



LÆS I DETTE NUMMER: MORBUS BECHTEREW PÅ MONT BLANC

SLUK FOR GIGTEN · TAG MED TIL NORDKAP

www.bechterew.dk

GIGTFORENINGEN FOR MORBUS BECHTEREW

Masser af dokumentation for at prisgunstige naturmidler kan forebygge gigt/slidgigt!

Chondroitin sulfat

– efter manges mening bedre end glucosamin

Chondroitin sulfat er et glycosaminoglycan, som findes i kroppen, men som man desuden kan indtage via kødholdige fødevarer. Det består af glucuronsyre + N-acetyl-D-galactosamin + glucosamin sulfat.

Virkning i kroppen:

1) Kredsløbet

Chondroitin sulfat aflejres i arterievæggene og er dermed med til at behandle åreforkalkning. Tilskud af Chondroitin sulfat reducerede antallet af tilfælde af unormal hjertefunktion med 60% og antallet af dødsfald blandt patienter med åreforkalkning med 15%.

Chondroitin sulfat forbedrer blodomløbet og er med til at beskytte mod unormal sammenklumpning af blodpladerne. Chondroitin sulfat kan dermed være med til at reducere risikoen for slagtilfælde og hjerteanfald. Desuden kan stoffet forebygge iskæmisk hjertesygdom og hjælpe med til at forhindre dødsfald blandt patienter, der lider af denne type sygdomme.

Ref.: Nakazawa, K., et al. The therapeutic effect of Chondroitin polysulphate in elderly atherosclerotic patients. Journal of International Medical Research. 6:217-225, 1978

2) Immunsystemet

Chondroitin sulfat afhjælper inflammation.

3) Stofskiftet

Chondroitin sulfat er en kraftigtvirkende antioxidant, som forhindrer iltingen af LDL-cholesterol og er med til at sænke indholdet af kolesterol og triglycerider i blodet.

4) Bevægeapparatet

Chondroitin sulfat aflejres i knoglerne og er en vigtig del af bindevævet. Chondroitin sulfat er også en vigtig del af bruskvævet og hjælper i den forbindelse med til at styrke

bindevævet. Desuden har det en opbyggende virkning på ødelagt bruskvæv.

Ref.: Block W. Chondroitin & glucosamin: new forms stand up to arthritis. Life Enhancement. Maj 1999:4-12.

Chondroitin sulfat bruges i behandlingen af gigtssygdomme

Denne undersøgelse omfattede 80 patienter med osteoarthritis i knæet. Efter seks måneder med en daglig dosis på 800 mg Chondroitin sulfat kunne patienterne melde om færre smerter i leddene. Den tid, hver patient skulle bruge på at gå 20 meter, var efter forsøgsperioden betydeligt kortere hos de patienter, der havde fået Chondroitin sulfat.

Ref.: Bucsi, L., et al. Efficacy and tolerability of oral Chondroitin sulfate as a symptomatic slow-acting drug for osteoarthritis in the treatment of knee osteoarthritis. Osteoarthritis Cartilage. 6. maj 1998 (Supplement A): 31-36. Conrozier, T. Anti-arthritis treatments: efficacy and tolerance of Chondroitin sulfates. Presse Med. 27(36):1862-1865, 1998.

Mineraler der fremmer virkningen af Chondroitin sulfat:

Kisel stimulerer chondroblasterne til at aflejre Chondroitin sulfat på bruskvævet. Svovl er en vigtig bestanddel i Chondroitin sulfat. Zinkmangel fører til en nedsat Chondroitin sulfat-syntese i kroppen.

Konklusion

Kliniske undersøgelser har klart vist, at Chondroitin sulfat-tilskud er effektivt til at forbedre led/brusk-funktionen og osteoarthritis-patienternes helbred generelt. Når Chondroitin sulfat også viser sig effektiv til behandling af bl.a. kredsløbssygdomme, skyldes det sandsynligvis optagelsen af svovl fra Chondroitin sulfat eller andre, mindre molekyler, som hydrolyseres fra Chondroitin sulfat-molekylet. Anbefalet dosis: For optimal brug af Chondroitin sulfat til behandling af osteoarthritis anbefaler man en daglig dosis på 1.200 mg. Der er endnu ikke rapporteret om tilfælde af overdosering.

Dokumenteret naturkur mod slidgigt:

LedStyrke: 3 kapsler 3 gange daglig

Chondroitin Complex: 1 kapsel 3 gange daglig

Natur-Drogeriets Chondroitin Complex 50 g pulver/180 kapsler og LedStyrke 275 g pulver/120 kapsler forhandles af matas og helsekostforretninger.



LANDSKENDT FOR NATURMIDLER DER VIRKER
Nydamvej 13-15, DK-8362 Hørning, Danmark
Tlf.: +45 86 92 33 33. Fax: +45 86 92 33 43
www.natur-drogeriet.dk



Leder	5
Morbus Bechterew på Mont Blanc	6
Angrib gigten	13
Tag til Nordkap	17
Dagbog - fra en rygoperation	23
Protestbrev	25
Brevkassen	27
Nyt fra kredsene	29
Nyttige adresser og numre	39

Angrib gigten
 Se side 13



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 Jørgen-
 sen · Tegninger: Per H. Sørensen,
 tlf.: 98 14 39 79

Opsætning og layout: FLreklame,
 Danmarksvej 30 G2, 8660 Skan-
 derborg, Tlf. 70 22 18 70, fl@flre-
 klame.dk, www.flreklame.dk

Annonce ekspedition: Danmarks-
 vej 30 H1 · 8660 Skanderborg ·
 Tlf. 86 91 46 87 · **Tryk:** Silkeborg
 Bogtryk, Stagehøjvej 27, 8600 Sil-
 keborg

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

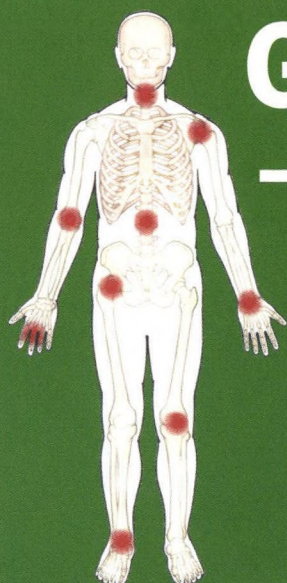
Tag til Nordkap
 Se side 17



Morbus Bechterew på Mont Blanc
 Se side 6



Dagbog
 fra en rygoperation
 Se side 23



Glukosamin & MSM – når leddene gør ondt

Den nye specialcreme mod ledproblemer indeholder, foruden Glukosamin og MSM, et væld af gavnlige urter samt den anbefalede N-3 fedtsyre. Alt sammen til gavn for ømme led og muskler.

Få en gratis prøvetube!

Har du muskel- eller ledproblemer, har du nu mulighed for at afprøve den nye Specialcreme kvit og frit. Du har også mulighed for at bestille en eller flere store tuber (indhold 125 ml) til introduktionspris: kr. 89,- Normalpris kr. 139,-

Tilbudet gælder frem til 1. oktober 2003.

(Der kan kun bestilles en prøvetube pr. husstand. Tilbudet gælder kun for dig, der ikke tidligere har modtaget en gratis prøvetube).



Benyt dig af en af de 3 muligheder – så gør det ikke så ondt længere

1

Ring for yderligere oplysninger om Glukosamin og MSM samt hør om de fordelagtige priser på telefon: **63470065**
Vi sender gerne yderligere materiale.

2

Søg på internetadressen: www.pharmanatural.net eller links du finder på siden. Der kan du læse mere om, og bestille Glukosamin og MSM.

3

Udfyld og send kuponen nederst. Så modtager du i løbet af få dage yderligere information, priser og en gratis prøvetube.

KUPON

- ☐ Ja tak: Jeg ønsker yderligere informationer og prisliste
- ☐ Ja tak: Da jeg endnu ikke har prøvet den nye specialcreme, ønsker jeg en gratis prøvetube tilsendt

Firmanavn.....

Navn

Adresse

PostnrBy.....

Telefon (skal anføres).....

Kuponen sendes i lukket kuvert til:
Pharma Natural Ltd. · Søndervang 9 · 6780 Skærbæk

04

LEDER

Formand Torben Jørgensen



En del Bechterew patienter er i den senere tid kommet i en såkaldt TNF alfa hæmmende behandling. Til daglig taler vi om behandling med Remicade, Humira og Enbrel, de nye biologiske præparater, som griber dybt ind i det menneskelige immunsystem. Interessen er naturligt stor for de nye præparater. Mange oplever en helt mirakuløs forbedring af deres tilstand, men kan det virkelig passe at miraklet er landet? Næste nummer af MB Bladet vil sætte fokus på dette tema.

Vi har i lighed med Gigtforeningen og mange andre (patient)foreninger protesteret over forslaget om at fjerne portostøtten til foreningsblade. Det vil være en økonomisk øretæve for os og mange andre, hvis forslaget bliver realiseret. Gigtforeningen for Morbus Bechterew udfører sammen med andre patientforeninger et oplysningsarbejde, som adskillige offentlige instanser og institutioner på den måde bliver lettet for. Forhåbentlig vil regeringen ikke lægge sådanne sten i vejen for det frivillige arbejde, der udføres her. Brevet er gengivet i dette blad.

Foreningens hovedbestyrelse har besluttet, at tiden er inde til et større serviceeftersyn på vores hjemmeside www.bechterew.dk. Det arbejder vi så ihærdigt med. Formålet er at hjemmesiden skal fremstå i et nyt design, med gode overskuelige navigationsmuligheder og ikke mindst give bedre og meget lettere måder at opdatere på; formentlig og forhåbentlig til stor gavn for brugerne og heriblandt kredsene.

I ønskes alle en glædelig jul og et godt nytår!

Med venlig hilsen
Torben Jørgensen



Morbus Bechterew

MB

på Mont Blanc

Det er et par **ustyrlige globetrottere**,
Niels og Annette Toft, som vi her kan tegne et portræt af.
I mange år har det været sådan, at det ikke
kunne blive vildt nok, højt nok eller anstrengende nok,
når de drog **ud i verden**.
Denne **jernvilje** har endog drevet Niels
til tops på Europas højeste bjerg

tekst | Claus Rønlev

Dog er Niels og Annette denne sensommerdag, hvor Deres udsendte har fået lov at gæste det selvbyggede hjem i en forstad syd for Ålborg, 'til at snakke med'. Parret er netop hjemvendt fra en rundrejse til Vietnam som - typisk for dem - foregik på egen hånd på motorcykel, både på og udenfor alfarvej. Men denne gang gik det galt - rigtig galt endda. De eksotiske oplevelser blev på et splitsekund forvandlet til et livstruende mareridt. Kun held og en nådig skytsengel gjorde, at de overlevede en trafikulykke, som kostede både mange knoglebrud, stort blodtab og en slem hjernerystelse. Det er så kort tid siden, at de kom hjem med specialtransport, at følelserne tager magten, når de skal fortælle om det. Hjemmet ligner et lazaret af bandager, skinner og en kørestol, ligesom parrets voksne søn for en stund er hjemvendt for at pleje og passe sit ophav. Denne midlertidige passivitet passer ikke Niels:

- Det der med at hænge ud foran fjernsynet - det er ikke mig. For det første synes jeg det er noget værre møj, der sendes, og for det andet ender man jo bare med at få ondt i ryggen. Jeg skal have noget, som jeg kan beskæftige mig med, og som beskæftiger mig. Når jeg ser fjernsyn beskæftiger jeg mig ikke med noget. Vi har altid haft det sådan her i huset, at vi gør det, vi har lyst til, og det vi kan træne os op til. Jeg træner 3 morgener a 1 1/2 time hver uge inden arbejdet. Tidligere trænede jeg i fritiden, men så fik jeg en ny, dejlig kvindelig chef, som har givet mig mulighed for at lægge træningen inden for arbejdstiden, idet jeg får godskrevet træningstiden. Det har været en stor hjælp, og jeg må give min chef ret, når hun siger: "Jamen jeg får jo mere arbejde ud af dig på denne måde". Jeg er sikker på, at den hårde fysiske træning er årsag til, at jeg har det så godt i dag. Jeg tror på, at hård fysisk træning, der kan brække forkalkningerne af, og derefter en høj puls, der kan skylle affaldsstofferne ud af kroppen er vejen frem. Det der med at sidde og lalle uden sved på panden er ikke noget for mig, betoner Niels og fortsætter:

Udfordring og udforskning

- Vi har altid haft det sådan, at de store oplevelser, de ligger der, hvor vejene er holdt op. Hvor højspændingsledninger

og skorstene er lagt bagude. Her er vidunderligt, hvad enten det handler om at vandre med rygsæk, køre motorcykel eller at gå på jagt, som jeg har nydt i mange år. Alle kan jo stå ud af en bil og skyde et dyr, men oplevelsen er helt anderledes, hvis man har kravlet i timevis op ad et bjerg som en del af jagten.

