



GIGTFORENINGEN FOR MORBUS BECHTEREW

Nr. 2 · juni 2014 · 21. årgang

Booster-weekend
Den nye ildsjæl
Landsmøde 2014

MAGASINET OM RYGSØJLEGIGT

Goddag og farvel



AF JENS TRYDE

Det sker hvert år. Maj løber afsted med en rasende fart, bogen er for længst sprunget ud, og sommertøjet findes frem. Alle disse sikre tegn på at sommeren står for døren, er også tegn på, at forårets travle aktivitet i foreningen er ved at fortone sig. Et travlt forår har det i sandhed været i Gigtforeningen for Morbus Bechterew. Hele ni landsdele har afholdt deres generalforsamlinger, og endelig har også landsforeningen afholdt sit landsmøde. Landsmødet blev denne gang afholdt i idylliske Karrebæksminde og var godt tilrettelagt af landsdelsforeningen Sjælland Syd. Jeg vil gerne benytte denne lejlighed til at takke den lokale ledelse for et godt, alsidigt og velgennemført arrangement.

Med til generalforsamlingerne hører også den naturlige udskiftning på pladserne i landsdelenes og landsforeningens bestyrelser. Nogle har valgt at holde en pause fra bestyrelsesarbejdet, andre har besluttet at lade nye kræfter komme til, og heldigvis har det vist sig, at nye og arbejdsomme kandidater har stået på spring landet over. I denne forbindelse vil jeg gerne takke alle jer, der har trukket et stort læs for foreningen gennem jeres valgperiode. Det er folk som jer, foreningen udvikles af og sikres overlevelse. Tak til jer alle for jeres indsats. Helt ekstraordinært vil jeg gerne fremhæve en enkelt person i denne sammenhæng, nemlig foreningens afgående ansatte sekretær og mangeårigt medlem af hovedbestyrelsen: Susanne Gøtt-ske. Susanne har ydet en formidabel indsats for foreningen og har alle vegne, hvor hun har haft sin gang i foreningens virke, nydt stor respekt og anerkendelse.

Et andet punkt hvor forandringens vinde nu blæser, er omkring kontingent-opkrævningen og medlemsregistreringen. Efter årtier med decentral styring af kontingentbetalingen besluttede landsmødet, at tiden nu er kommet til en modernisering af dette område. Hovedbestyrelsens forslag om en fælles kontingentstyring blev vedtaget med et overbevisende flertal, og allerede nu pågår det indledende arbejde for at gøre foreningen klar til det nye system til endelig indfasning pr. 1. januar 2016. Vi vil dog formentlig køre test på systemet i hele 2015 på en udvalgt landsdelsforening således, at alle børnesygdomme er kureret inden den endelige ikrafttræden.

Hermed ønskes du og din familie en varm og lang sommer.

Jens Tryde

INDHOLD

- 4 Et boost til Bechterew
- 8 Tag ansvar for dit liv
- 10 Troen på en god fremtid
- 10 En weekend jeg sent vil glemme
- 11 Fysisk aktivitet er en stor del af min hverdag
- 12 En succesrig booster-weekend
- 14 Foreningens nye frivillige ildsjæl
- 20 Landsmøde 2014 i idyllisk fiskerby
- 22 Det nytter at kæmpe
- 23 Biologisk behandling af gravide
- 26 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 1. august 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, Linda Petersen,
Claus-Ebbe Junker, Henrik Møller, Stig Winther Nielsen

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

Forsidefoto: Dreamstime

Annoncer: Medical Media, tlf. 2682 2231

Oplag: 1600 stk.

ISSN 1601-7080

Et boost til Bechterew

30 medlemmer af Gigtforeningen for Morbus Bechterew havde en weekend i marts tilmeldt sig et såkaldt booster-ophold på behandlingsstedet Sano. Og de fik et gevaldigt boost.

Af Jan Andreasen
journalist

Lars Christensen
journalist

● Det hele var arrangeret perfekt. Smukke omgivelser, fantastisk vej med årets første to cifrede plusgrader og høj sol over Sano. Beliggenheden kunne heller ikke være mere velvalgt. Sanos kridhvide bygninger med de store farvede vinduespartier og den omkransende parklignende have ligger helt ned til Skælskør Nor, hvor de ivrigt skræppende blishøns svømmer rundt i strålerne fra den skarpe forårssol.

