



GIGTFORENINGEN FOR MORBUS BECHTEREW

Nr. 4 · december 2013 · 20. årgang



Smerter

SpA-kampagnen

Den sidste vilje



MAGASINET OM RYGSØJLEGIGT

2013



AF JENS TRYDE

Disse linjer skriver jeg om aftenen tirsdag 19. november 2013. Ikke en almindelig tirsdag aften, men valgaftenen, hvor vi alle skal vælge repræsentanter til kommunalbestyrelserne og til regionsrådene. Valg som jo får konsekvenser de næste fire år frem i tiden - hvis ikke endnu længere – afhængig af de trufne beslutninger. Med det perspektiv for øje vil jeg benytte aftenen til at se lidt tilbage på det år, der snart rinder ud.

2013 har været et ualmindeligt travlt år for hovedbestyrelsen og for mig som formand, ligesom det har været et travlt og usædvanligt år i foreningens historie, som kulminerede med fejringen af foreningens 40 års jubilæum. Et jubilæum der blev fejret på behørig vis både her i MB bladet og ikke mindst ved årets landsmøde, der blev afholdt på Hotel Trinity i Fredericia.

40 års jubilæet blev også startskuddet til kampagnen "Stiv som et bræt", der har sat fokus på SpA (rygsøjlegigt) og de problematikker, der er i forbindelse med denne diagnose, som for eksempel SpA-patienternes manglende ret til vederlagsfri fysioterapi. Som direkte udløber af kampagnen har foreningen været repræsenteret ved en række møder med ledende medlemmer af Folketingets sundhedsudvalg på Christiansborg – en møderække der fortsætter ind i december, og som ud over at tale SpA-patienternes sag også i den grad er med til at sætte Gigtforeningen for Morbus Bechterew på det politiske landkort, og ikke mindst at give foreningen nogle meget vigtige kontakter hos landets sundhedspolitiske beslutningstagere.

Kampagnen nåede et foreløbigt højdepunkt 18. november 2013, hvor en stor skare af alle de involverede parter, strækkende sig over reumatologer, sygeplejersker, fysioterapeuter til patienter med flere, var samlet til en stor workshop i Vejle, hvor de fremtidige planer for kampagnen var i centrum. Du kan læse mere om workshoppen i dette nummer af MB bladet.

På midtersiderne i dette blad finder du en invitation til et weekendkursus for morbus Bechterew-patienter, der virkelig trænger til at give deres træning et boost eller for dig, der for nylig har fået din diagnose og har brug for inspiration til, hvordan du får træningen til at blive en integreret del af en aktiv hverdag. Kurset er blevet til som en del af et nyt samarbejde mellem Gigtforeningen for Morbus Bechterew og SANO trænings- og behandlingscenter. Det er et samarbejde, jeg håber, vi kan udvikle i tiden fremover til gavn og glæde for foreningens medlemmer.

Med disse ord vil jeg ønske dig og din familie en glædelig jul og et godt nytår.

INDHOLD

- 4 Smerter opleves meget forskelligt
- 6 Fakta om RAISE rapporten
- 8 Workshop bringer SpA-kampagnen videre
- 12 Forandring er altid en udfordring
- 14 Fokus på oplysning og information
- 15 Lad din arv gøre en forskel
- 18 Tre dages aktivt booster ophold
- 20 Jeg fokuserer på mine muligheder
- 25 Internationalt samarbejde
- 28 LandsdelsforeningsNyt
- 35 Gigtforeningen for Morbus Bechterew



Udgivelser i 2014

Nr. 1 – februar. Nr. 2 – juni. Nr. 3 – september. Nr. 4 – december.

Deadline for indsendelse af materiale til næste nummer er 10. januar 2014.



UDGIVES AF GIGTFORENINGEN
FOR MORBUS BECHTEREW

Redaktion: Jens Tryde, (ansvarshavende redaktør),
Frugthaven 11, 7000 Fredericia, tlf. 6168 1180,
jensblichertryde@live.dk

Redaktionsudvalget: Oliver Hendricks, Susanne Gøttske,
Henrik Møller, Claus-Ebbe Junker, Per Schwarz.

Tekst og layout: Medical Media & zentens
(www.medicalmedia.dk)

Forsidefoto: Dreamstime

Annoncer: Medical Media, tlf. 2682 2231

Oplag: 1600 stk.

ISSN 1601-7080

Smerter opleves meget forskelligt

Patienter fra ni forskellige europæiske lande er blevet interviewet om smerter og deres livskvalitet – med og uden biologisk medicin. Det er der kommet en videnskabelig rapport ud af.

Af Anne Weimar
journalist



I dag kan man hjælpe gigtpatienter væsentlig bedre end for blot 20 år siden. Hvor man dengang måtte stille 70% af patienterne i udsigt, at de kun kunne klare sig med ekstra hjælpemidler, er det i dag kun 10-15%, der har brug for hjælpemidler.

Oliver Hendricks

• Tre forskere – dr. McInnes fra Storbritannien, dr. Combe fra Frankrig og dr. Burmester fra Tyskland har pillet stetoskoperne ud af ørerne og lyttet til, hvad patienterne egentlig har at sige om deres livskvalitet som kronisk syge, smertelidende gigtpatienter.

Nogle af de adspurgte har en privat sundhedsforsikring, andre har en mere begrænset tilgang til det offentlige sundhedssystem. Det betyder noget for deres svar, ligesom deres baggrund, livsvilkår, alder og så videre også spiller ind på resultaterne.

I Sønderjylland på Christian X's Gigthospital, der er ejet af Gigtforeningen, sidder specialeansvarlig læge og lektor ved Syddansk Universitet, Oliver Hendricks. Han har gransket resultaterne af den såkaldte RAISE undersøgelse (se side 6).

Ikke noget nyt under solen, men....

Han er omhyggelig i sit ordvalg, men også bramfri, for undersøgelsen skal læses med kritiske briller, siger han.

»Der står ikke noget i den her rapport, vi ikke vidste i forvejen. Men når det er sagt, så er der også vigtig information i forhold til at fokusere på patienternes livskvalitet. Vi må konstatere, at to patienter med meget ens sygdomsprofiler, kan opleve deres sygdom meget forskelligt. Det er vi nødt til at forholde os til, hvis vi skal hjælpe dem

bedst muligt,« siger Oliver Hendricks.

Når støvet har lagt sig efter, at man har vendt siderne i RAISE rapporten, må man spørge sig selv – "kan vi overhovedet lære noget her?" Ja og nej, siger Oliver Hendricks.

Hvis man dykker ned i undersøgelsens nøgletal, er 77% af de adspurgte kvinder, og de er midt i 50'erne. Den "typiske" patient i Danmark, som debuterer med morbus Bechterew er en ung mand i alderen 20-40 år. Man kan derfor ikke læse undersøgelsen 1:1 og sige, at der vil komme de samme resultater, hvis man spørger patienter med morbus Bechterew.

To unge mænd – samme situation – forskellig accept

I dag kan man hjælpe gigtpatienter væsentlig bedre end for blot 20 år siden. Hvor man dengang måtte stille 70% af patienterne i udsigt, at de kun kunne klare sig med ekstra hjælpemidler, er det i dag kun 10-15%, der har brug for hjælpemidler. Bedre medicin, aggressiv tidlig indsats, træning og rådgivning om hvordan man kan leve med sin kroniske sygdom, gør en kæmpe forskel, mener Oliver Hendricks.

Han tøver dog ikke med at fiske to dugfriske eksempler op af skuffen for at forklare, hvor forskelligt patienter kan opleve, at deres livskvalitet er forandret.

»Når jeg ser på mine patienter, er jeg ikke i tvivl om, at de oplever deres kroniske sygdom meget forskelligt. For nylig var to unge mænd, først i 20'erne til undersøgelse hos os. Den ene er kontorelev, hans hobby er, at han læser meget, går i teateret, spiller kort med vennerne og godt kan lide at gå en tur i skoven. Han har smerter, men han synes alt i alt, han har et godt liv. Den anden unge mand er håndværker. Tidligere var han ambitiøs amatør-sportsmand på højt niveau – og han er ikke meget for at læse. For ham er det en katastrofe, at han ikke fysisk kan klare en hel arbejdsdag som tømrer, og at han ikke kan spille fodbold som før,« fortæller Oliver Hendricks og fortsætter:

»Selv om de to unge mænds gigtprofiler ligner hinanden, er det rimeligt indlysende, hvorfor de opfatter deres kroniske sygdom, som de gør«.

20 minutter er ikke meget

»Mange læger har en udfordring, hvis de skal nå at få en åben diskussion med patienten om livskvalitet på 20 minutter – måske kun hver tredje måned. Derfor er man nødt til at sætte ekstra tid af engang imellem,« siger Oliver Hendricks, der selv oplever, hvordan 30 minutters konsultation indimellem kommer til at tage en time, hvis han virkelig skal kunne hjælpe patienten til at acceptere sin sygdom.

»Det, vi kan lære af undersøgelsen i forhold til morbus Bechterew-pa-



OLIVER HENDRICKS

tienter er ikke kun at fokusere på medicinsk behandling, så betændelsestilstanden kommer under kontrol, og patienten får det bedre fysisk. Udover at være rationelle sundhedsfaglige personer, humanister i hjertet og økonomiske realister, bør vi også bruge tid på at hjælpe patienterne med at lære at leve med deres kroniske sygdom – ikke kun fysisk, men også emotionelt. Det gør vi allerede, men måske ikke nok. Vi bør være lidt mere opmærksomme på at spørge til patientens livskvalitet. Derfor er undersøgelsen interessant, også selv om den ikke er direkte rettet mod morbus Bechterew-patienter,« konkluderer Oliver Hendricks.



Bedre medicin, aggressiv tidlig indsats, træning og rådgivning om hvordan man kan leve med sin kroniske sygdom, gør en kæmpe forskel

Oliver Hendricks

Fakta om RAISE rapporten

RAISE: Understanding the patient perspective result of the Rheumatoid Arthritis: Insights, Strategies & Expectations (RAISE) patient needs survey.

Af Anne Weimar
journalist

- Forskerne bag undersøgelsen var IB. McInnes fra Glasgow Biomedical Research Centre, Storbritannien, B. Combe, Department of Rheumatology Lapeyronie Hospital, Montpellier i Frankrig og G. Burmester fra Department of Rheumatology and Clinical Immunology i Berlin.