- Du elsker udfordringen, der handler om, at du ikke ved, hvad der sker om det næste hjørne, indskyder Annette.

Niels og Annette er på vej mod de 60. Niels blev ingeniør i '69, og er nu ansat i Ålborg kommune efter 10 år med eget firma. Annette er røntgensygeplejerske. De har sammen 2 voksne sønner.

Niels fik først MB-nummerpladerne på for 6 år siden, da egen læge endelig måtte indse sine begrænsninger, men har i ca. 15 år døjet med skiftende lænderygsmarter samt større mave- og tarminfektioner, og fik i 96 regnbuehindebetændelse i venstre øje, som han gik med ubehandlet i tre uger under en træningstur i de franske alper. Det kan ikke anbefales.

- I dag ved jeg hvor farligt det er, men jeg slap heldigvis med nød og næppe fra det uden synsnedsættelse. Det var meget smertefuldt, erindrer Niels og rynker brynene:

- Desværre ser det ud til, at vores ældste søn, som nu er 30 år og bosat i Australien, er begyndt at få de helt samme symptomer. Hans vævstype er HLAB27, og han har allerede haft regnbuehindebetændelse, så vi må vist se i øjnene, at han har fået en arv, som det både er træls at modtage og give videre.

Starten på et nyt liv

I de 10 år Niels drev eget firma, var ferier en by i Rusland, men så tog tingene en drejning:

- Et år indrettede vi en Toyota pickup med presseningsruf med en køje på tværs, hvor drengene kunne ligge. Annette og jeg sov på en madras i ladbunden. Med en lille taske til hver og en stak gamle Anders And blade til drengene indtog vi Norges herligheder. Det var starten på et nyt liv.





-Året efter fór der en djævel i mig - jeg købte et gammelt folkevognsrugbrød af Låsby-Svendsen, og indrettede den til familiens autocamper, længe før autocamperen var opfundet. Vi måtte skifte motor nogle gange, men nu lå verden åben! Det blev til Norge, Sverige, Italien, Frankrig og Jugoslavien gennem en årrække, beretter Niels.

Her blev tilværelsen sat i perspektiv

- For 10 år siden blev vi enige om at gøre vores livs tur i stedet for at holde sølvbryllupsfest. Vi var enige om, at vores ægteskabs højdepunkt skulle fejres på et højt sted, og vi har altid drømt om vandring i Nepal og de store uberørte naturområder derude. Vi købte billetter til os og drengene gennem Larsen Rejser og endte på et fint, men kedeligt hotel i Kathmandu. De arrangerede vandreture var ikke spændende nok, så vi gik rundt på egen hånd, indtil vi selv fandt et lille bureau, som kunne arrangere en vandretur til den nordlige del af landet, som ligger i Himalaya. Her kommer man for alvor udenfor "Coca-cola-ruten" i et meget udfordrende terræn.

- Hjemmefra havde vi aftalt, at vi selv ville sørge for det hele, men det fik hurtigt andre ben at gå på, da alle advarede os om, at det ville være for farligt. Inden vi fik set os om, var vi en hel karavane, som foruden vores familie bestod af 9 personer: Guide, kok og køkkendreng samt en hel stribe bærere. ALT skulle bæres med, selv brændsel til madlavning, da vi skulle ind i totalt fredet område. Vi havde rigeligt at gøre med at slæbe os selv op, men disse bærere gik med 35 kg hver, og vi taler om små mennesker på tynde ben i klip-klap-sandaler, betoner Niels.

- Det blev til en kæmpe oplevelse! Undervejs gæstede vi private nepalesiske familier, og kom meget tæt på det hele. At gæste en familie, som intet ejer, men som gerne deler det hele med os, maner til eftertanke og ydmyghed overfor tilværelsen. Sammenlignet med hvad vi mødte der, virker mange af de problemer, danskere besværer sig over, nærmest latterlige. Turen gik over 3 bjergkæder, og vi var oppe i 4700 meters højde, hvor højdesygen begyndte at vise sig. Vi var ikke på verdens tag, men vi var på 'loftet'. Deroppe var



der 7 graders frost, selvom vi jo var i troperne. Vi sov i telt, men bærerne sov i det fri. I de 6 af turens 11 dage så vi intet med hjul under. Alt blev båret, fortæller Annette.

Underbukser og kreditkort

- Vi har aldrig prøvet charterferie, men altid været drevet af det uforudsigelige. Lidt Biotex, nogle rene t-shirts, underbukser og et kreditkort i en rygsæk - og ikke vide, hvad der sker om det næste hjørne, eller hvor man skal sove i nat - så har vi det dejligt. Man skal bare gå ind til den lokale barber, han ved altid, hvad der sker i byen, og hvor man kan finde en seng at sove i.

- Et år tog vi den billigste charterferie vi kunne finde til Portugal, hvor vi straks lejede en motorcykel, som vi turede rundt på i 2 uger. Blot man kører 50 km ind i bjergene er det en rejse tilbage i tiden. Vi gæstede samfund, hvor man



tærskede med plejl, og hvor den store revolution bestod i, at man havde fået et stort skrummel af et tærskværk. En dag ankom vi trætte til en lille landsby. Det viste sig, at de havde byfest, fordi det skulle fejres, at byen havde fået sin første telefon i form af en telefonboks på torvet. At tænke sig, at dette foregik i EU i 1993! Alt var selvfølgelig optaget, så vi endte i et lille pensionat uden for byen. Værelset viste sig at være et ombygget hønsehus, så vi manglede hverken lopper eller loppestik den nat. Det kan ikke nytte noget at være sart, hvis man vil rejse på denne måde, smiler Niels.

-Engang stod vi i en lille græsk by i rigtig dårligt vejr, hvor der bare ingen overnatning var at finde. Vi gik ind på tavernaen og med fingersprog fortalte, at vi var trætte og manglede en seng. Værten råbte til en gammelmor på den anden side af gaden. Hun ville åbenbart gerne tjene en skilling, for hun ryddede stuen, hvor vi så sov den nat. Det er



sådan noget man husker bagefter. Der er hjælpsomme og venlige mennesker overalt, og hvis man rejser på denne måde, har man rigtig gode muligheder for at møde dem, fortæller Annette.

Det vil føre alt for vidt at berette om alle Niels og Annettes rejser over den halve klode, men fælles for dem er, at de altid har banet deres egen vej, langt fra alfarvej og turismens præg. Al denne vildskab har dog kostet nogen skader »

"Jeg holder øje med
familiens sundhed – det hjælper
www.sundhed.dk mig med"



Tommy Nielsen, Østerbro, 35 år



Forskellige opslagsværker

På sundhed.dk finder du mange forskellige opslagsværker, hvor du kan læse om sygdomme, undersøgelser og symptomer. Du kan undersøge, hvordan du forebygger at blive syg, og hvordan du styrker dit helbred og velbefindende. Du kan blive klogere på, hvilke vitaminer og mineraler du har brug for, eller hvordan du holder op med at ryge. Sundhedsportalen tilbyder også en elektronisk version af Medicinhåndbogen, så du kan få indsigt i den medicin, du eller din familie tager.

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

Omnimin

- det ideelle vitamin-
mineral præparat!

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



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

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

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

VITAMINER:

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

MINERALER/SPORSTOFFER:

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

ANTIOXIDANTER:

Omnimin har dem alle - og i tilstrækkelige mængder! **Dermed er Omnimin det eneste antioxidant-præparat, som ikke kræver ekstra supplement med andre vitaminer og mineraler!**

Omnimin er fri for gær, gluten, laktose, sukker, kunstige smags- og konserveringsstoffer, og er derfor også et allergivenligt præparat.



Kompromislos kvalitet fra Biosym!

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

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

hen ad vejen. En skitur kostede en alvorlig hjernerystelse, ligesom de har også prøvet at vælte på motorcykel i Grækenland med et brækket ben til følge. Så efter ulykken i Vietnam har Niels og Annette lovet hinanden, at det med at køre på 2 hjul er definitivt slut.

Turen til Europas tag

- Hele eventyret omkring Mont Blanc startede faktisk, da jeg fik diagnosen MB. Mine 'drenge' udfordrede mig og sagde, at nu var det nu at vi skulle i gang, inden det blev for sent. Jamen selvfølgelig skal vi det, det er jo blot et spørgsmål om at træne sig op til det, svarede jeg.

Jeg startede med et rygekursus hos Form og Figur, og herefter trænede jeg videre med de øvelser jeg havde lært i fitnesscentret. Jeg gik hårdt til makronerne, og til sidst kunne jeg klare fuld kraft på stepmaskinen i 57 minutter. Det kunne nok kun lade sig gøre, fordi Mont Blanc turen virkelig gav motivation og vilje.

At bestige Mont Blanc kræver egentlig kun fire ting: Sund fornuft i form af respekt for bjerget, gode lunger og ben, en god planlægning og ikke mindst en stærk vilje, udtaler Niels og fortsætter:

- Når jeg ser tilbage, var oplevelsen og fællesskabet om planlægningen, samt det meget velfungerende, livsnødvendige teamwork på bjerget de allerstørste oplevelser. Man skal kunne stole 100% på alle i gruppen under en sådan opstigning, så den psykologiske forberedelse er meget vigtig. Det er ikke mindst vigtigt, at de deltagende evner at

være ærlige i forhold til at sige fra, og på den konto måtte vi efterlade min ene søn for den sidste opstigning, men sådan er det. Hvis han først havde sagt fra midt under den sidste opstigning havde vi alle været nødt til at vende om.

