Dirigenten takkede herefter for god ro og orden og erklærede generalforsamlingen for afsluttet.

Skive, den 9. Marts 2003.

Referent: Gurli Busk

Bestyrelsen

Efter generalforsamlingen konstituerede den nye bestyrelse sig således:

Formand: Michael Dohn,

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

Næstformand: Per Kristiansen

Sundbyvej 15, 7950 Erslev,
97 74 64 05

Sekretær og kasserer: Povl Aachmann

Lupinvej 13, 7900 Nykøbing M,
97 71 17 55, povl.aachmann@mail.dk

Herluf Pedersen

Borgåvej 40, 8800 Viborg,
86 62 32 84

Ole Dejgaard

Ikastvej 27, Ilskov, 7451 Sunds,
97 14 55 71

Suppleanter: Kurt Olesen

Birkevej 3, 9832 Møldrup,
86 69 19 60

Poul Pedersen

Feggesundvej 10, Tødsø, 7900 Nykøbing M,
97 72 08 39

Revisor: Gurli Busk

Terosevej 14, 7800 Skive,
97 52 64 14

Revisorsuppleant: Anne Grethe Nielsen

Søbyvej 47, 7840 Højslev,
97 53 60 55

ØSTJYLLANDS KREDSSEN



Kære medlemmer!

Når de linier udkommer, er vi på den anden side af vores generalforsamling og foredrag med læge Jon Erlendsson.

Den tid er også indtruffet, hvor jeg er stoppet som formand her i Østjylland, og derfor vil jeg gerne benytte lejligheden til at rette en stor tak til alle Jer medlemmer, som har gjort det til en god oplevelse af være formand i den forgangne årrække. Vi og jeg har haft den glæde, at vi har oplevet en god opbakning til langt de fleste arrangementer, og det er præcist den opbakning, som en bestyrelse får sin arbejdsglæde fra. Hold fast i denne gode tradition og bak op om den nye bestyrelses arbejde, så tjener i Jeres egen sag.

Jeg synes vi her i Østjyllandskredsen har nået nogle gode resultater i de senere år. Vi har afviklet i alt 6 hold på sundhedsskoler, vi har fået en hjemmeside i gang, vi har fået et frugtbart samarbejde med Reumatologisk afdeling på Kommunehospitalet, som betyder, at vi i dag kan være sikre på, at alle nye MB-ere får vores velkomstfolder samt opfordring til indmeldelse. Vi har fået os markeret som patientforening i forhold til læger og fysioterapeuter i amtet. Medlemstallet er steget støt år for år. Derfor er det med glæde jeg

ser tilbage på denne tid, hvor jeg ikke mindst vil takke de skiftende bestyrelsesmedlemmer for godt samarbejde.

Når jeg vælger at stoppe nu, er det fordi, jeg oplever, at arbejdet med gigt er kommet til at fylde for meget. Foruden formandsposten her i kredsen er jeg også redaktør af MB-Bladet, ligesom jeg sidder i Hovedbestyrelsen, hvor jeg netop er blevet næstformand. Jeg har derfor fundet det nødvendigt at prioritere, således at alle mine kræfter ikke bliver bundet til gigten.

Held og lykke til den nye bestyrelse!

Med venlig hilsen

Claus Rønlev

Langelands-Hyben

KOSTTILSKUD med dokumenteret antioxydanteffekt

Hyben Vital ApS producerer et standardiseret kvalitetsprodukt, der fremstilles under løbende dansk laboratoriekontrol.

Langelands Hyben indeholder mange af naturens egne vitaminer og mineraler, f. eks. C-vitamin målt op til 805 mg pr. 100 g. Forsøg dokumenterer at kroppen optager Langelands-Hybens C-vitamin dobbelt så godt, som kemisk fremstillet C-vitamin.

Resultaterne af forsøg med Hyben Vital ApS produkter har været fremlagt på internationale kongresser, i Prag i 1997, i Firenze i 1998 og i Washington i 1999, i Bratislava og Kina i 2000. 2 artikler om forsøg med Hyben Vital ApS produkter er offentliggjort i det anerkendte engelske tidsskrift *Inflammo Pharmacology* Vol. 7, nr. 1 & nr. 4 1999.

NORSK FORSØG

I år 2000 er der på et norsk hospital afsluttet et placebokontrolleret forsøg på Hyben Vitals ApS produkt, der deltog 100 patienter. Forsøget er afsluttet med et overraskende positivt resultat.

Langelands Hyben kan købes på apoteker, Matas i Magasins helseafdelinger og i de fleste helsebutikker.

Langelands-Hyben fås både som pulver, kapsler og tabletter.

Hyben Vital International ApS
Tlf. 62 50 16 92 - Fax 62 50 16 22
www.hyben-vital.com



SAFARI uden at rejse

Tag på safari i Nordeuropas største landskabs- og dyrepark

Den utrolig smukke park med alle dyrene i frihed. Søde, sjove, barske - eller til at klappe. Fugleparadiset med over 600 tropefugle. Smålands herligheder for børn og barnlige sjæle.



Der er eventyr til en hel dag...