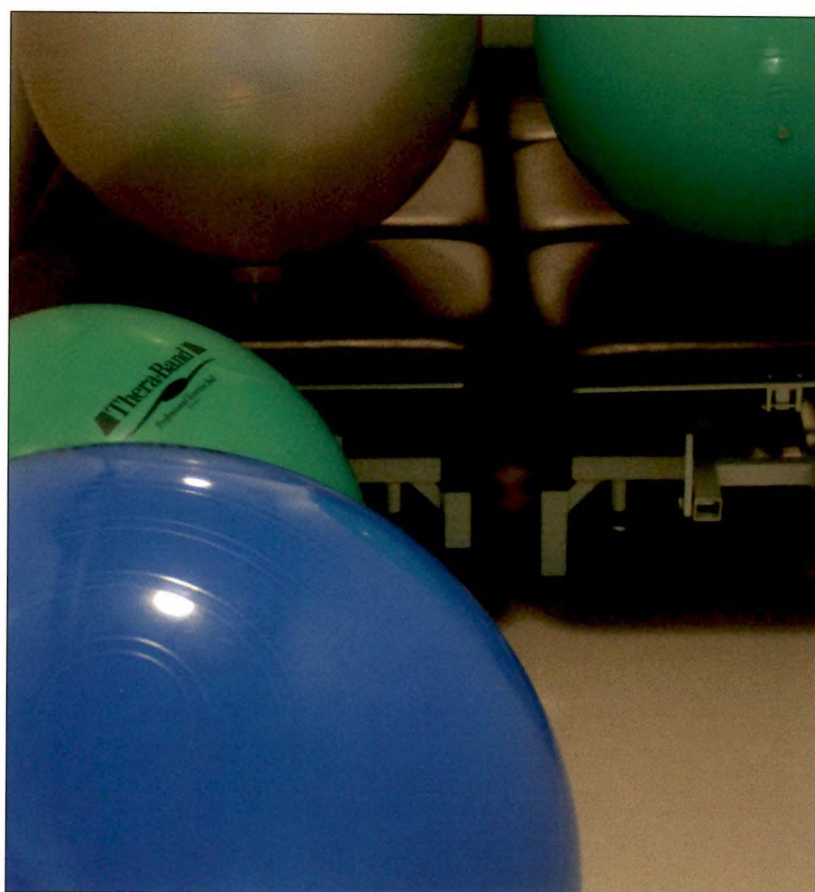
Det var her – helt nede i vandkanten, at de 30 medlemmer af Gigtforeningen for Morbus Bechterew indledte lørdagens program. Forinden var gået en fredag aften med velkomstsamling, middag og efterfølgende velvære i varmtvandsbassin og sauna. Alle tilmeldt et såkaldt boosterophold: Tre indholdsrige dage med fysisk aktivitet, mentale indspark og socialt samvær. Formålet var at give ny inspiration til et godt liv med en gigtdiagnose, så man derved gerne skulle blive klædt bedre på til at få mere ud af tilværelsen trods morbus Bechterew.

På den baggrund skulle de fleste deltagere for første gang stifte bekendtskab med Tai Chi. Den kinesiske kampkunst, der i vore dage hovedsagelig trænes for at styrke krop og sind. Tai Chi bygger på et spirituelt fundament med rod i den allertidligste kinesiske filosofi, taoismen, og består af lange sekvenser af bevægelser, som kan omfatte helt op til 120 forskellige kropsstillinger, der er sammenkædet i én lang flydende bevægelse. Kendetegnet for Tai Chi er, at det udføres meget langsomt.

De 30 deltagere indtog således bredden af Skælskør Nor blandt de vinterafpillede barkedede træer. Bevægelserne var langsomme, og det passer måske meget godt til netop morbus Bechterew-patienter. Deltagerne havde fået et "godt tilbud" via Gigtforeningen for Morbus Bechterew i samarbejde med Sano. En forlænget weekend til 500 kr.







Sådan kommer du på Sano

Sano kan hjælpe mange patienter. Hvad enten du er kronisk patient med komplekse problemstillinger eller "blot" har brug for genoptræning. Hvis du har en led-, ryg- eller muskelsygdom, som medfører betydelige begrænsninger i dine fysiske, psykiske og/eller sociale funktionsevner, kan du få et ophold på Sano via henvisning fra en læge (enten praktiserende læge eller speciallæge). Det er også muligt selv at betale for et ophold på Sano, og i nogle tilfælde kan en sundhedsforsikring dække udgifterne.

Resultater fra Sano

SANO

- Ressourceforløb
- Specialister inden for rehabilitering
- Tværfaglige forløb
- Dokumenteret effekt
- Korte eller længerevarende forløb

Skælskør Aarhus Middelfart

Et år efter et ophold på Sano vurderer:

- 85% af deres fysiske funktionsniveau er forbedret.
- 34% af deres helbred er forbedret:
- 45% af deres energiniveau er forbedret
- 54% af deres sociale funktion er forbedret.

Tværfaglig behandling

Sano, der ejes af Gigtforeningen, er et topmoderne trænings- og behandlingscenter for alle med led-, ryg- og muskelsygdomme. Et typisk ophold er af længere varighed, så det enkelte forløb kan tilrettelægges bedst muligt, og den enkelte derved får de bedst mulige forudsætninger for at skabe vedvarende forbedring.

Behandlingsstedet tilbyder tværfaglig behandling, der omfatter læger, ergoterapeuter, fysioterapeuter og sygeplejersker. Lægen har det lægefaglige ansvar for behandlingsforløbet og for at vurdere eksempelvis medicinforbrug og andre muligheder for behandling. Fysioterapeuten varetager den fysiske genoptræning og leder den daglige træning i tæt samarbejde med ergoterapeuten, der også rådgiver om boligindretning og hjælpemidler. Sygeplejersken støtter op med råd og vejledning og er med til at følge op efter opholdet på Sano.