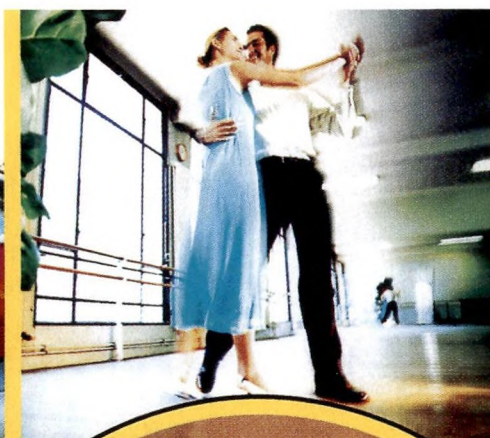
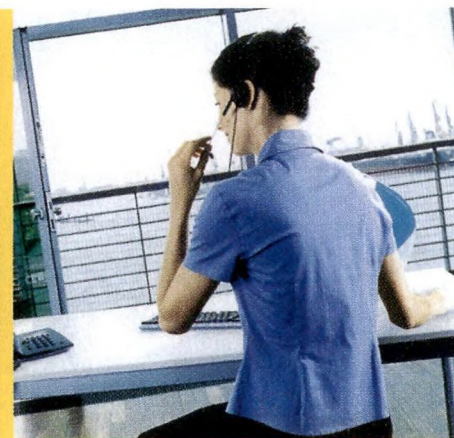
Klimaks lå ikke på toppen

- Da jeg stod på toppen af Mont Blanc's 4808 m tænkte jeg: Det var så det, eller måske nærmere: Er det så det? Nu kunne man så ikke komme højere op. Oplevelsen bestod i højere grad af forberedelserne, oplevelsen af teamwork, anstrengelserne. Det at gennemføre. Det var egentlig ikke selve oplevelsen af at stå på toppen, selvom der var vidunderligt flot. Det var mere den mentale personlige sejr: Jeg kunne!

- Heldigvis havde vi planlagt turen, så vi havde tid til at nyde oplevelsen. Vi holdt pause både på mellem og på tre-kvart-niveauet. På de sidste 1000 højdemeter går man af sted klokken 2 om natten for at det passer med dagslyset på toppen. Tilsvarende holdt vi pause på nedturen, hvor vi - i stedet for at rende hele vejen ned på én dag - holdt pause i 3800 meters højde, hvor vi delte en øl og virkelig nød udsigten. Denne ene øl var nok til at beruse hele selskabet.

- Jeg har det sådan, at MB ikke skal styre mit liv. Jeg vil forsøge at være den der styrer gigten. Jeg ønsker at kunne blive ved med at søge udfordringer og oplevelser, så længe jeg kan, men det kræver en stor vilje og træningsindsats slutter Niels Toft. ●





BDF ●●●●
Beiersdorf



Futuro støttebandager **hjælper og støtter en aktiv livsstil**

Futuro støttebandager er til de personer, der i deres hverdag oplever smerter eller ubehag i led og ryg, men som gerne vil beholde deres aktive livsstil.

Futuro ryg-støttebandage anbefales bl.a. til:

- midlertidige rygsmerter med gnavende og murrende smerter og spændinger i musklerne
- udvendig støtte efter operative indgreb
- forebyggende formål for at undgå rygproblemer ved bl.a. tunge løft.

Fås på apoteket.

Vejl. udsalgspris kr. 484,-.



FUTURO®
Support Your Active Life

Angrib gigten!

Inden for en overskuelig årrække bliver det muligt at 'slukke' for de syge gener, der skaber betændelse i leddene. Et århusiansk forskerhold er nu klar til at afprøve metoden på mus med leddegigt i poterne.

tekst | Annette Bjørg Koeller

Den næstbedste løsning er at fjerne gigtsmerterne, når de først er opstået, og sådan er behandlingsmulighederne typisk i dag.

Det bedste er dog at eliminere gigten, før den bliver skabt, og selvom det lyder som en ufatelig fremtidsvision, kan det blive en realitet indenfor det næste årti.

Forskere over hele verden er i gang med at afprøve den nye RNAi-metode på menneskeceller og nu også mus for at tage livtag med en lang række sygdomme lige fra gigt over kræft til hiv, polio og virus- og bakterieårne lidelser.

Særlig kræft har forskernes bevågenhed, men i Århus er lektor og biokemiker Jørgen Kjems ved at lægge an til et forsøg med mus, der har leddegigt i poterne, og hvis det falder positivt ud, vil fremtidens gigtpatienter få nye muligheder for et nærmest smertefrit liv.

Forsøget sker i samarbejde med afdelingslæge Bent Deleuran fra Reumatologisk afdeling på Århus Kommunehospital. Han fik idéen om at udvikle en behandlingsform mod gigt, som bygger på, at man direkte angriber de produkter i cellerne, som giver anledning til gigt i leddene, og han kontaktede derfor Kjems, som arbejder med den nye RNAi-metode.

Foreløbig er samarbejdet mundet ud i en ny kapsel med RNA, som skal sprøjtes ind i leddene og angribe et særligt protein.

- Ved gigt har man nogle gener, som holder gigten i gang ude i leddet, og som man selvfølgelig gerne vil prøve at slå ned. Vi har identificeret nogle af disse særlige proteiner, som laver ravage ved at signalere til flere og flere celler og dermed sætter dem i gang med at lave en betændelsestilstand i leddet. Det bliver en dominoeffekt, som gør, at hele leddet går i en undtagelsestilstand. Vi vil gerne slå de dér signalmolekyler ud, så de ikke kan sig-

Nej, - nu kan det være nok...!

tegning | Jonathan Ørnstrup



EDB -UDSTYR TIL LÆGEPRAKSIS

PC - PRAXIS - Absolut Aflastning!

PC - Ide

Maltegårdsvej 18 A - 2820 Gentofte

Telefon 39 68 05 06



Landinspektørfirmaet

Hovedgaden 4 . 2970 Hørsholm

Tlf. 45 86 07 90

Fax 45 86 04 86



Lyngby Svane Apotek

Lyngby Hovedgade 27

2800 Lyngby

Tlf. 45 87 00 96

Strunge Jensen A/S Rådgivende ingeniørfirma F.R.I.



Bærende konstruktioner
VVS-installationer
EL-installationer
Energiledelseskonsulenter
Beskikket bygningssagkyndig

Højagervænget 33
2680 Solrød Strand
Telefon 56 14 10 30

Comik Foto

Læderstræde 15, 1. tv.
1201 København K
Telefon 33 91 91 64

Tåstrup Auto Trading

- vores
handicap
samarbejdspartner -

Højgårdstøften 89 - 2630 Tåstrup
Telefon 40 33 44 06

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

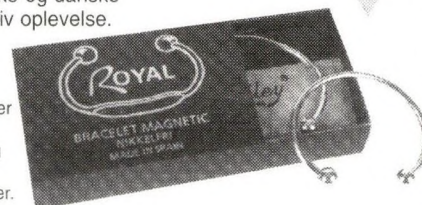
Mod os på internettet: www.olafmainz.dk

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,-

nalere til hinanden, at de skal gå i gang med lave en betændelse ude i leddet, fortæller Jørgen Kjems.

Kroppen bliver narret

Forskernes store problem er at få RNA'et effektivt hen til cellerne, så det ikke forsvinder eller bliver nedbrudt undervejs. Vores lever har det med at fjerne alle mulige affaldsstoffer, så hvis man bare sprøjter RNA ind i blodet, forsvinder det meget hurtigt fra kroppen, fordi leveren sier det fra.

Derfor har forskerne fået patent på at udvikle disse små kapsler med et særligt fedtlag rundt om for at narre kroppen til ikke at fjerne dem. Fedtet vil gøre det lettere for stoffet at komme ind i cellerne, eftersom vores celler består af en fedtvæg, og hvis fedtklumper i blodet flyder forbi disse celler, kan man faktisk få dem til at smelte sammen.

- Derudover sætter vi nogle andre kemiske stoffer på kapslerne, som gør, at de ikke er så giftige for kroppen. Normalt vil kroppen heller ikke kunne lide sådanne små fedtkugler og vil altid prøve at fjerne dem, så man putter nogle ekstra lag stoffer på for at gøre dem spiselige for kroppen. På den måde får de lov at cirkulere uopdaget i kroppen og ankomme det rigtige sted hos de syge celler, siger Jørgen Kjems.

Rammer sygdommen ved roden

Foreløbig har forskerne lavet kapslerne og afprøvet dem på menneskelige celler i kultur. Det næste er nu at lave forsøg med virkningen på mus:

- Vi har nogle mus med leddegigt i poterne, og så prøver vi at sprøjte kapslerne ind i musene og måler efterfølgende, hvor meget det hjælper, og om de bliver kureret for leddegigten. Indenfor det næste år bør vi nok vide, om metoden virker på mus. De penge, vi har fået bevilget til forskningen, løber i hvert fald et år fra sommer af, så det er den tidsramme, vi har til at vise, om det her kan komme til at virke, siger Jørgen Kjems, som har fået penge til sin forskning af universitetets patentudvalg.

I positivt fald håber han, at nogle pengestærke interessenter vil finansiere videreudviklingen af et lægemiddel, og forskerholdet tager 'gladelig imod pengene', som han siger.



Afdelingslæge Bent Deleuran

Et fremtidigt scenario for behandling af gigtpatienter vil formentlig indebære indsprøjtninger, og behandlingen skal sikkert også gentages. Der vil altså ikke blive tale om en total helbredelse med et enkelt trylleslag:

- Men det er jo heldigvis sådan med gigten, at hvis du får den ordentligt behandlet, kan den faktisk gå i sig selv igen. Hvis vi først får slukket for det autoregulerende loop, den er gået ind i ude i leddene, kan man faktisk håbe på, at behandlingen kan ophøre. Hvor meget og hvor ofte man skal behandle, er umuligt at sige endnu.

Men i princippet skulle behandlingen være meget effektiv, og frem for alt rammer man sygdommen ved roden af det onde i stedet for at symptombehandle, siger Jørgen Kjems. ●

At slukke syge celler

I modsætning til DNA, som indeholder vores arvemasse, producerer RNA'et blandt andet proteiner/æggehvide-stoffer og fungerer også som budbringer af informationer og signaler mellem cellerne. Forskernes metode går kort fortalt ud på at fremstille kunstige blokke af RNA, som sprøjtes ind for at angribe de syge molekyler i cellerne og 'slukke' dem, der hvor sygdommen opstår.

Det har været kendt i halvandet år, at metoden virker på menneskelige celler. For en måned siden publicerede en amerikansk forskergruppe så i en artikel, at de har fået metoden til at virke på mus i en behandling mod levervirus. Man har tidligere brugt børsteorme, bananfluer og menneskelige celler, men det er det første vellykkede forsøg med et dyr, der rent funktionsmæssigt ligner mennesket.



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

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. 8.300,-

PRINCESS HOTEL *****
med »forkælelsespakke«
og 1/2 pens.
1 uge fra kr. 6.250,-

Ved strand

Hotel Süzer*****
med behandlinger og 1/2 pens.
14 dage fra kr. 9.400,-

I dejlig natur

Natur-Med Kursted
med behandlinger og 1/2 pens.
14 dage fra kr. 9.300,-



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

308070

Tag til Nordkapp

- og bliv der !

Hej Brian!
Du har også ferie lige nu. Jeg har
et forslag: Find hvad du har af
rent tøj og din sovepose og smid det
bag i min bil. Jeg kører til Nordkapp
den 1.8 - men skal være hjemme igen
den 10.8. - Er du frisk?

- Svaret fra min tidligere kollega fra Horne på Fyn kom prompte:
Frisk eller måske åndssvag. Jeg er på vej!

tekst | Niels Vous

En uventet bedring af en kritisk sygdom hos et nært familiemedlem, gjorde hele forskellen. Pludselig opstod alligevel mulighed for en lille ferie. Alene. Min kone Luisa og datteren var på familiebesøg i udlandet. Luisa er i øvrigt af den bestemte opfattelse, at bjerge er noget man kan se på, beundre og fotografere - absolut ikke noget man i bil kører rundt i og på !