Patienter i ni lande med moderat til alvorlig leddegigt er blevet interviewet. Der var både patienter, der fik biologisk behandling, og de, der ingen fik. Forskerne bag undersøgelsen har set på diagnoser, behandling, interaktion med lægen – og hvilken livstil patienterne har, når de har leddegigt. Gennemsnitsalderen for patienterne var 41 år, og de havde i gennemsnit haft diagnosen i tre år.

Resultater

- Det meste af den kommunikation, der har fundet sted mellem lægen og patienten, var mere centreret omkring symptomer og behandling end om livskvalitet.
- De patienter, der behandles med biologisk medicin, har signifikant flere "gode" dage (71% versus 61%).
- Ud af alle de adspurgte, rapporterede 22%, at de havde stærke smerter, den dag de blev interviewet.
- Majoriteten af de adspurgte patienter følte, at leddegigt kontrollerede deres liv, selv om de blev behandlet for deres sygdom.
- Selv om biologisk behandling er en mulighed – defineret ud fra et bredt kriterium (i forbindelse med denne undersøgelse) vidste 62% af de patienter, der ikke fik biologisk behandling, at det overhovedet kunne være en mulighed for dem også.



Konklusioner

- På trods af de betydelige konsekvenser, sygdommen har for patienter med moderat eller alvorlig leddegigt, fysisk og emotionelt, er det kun en minoritet af de adspurgte patienter, der diskuterer livskvalitet med deres læge.
- På trods af den betydelige positive effekt, biologisk medicin har på patienter med leddegigt, fortsætter symptomerne og smerterne stadig hos en del af de patienter, der behandles med biologisk medicin.

Centrale budskaber til lægerne

- Det er vigtigt, at lægen opfordrer patienten til at diskutere, hvilken betydning, leddegigt har for patientens fysiske og emotionelle sundhed.
- Giv patienten mulighed for – om det så bare er et kort øjeblik – at fokusere på områder, der ligger uden for symptomer og behandlinger. Sørg for, at patienten får tilbudt flere konsultationer, hvis vedkommende virker som om, personen kunne have behov for lidt mere opmærksomhed, end der normalt er tid til.

BRUGER - HJÆLPER FORMIDLINGEN



EN SAMLET IT-LØSNING TIL BPA-ARBEJDSLEDEREN

- Online timeregistrering
- Online vagtplanlægning
- Online APV modul og vejledninger
- Online BPA-guide og arbejdslederværktøjer
- Aktiv inddragelse af borgere i udviklingsprocesser

FRIHED TIL AT LEVE DIT LIV, MENS VI ORDNER DET PRAKTISKE

- Fast rådgiver, når du har brug for os
- Hjælp til rekruttering
- Vikarservice når du har et akut behov
- Forsikringer
- Kursusaktivitet
- Hjælp til det arbejdsmiljørelaterede arbejde

RING TIL OS PÅ TLF. 3634 7900

eller gå ind på vores hjemmeside
formidlingen.dk



Workshop

bringer SpA-kampagnen videre



Af Jan Andreassen
journalist

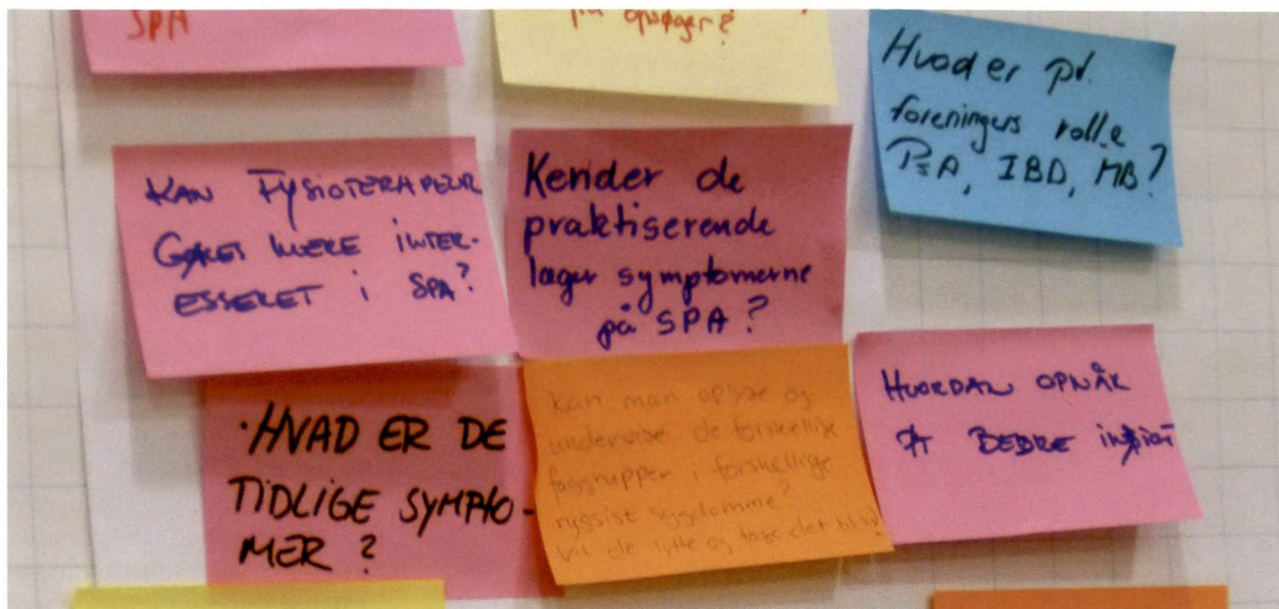
● Torvehallerne i Vejle dannede 18. november 2013 rammerne om en kreativ workshop for fagpersoner. Emnet var rygsøjlegigt, og Gigtforeningen for Morbus Bechterew stod for arrangementet, der var sponsoreret af AbbVie. Det er seneste skud i den kampagne, Gigtforeningen for Morbus Bechterew søsatte i forbindelse med foreningens 40 års jubilæum, hvor det overordnede mål er at bedre for-

holdene for de mange, der lider af SpA.

Fra workshoppens begyndelse indgik deltagerne i en aktiv dialog nænsomt inspireret og coachet af mødeleder Finn Kollerup fra firmaet Alt for Kreativ, der udstak rammerne for workshoppen og sikrede, at deltagerne åbent og nysgerrigt tog fat om problemstillingerne.

Det konkrete mål med workshoppen var at genere ideer og kon-

krete forslag til, hvordan Gigtforeningen for Morbus Bechterew kan gøre en forskel for personer, der lever med SpA-lidelser og for deres pårørende samt udvikle forslag til, hvordan behandlingssystemet og det omkringliggende samfund bedre kan håndtere problemstillinger vedrørende SpA. Det kan eksempelvis handle om, hvordan den enkelte med SpA kan få stillet en diagnose tidligere, end tilfældet er i dag, hvordan man kan opnå bedre behandling, eller hvordan tilknytningen til arbejdsmar-



STIV SOM ET BRÆT

kedet kan optimeres for personer med SpA, så rygvanskelighederne ikke resulterer i en længerevarende sygemelding og problemer med at fastholde tilknytning til arbejdsmarkedet.

Tværfaglig dialog

De 24 deltagere ved workshoppen var reumatologer, fysioterapeuter, sygeplejersker, ergoterapeuter samt social- og sundhedsassistenter. Deltagerne kom fra Fyn, Sønder-, Vest-, Midt- og Nordjylland samt fra Sjælland. Fra Gigtforeningen for Morbus Bechterew deltog foreningens sekretær og medlem af hovedbestyrelsen Susanne Gøtttske.

Der var også sendt invitationer til praktiserende læger, men ingen af de praktiserende læger havde tankvækkende nok taget imod invitationen om at bruge seks timer på workshoppen i Vejle. Selv om mange havde håbet på deltagelse af

Hvad fik du ud af workshoppen?

Helle Aagaard Petersen, sygeplejerske



Hvad tog du med hjem fra workshoppen?

At der er mange flere måder at arbejde med ideer på. Arbejdsformen på workshoppen var ny for mig, men den var spændende og inspirerende. Udover mange gode dialoger tog jeg også ny faglig viden med hjem.

Hvad var det mest bemærkelsesværdige, du oplevede i dialogen med de andre deltagere?

At mange havde den samme oplevelse af problemerne med tidlig opsporing og diagnostik, men også at der var forskellige måder at anskue problemerne på. Så både ensartetheden og forskelligheden var bemærkelsesværdig.

Hvordan tror du, at forholdene for personer med SpA er om fem år?

Meget afhænger af økonomi og politisk velvilje for, at noget overhovedet kan ændre sig, men jeg håber, at vi i fremtiden vil opleve, at en diagnose kan stilles hurtigere og mere sikkert. Jeg håber også, at de praktiserende læger og fysioterapeuter bliver bedre til at være opmærksomme på gruppen af patienter med rygsmerter og bedre i stand til at identificere, hvem der har inflammatoriske rygsmerter. Det kan sikre, at de hurtigere kan komme til vurdering hos en reumatolog.





Hvad fik du ud af workshoppen?



Jens Ole Rasmussen,
fysioterapeut

Jeg tog dette med hjem fra workshoppen, at der er utrolig mange problemstillinger omkring SpA. Deltagerne var meget engagerede og kom med mange gode ideer til at løse de forskellige problemstillinger. Jeg tror, der er håb for, at personer med SpA om fem år hurtigere vil kunne få stillet en diagnose og komme i bedre og mere målrettet behandling. Jeg håber også, at de i fremtiden kan deltage i mere målrettet træning samt få bedre information om deres sygdom, end tilfældet er i dag.



praktiserende læger, understregede mødeleder Finn Kollerup, at det var vigtigt ikke at fokusere på dem, der ikke er var tilstede, men i stedet koncentrere energien om de fremmødte, for det er dem, der skal tale sig frem til nogle anvisninger på de problemstillinger, som bringes frem på innovationsworkshoppen.

Udgangspunktet for workshoppen

Forud for workshoppen var deltagerne blevet bedt om at svare på tre spørgsmål. De er angivet her sammen med nogle af svarene:

1. *Hvordan kan vejen til diagnose for patienter med rygsøjlegigt forkortes?*

- Ved at praktiserende læger og fysioterapeuter er bedre fagligt informeret.
- Ved at udarbejde veldefinerede udredningspakker for at sikre et målrettet og mere effektivt forløb.
- Det er en udfordring at stille diagnosen tidligt som en følge af den måde, sygdommen udvikler sig på. Det er desuden tvivlsomt, hvilken betydning en tidlig diagnose har. Den videnskabelige dokumentation, vi har i dag, har klarlagt, at der er et tidligt såkaldt behandlingsvindue, hvor vi kan bremse sygdomsudviklingen.
- Behov for mere viden. De praktiserende læger kender primært til slidgigt.