Udgangspunktet i den tværfaglige indsats er at nå hele vejen rundt om hver enkelt patients problemstilling, så man derved sikrer en optimal, individuel behandling og opnår de bedst mulige resultater. Behandlingen på Sano er i øvrigt baseret på dokumenteret forskning i forebyggelse og behandling af led-, ryg- og muskelsygdomme.

Historien om Sano

Historien om Sano går tilbage til tiden inden Anden Verdenskrig. Afdelingen i Skælskør er således en udløber af det gamle Skælskør Gigtsanatorium fra 1933. Sanatoriet var dengang det eneste af sin art og en milepæl i det 20. århundredes behandling af gigtsygdomme. I 1947 oprettedes et gigtsanatorium i Aarhus, og det blev i 1951 overtaget af Gigtforeningen. To år senere indviede man ligeledes Dronning Alexandrines Gigtsanatorium i Middelfart.

Sano har således tre afdelinger i dag: I Skælskør, Middelfart og Aarhus. De tre behandlingssteder har hørt under Gigtforeningen i årtier, og i 2006 valgte man ét fælles navn, nemlig Center for Sundhed og Træning. I 2013 fik de tre centre så igen et nyt, fælles navn: Sano. Det er latin og betyder "Jeg healer". Sanos afdelinger er alle udstyret med varmtvandsbassin, fitnessrum med træningsmaskiner til både konditionstræning og muskelopbyggende øvelser. Derudover er der blandt andet også mulighed for eksempelvis boldtræning, ergoterapeutisk håndtræning, fysio-pilates og mindfulness.

Et "nor" er et gammelt dansk udtryk for et snævert farvand, et mindre vandområde, som kun er forbundet med havet gennem en smal rende. Hvis noret ikke er inddæmmet, indeholder det saltvand.

Tag ansvar for dit liv



“

Mange har opnået det, de drømte om blot ved at tage ganske få skridt hver eneste dag. Ændringer, som har ført dem tættere på deres drømme. Det er mere de små skridt, der fører os tættere mod målet frem for dagdrømmene om, hvad vi kan og bør gøre

Af Jan Andreasen
journalist

Det gælder om at holde sig i balance både fysisk og følelsesmæssigt. Så er du tættere på at nå dine drømme.

- Man skal se de positive ting i tilværelsen, selv om man har en kronisk sygdom, som kan medføre begrænsninger og smerter i hverdagen samt bekymringer for fremtiden. Det er derfor vigtigt selv at tage ansvar for sit liv og finde mod og selvværd til at forfølge sine mål. Samtidig skal man finde lysten og energien til at opfylde sine drømme – og selv om man møder forhindringer, er de til at komme udenom.

Sådan lød hovedbudskabet fra en af underviserne, da Gigtföreningen for Morbus Bechterew var på booster-weekend på behandlingsstedet Sano i Skælskør. Udover de verbale indspark blev booster-deltagerne introduceret for Tai Chi og Qi Gong og i de asiatiske kampkunst-formers bagvedliggende filosofier. De lyder kort og godt, at man skal finde balancen og tage mere ansvar for sig selv. Ved at gøre vores liv mere simpelt, får vi nemlig en mindre stressfyldt tilværelse.

»Tai Chi og Qi Gong er ergonomisk korrekte bevægelsesformer kombineret med korrekt vejtrækning. Øvelserne er med til at skabe ba-

lance i kroppen, så vi bruger så lidt energi som muligt til at bevæge os. Gennem korrekt vejtrækning får vi maksimal ilt, og derved får kroppens celler optimale betingelser. Gennem øvelserne i Tai Chi og Qi Gong kan man som eksempelvis patient med morbus Bechterew lære at arbejde med kroppen og ikke imod den. Dermed undgår vi, at lade tanker og følelser styre os. Samlet set kan det medføre, at smerterne mindskes, og at vi får mere energi,« siger Per Nygaard, der superviserede deltagerne på booster-weekenden. Han er desuden grundlægger af Tao Centret i Skælskør, og udover at undervise

i Tai-Chi og Qi Gong er han kampkunstinstruktør, shiatsu-massør, meditationslærer og foredragsholder.

Vi kan alle leve et sundere liv

Per Nygaard mener, at vi overordnet set i dag har den grundlæggende nødvendige viden for at kunne leve et sundere liv, men at viden i sig selv ikke er tilstrækkeligt. Det handler i højere grad om at mobilisere den energi, der skal til for at opnå de resultater, vi ønsker. Rent praktisk ved, at vi sætter os nogle mål og ændrer vores vaner og mønstre, så de ikke er til hinder for, at vi når vores mål og drømme

»Mange har opnået det, de drømte om blot ved at tage ganske få skridt hver eneste dag. Ændringer, som har ført dem tættere på deres drømme. Det er mere de små skridt, der fører os tættere mod målet frem for dagdrømmene om, hvad vi kan og bør gøre,« siger Per Nygaard og pointerer, at ansvaret for hvordan vores liv udformer sig, og hvordan vi udvikler os, alene hviler på vores egne skuldre. Så hvis vi ønsker at leve et sundere og bedre liv, må vi gøre det, der skal til.