Du er ikke rigtig klog!

Jeg luftede ideen på kontoret, hvor flere af mine kolleger (desværre alle mænd!) ikke havde det helt store tilovers for iden: -"Dig! Med den dårlige ryg og nakke. 5.000 km på 10 dage i den lille bil. Du er da ikke rigtig klog! Og så er der så forfærdelig mange myg på Nordkap".

Nogen egentlig planlægning af turen, kan vi ikke påstå fandt sted. Grovskitsen (som blev aftalt mens vi passerede Øresundsbroen) lød nogenlunde sådan:

Fuld fart op gennem Sverige med en lille afstikker til Rova-

niemi i Finland (her ville vi gerne besøge et museum), op til Nordkap til et hurtigt kik på midnatssolen og derefter en rolig tur tilbage gennem det smukke Norge. Sådan kom det også til at forløbe. Næsten - for selve Nordkap er alt for smuk til blot et lille kik.

Turen derop

Sverige er et dejligt land at besøge som bilist. Vejene er fine, og selv om der ikke er mange motorveje, kan man alligevel nå at tilbagelægge nogle relativt lange strækninger. Forklaringen er, at mange af deres motortrafikveje er gamle 3-sporede veje, som de - ligesom i Danmark - klogeligt nok har lavet om. Dog på en helt speciel måde, nemlig derved at der er bygget autoværn midt i vejen. I hver kørselsretning er der blevet plads til et enkelt kørselspor samt et smalt krybspor.

Den langsomtkørende trafik har dermed mulighed for at holde til højre i yderste spor, og derved afvikles den hurtig-

Genskab velvære i kroppen

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

– men et tilbud til alle, der har et naturligt ønske om at blive seriøst behandlet og trænet af fagfolk, der sætter fokus på lige netop din krop.

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

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

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

Kontakt os og få mere information om mulighederne



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



**Gigtsanatoriet
i Skælskør**



F.eks.

AXA KAMPAGNESÆT

AXA møbelsæt i birk incl. greb, porcelænsvask, spejlsektion med 2 spots. Incl. 1 stk. 30 cm højskab med vitrinelåger.
Vejl. pris kr. 13.355,- incl. moms.
Nu kun kr. 9.990,- incl. moms.

**kr. 437,-
pr. md. i 24 mdr.**

NYHED

Køb dit nye badeværelse.
Vi giver 24 mdr. rentefri kredit



F.eks.

MILLENNIUM KAMPAGNEKAR

Millennium boblekar 140 x 140 cm. Elektronisk styret med luft/vandmassage samt dryfunktion til lufttørring af de skjulte rør.
Vejl. pris kr. 21.000,- incl. moms.
Nu kun kr. 14.995,- incl. moms.

**kr. 646,-
pr. md. i 24 mdr.**



**Royal Scandinavian
Bathrooms a/s**

www.royal.as

Nærmeste forhandler anvises på tlf. 86 86 22 44



Et skummelt russisk fængsel?

Selvom vi er tæt på grænsen dertil, er der tale om "ARCTIKUM", et museum i den finske by Rovaniemi. Alt ser jo skummelt ud med en så stor regnsky på himlen. Museet er virkelig et besøg værd.

Finmarken i solskin. Man følger sig så lille og ydmyg, området er enormt stort. Det konkrete sted er beliggende i en kommune på størrelse med Fyn (3.000 km²) - og med 2.500 indbyggere!

kørende trafik ganske roligt og udramatisk. Første stop på turen blev i området omkring Gävle ca. 50 km. nord for Stockholm. Og det var nu tid at bevise, at Brian og jeg da bestemt havde været spejdere. Både Norge og Sverige har jo begrebet "allemandsret". Det betyder at man kan overnatte i telt snart sagt alle steder - gratis. Altså op med teltet. Det var dog sådan et nymodens et, som jeg lige havde købt dagen forinden. Det bliver holdt oppe med nogle glasfiberstænger, men det havde vi vist aldrig prøvet før. Og mens vi stod og studerede teknikken, blev koncentrationen forstyrret af en sagte brummen.

"Her er vist lidt myg" sagde Brian med et tonefald, som jeg husker fra den tid, hvor vi arbejdede sammen, og hvor han fandt en skattesag der - som minimum - skulle forbi og vende hos den lokale byretsdommer.

Svenske myg er ikke morgenmænd

Et hurtigt blik på hinanden, låse bilen, gribe soveposerne - og så ind under teltdugen. For en enkelt gangs skyld anerkendte Brian min uvane med at ryge pibe. Det blev hverken til lejrbrød, aftensmad eller vask/tandbørstning. Det var bare om at komme ind under teltdugen og få lynlåsen trukket helt til !

Af samme årsag kom vi tidligt op næste morgen - åbenbart tidligere end de svenske myg. I den nærliggende elv fik vi klaret den mest nødtørftige morgentoilette, og så blev kursen sat mod nord til det foreløbige mål; bunden af den Botniske Bugt.

Da vi var kørt ud fra den meget smukke plads, hvor vi havde overnattet, fik jeg øje på et skilt, og sagde til Brian: "Stop lige et øjeblik, jeg skal lige se, hvad stedet hedder". På skiltet stod: "Tältslagning förbjuden"(!)



Nye udfordringer!!!

Hos os er udvikling, ansvar, selvstændighed og medbestemmelse nøgleordene.

Rosengård er en alternativ virksomhed der henvender sig til mennesker med nedsat funktionsevne.

Vi beskæftiger os med frilandsgartneri, gårdbutik, dyr med bl.a. hesteudlejning samt salg af frugt og grønt til virksomheder, og der er flere nye spændende tiltag på vej.

Du behøver ikke være i besiddelse af specielle færdigheder for at arbejde hos os, men du skal have lyst til at arbejde ude i naturen, da det er her vi opholder os det meste af tiden.

Lyder det som noget for dig?

Kontakt indehaver Lene Andersen på tlf. 64 87 27 09 for nærmere information.

Gør hverdagen mere FUN!



www.fun.dk

FUN[®]_{light} er en forfriskende læskdrik - fuld af god smag.

Ellers gik det nordpå. Turen op langs den Botniske Bugt er absolut et flot landskab, men måske ikke helt så storslået som vi havde forventet. Vi kørte, og kørte, indtil sult og træthed meldte sig. Og det hed Piteå.

Her fandt vi et dejligt sted. Det vil sikkert fremgå af billedet. Vi havde det hele for os selv. Teltslagning helt ned til en dejlig sandstrand, og vandet var dejligt varmt, selvom vi nu kun var ca. 200 km. fra det nordligste af den Botniske Bugt. Og så var der næsten ingen myg.

Haparanda og Tornio

Den næste dag var der kun nogle få hundrede kilometer til det navnkundige sted, Haparanda. Her går grænsen til Finland. Hvem har ikke hørt Voldborg i sine vejrudsigter nævne denne lille by, beliggende i bunden af den Botniske Bugt. Det er dér, hvor det er rigtigt koldt om vinteren. Og smukt om sommeren. Byen er ikke ret stor, ganske overskuelig, og kendetegnende ved en meget smuk blomsterudsmykning, og ligger klods op af den finske by Tornio. To forskellige lande, dog begge nu mellem af EU, men med hver sin mønt (Finland er gået over til euroen), endda er der også en times tidsforskel.

Ikke desto mindre har de to byer et uforligneligt samarbejde. F.eks. deler de mange forskellige faciliteter, herunder både varme- vand- og elforsyning. Det er jo i sig selv ganske enestående, også når vi henser til, at især det skrevne sprog i disse to lande, næppe ses mere forskelligt. Men vi skulle videre. Og ca. 150 km nordligere - i øvrigt

næsten på polarcirklen - ligger byen Rovaniemi. Det var her vi skulle besøge polarmuseet. En stor oplevelse som varmt kan anbefales, hvis læseren skulle komme på disse kanter.

Afsindig meget plads

Nord for Rovaniemi begynder Finmarken så småt. Nogle vil kalde det for ensformigt, men ingen kan benægte at det er ganske storslået. Uanede strækninger med nåle- og birkeskov. Ret ofte passerer vi nogle ganske små byer.

En kuriositet kunne vi også se på en landevejsstrækning, hvor det var tydeligt at selve vejbanen meget let kunne omdannes til en start-/landingsbane for fly. Efter sigende skulle det være anlagt af det finske flyvevåben. Prøv at forestille dig noget lignende på en dansk hovedlandevej? Men trafikintensiteten er jo her ganske anderledes lav.

Selv i august kan man - især ved at se på de krogede birke-træer - fornemme hvor bidende koldt der må være om vinteren. Men en sommerdag på disse kanter kan være meget smuk og fredfyldt. Se blot billederne.

Der er simpelt hen så afsindigt meget plads.

Hen under aften ankom vi til en af de få byer, hvor vi overhovedet kunne udtale navnet. Ivalo. Ordet kendes også fra Grønland, hvor det er navnet på en lille smuk blomst - og et pigenavn. På trods af vores store succes med teltet i Piteå, valgte vi alligevel denne gang et hotelværelse.

I næste nummer af medlemsbladet kan du læse om den sidste del af turen til Nordkap og min opfordring til at blive der lidt længere, end blot et kikk på midnatssolen. ●

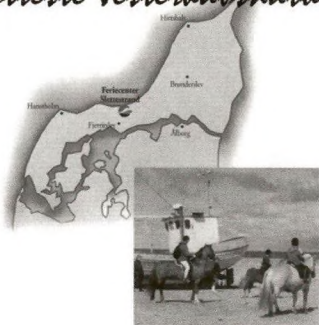
Den smukt beliggende lystbådehavn i Piteå.



Fantastiske FERIECENTER - ved Danmarks flotteste Vesterhavsmatur

Strandsti til havet og handicapfaciliteter:

- Speciallejl. m. loftslift og elevationsseng
- Nye dobbeltlejl. til 9 - og maxi-lejlighed til 10-12 pers.
- Varm svømmehal/loftskran, motion og massage
- Ture i hestevogn, ridning og specialcykler



Kuttere på stranden, Nordsø-akvariet, Naturfarm og kronvildt



Vores speciale:
"Aktiv ferie med det hele"
- for grupper



FERIECENTER
Slettestrand

Værsgo: 3 dage fra 1345,-
(Hel lejl. i lavsæson excl. el.
Tillæg for speciallejl./udstyr)



Slettestrandvej 142
DK-9690 Fjerritslev

Tlf. 98 21 70 44 · Fax 98 21 75 44
E-mail: fc@slettestrand.dk · www.slettestrand.dk

Jacsy relax



Jacsy Vital



- Løfte og hvilestole
- Med 3 individuelle motorer
- Individuel tilpasning til den enkelt bruger
- Leveres i stof og læder

Clencox ApS

Hovedvejen 79 · 4000 Roskilde
Tlf.: 46 49 82 22

Vi udstiller i hal C stand 004

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



DARO

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

TENS

Transkutan Elektrisk Nerve Stimulation - smertelindring uden medicin

FLIP TENS

Model XL-Y4

- ~ Effektivt og sikkert
- ~ Let at betjene
- ~ 5 forvalgte programmer
- ~ Stort frekvensområde
- ~ Handy - kan bæres overalt
- ~ Elektroder, bæretaske m.m. medfølger
- ~ Kun kr.1125,- incl. moms



Digitale TENS-apparater fra Europas største producent, TensCare Ltd., England
Designet for enkel betjening og behagelig komfort. Se os også på www.hml-basen.dk

bensmith

Højager 65 @ DK 2670 Greve @ Tel 2440 9105 @ Fax 4369 0934



tekst | Benny Nielsen, København

Dagbog

fra en rygoperation

De første par dage kort

Indlæggelse: Mandag d. 13. jan. 2003. Mødetid 0830 -
Operation d. 14. jan 2003: Start 0800.