STIV SOM ET BRÆT

Hvad fik du ud af workshoppen?



Oliver Hendricks,
reumatolog

Efter workshoppen oplevede jeg en følelse af glæde, fordi jeg fik lov til at beskæftige mig med et emne, som er fagligt udfordrende. Samtidig havde jeg en følelse af autentisk sammenhold, fordi vi arbejder tværfagligt sammen med patienterne omkring et etisk værdifuldt mål.

Det mest bemærkelsesværdige ved workshoppen var den meget intense brainstorming, som på seks timer var i stand til at generere mere end 500 konstruktive ideer. Ser vi fem år ud i fremtiden, så håber jeg, at vi til den tid har en endnu bedre forståelse for SpA-sygdommen og, at det gør os i stand til at stille en hurtigere diagnose og med forbedret præcision. Det håber jeg giver patienterne en oplevelse af forbedret behandlingstilbud og især, at behandlingen iværksættes hurtigere, end tilfældet er i dag.



2. Hvilke problemstillinger er relevante i forhold til rygsøjlegigt?

- Det tværfaglige samarbejde skal fungere.
- Mange patienter med rygsøjlegigt, der går til kontrol i speciallægeambulatorier, har aldrig fået træningsvejledning af fysioterapeuter eller trænet i varmtvandsbassin.
- Patienter, der ønsker at selvtræne, mister muligheden for løbende evaluering af træningsindsatsen i forhold til forværring af rygproblemerne.
- Mange patienter bliver ikke vejledt i, hvor meget de bør træne i forhold til at forebygge af hjerte-kar-problemer.
- Der bør være mere fokus på at forebygge risikoen for hjerte-

kar-sygdom, når man lider af rygsøjlegigt.

3. Hvilke forslag har du, som kan adressere ovenstående problemstillinger?

- Mere fokus på SpA-sygdomme i almen praksis og hos befolkningen generelt.
- Oplysningskampagner rettet mod befolkningen generelt samt sundhedsprofessionelle.
- Gøre Sundhedsstyrelsen opmærksom på behovet for vederlagsfri fysioterapi.
- Der er behov for et screeningsværktøj til de praktiserende læger.
- Gør opdaterede diagnostiske og behandlingsmæssige retningslinjer tilgængelige.

Forandring er altid en udfordring

Innovationsworkshop kan bane vejen for at nå nye mål



Af Lars Christensen
journalist

“

Alle vil gerne have frem-skridt, men ingen ønsker forandringer

Søren Kierkegaard

● Finn Kollerup fra firmaet Alt for kreativ stod i spidsen for innovationsworkshoppen "Stiv som et bræt". Finn Kollerup er oprindelig uddannet kemiingeniør, har en ph.d. i bioteknologi og en MBA i innovation. Han har i en årrække været tilknyttet Novozymes, men blev siden selvstændig og etablerede firmaet Alt for kreativ, hvor han tilbyder en lang række ydelser med det formål at genere ny viden og forståelse.

I forlængelse af innovationsworkshoppen stillede MB Bladet nogle spørgsmål til Finn Kollerup:

1. Hvad kan eksempelvis en mindre patientforening som Gigtforeningen for Morbus Bechterew bruge en innovationsworkshop til?

»En innovationsworkshop fungerer på mange planer: Det er en anledning for forskellige interessenter til at sætte sig sammen omkring et fælles fokus – og en mulighed for at udvikle ideer ud fra dette fokus. Det er også en anledning til sammen at finde ud af, hvad der er vigtigt, og hvad der er energi omkring.«

»Det er også en anledning til simpelthen at få snakket sammen om alle de andre ting, der er vigtige. Det, som gør en workshop som



denne til en succes, udover at have engagerede deltagere, er, at workshoppen er faciliteret. Paradoksalt nok er det sådan, at meget engagerede og idérige deltagere (som ved denne workshop) i lige så høj grad har glæde af et faciliteret møde, som hvis de var mindre engagerede. Det er blot en anden form for facilitering. I dette tilfælde hjælper workshoppen dem til at skabe fokus omkring deres problemstilling.«

2. Hvordan sikres det, at fokus fastholdes på de nye ideer/forslag?

Fokus og forankring er altid en udfordring. I tilfældet hér har vi for eksempel 567 ideer med afsæt i de spørgsmål, deltagerne har stillet, dels inden workshoppen, men også under workshoppen. Den første aktivitet efter workshoppen er at dokumentere alle ideerne, dernæst analyseres de med henblik på at finde større ideer, som udvikles til konceptplatforme.

Konceptplatformene præsenteres efterfølgende til styregruppen, som så skal tage stilling til, hvordan de vil gå videre med koncepterne. Det er vigtigt at huske, at forankring betyder "at knytte de nye ideer til noget af det, man allerede har". Fristelsen er altid umådelig stor til enten at afvise nye ideer, fordi de er for radikale, eller kun at tage imod de ideer, som repræsenterer den praksis, man allerede har. Genkendelsens glæde er nu en gang en af de største, også selv om man lader som om, det er overraskelsens begejstring.

3. Hvad ser du som de største barrierer mod forandringer for en lille patientforening?

Kirkegård-citatet: "Alle vil gerne have fremskridt, men ingen ønsker forandringer" illustrerer problemet meget godt. Jeg tror ikke, at denne problemstilling er speciel for en mindre patientforening. Det gælder for alle, store som små, private som offentlige, kommercielle eller non-profit organisationer.

Et fokus indebærer, at man foretager et valg, og at man er villig til at satse på det eller de valg, man foretager – og også accepterer at nogle (mange) af de skibe, man sætter i søen, vil lide skibbrud. I

andre tilfælde vil de undervejs transformere sig fra en fiskekutter til en lystyacht, eller fra en lystyacht til en robåd.

Samtidig med at man skal have fokus på at udvikle de nye ideer, skal man have (størstedelen) af sit fokus på "business as usual". Det er en svær og dynamisk balance. Hvis man skal lave innovation i en eksisterende struktur, skal man således både blæse og have mel i munden. Et af de bedste råd jeg kan give i den forbindelse er at køre nogle af de tidlige projekter "under radaren" - for at sikre arbejdsro, så projekterne ikke dominerer hele billedet.

Ny rådgiver for Gigtforeningen for Morbus Bechterew



Fysioterapeut Jens Ole Rasmussen har tilbudt Gigtforeningen for Morbus Bechterew at fungere som ulønnet konsulent fra 1. januar 2014. Foreningens hovedbestyrelse har naturligvis taget mod dette tilbud.

I blad nr. 1 2014 bringes en uddybende artikel om, hvilke muligheder medlemmer, landsdelsforeninger og fysioterapeuter har for rådgivning.

Jens Ole Rasmussen kan rådgive medlemmerne om træning, behandling og almene sygdomsrelaterede forhold samt om sygdomskomplekset spondyloartrit.

Landsdelsforeningerne tilbydes foredrag efter nærmere aftale.

Jens Ole Rasmussen kan kontaktes på e-mail: ryggigt@gmail.com, eller telefon: 4258 6030 tirsdag kl. 16.30-18.00.



STIV SOM ET BRÆT



Fokus på oplysning og information

Af Jan Andreasen
journalist

● Den seks timer lange workshop mundede ud i, at de deltagende fagpersoner i alt fik genereret 567 idéer til, hvordan der kan skabes øget opmærksomhed omkring SpA-diagnoserne. I bearbejdet form er det kogt ned til 15 målrettede idéer, som foreningen på sigt kan arbejde videre med.

Det overordnede fokus er, at dialogen omkring patienter med en SpA-diagnose skal målrettes, så den enkelte patient hurtigst muligt bliver henvist og får den mest optimale behandling. Tre temaer skiller sig

umiddelbart ud, og det er dem, foreningen vil forsøge at sætte fokus på i det videre arbejde med "Stiv som et bræt" kampagnen.

Folkeoplysning

Der er behov for information til endnu ikke diagnosticerede SpA-patienter og SpA-patienter, der har så ondt i ryggen, at de ikke kan opretholde deres normale hverdag. Det er vigtigt, at SpA-patienter er velbehandlede for at sikre, at de kan føre en tilværelse på lige vilkår med alle andre.

Oplysning til fagpersoner

I gennemsnit møder hver anden praktiserende læge mindst

én ny SpA-patient hvert år, der bør henvises til reumatolog med henblik på videre udredning og behandling. Derfor er der brug for oplysning og redskaber til at sikre, at de praktiserende læger er opmærksomme på denne patientgruppe, har kendskab til diagnosekriterierne og henviser patienter til specialister, når det er nødvendigt.

Information til fagpersoner under uddannelse

Der er behov for information henvendt til læger, fysioterapeuter og kiropraktorer under uddannelse.

Lad din arv gøre en forskel

Min
sidste vilje



Af Anne Weimar
journalist

Gigtforeningen for Morbus Bechterew er blevet godkendt af Skat til at modtage bidrag, som kan testamenteres til foreningen uden, at der skal betales boafgift – det vil sige arveafgift. Det betyder, at de pengegaver, foreningen modtager, ikke beskattes, hverken for den, der giver, eller den, der modtager.

• »Hvis man støtter Gigtforeningen for Morbus Bechterew økonomisk, vil pengene gå til mange forskellige aktiviteter. De går til medlemmerne og personer med morbus Bechterew, der kan få gavn af pengegaverne på kort og på længere sigt,« siger Per Schwarz, der er kasserer for foreningen.

Pengegaverne vil derfor i højere grad end tidligere kunne støtte forskning, hjælpe foreningens medlemmer med at opbygge deres netværk, lave kampagner og arrangementer og så videre.

Ulrich Munch Sonnes Fond

Gigtforeningen for Morbus Bechterew arbejder på at fremme videnskabelige tiltag omkring sygdommen – både hvad angår forskning og behandling. Desuden afholder foreningen jævnligt kurser

for ny-diagnosticerede og deltager i internationalt samarbejde med andre patientorganisationer.

Ved større testamenteringer vil foreningen muligvis overføre en betydelig del af midlerne til en fond, som Bechterew-patienter over hele landet har mulighed for at søge midler til eksempelvis kurophold, behandling med videre.

Penge er indflydelse

Forskning i sygdommen gør det dog ikke alene. Der er også behov for at informere om de udfordringer, rygsøjlegigt medfører for patienterne. Og det koster penge.