Knuthenborg

Maribo - Tlf. 54 78 80 88
www.knuthenborg.dk

D Din tøjpartner leverer smart og funktionelt tøj
A i stort udvalg
R i skæve størrelser
O med god service



DARO

Soskøvej 7 · 7182 Bredsten · www.daro.dk
info@darø.dk · Tel. 75 88 16 22 · Fax 75 88 13 62

Vinterens nye kosttilskud

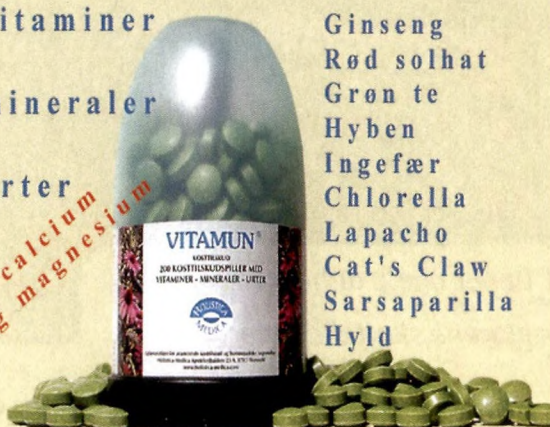
13 vitaminer

10 mineraler

10 urter

600 mg calcium
400 mg magnesium

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



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

Fås hos Matas og Helsekostforretninger



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



v / Formand Svend C. Dahl

Generalforsamlingen 26. marts 2003 - referat

Dirigent

Svend Dahl valgtes som dirigent

Formandens beretning

Der er kommet 5 nye medlemmer i år 2002, så vi nu har 44 medlemmer. Heraf bor 11 medlemmer på Lolland-Falster, og ca. 1/3 af medlemmerne bor i Næstved og omegn. Formanden opfordrer igen alle til at indsende deres email-adresser, så foreningen kan spare porto og skrivearbejde.

I det forløbne år har 2 bestyrelsesmedlemmer været på Landsmøde. Landforeningen har en god økonomi pga. et stort tilskud fra Gigtforeningen, som alle medlemmer derfor opfordres til at melde sig ind i. Det bemærkes, at MB-foreningen ikke er en afdeling af Gigtforeningen men en selvstændigt arbejdende forening. Landsforeningens hjemmeside er blevet revideret og indeholder nu også en instruktionsvideo, som man kan bruge til selvdiagnostisering.

Svend har deltaget i formandsmødet 2002, hvor man bl.a. diskuterede "sundhedsskoler", som er oprettet i Århus, Vestsjælland, Ribe samt på Fyn. I vores kreds har der ikke været interesse for denne form for erfaringsudveksling.

Svømmetræningen fortsatte i 2002 i samme omfang som tidligere. Vi er de dyreste i Danmark. Derfor - og pga. svigtende sponsorindtægter - vil vi fremover finansiere svømmetræningen som fritidsundervisning under GOK (Gigtforeningens OplysningsKreds). Foreningens midler til svømmetræning bliver herefter brugt til individuelle tilskud.

Regnskab og budget

Kassereren fremlagde og kommenterede regnskabet for 2002, som forsamlingen herefter godkendte. Det fremlagte budget for 2003 blev også godkendt uden kommentarer. Kontingentet for 2004 blev vedtaget uændret til 150 kr.

Indkomne forslag

Der var ikke indleveret forslag til behandling.

Valg

Som bestyrelsesmedlemmer var Flemming Møss, Finn Nielsen og Klaus Hansen på valg. Alle tre blev genvalgt uden modkandidater.

Som suppleanter var Svend K. Nielsen, John Jensen, Susanne Pedersen og Jan Dechau på valg. Alle fire blev genvalgt uden modkandidater.

Som revisor blev Flemming Gryning genvalgt, og som revisorsuppleant blev Leif Thorkildsen genvalgt.

Foredrag

Efter generalforsamlingen fortalte Pia Christmas-Møller, MF, på en både underholdende og troværdig måde om sit sygdomsforløb og sin rygoperation for de godt 30 fremmødte medlemmer og pårørende.

Pias sygdomsforløb er ikke særlig typisk. Hun fik de første symptomer som 20-årig, men blev først diagnosticeret 3 år efter, og kort efter blev der sået tvivl om diagnosen. Mange år efter fik Pia regnbuehindebetændelse, og øjenlægen konstaterede forbindelsen til MB.

Stigende intensitet i smerter samt større krumning af ryggen fik for et par år siden Pia til at tage beslutningen om at få foretaget en rygoperation. Den blev udført på Rigshospitalet ved 2 operationer. Det var en stor operation og ikke helt uden risiko, men resultatet var særdeles tilfredsstillende: Pia er blevet 9 cm højere og har færre smerter.

Arbejdsomt har sygdommen været en vis - men ikke uovervindelig - belastning. Pia bliver hurtigere træt, må medbringe en pude til møderne, og har tidligere måttet tage meget smertestillende medicin.

Referent: Finn Nielsen

Bestyrelsen har efterfølgende konstitueret sig og den ser nu ud som følger:

Svend Dahl: fmd. / koordinator / kontakt udadtil / svømning
Kalbyrisvej 113, 4700 Næstved5572 0983

Flemming Møss: næstformand / kontakt GOK o.a.
Ydunsvej 7, 4700 Næstved

Finn Nielsen: kasserer / kontakt udadtil og til FUTURA
Sterkelsvej 13, 4700 Næstved5572 7236

Britta Petersen: (fonde)
Rugkrogvej 19, 4250 Fuglebjerg5545 4615

Klaus Hansen: fonde
Kalklejevej 6, Trælløse, 4160 Herlufmagle5545 7080

Susanne Pedersen, suppl.: sekretær / socialrådgivning
Valnøddeparken 8, 4690 Haslev5631 6118

Svend Karlshøj Nielsen, suppleant
Hullhøjvej 13, 4640 Fakse5672 5212

John Jensen: suppleant:
Kildedalsvej 4, Fensmark, 4684 Holmegaard5554 7160

Jan Dechau, suppleant
Skolevej 14 st. th, 4720, Præstø5599 3476



Kære medlemmer

Hermed følger referatet af ordinær generalforsamling på Hotel Postgården i Sorø d. 25.03.03

Dagsorden ifølge vedtægterne.