Jeg ankommer til Rigshospitalet og starter med at få taget blod, så de har typen til operationen. Derefter går jeg til indlæggelse på afd. hvor jeg bliver installeret. Lægen kommer og undersøger og fortæller hvad der skal ske den næste dag. Alt ok.

Operationsdag

Starter kl. 0700 hvor jeg bliver gjort klar, morgentoilette bad m.m. Jeg bliver kørt til operationsstuen til kl. 0800. Jeg bliver modtaget af lægen, får lidt bedøvelse, og alt er klart. Jeg vågner kl.1430 og er nogenlunde klar, tror jeg nok, operationen er overstået, alt er gået som det skal, det er en vellykket operation. Jeg kommer tilbage til afd. kl.1930. Det har taget utroligt lang tid p.g.a et plaster på ryggen hvor der er indlagt elektronisk bedøvelsestråd, den bliver ved med at larme, d.v.s. ikke virker. Da jeg kommer til afd. går den i gang igen, en af de erfarne sygeplejersker tager over, sætter nyt plaster på, og så virker det som det skal.

Onsdag d.15 Jan. 2003

Skal ligge stille, må kun bevæge mig med sengen(elevator-seng) kan ikke sidde op og spise eller drikke, alt må foregå i et leje der passer til sengen og min rørlighed, smerten? Hele tiden tilpasning af piller, det er lidt svært, men de er dygtige. Lynhurtigt bliver et pilleprogram sat op, hele døgnet bliver dækket, for at man ikke skal opleve for megen smerte. Lægen kommer på besøg og gennemgår operationen.

Torsdag d.16 jan. 2003

Fysioterapeuten gennemgår enkelte øvelser, om hvad de gør og hjælper for, og om hvordan de hjælper mig i det daglige. Bandagisten kommer og tager mål til korsettet.

Gode råd til kommende patienter der skal rygopereres:

Tag ikke hjem før det er nødvendigt. Få en transport hjem. Pas på med for hurtig aftrapning af medicinen, det giver bagslag, tag den tid det tager at blive smertefri, før aftrapningen begynder, hellere for sent end for tidligt. Sørg for at pilleprogrammet er tilrettelagt inden du forlader hospitalet, sørg for at smertelægen har tilrettelagt et aftrapningsprogram du kan få med hjem. Kontakt din lokallæge ved hjemkomst. Lad din lokallæge hjælpe med nedtrapning-

gen hvis der er det mindste problem, undladelse kan være katastrofalt.

Før indlæggelse

Kontakt din kommune inden du bliver indlagt, fortæl hvilken operation du skal igennem og hvor. Hvem er din kontaktperson, det er vigtigt. Det kan tage tid når du kommer hjem, en tid der kan koste mange smerter.

Dit behov:

- Din seng skal være så høj, så du kan sætte dig uden at bukke benene, grin ikke, det er rigtigt.
- Du kan evt. opklodse sengen, eksempel med legasten.
- Du skal bruge højt toiletsæde.
- Du skal bruge høj stol. Evt. med katapult for at komme op.
- Du skal bruge en bæk til badet.
- Du skal bruge en talerstol, en høj stol du kan gå med, du støtter på albuerne.

Det er alt sammen prøvet af andre. Jeg skriver om det, for det er et problem der bliver kæmpestort når det mangler, og fordi jeg har prøvet det. Jeg syntes der er helt fint hvis andre undlader at prøve den omgang jeg var igennem. Alt går fantastisk nu, men min kone, familie og venner har haft store udfordringer under en del af perioden.

9 måneder senere

Jeg har ikke haft det så godt de sidste 20 år. Jeg havde i forbindelse med min Bechterew fået et brud på en ryghvirvel, det var det eneste led der kunne bevæges, og blev derfor "stresset", som lægerne sagde. Bruddet gjorde, at jeg kom gennem systemet rimeligt hurtigt. Idag er jeg fuldstændig smertefri, ikke engang en lille smerte engang imellem. Samtidig er jeg total pillefri. Jeg tog før operationen smertestillende piller hver dag, i dag tager jeg mine vitaminpiller. På grund af min operation for bruddet, blev min ryg samtidigt rettet ud, jeg kan nu nå de øverste skabe, og samtidigt se hvad jeg laver.

Til alle andre der er i tvivl, det er en hård omgang, men resultatet for mit vedkommende var helt fantastisk. En hel solstrålehistorie. En tak til Thomas Kjær og hele teamet på Rigshospitalet.

Med venlig hilsen

En rygopereret der er blevet rettet ud.

Benny Nielsen

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



Gigtsanatoriet

Egernvej 5 - 8270 Højbjerg

Ambulant træning tilbydes til patienter i Århus Amt

**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 selvhjulpne?

Har du netop gennemgået en led eller rygoperation?

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.

Henvisning 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.

Gigtforeningen for Morbus Bechterew

V/ formand Torben Jørgensen,
Hjortøgade 1, 4.tv. 2100 København Ø.



Enslydende til:

Trafikminister Flemming Hansen
Trafikministeriet
Frederiksholms Kanal 27,
1220 København K. 1240

og

Trafikudvalget,
Folketinget,
Christiansborg,
København K.

Vedrørende forslag til bortfald af statstilskud til bladporto

Vi har med stor bekymring noteret, at der i forslaget til finanslov for 2004 foreslås bortfald af statstilskuddet til nedbringelse af porto for foreningsblade.

Hvis dette forslag vedtages, vil det have afgørende indflydelse på vores muligheder for at udsende vores medlemsblad "MB Bladet", som netop har fejret 10 års jubilæum, til vore cirka 1000 medlemmer.

Morbus Bechterew er en kronisk, progredierende gigtsygdom. I denne sammenhæng er den bedste forklaring nok, at det er den sygdom, Pia Christmas Møller er ramt af.

Sygdommen forløber med forskellig styrke og konsekvens fra patient til patient, men fælles for alle er behovet for at holde motivationen til et livslangt træningsforløb for at forebygge/udsætte krumning af rygsøjlen og påvirkning af især knæ- og skulderled, ligesom permanent medicinering er en fællesnævner for de fleste.

Det offentlige sundhedsvæsen er som oftest i stand til at håndtere de konkrete forhold omkring vores diagnose: Diagnosticering, medicinering, operationer osv, men det er klart, at en sygdom af denne karakter også medfører betydelige byrder og afledte problemer i forhold til smertemestring, træning, fastholdelse af arbejdsliv, samlivsbelastninger, indretning af bolig, arbejdsplads mv. Problemstillinger som man fra lægelig side ikke forholder sig til. I forhold til disse afledte konsekvenser af sygdommen yder vore 10 kredse et stort, uegennyttigt og ulønnet rådgivningsarbejde, som uden tvivl er af stor samfundsmæssig værdi.

Vores blad er livlinen til formidling af alle disse aktiviteter, ligesom vi gennem årene har bragt et stort antal artikler af oplysende karakter om alle spektre af sygdommen.

En forhøjelse af bladporto, således som forslaget indebærer, vil være af så dramatisk størrelsesorden, at vi enten må opgive en stor del af vore aktiviteter for at få råd til at udsende bladet, eller alternativt indstille bladet for at få råd til aktiviteterne, og vil således få afgørende velfærdsmæssig konsekvens for vores mulighed for at drive vores patientforening, som vi har brugt 30 år på at udvikle.

Vi skal derfor indtrængende opfordre regeringen og folketinget til at genoverveje de sundhedspolitiske cost-benefit-konsekvenser af dette forslag, som vi meget stærkt vil opfordre jer til ikke at fremsætte.

På vegne af Gigtforeningen for Morbus Bechterew

Torben Jørgensen

Claus Rønlev

Formand

næstformand

JTB KØKKEN APS MODERNISERING

NYE KØKKENLÅGER PÅ 1 DAG

Vi renoverer dit
køkken fra A-Z
med:

Nye låger – nye hængsler – nye
greb – nye rulleskuffer – nye
kolonialskuffer – nye bordplader,
nye baldakiner og meget mere.

Fuld garanti
på produkter og
håndværk.

Spis morgenmad i det
gamle køkken og
frokost
i dit nye køkken!

Bestil et gratis og
uforbindingende besøg!

Det kan hurtigere blive
et sjovere køkken!



Vi tilbyder helt gratis og
uforbindingende
ET TILBUD
EN OPMÅLING
EN MONTERING
Er du en *handyman*, som
tilbyder
EN OPMÅLING
EN MONTERING
Så giver vi dig et lidt

Tlf. 70 20 39 31
Mail: jtbk@c.dk

Otrivin[®]
Hvilken lettelse!



Du behøver ikke finde dig i en forkølelse!

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

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



Her kan du søge oplysninger

Gigtforeningens pjece:

Fakta om morbus Bechterew

- fås hos Gigtforeningen

Bechterewforeningens pjece:

Bilkørsel og Bechterew

- fås hos Gigtforeningen

Din lokale Bechterewforening

- se adresselisten i dette blad

Fra Internettet:

www.bechterew.dk

- Bechterewforeningens egen hjemmeside. Her kan man bla. finde mange af de artikler, der er bragt i tidligere numre af MB-Bladet. Der er også en del links til andre beslægtede emner.

www.gigtforeningen.dk

- Gigtforeningens hjemmeside ^ også med mange links.

www.asif.rheumanet.org

- Den internationale sammenslutning af morbus Bechterew foreninger. Siden er på engelsk. Der er links til andre nationale Bechterewforeningers hjemmesider.

www.sundhed.dk

- En portal der dækker emnet sygdom og sundhed bredt, blandt andet med mange oplysninger om medicin.

medlemmernes Brevkasse

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

Kære medlemmer!

Velkommen til Medlemmernes Brevkasse, hvor et panel af eksperter står klar til at besvare spørgsmål fra jer. Fat nu pennen, og vær med til at gøre dette forum levende og oplysende.

Redaktøren

Skal børn af MB-ere føde ved kejsersnit for at beskytte barnet?

Kære Brevkasse.

Jeg er en mand på 47 år, som fik konstateret MB for 6 år siden. Jeg lever udmærket med min sygdom og ikke for den. Nu har jeg fået den glædelige meddelelse, at jeg skal være farfar, og det fik mig til at tænke på arvelighed for MB. Min søn har ikke MB og har ikke den aktuelle vævstype (HLA-B27).

Jeg har læst om en undersøgelse, der var lavet på rotter, som havde fået MB. Når de fødte normalt, fik deres unger MB, men når de fødte ved kejsersnit, fik de ikke MB. Min søn blev født ved kejsersnit.

Mit spørgsmål er nu, skal det tilrådes min søn og hans kæreste, at hun får foretaget kejsersnit, når tiden kommer?

*Med venlig hilsen
S. Olsen*

Kære S. Olsen!

Selvom jeg ikke kender den undersøgelse på rotter, du nævner, er arveligheden for mennesker ikke afhængig af fødselsmåden. Din søns kæreste behøver derfor ikke at tage hensyn til fødselsmåden ud fra et arvemæssigt synspunkt.