»Vores seneste kampagne "Stiv som et bræt" er et godt eksempel på en anden del af vores aktiviteter. Formålet med den er at komme i dialog med politikere og →

Hjælp Gigtforeningen for Morbus Bechterew med et beløb

Ligningsloven er ændret, således at man kan få skattemæssigt fradrag for de bidrag, man i løbet af året indbetaler til velgørende foreninger, der af SKAT er godkendt som gavemodtagere. Derfor arbejder bestyrelsen på, at få Gigtforeningen for Morbus Bechterew godkendt. Vi er en velgørende forening, men et af kravene for at dette skal kunne lade sig gøre fra 2014 er, at vi skal kunne dokumentere over 50 gavegivere i 2013.

Derfor har vi brug for din hjælp til at give foreningen et bidrag på mindst 1 kr. fra over 50 gavegivere i 2013. Eneste krav er, at du skal angive dit navn sammen med bidraget. Det er ikke beløbet, men antallet af gavegivere, der tæller. Ægtefæller kan hver for sig give bidrag. Samlet skal vi nå op over 50 gavegivere, for at foreningen kan blive registreret som gavemodtager. Derved bliver donerede bidrag fremover fradragsberettiget.

Bidraget indsættes på foreningens konto i Sparthy: 9090 - 000421839.

På forhånd tak for din hjælp

Hovedbestyrelsen i Gigtforeningen for Morbus Bechterew.



Hvis man støtter Gigtforeningen for Morbus Bechterew økonomisk, vil pengene gå til mange forskellige aktiviteter. De går til medlemmerne og personer med morbus Bechterew, der kan få gavn af pengegaverne på kort og på længere sigt

Per Schwarz

læger for at få nye patienter i behandling så tidligt i diagnoseforløbet som muligt. En hurtig behandling, der udmønter sig i langt bedre livskvalitet, færre udgifter for sundhedsvæsenet og lavere belastning af de pårørende», pointerer Per Schwarz.

Hvis en patient med morbus Bechterew eller en pårørende gerne vil donere penge til foreningen, er man altid velkommen til at kontakte Per Schwarz eller formand Jens Tryde. Foreningen medvirker gerne til rådgivning om hvilken arveløsning, der passer bedst i situationen. Ved større testamenteringer vil det være muligt, at foreningen opretter en fond i giverens navn.

»Vi hjælper også gerne med at finde en advokat i givers nærområde. Vores anbefaling er, at et testa-

mente altid udarbejdes af en advokat,« siger Per Schwarz og fortsætter:

»Der vil også i fremtiden være meget at kæmpe for som patientforening, men det er ikke muligt at gennemføre aktiviteter uden økonomisk støtte. Foreningen håber derfor, at bidrag gennem arv fremover vil udgøre en vigtig indtægtskilde for Gigtforeningen for Morbus Bechterew til gavn og glæde for morbus Bechterew-patienter i hele Danmark.

Uanset hvilket beløb man vælger at testamentere – stort eller lille – vil det altid gøre en forskel,« slutter Per Schwarz.

Vidste du at...

- Hvis du ikke opretter et testamente, er det arveloven, der gælder. Ifølge denne fordeles dine efterladte slægtninge i tre såkaldte arveklasser, hvor første arveklasse er børn, adoptivbørn, børnebørn eller oldebørn, ægtefælle eller registreret partner. Har du ingen arvinger, overgår dine værdier til statskassen, medmindre du har oprettet et testamente.
- Hvis du lever i et papirløst parforhold, har du ikke mulighed for at arve din partner, uanset hvor længe i har boet sammen.
- Boafgiften er den afgift, du skal betale til staten, når du arver. Afhængig af hvem der arver, varierer afgiften fra 15% til 25%. Ægtefæller, registrerede partnere, velgørende foreninger og almennyttige fonde betaler ingen afgift. Det betyder, at Gigtforeningen for Morbus Bechterew ikke skal betale afgift, når foreningen arver værdier.
- Alle myndige personer kan oprette et testamente. Du kan frit tilbagekalde et testamente, med mindre du tydeligt har skrevet, at testamentet er uigenkaldeligt.

Arven fra Bornholm

I foråret 2011 arvede Gigtforeningen for Morbus Bechterew boet efter bornholmeren Ulrich Munch Sonne. Pengene er siden overført til en fond, Ulrich Munch Sonnes Fond, hvor formålet er at støtte personer, der lider af morbus Bechterew. Det skal ske ved, at midler fra fonden kan gives til forskning, bekæmpelse og behandling af sygdommen, herunder at medvirke til at udbrede kendskabet til morbus Bechterew.

Desuden skal fonden støtte op om initiativer, der sikrer kommunikation til fælles interesse blandt medlemmerne af Gigtforeningen for Morbus Bechterew, samt projekter, der fremmer samarbejdet med andre relevante organisationer.

Det er tid til at søge midler i Ulrich Munch Sonnes Fond

- Ulrich Munch Sonne Fondens midler kan udloddes i henhold til vedtægterne. Alle medlemmer kan således søge fonden om støtte, og midlerne udloddes en gang årligt efter skriftlig ansøgning til fondens formand Jens Tryde, email jensblichertryde@live.dk. Ansøgningsfristen er 1. marts hvert år.
- Fondens formål er at støtte de personer, der lider af morbus Bechterew ved at medvirke til forskning, bekæmpelse og behandling af sygdommen. Medlemmer på Bornholm har fortrinsret til at søge støtte til behandling, eventuelt i form af kurophold.

Gigtforeningen for Morbus Bechterew og Sano inviterer til

TRE DAGES AKTIVT

Opholdet er for dig med Morbus Bechterew, som vil leve tre dages ophold med tilpasset, fysisk aktivitet, mentalt ind

KICKSTART TIL EN AKTIV HVERDAG

Grib muligheden og få ny inspiration til et godt liv med en gigtdiagnose. På en forlænget weekend giver vi dig et boost, så du er klar til at få det bedste ud af din situation, uanset om du er nydiagnosticeret eller har fået konstateret Morbus Bechterew for flere år siden. Vi introducerer dig for sjov, fysisk aktivitet, fx Tai Chi Qi Gong og kick bike. Vi får også besøg af en coach, som guider dig i, hvordan du tager styring over dit eget liv, træffer de rigtige valg og tilfører din hverdag ny energi.

Du er den, der kender dig bedst. Sano's professionelle team af medarbejdere har mange års specialiseret viden om gigt. Vi samarbejder med dig under hele forløbet, og vi vejleder og rådgiver på de områder, hvor du har behov for det.

Med et weekendophold på Sano får du værktøjerne og redskaberne til at booste din hverdag. Du er den eneste, som kan sørge for at få det bedste ud af dit liv. Så gør det!

TID & STED

Sano den 7., 8. og 9. marts 2014
Slagelsevej 32, 4230 Skælskør

PRIS

Indkvartering på enkeltværelse, aktivitetsprogram og fuld forplejning fra fredag eftermiddag til søndag eftermiddag - egenbetaling kr. 500,-.

Øl, vand og vin er med egenbetaling.

TILMELDING

Der er 25 ledige pladser, så skynd dig hvis du vil sikre dig en plads på opholdet. Det gør du ved at ringe til Lone Erlandsen på telefon 41 17 97 72 eller sende en mail til lone.hjorth@gmail.com. Tilmeldingsfristen er 7. februar 2014. Ved overtagning af opholdet har nydiagnosticerede fortrinsret. Tilmeldingen er bindende.

BOOSTER OPHOLD

et aktivt liv med gigt. Vi inviterer til et spændende tre park og socialt samvær.

PROGRAM FOR OPHOLDET

FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
	8.00-9.00 Morgenmad	9.00-10.00 Morgenmad Udcheckning
	9.00-11.30 Inspiration og forslag til træning <ul style="list-style-type: none">• Kickboxing• Tai-Chi Qi Gong• Kredsløbstræning/power-træning• Kick bike	10.00-12.00 Hvad er Morbus Bechterew v. reumatolog
	12.00-13.00 Frokost	12.30-13.30 Frokost
	14.00-15.30 Fysiopilates i vand og på land, inkl. pause	13.30-15.00 Socialrådgiver - det sociale system og din muligheder
17.00-18.00 Velkomst v. landsformand Jens Tryde. Ankomst og fordeling af værelser	15.30-18.00 Coach - Bevar Livet	15.00 Farvel for denne gang
18.30-20.00 Middag	19.00- Hyggelig tapasaften. I samarbejde med kokken tilbereder vi en lækker tapas serveret som buffet og med et godt glas vin til	
21.00 Velvære i varmtvandsbassin og sauna		

Husk at medbringe træningstøj, inden dørs sko og badetøj.

Jeg fokuserer på mine muligheder

"Let me hear you make some Holy Ghost noise... Let me hear you, yeah!" Den kristne, popinspirerede amerikanske gospel-sanger Kirk Franklins stemme vælder ud af højttalerne, mens koret stemmer i.

Af Anne Weimar
journalist

● Nyvalgt medlem i Hovedbestyrelsen, Tanja Kapke-Hansen, har skruet helt op for musikken. Hun synger selv med på fuld udblæsning, så vinduerne står og vibrerer. Gospeltonerne overdøver den skramlen, hun når at lave, mens hun flytter en stol ud under bordet for at sætte sig godt til rette.

Foran hende ligger det glas, der om lidt får ny form i hendes rummelige værksted, som også indeholder en lille butik, og som danner rammen for kurser, hun arrangerer. Inde i rødstenshuset, som ligger i Haderslev, bor, foruden hende selv, hendes mand og deres to små drenge på henholdsvis et år og knapt fire år.

»Da jeg var ung, var jeg vred og indelukket. Jeg følte mig meget alene. Ved at gå aktivt ind i foreningens arbejde håber jeg, at vi kan nå de unge, der som jeg har brug for nogle ligesindede, de kan dele deres erfaringer med. Jeg vil gerne gøre en forskel på den måde, at andre unge får øje på, at man både kan rejse rundt med rygsæk, stå på ski og have et godt, aktivt liv, selv om man har morbus Bechterew,« siger Tanja Kapke-Hansen, der drømmer om at arrangere bowlingaftener, gode middage og gospelkor for medlemmerne.

Sport og skrig

Når morbus Bechterew lancerer en kampagne som "Stiv som et bræt",

er det for at gøre opmærksom på de mange, som har en inflammatorisk rygsøjlegigt uden at have fået en egentlig diagnose og dermed den rigtige behandling.

»Da jeg var yngre "bøvlede" jeg tit med ryggen. Da jeg senere begyndte at uddanne mig til efter-skolelærer med idræt som hovedlinie, begyndte det for alvor at gå ud over søvnen. Jeg var simpelthen nødt til at sidde op flere nætter i træk,« fortæller Tanja Kapke-Hansen og fortsætter.