1. Dirigent.

Steen Jensen valgt. Generalforsamlingen blev konstateret lovligt indvarslet og beslutningsdygtig ifølge vedtægterne.

2. Formandens beretning

En varm velkomst til alle, både nye og gamle medlemmer her på Hotel Postgården. Dejligt at se så mange - havde måske håbet på lidt flere fremmødte i betragtning af, vi har et så spændende program med jurist / lektor Simon Thorbek fra Den Sociale Højskole efter generalforsamlingen og frokosten.

Et år mere er gået og dermed følger også status på det, der ligger bag os. I bestyrelsen har vi haft 3 bestyrelsesmøder i det forgangne år: 27. maj 2002 hos Bjarne i Vig, 7. oktober 2002 hos Connie i Holbæk og 27. januar i år hos undertegnede.

Derudover har jeg deltaget i hovedbestyrelses- og formandsmøder - oftest afholdt i Fredericia.

Vi var, som I alle nok er bekendt med, værter for landsmødet 2002. Det blev afholdt 20. - 21. april på Rørvig Kursuscenter i bragende godt vejr. Der var tilrettelagt et "orienteringsløb" i samarbejde med pensioneret major John Jensen, hvor deltagerne, som var inddelt i grupper med forskellige kredsmandater i hver, skulle løse diverse sjove opgaver undervejs.

Med rigtig mange positive tilbagemeldinger fra deltagerne efterfølgende viste det sig at være et kærligt indslag, i stedet for de "normale" foredragseftermiddage, hvor man er tilbøjelig til at blive særdeles inaktive.

Landsforeningen var jo i 2002 blevet kr. 100.000,- rigere via en fond, så på et hovedbestyrelsesmøde blev det besluttet at tilføre hver enkelt kreds et engangsbeløb på kr. 2.000,- i tilskud, som kunne benyttes til udgifter i forbindelse med medlemsmøder etc. Derudover har Gigtforeningen øget deres tilskud til MB landsforeningen fra kr. 75.000,- årligt til kr. 100.000,- årligt. Det får mig til at opfordre alle i vores kreds til at blive medlem af Gigtforeningen, idet det i sidste ende er en slags "hjælp til selvhjælp".

Den informationsvideo, som blev omtalt ved sidste generalforsamling er nu færdiggjort, og praktiserende læger og andet fagpersonale kan nu gå på nettet og blive meget klogere!. Da videoen kun tager ca. 10 min. at se, kan lægerne i princippet sidde med bene om under en frokostpause og få efteruddannelse !

Undertegnede er i år på valg til hovedbestyrelsen, og jeg vil gerne lade mig genvælge - om ikke andet, så for at give denne mandsdominerende verden lidt kvindeligt modspil !

Landsmødet i år er henlagt til Kursuscenter Koldkjærgård, lige udenfor Århus. Det er Østjyllands Kreds, som denne gang er værter.

På hovedbestyrelsesmødet blev det bl.a. aftalt, at vi skulle være mere synlige i vores forening, og dette kunne eksempelvis gøres

ved at sende MB bladet ud til lægecentre og fysioterapi-klinikker. Jeg kunne derfor med stolthed meddele, at vi i Vestsjællands Kreds havde været fremudsynet og allerede havde foranlediget dette.

Der er desuden kommet focus på MB via Pia Christmas-Møllers rygoperation med efterfølgende lægelige TV programmer med kommentarer dertil.

Sundhedsskolen - Hjælp til selvhjælp - , "mit lille hjertebarn" - desværre blev det ikke til noget i efteråret grundet mit fravær på Gråsten, men jeg tog fat igen her i januar / februar og sendte glad indbydelser ud til alle. **Nu skulle det være !**

Nicolai og jeg glædede os til at skulle i gang, men skuffende kun 1. medlem !!! ønskede at tilmelde sig. Om det var tidspunktet (vinterferietid) eller fordi jeg ikke har uddybet begrebet nok, kan ej vides, men jeg tror dog stadig på ideen og vil til september forsøge igen. Nicolai har lovet igen at stille sig til rådighed som sparringspartner. (Vi var ellers lidt stolte af at være første kreds udenfor Østjylland, der kunne udbyde dette tilbud, så vi hang til med næsen et par dage).

Det var jo kommet redaktionsudvalget for øre, at jeg skulle til Gråsten i oktober, og man bad mig derfor være "forfatter" til en artikel om stedet, som senere skulle i MB bladet. Det blev bragt i det sidst udkomne nummer og jeg har fået dejlig respons herpå.

I år 2002 var vi i kreds 90 medlemmer, men allerede nu - knap 4 måneder inde i det nye år - er vi oppe på 100. Om alle 100 så også betaler, når girokortet kommer og dermed fastholder medlemskabet kan vi kun håbe på og ønske os !

Medlemsmødet d. 16. november med overlæge Jon Erlendsson fik en overvældende deltagelse af 63 personer. DEJLIGT at så mange havde lyst til at bruge en lørdag eftermiddag til information og hyggeligt samvær.

Da flere og flere medlemmer har adgang til Internettet , beder vi venligst om en tilbagemelding på mailadr., så foreningen dermed har mulighed for at orientere pr. mail i stedet for post, og dermed spare foreningen for høje portoudgifter.

3. Revideret regnskab

Bjarne gennemgik årsregnskabet.

Portoudgiften er steget fordi vi vælger at sende referater fra tema-dage med.