»Hvis du derimod vælger ikke at gøre det, må du acceptere resultatet og lade være med at beklage dig, når og hvis du alligevel ikke er tilfreds. Det er dog alt andet bedre at være tilfreds med det, du har, end at være utilfreds med det, du ikke har,« siger Per Nygaard.

Kort om Per Nygaard



Per Nygaard (1969) har dyrket asiatisk kampsport siden han var seks år og har sortbælte-rang i flere forskellige discipliner. Han driver TAO-centret i Skælskør og underviser i kampkunst, shiatsu-massage og meditation.

Per Nygaard er også forfatter til bogen "Gu vil jeg ej! Din guide til sundhed, frihed og lykke". I bogen formidler han sine tanker og erfaringer med, hvordan man selv kan komme i gang med at ændre sit liv, sætte sine egne mål og flytte grænser. Målet er at inspirere læserne til selv at finde vej til, at drømmene bliver en realitet.

Per Nygaard er far til seks børn og bonusfar til yderligere to. Han bor på en gård lidt uden for Skælskør.

Tai Chi og Qi Gong

Tai Chi og Qi Gong er vigtige elementer i traditionel kinesisk lægevidenskab og består af fysiske øvelser, der kombinerer bevægelse og meditation med særlig vægt på åndedræsteknikker. Både Tai Chi og Qi Gong består af langsomme, glidende bevægelser, som umiddelbart virker ganske enkle, men skal udføres meget præcist og med fokus på vejtrækning og koncentration.

Undervisning i Tai Chi og Qi Gong tilbydes forskellige steder i landet. Aftenskoler har de fleste tilbud, men der findes også egentlige klubber. Weekend-kurser i træningscentre for Tai Chi og Qi Gong er også en mulighed.

Troen på en god fremtid

● Det var et rigtig godt booster-kursus på Sano, hvor jeg fik meget relevant information og fik snakket med ligestillede. Hovedbudskaberne som jeg tog med hjem, var træning, træning og træning. Det bekræftede mig i, at jeg i forhold til min personlige træning og træning hos fysioterapeut er i tråd med budskaberne fra kurset. Jeg kunne dog have ønsket, at de fysiske øvelser på booster-kurset havde været mere intensive, men det er jo altid en afvejning i forhold til, at alle skal kunne være med.

Booster-weekenden gav mig også en forståelse for, hvor forskelligt vi rammes af morbus Bechterew, og at effekten af den medicinske behandling varierer. Heldigvis mødte jeg deltagere, der havde haft morbus Bechterew i flere år, men alli-



gevel havde en god tilværelse uden de store smerter. Det gav mig en tro på – og et håb om en god fremtid.

Den enkelte må tage ansvar

Weekenden bød også på et foredrag om medicinsk behandling, hvor vi blandt andet hørte, at det er meget individuelt, i hvilket omfang den medicinske behandling virker, og hvilken medicin der gælder den enkelte. Hvor nogle oplever et lægemiddel som en mirakelkur, kan andre have en ringere el-

ler slet ingen effekt. Det er en virkelighed, vi er nødt til at forholde os til og acceptere. Derfor er det også vigtigt, at den enkelte tager ansvar for sin sygdom og for sin behandling. Det er os, der har gigt, og det er os patienter, der mærker, i hvilket omfang vi er ramt, og om behandlingen virker på os.

Selv er jeg meget fysisk aktiv, hvilket hjælper mig meget. Så vidt det er muligt, svømmer jeg fem til seks gange om ugen, og to gange ugentlig er jeg hos fysioterapeuten. Inden jeg kom på Sano, kendte jeg ikke til deres tilbud, men jeg fik et rigtig godt indtryk af stedet, og hvis jeg en dag får behov, vil jeg helt klart overveje et ophold på Sano.

Christian Brøgger, 33 år

En weekend jeg sent vil glemme

● Jeg havde glædet mig rigtig meget til booster-weekenden på Sano og så frem til at møde mennesker, der var ligestillede med mig selv. Det var et dejligt sted, weekenden blev afholdt. Sanos beliggenhed er fantastisk med en skøn udsigt og natur. Mine forventninger blev indfriet. Jeg fik nogle gode råd og blev præsenteret for øvelser – blandt andet pilates både i vand og på land – som jeg kan anvende i hverdagen.

Jeg har morbus Bechterew/SpA. Det hjælper mig meget at være fysisk aktiv, og jeg kan mærke, hvis jeg springer en aktivitet over. To



gange om ugen træner jeg hos fysioterapeut og får fysioterapeutisk behandling en gang om ugen. Derudover cykler jeg dagligt, går ofte lange ture ligesom jeg er til linnedans en gang om ugen. Gennem det seneste år har jeg holdt pause med træning i varmtvandsbassin, men skal til at begynde igen en gang ugentlig, idet der er

bygget en ny svømmehal i Nakskov, hvor jeg bor.