»Efter en basketball-kamp gik det helt galt, og da en fysioterapeut anbefalede, at jeg kom varme på ryggen, "eksploderede" mine smerter. Jeg kom på sygehuset, hvor jeg "lå og skreg i nogle dage", mens de var overbeviste om, at jeg havde fået en diskusprolaps.«

Reumatologen var dog ikke i tvivl, da han så hendes billeder. Han kunne med det samme fastslå, at det var korsbenet, som var problemet, og kort tid efter fik hun diagnosen "rygsøjlegigt".

Så kun alle begrænsningerne

Så gik det stærkt. Tanja blev indlagt på Gigthospitalet i Sønderjylland og kom hurtigt i medicinsk behandling. Hun var "virkelig langt nede". Til at begynde med kunne hun kun fokusere på alle de begrænsninger, hun mente, hendes sygdom kunne medføre. Hun ind-

“

Jeg har tit hørt folk sige "pas nu godt på dig selv", men er der én ting, min sygdom har lært mig, så er det ikke at fokusere på begrænsningerne, men at se på mulighederne

Tanja Kapke-Hansen

TANJA KAPKE-HANSEN



Da jeg var yngre "bøvlede" jeg tit med ryggen. Da jeg senere begyndte at uddanne sig til efterskolelærer, med idræt som hovedlinie, begyndte det for alvor at gå ud over søvnen. Jeg var simpelthen nødt til at sidde op flere nætter i træk.

Tanja Kapke-Hansen

så, at drømmen om at blive idrætslærer ikke var mulig, valgte billedkunst i stedet og måtte tilføje et ekstra år til studiet.

Siden fik hun biologisk medicin, og da hun gerne ville være gravid, måtte hun tage en pause på seks måneder før graviditeten, som "var ganske forfærdelig", som hun udtrykker det.

»Alligevel gik det faktisk bedre, end jeg havde turdet håbe på. Det lykkedes mig at amme vores førstefødte i to en halv måned. Den yngste ammede jeg i tre-fire uger. I begge graviditeter har jeg hver-

ken haft bækkenløsning endsige haft problemer med min hypermobilitet. Jeg var sygemeldt i seks-syv måneder, men derudover synes jeg ikke, vi har haft problemer,« siger Tanja Kapke-Hansen.

Det perfekte job

1. august 2013 fik Tanja et nyt job på en efterskole. Hendes 37 timers arbejdsuge er nogle dage "klumpet sammen" i større blokke, så vagterne også omfatter weekender og aftener. I dag underviser hun 9.-10. klassens elever i dansk, engelsk og glaskunst – og elsker det. Egentlig var hun nervøs for at fortælle om sin sygdom til ansættelsessamtalen, men hun valgte at være åben omkring det og har kun mødt "rummelighed og accept", som hun udtrykker det.

Hun og hendes mand er enige om, at de ikke skal have flere børn. De har en rengøringshjælp til at klare huset hver anden uge. Tanjas mand tager gerne en ekstra tårn, hvis der er nogle opgaver i huset eller haven, som kan klares, fortæller hun.

Tanja går meget på sit job og er derfor indimellem nødt til at tage sig nogle pauser, men det er ikke noget, der påvirker arbejdet. Dog er den mindste af drengene begyndt at blive så tung, at det af og til belaster hendes ryg, men som hun siger "så har jeg min elevationsseng, og så må jeg sidde lidt mere op og sove – det går fint". To-tre gange om ugen dyrker hun fitness, step, aerobic og styrketræning og går glad og gerne lan-

ge ture, hvis hun kan se sit snit til det. Varmtvandsbassiner, som mange morbus Bechterew-patienter er glade for, fungerer ikke for Tanja.

Til lands, til vands og i luften

»Jeg har tit hørt folk sige "pas nu godt på dig selv", men er der én ting min sygdom har lært mig, så er det ikke at fokusere på begrænsningerne, men at se på mulighederne.« Det mener Tanja hun især kan takke sin tålmodige, insisterende mand for.

»Indtil jeg mødte min mand, var jeg nok meget sortseer. Han har en helt anden livsfilosofi, hvor han som udgangspunkt ser på det positive i livet. Hvis det ikke var for ham, havde jeg næppe ladet mig lokke til at rejse rundt med rygsæk fem uger i Brasilien, halvanden måned i Thailand, dykke i det Caribiske Hav (han bar dykkerflasken ud i vandet, så Tanja kunne tage den på der), være på campingtur i Italien og tage på skiferie hvert år,« fortæller Tanja Kapke-Hansen grinende.

»Selvfølgelig er der ting, jeg ikke kan gøre – for eksempel at gå rundt inde i en regnskov, men det er egentlig mest på grund af vaccinationerne. Det at sove på en luftmadras er heller ikke en mulighed, når man er på campingferie. Men mange steder kan man leje et telt med senge i, så derfor er det, vi gør,« siger hun.



Vil opfordre til kampgejst

Tanja erkender, at hun alt i alt nok er mere forsigtig end sin mand, når de står på ski. Hun hæfter sig dog ved, at hun stadig fint kan klare nogle bakker og nyde det samtidig. Det betyder ikke, at der ikke også er "dårlige dage".

»Når jeg for eksempel har gået 50 km i København i løbet af to en halv dag med 80 unge mennesker og bagefter siddet til et bestyrelsesmøde i to dage, ja, så er jeg sygemeldt i et par dage efter. Men egentlig tror jeg ikke, jeg mere syg end alle andre, fordi jeg også er så aktiv,« siger Tanja Tapke-Hansen.

Hun har en helt klar vision for sit foreningsarbejde, nemlig at opfordre til "kampgejst". Og at få flere unge op af stolen.

»Jeg kunne rigtig godt tænke mig, at vi kunne nå mange flere af de 20-36 årige, som vi jo ved sidder rundt omkring i landet. De er ikke medlem af vores forening endnu, og dem vil jeg blandt andet gerne i kontakt med via vores Facebook side. Hvis vi overbeviser de unge med morbus Bechterew om, at vores sygdom ikke kun gør os til gamle, stive individer, så håber jeg, vi kan hjælpe dem. Jo flere vi er, jo større muligheder har vi også som forening,« slutter hun.

“

Indtil jeg mødte min mand, var jeg nok meget sortseer. Han har en helt anden livsfilosofi, hvor han som udgangspunkt ser på det positive i livet

Tanja Kapke-Hansen

abbvie

VORES NAVN ER NYT.
VORES ENGAGEMENT I
SUNDHED BEHØVER INGEN
NÆRMERE PRÆSENTATION.

Ikke mange firmaer i verden har fra start så godt et udgangspunkt for at hjælpe patienterne som AbbVie. Vi er en ny biofarmaceutisk virksomhed med stærke rødder i Abbott, som har 125 års erfaring med at hjælpe patienter.

Det er AbbVies mål at fremme menneskers sundhed i hele verden, og her står vi stærkt, fordi vi forener den veletablerede lægemiddelvirksomheds ekspertise og stabilitet med bioteknologiens innovative ånd og forskningsmæssige fokus. Vores vilje til at finde løsninger, der gør en mærkbar forskel i menneskers liv, ligger i direkte forlængelse af Abbotts mangeårige engagement.

Vi er stolte over at præsentere os selv som AbbVie, men vi vil aldrig glemme, at det, vi gør, er vigtigere end, hvad vi hedder.

abbvie.dk



Internationalt samarbejde



Gigtforeningen for Morbus Bechterew deltager i internationalt patientsamarbejde

Af Jan Andreassen
journalist

● Gigtforeningen for Morbus Bechterew deltager i det internationale samarbejde mellem patientforeninger for personer med morbus Bechterew eller ankyloserende spondylitis, som den engelske betegnelse er. Samarbejdet foregår i regi af ASIF, Ankylosing Spondylitis International Federation, som er repræsenteret i 32 lande og repræsenterer ca. fem millioner patienter.

Repræsentanter fra ASIF deltager hvert år i verdens største gigtkonference European League Against Rheumatism (EULAR), som hvert år afholdes i en europæisk storby. Ved EULAR-konferencen mødes verdens førende reumatologer – samt repræsentanter fra gigtforeninger – og præsenterer nye videnskabelige resultater samt opdaterede vejledende retningslinjer, som arbejdsgrupper nedsat af EULAR har udarbejdet.

Ønsker mere indflydelse

ASIF arbejder kontinuerligt på at få større indflydelse i den europæiske patientforening for personer med gigtsygdomme (PARE – People with Arthritis / Rheumatism in Europe) og på sigt i FNs verdenssundhedsorganisation, WHO. Gennem 2013 har ASIF arbejdet med en ny hjemmeside, der nu er klar og kan findes på www.asif.info, ligesom ASIF har fået et nyt logo. Målet med begge initiativer er at brande ASIF bedre og dermed være



med til at sikre, at udbrede budskaberne omkring behandling og levevilkår for personer med ankyloserende spondylitis i medlemslandene.

Det internationale samarbejde er ikke den store økonomiske udfordring for Gigtforeningen for Morbus Bechterew, idet et medlemskab af ASIF blot koster 800 kr. på årsbasis. Hvert andet eller tredje år afholder ASIF rådsmøder, senest var i november 2011, hvor mødet blev afholdt i tyrkiske Izmir. Næste møde foregår i november 2014 i Bologna, hvor Gigtforeningen for Morbus Bechterew vil være repræsenteret ved Willy J. Fick, der udover at være ASIF-repræsentant for landsforeningen er formand for Landsdelsforeningen Sønderjylland.



Niels Frederiksen
Registreret revisor FRR

Direkte tlf. 9631 0771
nf@3h.dk

Hobrovej 317
9200 Aalborg SV

Tlf. 9811 3333
Fax 9811 3434

Mail: 3h@3h.dk
www.3h.dk

egmont
højskolen

www.egmont-hs.dk



RESPEKT – udvikler hele mennesker!

**DANMARKS MEST
RUMMELIGE HØJSKOLE**

Solidaritet · Myndighed · Værdighed

Gigt  **Kong Christian X's
hospital**

Træningscenter

Toldbodgade 3
6300 Gråsten
Tlf. 73 65 40 68

**MOBILTELEFON
MED ENKEL BETJENING**



Model KANSO M100

- høreapparat kompatibel M3/T4
- alarmknap til Nødopkald
- stort, tydeligt farvedisplay
- håndfri betjening
- standby/taletid 120/4 timer
- send og modtag SMS
- ekstra kraftig lyd
- ur/alarm

Med smart lader



- forhandlerliste på - www.sokantelecom.dk

 **SOKAN**
telecom



“Vi leverer også til de kendte og kongelige, hvis de ringer “

tlf: 70 10 17 55

Mini Crosser M¹

Kom og prøvekør vores nye **Mini Crosser M¹**
Vi holder **Åbent Hus** den første fredag i måneden fra kl. 12.00 – 15.00 eller efter aftale, på Enggårdvej 7, 7400 Herning. Få en prøvetur og en snak med en af vore erfarne konsulenter.