Hvis bestyrelsen kan anvende medlemmerne e- mail, kan der spares porto, det er frivilligt om man vil give sin e- mail adresse til brug for bestyrelsen.

Regnskabet blev godkendt.

Der blev stillet forslag om en kontingentforhøjelse, fordi vi bruger flere penge end der går ind via kontingenter. Vi lever på en donation på 50.000 kr. samt andre små donationer.

4. Kontingent for år 2004

Bestyrelsen foreslog uændret kontingent. Flere medlemmer foreslog en forhøjelse og mulighed for et husstandskontingent. Efter en afstemning ved håndsoprækning blev følgende vedtaget: 125 kr. om året, eller husstandskontingent 190 kr. hvor ægtefællen er indbefattet og er stemme berettiget som i giftforeningen. Vi følger dermed Giftforeningens kontingentsatser og regler.

Vedr. bassin kontingent i Skælskør indkalder Grete til møde med deltagerne.

5. Indkomne forslag

Bestyrelsen havde foreslået udvidelse af bestyrelsen fra 3 til 5 medlemmer samt 2 suppleanter, udfra landsforeningens vedtægter, hvilket kræver en vedtægtsændring derfor en afstemning. Ved håndsoprækning stemte 17 medlemmer for. Forslaget vedtaget.

6. Valg til bestyrelse

Valget til bestyrelsen og suppleanter blev et kampvalg. De 19 stemmeberettigede medlemmer, stemte skriftligt, efter afstemningen og stemmetællingen blev følgende valgt:

Til bestyrelsen :

Inge Lise Fauerholdt Hansen
Birgitte Poulsen
Kaj Grønberg

7. Valg af Suppleanter :

Leif Petersen (genvalg)
Finn Rasmussen

8. Valg af revisor:

Valg af revisorsuppleant:

Steen H Jensen genvalgt.

John E Pedersen genvalgt.

9. Evt.

Der var intet at behandle under evt. Ref. Connie Madsen 31.03.03

25 deltagere havde efter generalforsamling og frokost et meget spændende møde med cand. jur. lektor Simon Thorbek fra Den Sociale Højskole, som med sit oplæg "Førtidspensionsreformen, flere i arbejde eller menneskeofring ?" virkelig kunne få alle op af stolene og ørelapperne slået helt ud !!

Bestyrelsen vil medio maj konstituere sig ved et bestyrelsesmøde, hvorefter det bliver offentliggjort på vores kredshjemmeside under www.bechterew.dk

En stor tak skal lyde til vores sekretær Connie Madsen, som har ønsket at træde tilbage af personlige grunde.

Bestyrelsen ønsker hermed alle medlemmer en rigtig god sommer. HUSK - at solen skinner ekstra meget, når den får et smil med på vejen.

p.b.v.

Grete Jensen

Følg strømmen - vær kunde hos

**ENERGI
RANDERS**

en del af din hverdag

Der er flere penge at spare ved at tænke energirigtigt end ved at skifte el-leverandør.

Agerskellet 7 - 8900 Randers - Tlf. 8911 4811 - Fax 8911 4800
E-mail: energiranders@energiranders.dk - www.energiranders.dk

Din pension skal
passe til dit liv!

PFA
PENSION



39 17 50 00 • pension@pfa.dk • www.pfa.dk

Pierre Fabre

- dokumenterede produkter

Pierre Fabre er Frankrigs og Europas største dermo-kosmetiske medicinal-virksomhed.

Pierre Fabre dermo-kosmetik består af serier af hudplejeprodukter, der er udviklet til normal, sensitiv og allergisk hud samt en serie af hårprodukter. Produkterne, som er meget skånsomme, er fremstillet efter medicinske principper og med naturens ingredienser.

Alle produkter er videnskabeligt dokumenteret. Forhandles kun på apoteket.

Skællet og ru hud, psoriasis

Akerat Body Cream fra Pierre Fabre

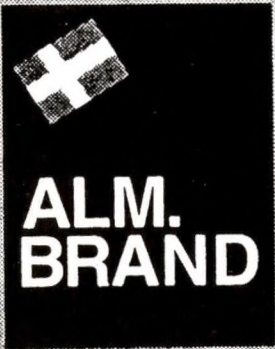
Kropscreme til skællet hud, tør og ru hud. Akerat Body Cream indeholder en kombination af carbamid, salisylsyre og mælkesyre samt mandelolie og vitamin E. Cremen løsner skæl samt lindrer, blødgør og beskytter huden. Kan også anvendes som supplementscreme i forbindelse med medicinsk psoriasisbehandling.

Cremen masseres forsigtigt ind i huden på de udsatte områder efter bad. Cremen må ikke anvendes i åbne sår/rifter, må ikke anvendes på meget tynd hud, og ikke til børn under 3 år.



Pierre Fabre
Dermo-Cosmétique

Få gode råd og vejledning om Pierre Fabre produkterne på dit apotek.



**ALM.
BRAND**

ALM. Brand Århus
H.H. Seedorffs Stræde 6-8
8000 ÅRHUS C.
Telefon 87 30 20 00

HandiConsult

Erik Hermann

Nørholmsvej 214
9000 Aalborg

Rådgivning
handicapkøretøjer

Telefon 2097 7424
9637 7324

E-mail: info@handiconsult.dk
www.handiconsult.dk



Randers Apotekerne

WESTERBERGS
Størst med boblebad



Bali
fra 8.495,-

Fragttilleg 500,-. Køret 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 trinføst 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

Helse- og ferierejse til Slovakiet og Tjekkiet

Varmer thermalbade, massager, fysioterapi og mudderpakninger. Dagligt behandlingsprogram. Dansk rejseleder.