Jeg kendte ikke til Sano inden booster-weekenden, men det er bestemt et sted, jeg vil anbefale andre. Sano har nogle gode tilbud til deres gæster. Det var en fantastisk weekend, jeg kan leve længe på. Fantastisk mad, dejlige mennesker, venligt og hjælpsomt personale og et dejligt aftenarrangement lørdag aften samt nogle gode foredragsholdere. En weekend jeg håber vil blive gentaget igen om to år.

Jane Baadsgaard, 58 år

Fysisk aktivitet er en stor del af min hverdag

• Jeg havde en forrygende god booster-weekend i godt selskab med de øvrige deltagere. Der var flere interessante indlæg og aktiviteter, men især Tai Chi blev jeg interesseret i. Jeg skal helt sikkert have undersøgt mulighederne for at udøve dette i Vejle, hvor jeg bor.

Da jeg kørte hjem, tænkte jeg over, hvor heldig jeg er i forhold til, hvor "lidt" ramt jeg egentlig er af min sygdom. Selv om jeg bliver mindet om sygdommen hver dag, har jeg en hverdag uden de helt store smerter. Det sker kun med nogle måneders mellemrum, at jeg må blive hjemme nogle dage fra mit fuldtidsjob som postbud.

Selv om booster-weekenden mindede mig om, hvor heldig jeg er i forhold til at kunne være fysisk aktiv, ved jeg også, at jeg skal lytte mere til min krop fremover, for jeg har en tendens til at ignorere smerter. Jeg skal blive bedre til at sige fra - især overfor tunge løft og huske på, at jeg har en sygdom i ryggen, men det må ikke tage overhånd.

Spændt på fremtiden

Jeg fik stillet diagnosen morbus Bechterew for ca. fire år siden, hvor en scanning viste, at omkring fem centimeter af min rygsøjle var stiv, men jeg har formentligt haft sygdommen i flere år. Jeg kom med det samme i biologisk behandling, og har hidtil taget medicin hver anden uge, men det er nu ændret til hver tredje uge. Jeg er spændt på, hvordan det vil gå.

Fysisk aktivitet har altid været en stor del af min hverdag. Hvis jeg



sidder for længe, får jeg ondt i lænd og ryg. Lige nu er jeg ved at træne til VM i halvmaraton i København. Fysisk er jeg helt fit og klar. Siden jeg blev diagnosticeret, har jeg løbet 19 halvmaraton og et hav af 10 km løb. Ugentlig løber jeg op til 40 km. Min kone løber også, og vi har flere gange været til løb i udlandet. Derudover spiller jeg en times badminton om ugen og svømmer også ofte en time udover de to gange en-times ryghold ugentligt og den daglige gåtur med vores hund.

Jeg var ikke bekendt med Sano, men fik et rigtig godt indtryk. Der er mange interessante tilbud, dejlige omgivelser, fine faciliteter og et venligt, imødekommende personale.

Teddy Esmann, 50 år



Da jeg kørte hjem, tænkte jeg over, hvor heldig jeg er i forhold til, hvor "lidt" ramt jeg egentlig er af min sygdom. Selv om jeg bliver mindet om sygdommen hver dag, har jeg en hverdag uden de helt store smerter.

En succesrig boosterweekend

Efter en rimelig lang lørdag ved booster-weekenden med forskellige alternative former for gode træningsmetoder til personer med rygsøjlegigt, foredrag ved coach og en rigtig hyggelig aften, var søndagens program mere stillesiddende tilrettelagt.

Af Susanne Gøttске

• Dagen blev indledt med et foredrag af Susanne Juhl Pedersen, læge, ph.d., Videncenter for Reumatologi og Rygsygdomme, Glostrup Hospital. Emnet var rygsøjlegigt.

Susanne Juhl Pedersen fortalte levende og humoristisk om rygsøjlegigt og gennemgik årsager, diagnosticering, symptomer, følgesygdomme og behandling.

Spørgsmålene fra deltagere var mange og omhandlede blandt andet forskellene på en rygsøjlegigt-diagnose – også kaldet SpA – og egentlig morbus Bechterew, herunder behandling, medicinering, træning, kost og meget andet.

Betydningen af træning og rygeophør

Susanne Juhl Pedersen pointerede, at noget af det vigtigste for patienter med rygsøjlegigt er fysisk

træning. Ved at træne regelmæssigt mindskes rygsmerterne, mens bevægeligheden og kropsholdningen bedres. Samtidig forebygger træning mange andre sygdomme – og er generelt godt for helbredet. Susanne Juhl Pedersen påpegede, at træning og information om sygdom, samt gængs gigtm medicin (NSAID-midler) stadig er den vigtigste behandling af patienter med rygsøjlegigt.

Behandling med TNF-alfa hæmmer kommer først på tale, når der er betydelig og vedvarende sygdomsaktivitet på trods af anden behandling. Inden biologisk behandling kan ordineres, skal der således foreligge en sikker diagnose, ligesom den enkeltes gigtlidelse og sygdomsaktivitet skal vurderes af en specialist.

Susanne Juhl Pedersen anbefalede, at alle patienter, der ryger, bør kutive tobakken. Generelt har rygere højere sygdomsaktivitet og flere ledsaker, og selv om der ikke findes forskning om betydningen af rygeophør, er det Susanne Juhl Pedersens erfaring, at rygeophør mindsker symptomerne, ligesom behandlingen virker bedre på ikke-rygere.