Mangler du en bil tilpasset dine behov?






Find en brugt bil, se flere produkter, eksempler på biler og meget mere på vores hjemmeside:

handicare.dk/auto-danmark




Se aktuelle nyheder, tilbud og info om events og meget mere på vores Facebook:

facebook.com/handicareautodanmark

Vi kan tilpasse din nye eller brugte bil efter dine behov. Vi bygger bilen op omkring dig, og er med hele vejen med rådgivning fra start til slut. Handicare Auto har over 15 års erfaring og er Danmarks største opbygger af handicapbiler til kommuner, institutioner, erhverv og private! Vi klarer enhver opgave! Se mere på handicare.dk, ring til os eller besøg en af vores afdelinger i hele landet!

HERNING	KØBENHAVN	AALBORG	RIBE	AARHUS	FREDERICIA	ODENSE
Baggeskærvej 48	Fabriksparken 4-6	Vidalsvej 4 A	Industrivej 22	Bredskiftevej 6 A	Fabrikvej 5	Hvidkærvej 39
DK-7400 Herning	DK-2600 Glostrup	DK-9230 Svenstrup	DK-6760 Ribe	DK-8210 Aarhus V	DK-7000 Fredericia	DK-5250 Odense SV
+45 97 12 96 22	+45 43 20 57 00	+45 96 96 15 22	+45 76 88 18 00	+45 87 31 46 00	+45 75 93 17 00	+45 97 12 96 22



handicare

HOVEDSTADEN

FORMAND

Karin Skrydstrup
Borgmester Fischers Vej 5A
2000 Frederiksberg
Tlf. 23 88 32 66
skryd1@gmail.com

VESTSJÆLLAND

FORMAND

Connie L. Madsen,
Tjørnevej 4, Hørby
4300 Holbæk
5946 1126, mobil 5189 9388
clm1@mail.tele.dk

Kære medlemmer

Tirsdag 22. oktober mødtes 12 modige medlemmer til bowling i Valby. Der var god fart på kuglerne, og det blev til mange point, inden vi kunne finde vinderen. Der var præmier til de tre bedste. Efter kampen var der middag i restauranten.

Bestyrelsens sammensætning har ændret sig, da Jørgen Heinen har valgt at udtræde af bestyrelsen. På det første bestyrelsesmøde efter sommerferien blev Stig W. Nielsen valgt som ny sekretær, og suppleant Ernst Johansen indtrådte som medlem af bestyrelsen.

Vi planlægger vanen tro medlemsmøde og generalforsamling i marts. Invitationer vil blive fremsendt via mail eller brev i begyndelsen af det nye år.

Bestyrelsen ønsker alle vore medlemmer en god Jul og et lykkebringende nytår.

*På bestyrelsens vegne
Karin Skrydstrup
Formand*

Kære medlemmer

Aktivitetsliste 2014

Torsdag 20. marts 2014 kl. 19.30:
Generalforsamling. Spisning kl. 18.00. Stegt flæsk og persillesovs.



Fredag 4. april kl. 20.00

Teatertur til Krabasken i Slagelse, vi skal se stykket "Liva" om Liva Well. Tilmelding senest 8. februar på tlf. 5946 1126 eller mail: clm1@mail.tele.dk

Lørdag 26. april

Sundhedsmesse i Kalundborg. Foreningen har en stand.

Lørdag 21. juni kl. 10.00-14.30

Sundhedsdag i Holbæk, hvor vi har en stand på gaden.

Fredag og lørdag 26./27. juli

Byfest i Kalundborg, hvor foreningen har en stand.

Søndag 31. august

Udflugt til Skjoldnæsholm Sportsmuseum, hvor vi er sammen med Sjælland Syd.

Lørdag og søndag 25./26. oktober

Erhvervsmesse i Kalundborg, hvor foreningen har en stand.

Torsdag 6. november

Medlemsmøde med foredrag om et relevant emne.

Kom og mød en repræsentant for bestyrelsen i Morbus Bechterew, få en snak og en kop kaffe. Du kan møde os i INFO butikken Lindegade 3, 4400 Kalundborg.

Onsdag 5. marts 2014

Onsdag 9. april 2014

Onsdag 7. maj 2014

Alle dage kl. 16.00-18.00.

Tak til alle medlemmer som har oplyst jeres mailadresser. Fremover vil I modtage post via mail. De der ikke har mail får brev med posten.

Vestsjælland ønsker deres medlemmer en glædelig jul og et godt nytår 2014.

I vil i næste medlemsblad få nærmere oplysninger om generalforsamlingen i marts. Se også under hjemmesiden www.bechterew.dk – Vestsjælland.

*På bestyrelsens vegne
Connie L. Madsen
Formand*

FYN

FORMAND

Niels Vous
Stengadevej 1,
5953 Tranekær
Tlf. 2215 0055
vous@mail.dk

"Kære skat!"

Kunne du tænke dig at lære lidt om SKAT?

Skattevæsenet er gennem de seneste år undergået en voldsom slankning. En af følgerne er, at flere og flere skattecentre lukker. Ydermere er der, på de centre som er tilbage, med få undtagelser ikke længere mulighed for personligt fremmøde. Fra 1. november 2013, kan du kun blive personlig betjent, hvis du i forvejen har bestilt tid.

Borgerne er derfor i stor grad nødt til enten at ringe eller at betjene sig af Internettet.

Vi vil gerne hjælpe dig med at blive selvhjulpne på Internettet – www.skat.dk. MB Fyn vil derfor arrangere en oplysningsaften, hvor du kan høre nærmere om de mange ting, du selv kan



finde omkring dine egne personlige skatteforhold.

Arrangementet vil finde sted i januar eller februar 2014, formentlig i Ringe. Deltagelse er naturligvis gratis. Du vil højst blive udbedt et mindre beløb til brød og kaffe. Til gengæld vil tilmelding være nødvendig, og tilbuddet gælder naturligvis kun medlemmer af foreningen.

Følg med på www.bechterew.dk. Her vil du kunne læse nærmere om tid og sted og andre arrangementer, som er i støbeskeen.

På bestyrelsens vegne
Niels Vous
Formand

SØNDERJYLLAND

FORMAND

Willy J. Fick
B.S. Ingemannsvej 8
6400 Sønderborg
Tlf. 6178 6884
willy.fick@hotmail.com

Kære medlemmer

MB-klubbens sensommerudflugt gik i år til Frøslevlejren. Torsdag 5. september var vi 35 personer, der tog imod invitationen til at besøge Frøslevlejrens museum – en fangelejr fra Anden Verdenskrig.

Vi indledte med et interessant foredrag om lejrens historie – primært perioden 1944-1945, hvor lejren fungerede som tysk

fangelejr og perioden efter besættelsen, hvor lejren under navnet Faarhuslejren fungerede som dansk internerings- og straffelejr. Derefter var der mulighed for en rundgang i museets faste udstillinger i de forskellige barakker samt til at besigtige en ny specialudstilling om Faarhuslejrens historie.

Efter denne lærerige og interessante oplevelse afsluttedes aftenen på Holbøl Landbohjem med en velsmagende, dejlig og veltilrettelagt middag. Stemningen var i top, og alle hyggede sig - alle nød det gode arrangement.

Planlagte fremtidige arrangementer:

Juleafslutning, tirsdag den 26. november 2013 kl. 19.00.



Dette blad udkommer i begyndelsen af december, hvor vi netop har afholdt foreningens traditionelle juleafslutning på Gigt-

hospitalet i Gråsten. I år har vi inviteret Haderslev Gospelkor, som møder op med godt 40 sangere og underholder de fremmødte medlemmer med ledsager samt patienter indlagt på Gigthospitalet. Det er altid en festlig aften, hvor vi synger vore dejlige julesange og hygger os med gløgg, æbleskiver, kaffe og kage – og hvor der også er mulighed for at vinde en lille gave i foreningens julelotteri. Vi håber selvfølgelig, at mange medlemmer har deltaget i dette hyggelige og traditionsrige arrangement.

Forhåbentlig er alle nu kommet i den rette julestemning, således at julehyggen breder sig til hjemmefronten og holder både julen og nytåret over.

Generalforsamling 2014

Vi har allerede på nuværende tidspunkt fastlagt generalforsamling 2014 til at blive afholdt: Tirsdag 11. marts 2014 kl. 19.00 i spisesalen på Gigthospitalet.

Dagsorden ifølge foreningens vedtægter publiceres i det næste MB blad, der udkommer februar 2014.

I forbindelse med generalforsamlingen vil der som sædvanlig være et indlæg, hvor gigthospitalet eller andre specialister bliver inviteret til at orientere om seneste udvikling og tiltag vedrørende morbus Bechterew gigtlidelsen indenfor medicinering, behandlingsformer, træning, hjælpemidler med videre. Bestyrelsen undersøger pt., hvad der er af muligheder og meddeler resultatet i næste blad. Husk allerede nu at reservere aftenen!

Bestyrelsen ønsker alle medlemmer samt deres pårørende en rigtig glædelig jul samt et lykkebringende godt nytår.

Tak for den opbakning I viser foreningen ved at møde frem til vore arrangementer. Vi glæder os til at se så mange som muligt i det kommende år.

Tak for året 2013 og på gensyn i 2014.