Fly, transfer, gode hoteller, helpension, professionelt personale. 2 koncertbiletter. Afrejse til Slovakiet 21/9-03, 15 dage samt afrejse 25/9, 20/10 og 30/10, 11 dage.

Pris fra kr. 7.180.

Afrejse til Tjekkiet 3/11 og 13/11-03, 11 dage.

Pris kr. 6.390.

Bestil detaljeret program hos *IW Rejser*
Tlf. 49 22 08 10

E-mail: kurrejser@iw-rejser.dk



Referat af generalforsamling den 13 03 03 i Kredsforeningen af MB patienter for Vejle og Ribe amter på Brandrupdam Kro

1. Valg af dirigent

Jens Erik Andersen blev valgt til dirigent. Han konstaterede at generalforsamlingen var lovlig og rettidigt indkaldt. Referat Jens Tryde.

Beretning for året blev givet af formand Jens Erik Westh.

Vedr. medlemmer har vi i årets løb fået en tilgang på 10 nye, så vi nu er oppe på i alt 65 medlemmer, og en del af dem er blevet medlem ved at de har været inde på vores hjemmeside, derudover har vi lagt brochure ud på sygehusene.

Som de tidligere år har foreningen igen i år et hold til træning i varmvandsbassinet på Kolding Sygehus hver onsdag aften, vi er ca. 10 på holdet, når alle møder frem, det er lige i overkanten, men normal er vi ca. 7-8 hver gang, vi drøftede ved sæson start om der var nok til 2 hold, men der skal være mindst 7 på hver hold.

Af arrangementer det sidste år, havde vi ved vores generalforsamling sidste år, besøg af socialrådgiver Conny Lund, der fortalte om den nye pensionslov, som trådte i kraft 1 januar i år samt muligheder for flex- og skånejobs.

Den 21. oktober var vi på besøg hos Fyns Kreds til at arrange-ment på Falckgården i Odense med medicinsk overlæge Leif Ejstrup fra Odense Universitets Hospital, som holdt et foredrag om den medicinske side af Bechterew sygdommen, hvor han gennemgik de forskellige mediciner og var også inde på de skadelige virkninger af medicinen.

Efter generalforsamlingen i aften kommer overlæge Jon Erlendsson og fortæller om Morbus Bechterew og dens følge sygdomme.

Henrik, Jens og jeg deltog i landsmødet i apr. md. sidste år, som blev afholdt af Vest-Sjællands Kreds i Rørvig.
I år er det i Aarhus den 3-4 maj.

Til sidst vil jeg lige nævne Sundhedsskolen, som jeg ved Henrik forventer at starte et hold op i løbet af marts, der skule gerne være

5 på hvert hold, så er der nogle der har lyst til at deltage, skal I rette henvendelse til Henrik Petersen.

2. Kasserer Per Schwartz af lagde regnskab og fremlagde budget. Begge blev godkendt.

3. Der var ingen indkomne forslag.

4. Valg til bestyrelse.

På valg var Jens Erik Westh og Arne Andersen som begge ønskede at træde ud af bestyrelsen. Henrik Pedersen og Lone Erlandsen blev valg ind i stedet for.

5. Ny suppleant til bestyrelsen blev Jens Erik Andersen.

6. Jens Erik Westh blev valgt som ny revisor i stedet for Henrik. Keld fortsætter som revisor suppleant.

7. Der intet under eventuelt.

8. Efter generalforsamlingen konstituerede ny bestyrelse sig som flg.

Formand Jens Tryde
Næstformand Henrik Pedersen
Kasserer Per Schwartz
Sekretær Lone Erlandsen
Kontakt person på svømning Nis Iversen

Bestyrelsen vil gerne på hele kredsens vegne, takke den nu afgangende formand Jens Erik Westh, for det store arbejde han lagt i foreningen. Jens Erik Westh var med til at oprette kreds i 1995 og var været formand siden da. Heldigvis har Jens Erik lovet os at vi må trække på hans store erfaring, hvilket jeg er sikker på vil være os til stor hjælp i det fremtidige arbejde.

På bestyrelsens vegne

Jens Tryde



Generalforsamling i Nordjyllandskredsen 22/3-2003.

Generalforsamlingen i Nordjyllandskredsen blev i år holdt på Tylstrup kro.

Før generalforsamlingen gennemgik Kirsten Dahlsgaard fra Aalborg kommune den nye pensionslov, som trådte i kraft ved årsskiftet.

Hun sammenholdte den nye med den gamle lov, med fordele og ulemper.

Hun mente at den nye lov er forenklet, men efter de mange spørgsmål, hun blev bombarderet med fra "salen" måtte hun nok indrømme at loven ikke er forenklet nok. For selv om Kirsten Dalsgaard er meget erfaren i emnet, måtte hun flere gange slå op i bøgerne for at kunne svare på spørgsmålene.

De 15 fremmødte var meget interesserede, og som sagt var spørgelysten stor. Og vi må indrømme at de 2 timer, vi havde sat af til foredraget var alt for kort tid. Men vi håber at kunne gentage det en anden gang, hvor vi også håber på et lidt større antal deltagere.

Efter foredraget var der kaffe og meget kringle og lagkage med tyk lag flødeskum.

Referent ved generalforsamlingen: Christian Skjødt-Jacobsen.

Fraværende fra bestyrelsen var: Claus Larsen og Erling Baggesen.

Til general forsamlingen havde vi afsat 15 min., og det holdt næsten.

Punkt 1. Valg af dirigent.

Her blev Christian Skjødt-Jakobsen fra bestyrelsen valgt.