Jeg går ud fra, at den kommende mor ikke har morbus Bechterew (MB), og at hun ikke ved, om hun har vævstypen HLA-B27.

Generelt om arveforholdene ved MB kan jeg kort anføre:

9% af danskere har vævstypen HLA-B27, altså 90 ud af 1000.

MB rammer 0,1%, altså 1 ud af 1000.

Af dem, der har MB, har 90% vævstypen HLA-B27.

Det vil sige, at man sagtens kan have denne vævstype uden at have MB, men at risikoen for at få sygdommen, når man har vævstypen

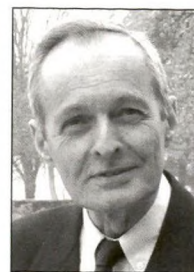
er øget - nemlig til 1-2%, altså 10-20 ud af 1000 personer.

Men ser vi på en person med vævstypen HLA-B27 der har sygdommen MB, så vil risikoen for at denne persons børn får MB være øget til 10-20%.

Man antager at MB hos langt de fleste opstår, når personen har HLA-B27 og samtidig udsættes for en påvirkning udefra, måske en tarmbetændelse. Men man mener ikke, at en naturlig fødsel kan være den påvirkning, der udløser sygdommen hos de personer, der har tilbøjelighed til at få den.

Jeg ønsker dig tillykke med din kommende værdighed.

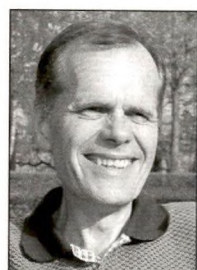
**Med venlig hilsen
Jon Erlendsson**



Jon Erlendsson
Reum. overlæge



Nina Teilmann
Socialrådgiver



Per Lignell
Advokat



Niels Vous
Skatterevisor



Mirjana Rosenlund
Psykolog

Enhver kan komme til kort

MB – identitetskortet

- kan i værste – eller måske bedste – fald redde dit liv.

I tilfælde af ulykke giver kortet læger eller ambulancefolk chancen for at give dig den rigtige behandling.

Du kan med andre ord tegne en livsforsikring for et eengangsbeløb på en tier!

Kortet bliver fremstillet i lamineret holdbar kvalitet i samme størrelse som et sygesikringskort, og kan derfor opbevares sammen med dette. Så nemt er det:

- 1 Du skal levere et billede, som er taget fra siden, således at billedet bedst muligt viser dine 'skævheder'. Størrelsen eller formatet af billedet er underordnet. Digitalbilleder er også OK.
- 2 Send eller evt. e-mail billedet samt dit CPR-nummer, som skal stå på kortet til
Claus Rønlev
Kr. Koldsvej 54
8230 Åbyhøj
roenlev@mail.dk
- 3 Du skal betale 10 kr. for kortet, som enten skal vedlægges i fri mærker i brevet, eller indsættes på konto 53940713927, Arbejdernes Landsbank, Åbyhøj afdeling.

MORBUS BECHTEREW

Pas på stiv ryg og hals!

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

MORBUS BECHTEREW

Stiff, vulnerable back!

CPR: 012345-6789
M. Bechterew

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



Husk at bruge vores nye Chat

Møde tidspunkter:

Tirsdag: Kl. 20.00

Torsdag: Kl. 20.00

Søndag: Kl. 20.00





Nyt fra kredsene

SØNDERJYLLANDS KREDSSEN



Kære Medlemmer

Pia Christmas-Møller trækker fulde huse

Som formand Markussen sagde indledningsvis, skal der åbenbart en ,Kjøvenhavner, til, for rigtig at lokke folk af huse

I al fald havde mere end 80 mennesker en fin aften i selskab med Pia Christmas-Møller, der havde taget den lange vej til Gråsten Gighospital for at fortælle om sine erfaringer med en rygoprettende operation. At der oven i købet var både øl og smørrebrød, kaffe og æbleskiver til, gjorde jo ikke sagen ringere.



Pia lagde ud med at give os indblik i sin gigts mangeårige udvikling. Mange kunne nikke genkendende til de trin -og fejltrin- hun gennem årene har trådt, og Pia fortalte, at det der skulle til for at hun evnede at se diagnosen i øjnene, dels var en slem regnbuehindebetændelse, dels en oplevelse hjemme på køkkengulvet, hvor hun måtte opgive at få nakken og bagdelen i gulvet på samme tid.

Et ophold på Gråsten Gighospital i '99 blev også fremhævet som en oplevelse, der -ikke mindst på grund af fagligt kompetent personale- både gav Pia egenindsigt og mod på at forholde sig mere aktivt til gigttrollen.

Dog strammede gigtgenerne til i en grad, så Pia i 2002 var moden til at tage den store beslutning om en rygoprettende operation. Et dramatisk og omfattende indgreb, der tager 10 timer på operationsbordet, og hvor man forlods må forholde sig til risikoen for, at det kan gå galt med lammelser til følge.

At selve operationen og dagene, ugerne og månederne derefter er en barsk omgang stod klart for alle, og Pia fortalte med også stor ærlighed om, hvordan hun har oplevet det ydres betydning for mødet med andre mennesker, og om hvordan omverdenens reaktioner og opfattelse af hende har forandret sig efter rygopretningen. Ligeledes fortalte hun om et markant øget selvværd på samme konto.

Pia er med egne ord fyldt med glæde over sit ,nye liv, ovenpå operation og kan anbefale andre at tænke i samme baner, - men vel at mærke først efter at man har gjort sig de nødvendige og alvorlige overvejelser i form af de risikofaktorer, der hører med.

Lidt malurt kom til sidst i bægeret, idet Pia kunne rejse hjem med en melding om, de bebudede nedskæringer på støtten til bladporto er så truende for Bechterew foreningen, at hun og forligsfællerne hverken kan regne med ros, tak eller respekt, hvis forslaget gennemføres.

Da mødet samtidig var kredsens juleafslutning, kunne alle gå hjem med fællessangen og formand Markussens ønske om en god jul klingende i ørerne.





Det lækreste pålæg
på brødet.

Bio - Teknik

v/ Ole Olsen

Østerlykke 20

Agtrup

6091 Bjert

75 57 74 00

Magnet - sengetøj

- Brugskunst
- Kunsthåndværk
- Vandkunst

SCULPO

Fabriksvej 31
5485 Skamby
21 42 02 22
(Bestillingsopgaver)



FØDT SELVSTÆNDIG?

Hvorfor betale mere end nødvendigt for din arbejdsløshedsforsikring? Hos ASE får du nøjagtig den samme sikkerhed som i andre a-kasser til et af Danmarks laveste kontingenter. Vi er både for selvstændige og lønmodtagere – klik ind på www.ase.dk.

Velkommen i ASE



Nyd din selvstændighed

Flügger farver

Ny Carlsberg Vej 5-7 • v/ Pia Lassen
1760 København V
Tlf. 33 24 49 07



rje design

MODETØJ størrelse 36-50

LauRie DESIGN

MODETØJ til store størrelse

Sindalsvej 47, 8240 Risskov
87 45 40 00

Medlemslisten og kontingentindbetalingen.

På det sidst afholdte bestyrelsesmøde (tirsdag den 9. september) blev det besluttet, at de medlemmer, der endnu ikke havde betalt deres årskontingent for kalenderåret 2003 skulle tilsendes en "reminder". Samtidig blev bestyrelsen enige om, at de medlemmer der ikke havde efterkommet denne "reminder" vil blive slettet af foreningens medlemsoversigt pr. 31.12.2003.

Dette medfører sluttelig, at vi så også sletter disse fra distributionslisten til MB-Bladet.

Sagt ligeud: De vil så fra det nye år ikke modtage MB-Bladet. *Sorry!*

En dejlig lang sommer har vi lagt bag os. Efteråret med regn og blæst og "kulde" bestemmer vores dagligdag. Inden længe står julen og årsskiftet på programmet.

Da dette er det sidste blad for året 2003 vil vi gerne fra bestyrelsen sige tak for medlemmernes opbakning og ønske alle en glædelig jul, samt alt godt for det kommende år 2004.

Med venlig hilsen på bestyrelsens vegne

P.Stückler

VEJLE-RIBE KREDSSEN

Kære Medlemmer

Efteråret og snart vinteren er over os, og så melder behovet sig måske for at få rørt sig. I den forbindelse kan vi oplyse, at der stadig er få pladser tilbage på svømmeholdet på Kolding sygehus. Svømningen/ træningen foregår hver onsdag aften 19.30 - 20.30. Kontakt Nis Iversen 75585535 for yderligere information.

Sæt **X** i kalenderen ved den 02. 12. 03. Der får du muligheden for at høre Overlæge ved Gråsten, Gert Hansen for-

tælle om den nyeste forskning på MB området, herunder forbedrede undersøgelsesmetoder m.m. Gå ikke glip af et spændende og lærerigt og ikke mindst underholdende foredrag. Arrangementet holdes på Falckgården, Odense. Indbydelser med yderligere information er sendt ud til Jer med posten.

Til sidst ønsker bestyrelsen for Vejle/ Ribe kreds alle medlemmer en glædelig jul og et godt nytår !!

**Venlig hilsen
Jens Tryde**

STORSTRØMSKREDSSEN

Kære Medlemmer

Husk - som nævnt i sidste nummer, at der onsdag den 19. november kl. 19.00 er medlemsmøde i Hollænderhaven i Vordingborg med psykolog Lisbeth Lausen om MB og livskvalitet, især i forhold til de nære pårørende, som der forhåbentlig kommer mange af.

KØBENHAVNS KREDSSEN

Kære Alle

I og Jeres familier og pårørende ønskes en glædelig jul og et godt nytår!

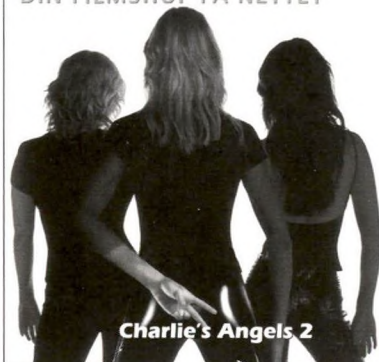
På bestyrelsens vegne

Torben Jørgensen



MOVIEZOO.DK

DIN FILMSHOP PÅ NETTET



Charlie's Angels 2



Anja Efter Victor

**MASSE AF FEDE TITLER
I NOVEMBER OG DECEMBER**

Terminator 3

The Hulk

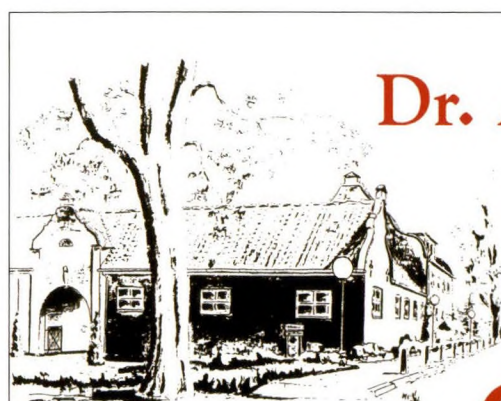
2 Fast
2 Furious

Essence of Jerusalem

ADA Business

Lysholmsvej 2 · 2650 Hvidovre · 36 77 35 99 · www.adabusiness.dk

Israelske parfumer som er 100 % kemikaliefrie



Dr. Alexandrines Gigtsanatorium

- Kvalificeret behandling
- Rart miljø
- Aktiv træning
- Rådgivning og undervisning



Gigtforeningen

Adlerhusvej 28, 5500 Middelfart

Tlf.: 64 41 10 80 · Fax: 64 41 03 88

E-mail adresse: dag@gigtforeningen.dk



Kære medlemmer

Lørdag d. 18/10-03 havde vi medlemsmøde på Tylstrup kro, hvor 26 medlemmer var mødt op for at høre pensioneret overlæge Ole Helmig holde foredrag om sin lægegerning rundt omkring i landet, fortrinsvis i Nordjylland, og om hvordan man får humoren og venligheden ind i læge - patient forholdet.