På bestyrelsens vegne
Willy J. Fick
Formand

ØSTJYLLAND

FORMAND

Claus-Ebbe Junker
Lillemønt 22, Rodskov
8543 Hornslet
3024 0547
clausebbejunker@gmail.com

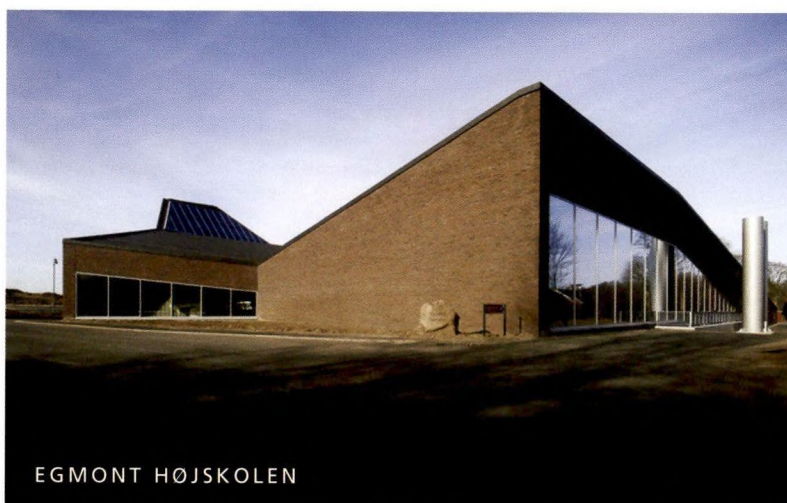
Kære medlemmer

MB Østjylland har været på besøg på Egmont Højskolen, der

ligger ved Hou. Deltagerne havde en fantastisk dag, hvor formand Ole Lauth fortalte om højskolens værdier og historie samt viste rundt på stedet. Ole Lauths fortælling var inspirerende, sjov og rørende – og viste tydeligt hans store engagement i skolen og elevernes udvikling.

En del af skolens elever har særlige udfordringer – det nogle kalder handicap, og et ophold på Egmont Højskolen er fyldt med oplevelser og udfordringer, der er med til at udvikle eleverne personligt. Egmont Højskolen blev grundlagt i 1956 af Oluf Lauth, der var spastiker og kørestolsbruger. Et ophold på Askov Højskole inspirerede ham til at oprette en højskole for handicappede.

Ole Lauth er overbevist om, at alle deres elever har noget at bidrage med, både i forhold til egen udvikling og til det fællesskab, der er en vigtig del af et højskoleophold. Desuden er skolens erfaring, at det at stille personlige krav til den enkelte elev medvirker til elevernes udvik-



EGMONT HØJSKOLEN

ling. Ole Lauth gav flere eksempler på, hvad et ophold på skolen havde betydet for elevernes videre liv.

Fysisk aktivitet er et vigtigt element i opholdet på Egmont Højskolen. Her er skolens nye faciliteter - Vandhalla - med blandt andet svømmehal og træningsrum en væsentlig del af undervisningen. Svømmehallens opbygning giver fuld adgang for kørestolsbrugere både i svømmebassinet, varmtvandsbassinet og vandrukebanen. Svømmehallen er i øvrigt åben for offentligheden, hvilket nogle af MBs medlemmer benyttede sig af inden selve besøget på højskolen. Åbningstiderne kan findes på www.vandhalla.dk.

Besøget på højskolen blev afsluttet med, at vi spiste aftensmad sammen med skolens elever. Deltagerne tog hjem efter at have fået et indblik i en højskole, der gennem personalets engagement, stedets faciliteter samt skolens værdier er medvirkende til at udvikle elevernes kompetencer og give ballast til de videre udfordringer.

Generalforsamling

MB Østjylland holder generalforsamling torsdag 20. marts 2014 kl. 18.30 i Marselisborgcenteret i Aarhus. Desuden er bestyrelsen og andre gode kræfter ved at planlægge forskellige aktiviteter for medlemmerne i 2014.

Bestyrelsen for MB Østjylland ønsker alle medlemmer glædelig jul og godt nytår.

*På bestyrelsens vegne
Claus-Ebbe Junker
Formand MB Østjylland*

MIDT VESTJYLLAND

FORMAND

Torben Pedersen
Munklindevej 42
7441 Bording
Tlf. 9725 0513
torbenmunklinde@gmail.com

Kære medlemmer

Hvor tiden dog går. Nu er det allerede jul igen. Bestyrelsen glæder sig til juleturen til Hjerl Hede 7. december.

Nu skulle der være rimelig styr på vores hjemmeside, som er blevet forsinket på grund af sygdom og computernedbrud. Så hold øje med hjemmesiden.

I første kvartal af 2014 afholdes der generalforsamling, men mere om det kommer på hjemmesiden.

Har I nogle ønsker/ideer til arrangementer, vil vi gerne høre fra jer, så kom frisk.

I ønskes alle en rigtig glædelig jul og et dejligt nytår. Og vi håber at se rigtig mange af jer til vores arrangementer i 2014.

*På bestyrelsens vegne
Torben Pedersen
Formand*

NORDJYLLAND

FORMAND

Henrik Møller
Runddyssen 222
9230 Svenstrup
Tlf. 2671 9644
mbnordjylland@outlook.com

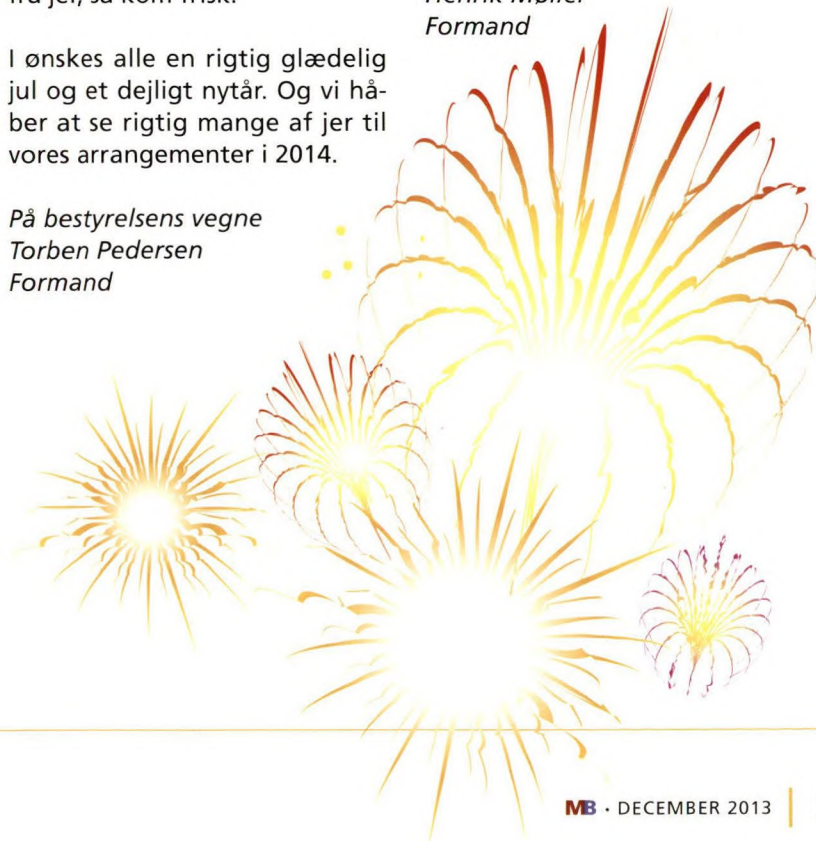
Kære medlemmer

Lørdag 12. oktober var Oliver Hendricks inviteret til at holde foredrag om morbus Bechterew og diagnosticeringen af SpA. Vi var ca. 25 medlemmer til et meget levende og indholdsrigt foredrag.

Vores bowlingtur er planlagt til februar som vanligt og generalforsamlingen til torsdag 3. april 2014, mere herom senere.

Bestyrelsen vil gerne ønske alle en rigtig god jul samt et godt nytår.

*På bestyrelsens vegne
Henrik Møller
Formand*

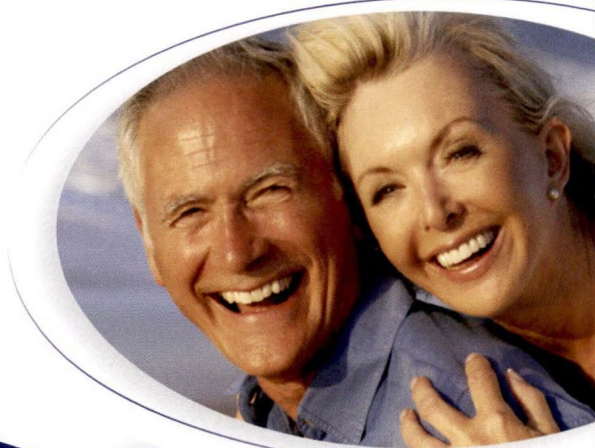


Panodil

Aktiveled.dk

Livsglæde trods ledsmerter

Livsglæde er individuelt, og det er opfattelsen af ledsmerter også. Derfor har vi oprettet individuelle spor på aktiveled.dk så vi kan tilbyde vores medlemmer målrettede råd.



22.000 danskere har allerede tilmeldt sig aktive led:

49% er blevet mere aktive

40% oplever færre smerter i leddene

50% har fået øget livskvaliteten

Aktiveled.dk sponsoreres af Panodil®

Panodil® (paracetamol). Anvendelse: Mod svage smerter f.eks. muskel- og ledsmerter. Virker febernedsættende. **Dosering:** Voksne: 1 g 3-4 gange dagligt, dog højst 4 g pr. dogn. I enkelte tilfælde kan ½ g 3-4 gange dagligt være tilstrækkeligt. Højere doser end anbefalet giver ingen ekstra effekt og kan medføre skader, der ikke kan helbredes. Paracetamol i doser over ca. 7,5 g indebærer risiko for leverskade, evt. livstruende leversvigt. **Forsigtighedsregler:** Bør ikke anvendes uden lægens anvisning af personer med nedsat lever- og nyrefunktion, svækket ernæringstilstand, hyppige hovedpineanfald, overfølsomhed overfor paracetamol eller hjælpestofferne samt ved samtidig behandling med anden paracetamolholdig medicin, warfarin, metoclopramid, domperidon, colestyramin, lægemidler med enzyminducerende effekt (f.eks. fenytoin, carbamazepin), probenecid, chloramphenicol. Pakningsstr. og priser 15.09.2010: Filmovertrukne tabletter 500 mg: 20 stk. kr. 22,05 - 48 stk. kr. 33,25 - 96 stk. og 100 stk. kr. 45,10 - 300 stk. kr. 97,90. Se dagsaktuel pris på medicinpriser.dk. Læs omhyggeligt vejledningen i indlægssedlen eller på emballagen. Panodil® er et varemærke tilhørende GlaxoSmithKline-gruppen af firmaer.

5930066 01/2012

FL.SVENDSEN VVS

Aut. VVS-installatør · Tlf. 5695 3943

BE Consult

Æblehaven 9 • 2680 Solrød Strand

Ikke alle er lige gode til tal
BE Consult kan hjælpe dig med det hele

Tel. 40 18 81 87

info@birgereskildsen.dk
www.birgereskildsen.dk

Al form for gravearbejde udføres med:
rendegraver, gravemaskine og minigraver

Helge Kristensen

28 11 13 19



VEJLEFJORD REHABILITERING
VIDEN & FORANDRING

NYHED! Genoptræning med AlterG®

Nedsæt din vægt med 80% og fjern forhindringerne for genoptræning. Hurtigt, sikkert, smertefrit!