Punkt 2. Formandens beretning

Angående foredrag og arrangementer i 2002, ja så mener vi selv at vi var rimelig godt fremme i sandalerne.

I juni var vi ude hos Sahva Auto i Skalborg, som fortalte os om opbygning af handicap biler, og hvad de ellers kan gøre for os stivnakkede mennesker.

Jeg selv blev meget inspireret af fremvisningen. Så dagen efter gik jeg til kommunen og spurgte om jeg kunne få bevilget et luftaffjedret sæde, det mente man ikke at det var urealistisk, og jeg fik da også et sæde til min varevogn, selvom der godt nok gik et halvt år.

Jeg har lige været Belgien, hvor jeg selv kørte hele vejen - 12 timer uden stop.

I september havde vi besøg af Jon Erlendsson, der fortalte om MB og følgesygdommene, og vi kom også tæt på den klassiske MB. Dette møde blev holdt i handicap idrætshuset i Ålborg, og det var en lørdag eftermiddag. Vi mener at tidspunktet var en succes idet godt 50 mødte op til dette foredrag.

Men selvfølgelig tæller det også kraftigt med, at Jon er en glimrende foredragsholder, der ved alt om MB. Jon sidder i hovedbestyrelsen, og er med i det internationale arbejde i ASIF.

Men lørdag eftermiddag mener vi altså er et godt tidspunkt. Da det godt kan være svært at tage sig sammen til at komme op af lænestolen en mørk kold vinteraften, efter man har været i vigør hele dagen.

Og så har foreningen også en økonomisk gevinst ved dette, da vi om lørdagen kan holde det i handicap idrættens hus - hvilket er ganske gratis. Det koster ganske heller ikke så meget i Fyensgade centret. Men derimod er det dyrt at få vagterne til komme og låse efter os.

Et andet foredrag havde vi med Pernille Møller Graabæk, fra Aalborg sygehus. Her var emnet Remicade. Men hun kom også langt omkring med MB, og var næsten ikke til at stoppe. Det var deltagerne heller ikke, og vi kunne have brugt meget længere tid.

Til dette arrangement deltog 28.

Som vi skrev i vores medlemsblad, så mener vi at tiden er inde igen til at få MB eksperterne fra Gråsten til at komme og holde foredrag, idet vi hele tiden får nye medlemmer som må være meget interesseret i at høre hvad de i Gråsten kan gøre for os.

Gråsten har jo jævnlig besøg af vores medlemmer, så vi støtter dem godt dernede, så nu må de også gøre noget til gengæld.

Vort medlemstal er i øjeblikket 122

Vi måtte desværre pr. 31.12.02 slette en del, jeg tror det var 11 stk. på grund manglende betaling af kontingent, og det forstår jeg egentligt ikke da det jo kun er 100 kr. og det er jo incl. medlemsbladet, man kan ikke købe ret mange blade i dag for 25 Kr.

Med vores medlemskab er I også berettiget til at deltage i Gigtforeningens arrangementer.

Også generalforsamlingen, dog uden stemmeret.

Sidste år fik vi mange nye medlemmer, de fleste via Internettet. Jeg tror der flere og flere der finder os denne vej. Og selvfølgelig er lægerne også blevet mere opmærksomme på vores eksistens.

Også mange kommer gennem mund til øre metoden. Der henvises også fra reumatologisk afdeling på Sygehus Nord, hvor der også er en butik. Der har vi jo Stig siddende hver 14. dag, og tager en snak med folk som vil vide noget om MB.

Formandsmødet i februar, deltog Christian og Stig, de er jo supplerer i hovedbestyrelsen, jeg var selv forhindret.

De var et punkt på dagsordenen medlemshvervning. Og det kan

godt undre mig lidt, at der er nogle kredse som tænker i de baner. Dermed mener jeg at vi jo ikke er noget politisk parti, som skal ud og samle stemmer.

Jeg mener, at bare vi gør opmærksom på vores eksistens - dels via Internettet og dels med udlagte foldere, jamen så kan og skal vi ikke gøre mere.

I hovedbestyrelsen arbejder man på at lave nogle nye foldere til at ligge ud til læger og sygehuse.

Man har også lavet en video, som lægerne kan downloade fra Internettet, hvori lægerne kan se hvordan man kan diagnosticere MB.

Så har vi noget der hedder sundhedsskole. Heri har Christian været på kursus.

Hvis der nogle der vil vide mere om dette, kan i henvende jer til ham, og i er også velkomne til at stille spørgsmål nu i dag.

I forhold til nogle af de andre kredse har vi en god økonomi, som også vil fremgå af regnskabet som bliver fremlagt om lidt.

Vi har været heldig at få gode tilskud fra Frivillig puljen i Ålborg kommune. Dette bliver beregnet efter antal medlemmer i kommunen. De første år opgav vi faktisk kun dem som havde post nr. 9000 Aalborg. Men så satte vi os ned og fandt ud af at der var jo mange flere der hørte ind under Aalborg Kommune.

Sidste år var vi også i gang med at starte et bassinhold op på Gigtplejehjemmet i Frederikshavn.

Vi har et medlem deroppe, som går meget ind for dette.

Jeg snakkede med gigtforeningen da det er dem, der ejer gigtplejehjemmet, men de havde ikke andre forslag, end at man henvendte sig til en fysioterapeut, hvor man kan få gratis behandling.

Denne fysioterapeut, kunne så frit gøre brug af varmtvandsbassinet til behandlingen.