Et godt liv trods røgsøjlegigt

Susanne Juhl Pedersen afrundede sit oplæg med at understrege, at det stadig er svært at stille diagnosen rygsøjlegigt, og at sygdomsforløbet er meget varierende fra patient til patient. Heldigvis har langt de fleste kun få symptomer og lange perioder uden gener. Smerter-

ne er oftest sværest i begyndelsen og mindskes med tiden. Generelt har de fleste med rygsøjlegigt et normalt familie- og arbejdsliv.

Efter Susanne Juhl Pedersen fulgte socialrådgiver Susanne Pedersen fra Faxe Kommune. Hun gennemgik reglerne for den nye førtidspensionsordning og mulighederne for flexjob. Herefter fortalte hun om beskæftigelsesmuligheder kombineret med en kronisk sygdom og den hjælp, man kan få i det sociale system til at bibeholde tilknytningen til arbejdsmarkedet, ligesom sygedagpengeloven blev gennemgået.

Opfordring til gentagelse

Inden deltagerne tog hjem efter en lang booster-weekend udfyldte alle et evalueringsskema om weekendens forløb. Der var overvejende enighed om, at det ville være en rigtig god idé, at foreningen gentager et lignende tilbud, når ressourcerne tillader det. Dette vil Gigtforeningen for Morbus Bechterew tage med i planerne for fremtidige arrangementer. Booster-weekenden var således en succes, som fortjener en gentagelse.

abbvie

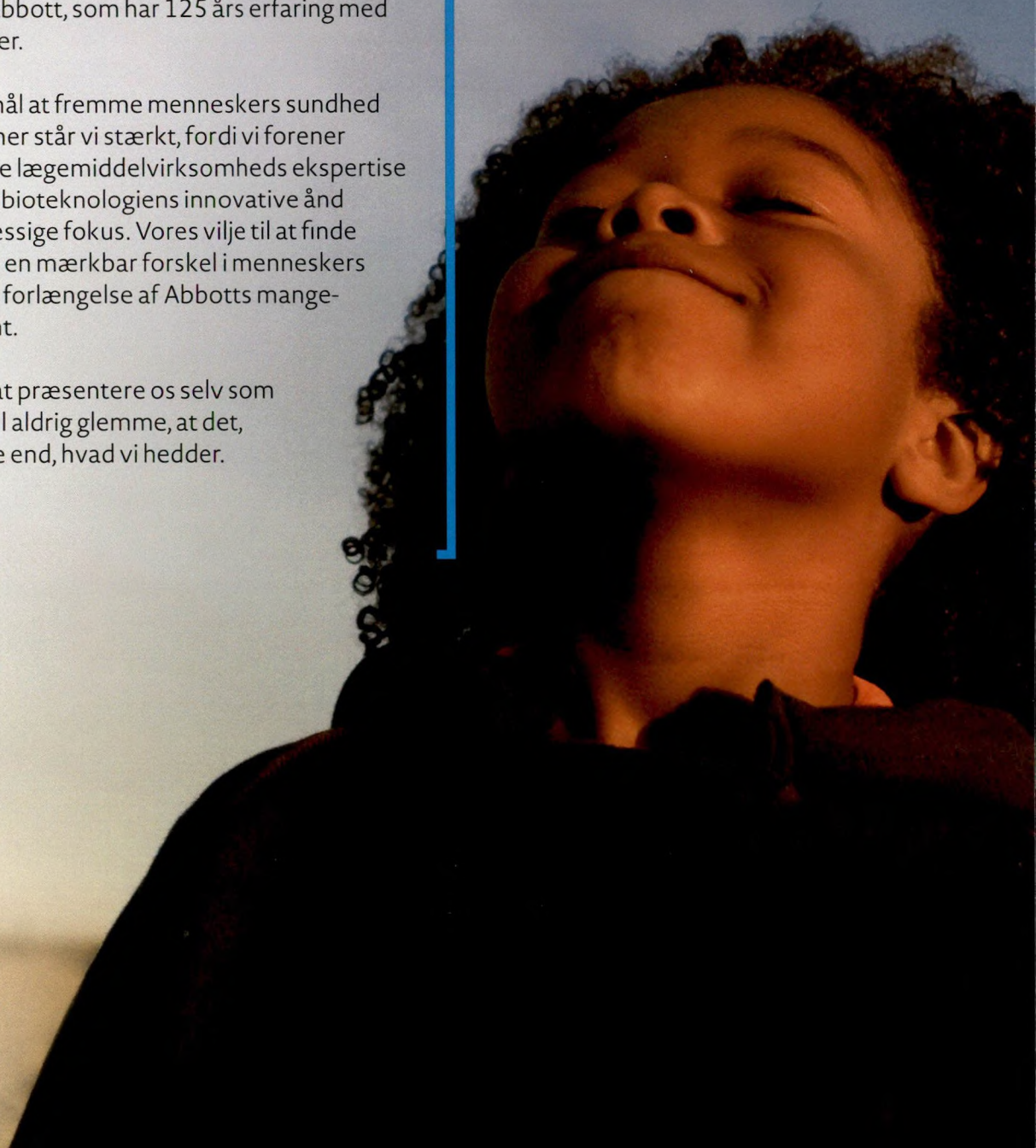
VORES NAVN ER NYT. VORES ENGAGEMENT I SUNDHED BEHØVER INGEN NÆRMERE PRÆSENTATION.