AlterG® er designet til anvendelse

- ved neurologisk genoptræning af hjerneskadede
- ved skader på ben og ryg
- ved konditionstræning for at mindske risiko for overbelastningsskader
- for vedligeholdelse og genoptræning af ældres gangfunktion efter eksempelvis faldskader
- Overvægtige kan med fordel træne med AlterG®

Den unikke AlterG® træning tilbydes kun få steder i Danmark.

Kontakt os på
7682 3333 og få
mere information.



Sanatorievej 27b | DK-7140 Stouby | Tel. +45 7682 3333
sekretariatet@vejleford.dk | www.vejleford.dk



Aflastningshjemmet Rendberg
et tilbud til udviklingshæm-
mede voksne og børn

Rendbjergvej 9
6320 Egernsund
Tlf. 74 44 23 52



Danmarks største
udvalg af dagligvarer
til discountpriser

REMA 1000

Meget mere discount!



J. Dyhr A/S v/ J. Dyhr Nielsen
Teglværksvej 8
5892 Gudbjerg
Tlf. 62 25 11 10
Fax 62 25 22 24
www.jdyhr.dk

- SALG • SERVICE
- RESERVEDELE

Person-, last- og
varevogne, traktorer
og lastvogne
Alt indenfor slanger og hydraulik



KELDOR
ecco

Torvegade 6 · 3700 Rønne
Telefon 62 26 50 85

ALEX ANDERSEN ØLUND A/S

Vi kører for det grønne erhverv!
Kørsel med affaldscontaineregrus og sten



Vognmand **ALEX ANDERSEN Ølund A/S**
Holkebjergrvej 54 · 5250 Odense SV
Tlf. 66 18 81 97
www.alex-andersen.dk
Telefax +45 66 18 72 17
E-mail: vognmand@alex-andersen.dk

KOLIND
TAXA

v/ K.B. Jensen
Vesterågade 36 · 8560 Kolind
86 39 22 50
DØGNVAGT



Vestergade 1 - 9400 Nørresundby
Telefon 98 17 73 24
E-mail: jette@bbnpost.dk



DUPONT Nutrition Biosciences Aps
Langkær 22
DK-6100 Haderslev

Marselis
tømmer & snedker a/s
køkkenmontering

Chr. X's Vej 42 A
8260 Viby J.
Tlf. 86 27 01 11

BALTISK
REVISION & RÅDGIVNING ApS

Store Torvegade 18, 1. tv.
3700 Rønne
56 91 32 40

Gilleleje Apotek

Vesterbrogade 6 B • 3250 Gilleleje

Telefon 48 30 15 55

Handicapvenlige adgangsforhold

Krystal Bodega

Krystalgade 20 • 3700 Rønne
Tlf. 56 95 00 68

Nordea 

**KRØYER
PEDERSEN**
statsautoriserede revisorer

Hostrupsvej 4 • 7500 Holstebro • T 9610 6161
Torvegade 2 • 7600 Struer • T 9684 2000
www.kroyerpetersen.dk

T. K. C. MAD

Tag os med på råd for den rigtige kombination
og det rigtige kvantum. Ud fra tidspunktet for afholdelse
og Deres gæsters forventning til indholdet kan vi råde Dem.
Ønskes en personlig samtale - reserver tid telefonisk.
Ændringer i kuvertantal kan ske indtil 2 døgn før levering.

Egne selskabslokaler.

Holstebrovej 482 - 7860 Spøttrup - Tlf. 97 54 10 26



Hvidsten Kro

tlf. 86 47 70 22

Mariagervej 450
Hvidsten, 8981 Spentrup
www.hvidstenkro.dk

VVS & VARME TEKNIK ApS

Tlf. 43 66 11 46 - 32 95 11 46

Aut. VVS-installatør & kloakmester

- TV-inspektion / Højtryksspuling
- Ventilation (med i VENT-ordningen)
- Totalentrepriser
- Ejendomsservice
- Vand & afløbs installation
- Blikkenslagerarbejde
- Fjernvarme installation
- Gas installationer
- Vi udfører totalentrepriser



DØGNVAGT 

www.varmeteknik.dk
E-mail: varmeteknik@www.varmeteknik.dk
Fax 43 66 11 45
Herstedøster Skolevej 16
2620 Albertslund

LØFT I VERDENSKLASSE

PALFINGER



Tlf. 7010 8010 • www.palfinger.dk

Sponsoreret



**TØMRERMESTER
KIM HANSEN**
MOBIL 61 37 89 84

byg
garanti

Ellesø Gade 12, 5592 Ejby, Tlf. 64 49 24 84

GIGTFORENINGEN FOR MORBUS BECHTEREW

Nyttige oplysninger:

GIGTLINIEN · Gentoftegade 118 · 2820 Gentofte · Tlf. 3977 8000
www.gigtforeningen.dk · info@gigtforeningen.dk
Åbningstider: Mandag-torsdag kl. 9.00-16.00 – fredag kl. 10.00-15.00

FNUG · (ForeningE af Unge med Gigt)
Gentoftegade 118 · 2820 Gentofte · Tlf. 4181 9545 · www.fnug.dk



HOVEDBESTYRELSE



Formand

Jens Tryde
Frugthaven 11
7000 Fredericia
Tlf. 6168 1180
jensblichertryde@live.dk



Sekretær

Claus-Ebbe Junker
Lilleteften 22, Rodskov
8543 Hornslet
Tlf. 3024 0547
clausebbejunker@gmail.com



Jørgen Knudsen
Blåbærvej 144, Hjallesø
5260 Odense S
Tlf. 6617 3706
mb.jk@live.dk



Næstformand

Henrik Møller
Runddyssen 222
9230 Svenstrup
Tlf. 2671 9644
mbnordjylland@outlook.com



Suppleanter

Karin Skrydstrup
Borgmester Fischers Vej 5A
2000 Frederiksberg
Tlf. 2388 3266
skryd1@gmail.com



ASIF kommitteret

Willy J. Fick
B. S. Ingemannsvej 8
6400 Sønderborg
Tlf. 6178 6884
willy.fick@hotmail.com



Kasserer

Per Schwarz
Reinholdts Bakke 54
6640 Lunderskov
Tlf. 3028 5863
ritaogper@stofanet.dk



Revisor

Lone Erlandsen
Stengårdsvej 31
7000 Fredericia
Tlf. 4117 9772
hjorth.erlandsen@gmail.com



Jens Grøndahl
Nøglens Kvt. 12 B
2620 Albertslund
Tlf. 3860 5200
jens.grondahl@gmail.com



HB-medlem, ansat sekretær

Susanne Gøttske
Tavleager 45, 2670 Greve
Tlf. 6173 1435
s.goettske@eriksminde.dk



Tanja Kapke-Hansen
Øsbygade 63
6100 Haderslev
Tlf. 4143 1219
kapke22@gmail.com

LANDSDELSFORENINGSFORMÆND



Hovedstaden

Karin Skrydstrup
Borgmester Fischers Vej 5A
2000 Frederiksberg
Tlf. 2388 3266
skryd1@gmail.com



Midt-Vestjylland

Torben Pedersen
Munklindevej 42
7441 Bording
Tlf. 9725 0513
torbenmunklinde@gmail.com



Fyn

Niels Vous
Stengadevej 1
5953 Tranekær
Tlf. 2215 0055
vous@mal.dk



Vestsjælland

Connie L. Madsen,
Tjørnevej 4, Hørby,
4300 Holbæk
Tlf. 5946 1126, 5189 9388
clm1@mail.tele.dk



Sønderjylland

Willy J. Fick
B.S. Ingemannsvej 8
6400 Sønderborg
Tlf. 6178 6884
willy.fick@hotmail.com



Sjælland Syd

Susanne Pedersen
Valnøddeparken 8
4690 Haslev
Tlf. 5631 6118
storstroem@bechterew.dk



Østjylland

Claus-Ebbe Junker
Lilleteften 22, Rodskov
8543 Hornslet
Tlf. 3024 0547
clausebbejunker@gmail.com



Nordjylland

Henrik Møller
Runddyssen 222
9230 Svenstrup
Tlf. 2671 9644
mbnordjylland@outlook.com



Vejle-Ribe

Tina Aamann
Glænøvænget 18
6000 Kolding
Tlf. 2925 5340
tpaamann@gmail.com



SÅDAN HÅNDTERER DU DINE RYGSMERTER

Få meget mere information på www.rygsoejlegigt.dk

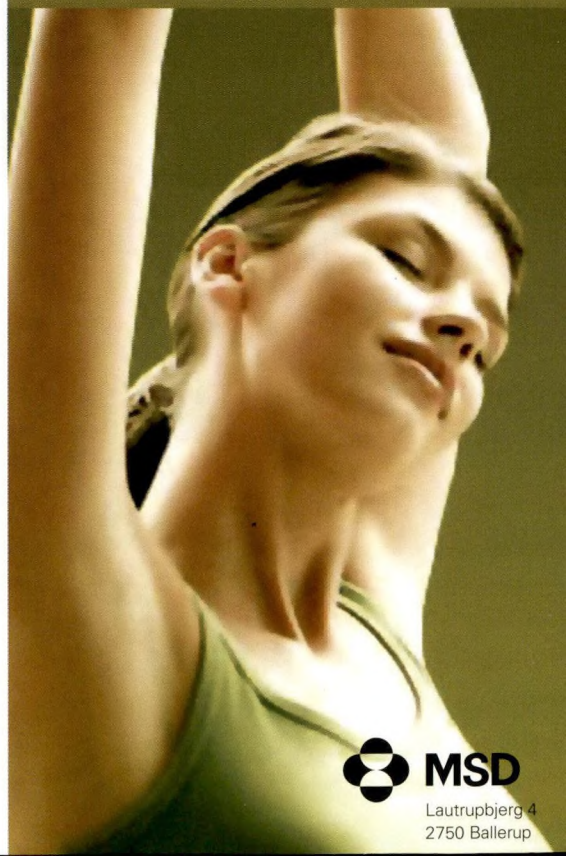
Hvordan får du stillet en
diagnose på dine rygsmerter?



Har du lige fået diagnosen
Bechterews sygdom?



Har du levet med
Bechterew et stykke tid?



Lautrupbjerg 4
2750 Ballerup