Det var nok ikke det mest sygdoms oplysende foredrag vi har haft i foreningen, men det var helt sikkert et af de mest humoristiske, og en stor succes. Det var en meget sjov eftermiddag, hvor alle tilhørere fik rørt lattermusklerne grundigt.

Der er ikke planlagt flere arrangementer inden jul, men vi forsøger at arrangere et foredrag med Overlæge Gert Hansen fra Gråsten Gigthospital en af de første måneder i det nye år. Dette er desværre ikke faldet helt på plads endnu, men som sædvanligt sender vi breve ud til alle medlemmer, når en dato foreligger.

Porto udgør en stor del af kredsens udgifter i forbindelse med diverse foredrag m.m.

Hvis du har en e-mail adresse du kontrollerer jævnligt, kan du hjælpe med at nedbringe disse udgifter.

Tilmeld dig på cl@post5.tele.dk - Husk at meddele, hvis du får ny e-mail adresse.

Vi vil samtidigt gerne benytte lejligheden til at ønske Jer alle en god jul og et lykkebringende nytår.

NYHED: Svømning i Frederikshavn:

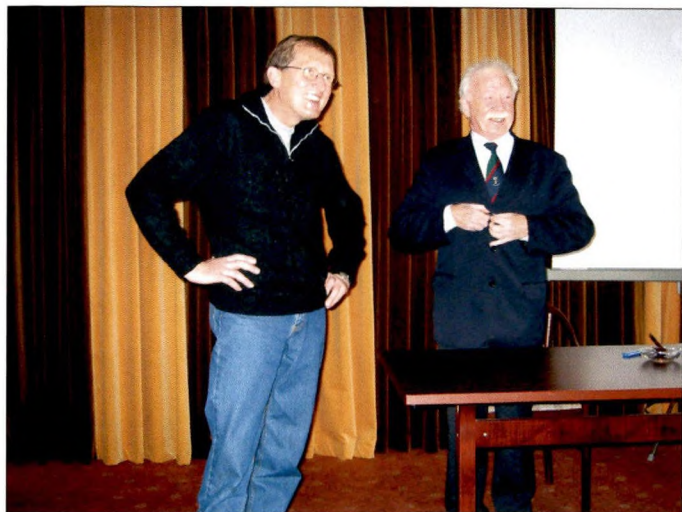
Som noget nyt tilbydes der nu bassintræning i varmt vand i Frederikshavn, hver torsdag aften på gigtpløjehjemmet fra 19.00 - 21.00

Henvendelse til Keld Hansen på tlf.: 98 48 48 30, eller mød bare op torsdag aften kl. 18.50.

Pbv.

Claus Larsen

Billeder fra medlemsmødet på Tylstrup kro med pensioneret overlæge Ole Helmig som foredragsholder.



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

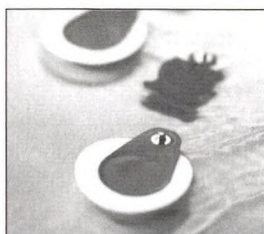
Fax 43 43 70 08

www.schluntz.dk

Honeywell
Address <http://www.honeywell.dk>

Take the Honeywell Internet Tour!

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



Vi er med til at redde liv

Ambu A/S er en børsnoteret virksomhed, der markedsfører diagnostisk og livreddende udstyr og løsninger til hospitaler og redningstjenester.

Vi er 700 medarbejdere beskæftiget i egne selskaber i Europa, USA og Asien.

Ambu

Ambu A/S, Baltorpbakken 13, 2750 Ballerup, tlf.: +45 7225 2000, fax: +45 7225 2050
www.ambu.com



STUKKATØREN



Jan Alexander Bach
Landskronagade 56
2100 København Ø
E-mail: stuk@info.dk
www.stukkator.dk

39 20 49 45

**BYG
GARANTI**
www.byggaranti.dk

Alt stukarbejde
udføres i hele landet



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

Indikationer: Naturlægemiddel til behandling af lettere forbrændinger, solskoldning, frostska-
der og mindre sår.

Dosering: Udvortes flere gange daglig efter behov.

Forhandles hos Matas, Helsekost og Apoteker.

ALOE VERA GROUP tlf. 39 69 08 14

VESTSJÆLLANDS KREDSSEN



Kære medlemmer

Endnu engang forsøgte vi os med Sundhedsskolen, og endnu engang har dette vist sig ikke at have nogen interesse. Deadline er i skrivende stund lige netop overskredet, og eet medlem havde fundet tilbuddet spændende og meldt sig, men eet medlem er desværre ikke nok til at sætte "skolen" i gang.

Ærgerligt synes både Nicolaj og jeg, for vi tror på, vi havde et godt tilbud til Jer.

Generalforsamling år 2004 er allerede nu booket, så alle kan sætte **X** i kalenderen til lørdag d. 27. marts 2004 kl. 11.00 - 15.00 på Hotel Postgården i Sorø. Vi vil forsøge at få et spændende indlæg om bl.a. de nye biologiske mediciner. Nærmere herom følger i næste nummer.

Med håbet om at alle medlemmer kommer godt igennem vinterens mørke og kulde, sendes de bedste ønsker om en glædelig jul og et godt og helsebringende nytår, både til Jer medlemmer samt Jeres pårørende.

Venlig hilsen
p.b.v.

Grete Jensen

MIDTJYLLANDS KREDSSEN



Kære medlemmer!

Forårets program er endnu ikke endelig fastlagt. For tiden arbejder vi på en revision af vores vedtægter, som vi regner med at have klar til vedtagelse på generalforsamlingen i 2004.

Nogle unge MB'ere og medlemmer af FNUG er ved at arrangere et lørdagsmøde for alle unge med gigt. Det ser foreløbig ud til, at mødet vil foregå i De Frivilliges Hus i Viborg lørdag eftermiddag den 17. april 2004.

Reumatologisk overlæge Jon Erlendsson har lovet at holde et foredrag. Det vil man kunne læse mere om i vores program for foråret, når vi sender det ud, og i FNUGs medlemsblad.

Med venlig hilsen

Michael Dohn

ØSTJYLLANDS KREDSSEN



Kære medlemmer

Østjyllands kreds afholder foredrag på Marselisborgcentret sidst i Januar 2004 med Indlægget "Kost, Krop og helhed. Der kommer endelig indbydelse senere.

Østjyllands Kreds afholder generalforsamling d. 25.03.04 på Marselisborgcentret Kl. 19.00

Formand

Kurt Ibsen



El
VVS
Ventilation
Køling
Brandalarm
Sikringsanlæg
Døgnservice

www.bravida.dk

Vi er klar
døgnet rundt,
når det gælder
teknisk service
og installation...



Park Allé 373
DK-2605 Brøndby
Tlf. 4322 1100



Ny komfort kørestol med mange muligheder



Pris fra
11.800,-

ERGOLET
RING 58 37 37 20

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,-

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



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

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

NCCM Akupunktur
Rødkildevej 10
7100 Vejle
Telefon 20 77 11 99

Nordic Center of Chinese Medicine

NCCM er et "multi-funktionelt" kinesisk helsecenter, og den største akupunkturklinik i København. NCCM har tre akupunkturklinikker, et tehus samt et handelsfirma. NCCM har en akupunkturskole "Nordic College of Chinese 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 traditionel kinesisk medicin på American Global University i USA. Hun søger stadig 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 kræftpatienter med smertelindring, styrkelse af immunforsvaret og deres energiniveau- og dermed forbedret deres livskvalitet.





Kære medlemmer!

Snart melder vinteren sin komme og med den smukke højtid julen, hvor alle er glade og gode ved hinanden.

Mange MB-ere har i denne periode deres sværeste tid, da kroppen bliver stiv og for nogle at vinterdepressionen sætter ind.

Hverdagen er for mange svær at komme igennem, men det er vigtigt at have livsglæden og troen på, at vi som MB-ere trods vores sygdom har et godt liv. Vi kunne starte med at begynde at tænke mere positivt og få et mere optimistisk livssyn.

Udover det menneskelige er det vigtigt at vi som MB-ere også husker det fysiske, og passe vores ugentlige træning i motionscentre, varmtvandsbassin og hos fysioterapeuter.

På Fyn har vi i forsommer kæmpet for at få vores YNGRE medlemmer i tale ved at afholde et "gardenparty" - men der var desværre ingen, der tilmeldte sig og arrangementet måtte aflyses. I august havde vi programsat vores årlige HAVE

GRILLFEST, men det var kun tordenskjolds soldater der tilmeldte sig, så også dette arrangement måtte aflyses.

Fyns kreds vil gerne byde vores nye medlemmer velkommen, men må desværre konstatere, at medlemstallet er i tilbagegang, fordi en del medlemmer "glemmer" at betale deres kontingent. Fyns Kredsens mål for 2003 var ellers at nå 100 medlemmer.

Kredsen har i konsekvens af dette aflyst et arrangement med Landforeningen af Kiropraktorer. I stedet har vi fået en af de personer der ved mest om MORBUS BECHTEREW sygdommen, Overlæge Gert Hansen, Gråsten Gighospital, til at komme til Fyn og holde foredrag om Bechterew sygdommen samt om de nye undersøgelsesmuligheder og de nye behandlingsmuligheder.



TIRSDAG DEN 2/12 KL. 19.00 FALCKGÅRDEN, RUGÅRDSVEJ, ODENSE

Arrangementet holdes sammen med Vejle/Ribe kreds og vi glæder os til at se mange af Jer.

Tilmeldingsfrist var den 25/11, men ring og hør om der er flere ledige pladser.

Fyns Kreds er vært ved et stort Sønderjysk kaffebord. Se i øvrigt separat udsendt medlemsindkaldelse okt./03.

Fyns kredsens næstformand og kasserer arbejder p.t. med et arrangement ultimo jan. / 04, som I vil høre nærmere om.

Fyns kredsens generalforsamling vil blive afholdt ultimo april /04 med efterfølgende sygdomsrelateret foredragsholder.

Fyns kredsens bestyrelse består i dag af følgende personer, som I kan ringe til/maile, hvis I har behov for et godt råd/snak.

Poul-Arne Elnegaard (fmd.) 62 54 19 54 -
fyn@bechterew.dk

Keld Sten(nfmd.) 64 41 24 38

Bent Duerlund (kass.) 62 25 18 88

Kirsten Gertsen(sekr.) 65 95 85 65

Anita Bang. 65 95 94 75

Jens Grøndahl (it-ans.) 62 21 77 62

Kai Pheiffer 62 63 26 70

Bestyrelsen vil gerne ønske alle en Glædelig Jul og Godt Nytår

Mange glædelige julehilsener

**MB FYN v/fmd.
Poul-Arne Elnegaard**



BILLIG OG CENTRAL OVERNATNING I KØBENHAVN

I Søsterhjemmet på Diakonissestiftelsen kan vi tilbyde Dem overnatning i 15 enkelt- og 15 dobbeltværelser med adgang til bad, toilet, tekøkken og TV-stue. Alle faciliteter er nyrenoverede og indrettet handicapvenligt.