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



Foreningens nye frivillige ildsjæl

Jens Ole Rasmussens liv har været dedikeret til at hjælpe gigtpatienter. Helt fra hans søn tilbage i de tidlige barneår fik konstateret børnegigt og frem til i dag, hvor han som pensioneret fysioterapeut arbejder for at skabe endnu bedre muligheder for alle med morbus Bechterew.

- Patienter med morbus Bechterew skal have de bedst mulige forudsætninger i forhold til at få den rigtige fysioterapeutiske supervision. Det burde vel egentlig være en selvfølge i et så udviklet land som Danmark, hvor vi på mange måder anser vores sundhedsvæsen for at være i international klasse.

Sådan er situationen imidlertid ikke, når talen falder på fysioterapi og morbus Bechterew. Faktisk viser en undersøgelse, at 14% af alle morbus Bechterew-patienter aldrig har fået superviseret træning af en fysioterapeut, ligesom hele 42% overhovedet ikke har set en

fysioterapeut det seneste år. Og det endda på trods af, at flere videnskabelige undersøgelser har påvist, at morbus Bechterew-patienter har stor gavn af fysioterapeut-vejledt træning.

Disse tilstande skal imidlertid være fortid – i hvert fald hvis det står til Jens Ole Rasmussen, der 1. januar 2014 tiltrådte som ulønnet konsulent for Gigtforeningen for Morbus Bechterew. Da MB-Bladet sætter ham i stævne en forårsdag i det gullige vandskurede murstenshus i Næsby i den nordvestlige udkant af Odense, er han helt klar i mælet:

Af Lars Christensen
journalist

A photograph of a middle-aged man with short brown hair and glasses, wearing a dark jacket. He is sitting in a hallway with white walls and glass doors in the background. The lighting is soft and indoor.

“

Hvis det lykkes at få gennemført projektet med fysioterapeutiske retningslinjer, vil det betyde, at patienter med morbus Bechterew vil få en meget bedre og mere ensartet behandling. Som det er i dag, kender fysioterapeuter ikke nok til morbus Bechterew, og det resulterer i, at patienterne ikke får tilstrækkelig målrettet træning, men derimod almen rygtræning. Det er da bedre end ingenting, men bestemt ikke tilstrækkelig målrettet.



Jeg har gennem årene tilset rigtig mange morbus Bechterew-patienter, og hvis den enkelte patient har nogle konkrete problemstillinger, kan jeg forhåbentlig rådgive i forhold til, hvad de kan gøre. Eksempelvis har jeg på det seneste mødt på nogle patienter, der har gener, som måske kan tyde på hjerteproblemer, og i sådanne tilfælde råder jeg til, at de søger læge.

»Som situationen er nu, er det meget uheldigt, og konsekvenserne er, at patienterne risikerer, at sygdommen bliver forværret,« siger Jens Ole Rasmussen.

Overbelastning førte til interesse

Jens Ole Rasmussen er en af Danmarks førende fysioterapeuter, når det handler om morbus Bechterew. Han har i omkring 30 år beskæftiget sig med sygdommen. Tilbage i de unge år skænkede han ikke sygdomsbekæmpelse de store tanker. Faktiske brugte han størstedelen af sin fritid på fodboldbanerne i Hvidovre Boldklub og i den nærliggende atletikklub. Men da hans søn fik konstateret børnegigt, begyndte interessen at falde på det reumatologiske område.

Den store interesse for motion og fysisk træning blev grundlagt i Hvidovre-årene, og Jens Ole var da også en habil fodboldspiller. På atletiksidens blev han sjællandsmester i 4 x 400 m løb, som han dengang tilbagelagde på godt 50 sekunder. De mange træningstimer i idrætsklubberne medførte imidlertid også, at han fik en del overbelastningsskader – og derigennem stiftede han bekendtskab med fysioterapiens verden.

I 1970 begyndte Jens Ole at studere til fysioterapeut i København. Og siden har faget været drivkraften i hans tilværelse. Tre år senere indledte den nyudklækkede fysiotera-

peut karrieren med egen klinik i Horsens. Dengang var Jens Oles kompagnon tilknyttet Dansk Håndboldforbund, og det skete da også en enkelt gang, at Jens Ole assisterede som fysioterapeut for det danske håndboldlandshold – de dengang såkaldte bolsjedrenge.

Gråsten vækkede Bechterew-interessen

Efter nogle år fik Jens Ole en stilling som overfysioterapeut på Gigthospitalet i Gråsten. Her fik den daværende overlæge på stedet, Pekka Helin, i midten af 1980'erne vakt Jens Oles interesse for en helt speciel patientgruppe: Morbus Bechterew-patienter. Overlægen mente nemlig, at morbus Bechterew-patienter var en overset gruppe inden for gigtområdet, og at det var meget vigtigt, at de fik tilbud om regelmæssig træning under fysioterapeutisk supervision. Jens Ole fik iværksat nogle programmer, så patienterne således blev tilknyttet fast fysioterapeutisk træning. Og lige siden har Jens Oles største interesse på det fysioterapeutiske område omhandlet patienter med morbus Bechterew.