Dette betinger jo bare at vedkommende kan gøre brug af dette i dagtimerne. Så dette er en mulighed som vi andre også kan gøre brug af. Der er i mellem tiden kommet et medlem mere i Frederikshavn som er interesseret i at starte bassintræning. Så disse 2 medlemmer vil nu prøve at stikke hovederne sammen og se om de kan få noget op at køre. Dette var i hovedtræk det væsentligste som vi havde gang i sidste år. Formandens beretning blev godkendt uden kommentarer.

Punkt 3. Regnskab og budget.

Dette blev fremlagt af dirigenten, da kassereren ikke var til stede.

Dette blev også godkendt uden bemærkninger.

Punkt 4. Indkomne forslag.

Der var ingen indkomne forslag.

Punkt 5. Valg til bestyrelsen.

Claus Larsen og Ernst Bisgaard var villige til genvalg, og det blev de.

Bent Andersen som godt kunne tænke sig at stoppe måtte tage en periode til, da der i forsamlingen ikke kunne findes en der ville afløse ham.

Punkt 6. Valg af suppleant. Karsten Kristensen blev valgt.

Punkt 7. Valg af revisor. Per S. Olesen blev genvalgt.

Punkt 8. Godkendelse af nyt navn. "Gigtforeningen for Morbus Bechterew - Nordjyllands Kredsen". Dette blev godkendt.

Punkt 9. Eventuelt. Her stillede formanden det spørgsmål til forsamlingen, om man er interesseret i at medlemslisten blev sendt ud til medlemmerne. Dette blev vi enige om at dette er man ikke.

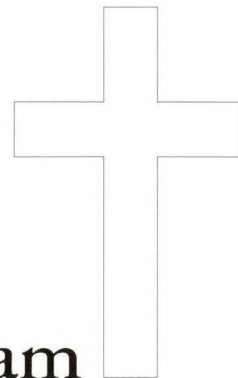
Hvis nogen er interesseret i, om der for eksempel bor flere i samme by med MB, kan bestyrelsen formidle kontakten. Christian fortalte kort om sundhedsskolen.

Formanden opfordrede folkene fra Hjørring til at finde et emne til en ny kasserer til næste år, da Erling Baggesen ønsker at stoppe næste år.

Bestyrelsen opfordrede medlemmerne til at komme med forslag til foredrag.

Dirigenten sluttede af med at takke for god ro og orden.

Gigtforeningen for Morbus Bechterew - Nordjyllands Kredsen.



In memoriam

Onsdag d.9 april 2003, erfarede vi, at vort mangeårige medlem Betty Andersen, kun 56 år gammel, var sovet stille ind mandag d. 7 april 2003 efter lang tids sygdom.

Vi vil især huske Betty for hendes store indsats i bestyrelsen gennem mange år og hendes altid gode humør, som kunne sætte humør og liv i enhver forsamling.

Vi der gik til bassintræning sammen med Betty, vil komme til at savne det friske pust hun altid kom med.

Vi vil alle savne Betty meget i vores kreds.

Vores tanker går også til hendes mand Erik, de tre døtre Linda, Anita og Jeanette, svigerbørn og børnebørn, som har mistet en elsket hustru, mor, svigermor og mormor.

Vi vil ære Bettys minde.



Kære medlemmer!

Siden sidst har Fyns Kreds haft 2 arrangementer, hvor vi den 13/3 2003 afholdt fælles arrangement med Vejle/Ribekredsen på Bramdrupdam Kro, hvor overlæge Jon Erlendsson holdt et foredrag om følgesygdommene ved Bechterew. Jon fortalte om de symptomer, der er ved en Bechterew og kunne oplyse, at han selv havde prøvet at have regnbuehændebetændelse mange gange.

Vi fik også et indsigt i den forskning der sker om Bechterew sygdommen, da Jon sidder i bestyrelsen af den internationale afdeling af Bechterew kaldet ASIF. Han forklarede også om tarmsygdomme som Morbus Crohn. Et godt og lærerigt arrangement.

Kredsen havde valgt at give kørselstilskud til dette arrangement, og det bevirkede, at vi var pænt repræsenteret, så måske næste gang er vi så mange at vi kan leje en bus.

Generalforsamling:

Alle medlemmer havde fået dagsorden tilsendt.

Formanden aflagde beretning og kiggede tilbage på året men kiggede også fremad. Foreningen har haft en pæn medlemstilgang og formanden nævnte de aktiviteter der var i støbeskeen for de kommende år.

Kassereren aflagde regnskab .

På valg var Anita Bang som modtog genvalg.

Kassereren Erland Jacobsen ønskede ikke genvalg, og i stedet valgtes Keld Steen, Middelfart. Keld var med til stiftelse af kredsen i begyndelsen af 80-erne og har været i bestyrelsen i 6 år.

Som suppleant genvalgte Kaj Pheiffer, Broby og nyvalgt blev Bent Duerlund, Hesselager. Bent er et forholdsvis nyt medlem, der har en stor foreningserfaring, samt været en aktiv cykelrytter . Bent vil være kontaktperson til de unge MB-ere på Fyn.

Efter generalforsamlingen fik vi besøg af Foreningen af Førtidspensionister i Fyns Amt. Vi fik en indsigt i hvordan foreningen arbejder, og hvilke problemer der er i den sociale lovgivning, herunder forskellen på den nye og gamle pensionsreform. Vi afsluttede med en snak om flexjob og skånejob.

Bestyrelsen har efterfølgende holdt konstituerende møde og bestyrelsen har herefter følgende sammensætning:

- Poul-Arne Elnegaard (formand)
- Keld Steen (næstformand)
- Kirsten Gertsen (sekretær)
- Jens Grøndahl (IT ansvarlig)
- Anita Bang
- Bent Duerlund (kasserer)
- Kaj Pheiffer

Arrangementer:

11/6 2003 kl.19.00 inviterer kassereren Bent Duerlund , Revsøervej 58, Hesselager til sommermøde for medlemmer under 50 år under temaet UNGE BECHTEREWER - på godt og ondt.