Diakonissestiftelsen er et atmosfærefyldt sted, centralt beliggende på det hyggelige Frederiksberg med kort afstand til City. Gode og gratis P-muligheder.

Priser incl. morgenbuffet: Enkeltværelse kr. 400,00 og Dobbeltværelse kr. 600,00 pr. nat.

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

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

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

Petri & Haugsted as
Entrepenører



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



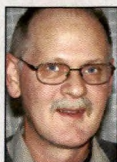
www.silvan.dk

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@ccvejle.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
Nyhavnsgade 4 A
9000 Ålborg
98 11 79 53
hastig@stofanet.dk

Gigtforeningen for



Nyttige adresser og numre

GIGTLINIEN

Gentoftegade 118 · 2820 Gentofte

Tlf. 39 77 80 80

Fax 39 65 11 96

www.gigtforeningen.dk

info@gigtforeningen.dk

Åbningstider: Man.-Tors. kl. 9.00 og Fre. kl. 10.00 - 15.00

FNUG (ForeningE 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



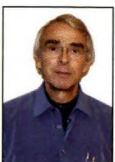
Vestsjælland

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



Østjylland

Kurt Ibsen,
Mirabellevej 8
8600 Silkeborg
Tlf. 86802043 / 20697159
kurt-ibsen@jubiimail.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
Tjørnestræde 5,
7100 Vejle
75 85 43 12
jens_tryde@ccvejle.dk

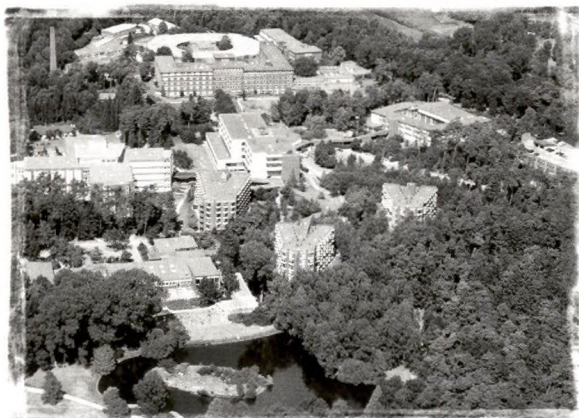


Færøerne

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

RHEUMAKLINIK

BAD BRAMSTEDT



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

Rehabitationsophold 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

KURSUSTILBUD

Gi' din virksomhed
den bedste start...

Vi afholder bl.a.:

Gods-, bus- og taxivognmandskurser

Kørelæreruddannelse

Farligt gods kurser

Leder kurser

Regnskabs- & økonomikurser

Nærmere oplysninger fås ved
henvendelse på tlf. 7025 2200 eller
www.tu-dk.dk

**Transportbranchens
Uddannelsescenter**

Uddannelse baner vejen

DTC Torvet 20G, 7100 Vejle – info@tu-dk.dk



Kulde mod smerte

Ice Power kølecreme er et effektivt middel mod såvel
akutte som kroniske smerter:

- Ryg-, skulder- og nakkesmerter
- Forstuvning og forstrækninger
- Seneskedehindebetændelse, tennisalbue
og museskader
- Gigt- og muskelsmerter.

Ice Power kølecreme smøres på det smerteplagede
område, og virker smertelindrende pga. den kølende effekt. Derved nedsættes
ømheden hurtigt, og hævelser/blødninger reduceres. Samtidig virker Ice Power
muskelfaltpende. Ice Power er en serie af kuldebehandlingsprodukter som kan
købes på apoteker, hos Matas samt i helseforretninger. For yderligere informa-
tion, kontakt Panpharma Cosmeceuticals, tlf. 39 63 29 72.



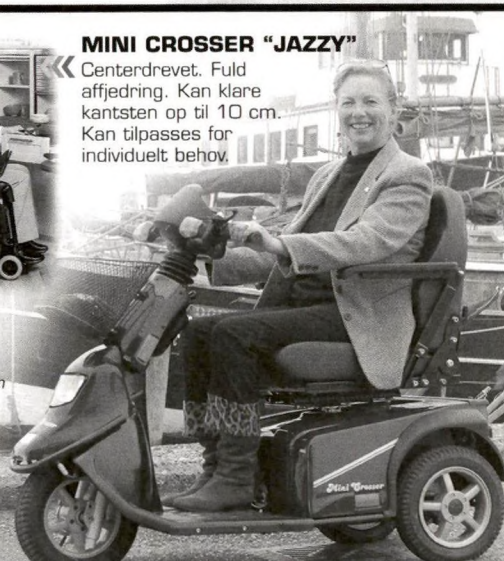
Mini Crosser
STÆRK STABIL SIKKER



MINI CROSSER "JAZZY"

Centerdrevet. Fuld
affjedring. Kan klare
kantsten op til 10 cm.
Kan tilpasses for
individuelt behov.

Stort sortiment
af CE-mærket
standardtilbehør
til alle modeller, som
kan tilpasses den
enkeltes behov.



MINI CROSSER "T-MODELLEN"

Den nye T-MODEL forener unikke brugsegenskaber
med et smukt design. 3- eller 4-hjulet.

Specielt udviklet til helårsbrug i det danske klima.

MINI CROSSER A/S

Afdelinger: Jylland · Fyn · Sjælland · Telefon 70 10 17 55
E-mail: info@minicrosser.com · www.minicrosser.dk

ISO 9001 kvalitetsgodkendt!

Hensynsfuld indretning



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



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

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

Langhøj

Auto-Indretning ApS

Tlf. 86 16 49 14



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

Bruger - Hjælper Formidlingen A/S



Bruger - Hjælper Formidlingen A/S er et landsdækkende firma, som yder service til såvel handicappede som landets kommuner og amter.

Vi tilbyder bl.a.:

- Gratis rekruttering af hjælpere
- Helhedsløsninger inden for hjælperordninger
- Administration af ledsagerordninger
- Lønservice
- Vikarservice

Hvis du har interesse i ovenstående kontakt:

Bruger - Hjælper Formidlingen A/S

Ellebjergrvej 52, 1.

2450 København SV.

Tlf.: 3634 7900

Email: BHF@formidlingen.dk

Hjemmeside: www.formidlingen.dk

Porto

Gigforeningen
Gentoftegade 118
2820 Gentofte



Porto

Gigforeningen for Morbus Bechterew

v/ Torben Jørgensen
Hjortøgade 1, 4.tv.
2100 København Ø



– men i høj grad også magnesium!

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

INSPIRATION

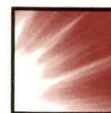
Astmabehandling - helt enkelt...

Schering-Plough er en af verdens førende inden for allergi- og astmabehandling.

Vi tror, at en korrekt og enkel medicinering er en af de væsentligste forudsætninger for at astmapatienter kan føre en så normal tilværelse som muligt.

Derfor arbejder vi hele tiden på at udvikle præparater, der gør det så let som muligt for patienten at få den korrekte dosis og derved opnå god astmakontrol.

Det tror vi sikrer compliance...



Schering-Plough A/S

Astmabehandling - helt enkelt.

Durogesic® (Fentanyl TTS) plaster



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



EGENSKABER: Fentanyl er et analgetisk opioid, som overvejende påvirker μ -receptorerne. Fentanyls primære terapeutiske virkning er analgesi og sedation. **INDIKATIONER:** Stærke opioidfølsomme kroniske smerter, hvor anden opioidbehandling ikke er anvendelig. Præparatet bør kun anvendes som led i en integreret smertebehandling, hvor patienten er tilstrækkeligt udredt såvel medicinsk som socialt og psykologisk. **DOSERING:** Dosis bør individualiseres baseret på den enkelte patients status og evalueres regelmæssigt. For specifik doseringsvejledning henvises til lægemiddelkataloget. **KONTRAINDIKATIONER:** Durogesic er kontraindiceret hos patienter med kendt hypersensitivitet overfor fentanyl eller klæbemidlet, som findes på plastrer.

BIVIRKNINGER: Den mest alvorlige bivirkning, som ses ved alle potente opioider, er hypoventilation. Andre opioid-relaterede bivirkninger inkluderer: kvalme, opkastning, obstipation, hypotension, træthed, konfusion, hallucination, eufori, kløe, og urin retention. Hudreaktioner så som udslet, erythem og kløe er af og til rapporteret. Disse bivirkninger forsvinder sædvanligvis indenfor 24 timer efter at plastrer er fjernet. **OVERDOSERING:** Ses som en forstærket effekt af fentanyls farmakologiske virkning. Den mest alvorlige er respirationsdepressionen. **FORSIGTIGHEDSREGLER:** Durogesic må ikke anvendes til behandling af akutte eller postoperative smerter, da der ikke er nogen mulighed for at dosistitrere under kortidsbehandlingen, og fordi alvorlig hypo-ventilation kan opstå. Patienter, som har haft bivirkninger, skal monitoreres i mindst 24 timer efter at plastrer er fjernet, da serum fentanylkonzentrationen falder gradvist og først reduceres til ca. 50 % 17 timer efter at plastrer er fjernet. Til følgende patientgrupper bør Durogesic gives med forsigtighed: Patienter med obstruktive lungesygdomme eller andre lungesygdomme. Patienter som er specielt følsomme overfor intrakranielt effekt af kuldioxid retention, patienter med hjernetumorer, nedsat nyre og/eller leverfunktion samt bradykardi. Tolerance, fysisk- og psykisk afhængighed kan udvikles ved gentagen administration af opioider. Patienter som udvikler feber, bør monitoreres for opioid bivirkninger og dosis bør om nødvendigt justeres, idet frigivelsen af fentanyl kan øges. Af samme årsag bør anvendelse af kraftige varmekilder, f.eks. varmepuder og varmetæpper, undgås. Patienter bør instrueres i, at brugte og ubrugte systemer skal opbevares utilgængeligt for børn. Brugte plastre foldes sammen (med ydersiden udad) og kasseres, sådan at de ikke er tilgængelige for børn. Sikkerhed og effekt er ikke vist hos børn.

GRAVIDITET: Erfaring savnes. **AMNING:** Må ikke anvendes. **EVNEN TIL AT KØRE MOTORKØRETOJ OG BETJENE MASKINER:** Durogesic kan interferere med aktiviteter, der kræver mental årvågenhed. Patienter bør derfor rådes til ikke at køre bil eller betjene maskiner, 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/AIP): Durogesic depotplaster 25 mikrog/t, 5 stk., kr. 367,60/245,99. Durogesic depotplaster 50 mikrog/t, 5 stk., kr. 687,48/470,59. Durogesic depotplaster 75 mikrog/t, 5 stk., kr. 931,21/641,71. Durogesic depotplaster 100 mikrog/t, 5 stk., kr. 1.044,53/721,28. **UDLEVERING:** A. § 4 (kopieringspligtig). Tilskudsberettiget. Yderligere information kan fås ved henvendelse hos Janssen-Cilag A/S. Ref.: 1) Southam M.A.: Anti-cancer Drugs 1995, 6, Suppl. 3, 29-34. 2) Donner B. et al.: Pain 1996; 64 527-34. 3) Ahmedzai S. & Brooks D.: J Pain Symptom Manage 1997; 13: 254-61. 4) Allan L., Hays H., Jensen NH, et al: British Medical Journal 322, 2001.