Tilmelding senest den 10/6 til Bent tlf. 62251888 ell. formanden 62228899.

7/8 2003 inviterer sekretæren Kirsten Gertsen til grillaften i Højby. Arrangementet er en gentagelse af sidste års succes og Kirsten vil udsende separat indbydelse.

Til efteråret vil vi i samarbejde med Vejle/Ribe kredsen afholde møde med LANDSFORENINGEN AF KIROPRAKTORER. Herom nærmere.

Sommeren står for døren og den fynske bestyrelse vil ønske alle en god og forhåbentlig varm sommer.

med venlig hilsen

Poul-Arne Elnegaard

Hovedbestyrelsen



Formand
Torben Jørgensen
Hjortøgade 1, 4. tv.
2100 København Ø
39 20 93 80
torben@bechterew.dk



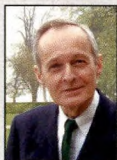
Næstformand, Redaktør
Claus Rønlev
Kresten Koldsvej 54
8230 Åbyhøj
86 25 83 74
roenlev@mail.dk



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
Ny adresse pr. 15.06
Tjørnestræde 5,
7100 Vejle
75 85 43 12
jens-tryde@mail.dk



Suppleant 1
Grete Jensen
Peter Damsvej 61
4180 Sorø
57 83 30 91
Grete@smi.as



Suppleant 2
Christian Skjødt-Jacobsen
Ferskenvej 32
9000 Aalborg
98 79 01 61
csj@mail1.stofanet.dk



Suppleant 3
Niels Vous
Sadelmagerporten 4, lejl.519
2650 Hvidovre
36 77 40 77
vous@mail.dk



Suppleant 4
Stig Nielsen
Nyhavngade 4 A
9000 Ålborg
98 11 79 53
hastig@stofanet.dk

Gigtforeningen for



Nyttige adresser og numre

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

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

FNUG (ForeningEN af Unge med Gigt)
P.P. Ørums Gade 11, bygn. 10, 8000 Århus C
Tlf. 86 11 85 21 · www.fnug.dk

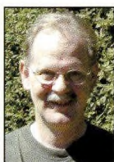
Kredsformænd



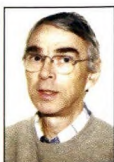
København
Torben Jørgensen
Hjortøgade 1, 4. tv.
2100 København Ø
39 20 93 80
kbh@bechterew.dk



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 Egersund
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



MB-Storstrøm
Svend C. Dahl
Kalbyrisvej 113
4700 Næstved
55 72 09 83
storstroem@bechterew.dk



Vejle-Ribe
Jens Tryde
Ny adresse pr. 15.06
Tjørnestræde 5,
7100 Vejle
75 85 43 12
jens-tryde@mail.dk



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

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



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

Petri & Haugsted as
Entreprenører



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

Totalentrepriser • Rådgivning • Nøglefærdigt erhvervsbyggeri
På leje - eller ejerbasis

Tingskiftevej 2 • 2900 Hellerup

Akticon Tlf. 39 46 39 00
ERHVERVSBYGGERI A/S Telefax 39 40 00 33

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.



Tricatione lindrer gigtsmerter

En ny fransk undersøgelse ser ud til at bekræfte, at naturmidlet "Tricatione" kan lindre gigt-

smarter. 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 våragerpadderok

samt fem vigtige

fedtsyrer. Stofferne kan gennemtrænge cellemembranen, derfor virker den aktive kisel i våragerpadderokken. 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

www.egmont-hs.dk

HØJSKOLE
FOR
DIG

Spændende fag
Avanceret udstyr

Nysgerrig?

Prøv noget nyt!

egmont
højskolen

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

Porto

Gigtföreningen

Gentoftegade 118
2820 Gentofte



Porto

Gigtföreningen for Morbus Bechterew

v/Per Lignell
Alpinavej 1, Stilling
8660 Skanderborg



FERIE OG SKOLEOPHOLD PÅ BORNHOLM

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

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

Vi er under økologisk omlægning og producerer blomster,



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

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

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

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

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

Pris efter aftale.

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

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

Grennessminde Bornholm

Bossevejen 11, Vestermarie, 3720 Åkirkeby, Forstander Karin True, tlf. 5697 6630 • mobil 2423 7829, fax 5697 6530

Mail: grennes@worldonline.dk • www.grennessminde.bornholm.dk

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: _____

Udsigt til et langt bedre liv...



Omega-3 olie uden fiskesmag...

Omega Plus er et nyt og anderledes kosttilskud med højt indhold af de essentielle Omega-3 fedtsyrer.

Omega Plus er **ren naturlig sælolie**, som indeholder de kendte gode Omega-3 fedtsyrer EPA og DHA. Men derudover indeholder sælolien en særlig aktiv umættet fedtsyre DPA, der har betydning for **hurtigere og bedre optagelighed** i kroppen.

Omega Plus indeholder desuden store mængder **enkelt-umættede fedtsyrer** og har et højt naturligt indhold af **E-vitamin** som er en vigtig **antioxidant**.

Omega Plus optages hurtigt og effektivt i kroppen og giver med garanti **ingen ubehagelige opstød med fiskesmag**.

Omega Plus fås hos: Føtex, Bilka, Kvikly, Kvikly Xtra, Magasin, Matas, Helsam og de fleste apoteker.

Spar tid og penge – gør som 440.000 af vores kunder

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

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