En pudsigt ting er i den henseende i øvrigt, at Jens Oles søster i slutningen af 1980'erne fik morbus Bechterew. Hun er i dag 65 år og arbejder stadig som laboranttekniker på den tidligere Landbohøjskole i København, selv om hun har fået to nye hofter.

Specialklinik med for få patienter

I de efterfølgende år deltog Jens Ole også i forskellige videnskabelige undersøgelser i forhold til morbus Bechterew og leddegigt, både i Danmark, på Færøerne og på behandlingsstedet Montebello i Sydspanien. Samtidig med den megen forskningsaktivitet og et ophold i Middelfart voksede interessen igen for at få sin egen praksis. Derfor etablerede Jens Ole atter egen klinik i Odense i begyndelsen af 2008.

Målet var, at han specielt ville tiltrække patienter med morbus Bechterew. Denne idé faldt dog lidt til jorden. Selv om han var en af kongerigets dygtigste fysioterapeuter i forhold til behandling af morbus Bechterew-patienter, kom der ikke mange patienter i klinikken. Humlen ved det hele var, at morbus Bechterew-patienter jo har ret til vederlagsfri fysioterapi, og i det regnestykke havde Jens Ole ikke medtaget, at man som patient nok ikke var villig til også selv at betale. Ordningen om vederlagsfri fysioterapi var Jens Oles klinik nemlig ikke omfattet af.

Derfor blev klinikken i Odense aldrig den store succes, og ved årsskiftet 2014 trak Jens Ole sig tilbage som pensionist. Pensionist i ordets rette betydning er han nu ikke. Han har nemlig igangsat et nyt projekt.



Landsdækkende retningslinjer for fysioterapi

Jens Ole har sat sig for at udarbejde landsdækkende retningslinjer for fysioterapi til patienter med morbus Bechterew. Et initiativ, som gerne skulle komme alle med morbus Bechterew til gode. Kort fortalt handler det om at få sammensat nogle generelle retningslinjer for, hvordan man skal tilrettelægge fysioterapi til morbus Bechterew-patienter, der jo meget ofte er ramt af problematikker i forhold til bevægelighed og smerter. Og her er det vigtigt, at alle fysioterapeuter i Danmark arbejder ud fra samme retningslinjer i forhold til, hvordan man håndterer den enkelte patient bedst muligt.

»Det er et meget vigtigt område, og det har mange praktiserende fysioterapeuter i Danmark ikke til-

strækkelig viden om i dag. Hvis det lykkes at få gennemført projektet med fysioterapeutiske retningslinjer, vil det betyde, at patienter med morbus Bechterew vil få en meget bedre og mere ensartet behandling. Som det er i dag, kender fysioterapeuter ikke nok til morbus Bechterew, og det resulterer i, at patienterne ikke får tilstrækkelig målrettet træning, men derimod almen rygtræning. Det er da bedre end ingenting, men bestemt ikke tilstrækkelig målrettet,« pointerer Jens Ole.





Det vil være godt, hvis man minimum én gang om ugen har grundlæggende hård træning og supplerer med øvelser i løbet af dagligdagen. Derudover bør man have kontakt med fysioterapeuten mindst en gang hver tredje måned, men det optimale er et par gange om måneden.

Konsulent for foreningen

Sideløbende med det store projekt om retningslinjerne har Jens Ole også tilbudt sig som frivillig, ulønnet konsulent i Gigtforeningen for Morbus Bechterew. Det indebærer, at alle foreningens medlemmer kan kontakte ham i forhold til rådgivning om eksempelvis træning, behandling og almene sygdomsrelaterede forhold. Derudover vil det blandt andet også være muligt for alle landsdelsforeninger at få Jens Ole til at holde oplæg ved forskellige arrangementer.

»Jeg har gennem årene tilset rigtig mange morbus Bechterew-patienter, og hvis den enkelte patient har nogle konkrete problemstillinger, kan jeg forhåbentlig rådgive i for-

hold til, hvad de kan gøre. Eksempelvis har jeg på det seneste mødt på nogle patienter, der har gener, som måske kan tyde på hjerteproblemer, og i sådanne tilfælde råder jeg til, at de søger læge. Ellers er alle naturligvis velkomne til at kontakte mig, men specielt for dem, der nyligt har fået stillet diagnosen, tror jeg, at jeg kan være med til at gøre en forskel, fordi deres sygdom oftest ikke er så udbredt,« påpeger Jens Ole.

Man skal tage ansvar

Som patient med morbus Bechterew mener Jens Ole, at det er godt at sætte sig grundigt ind i sygdomsproblematikken og have god kontakt til både reumatolog og en fysioterapeut, der kan vejlede i, hvordan man kan føre et så aktivt liv som overhovedet muligt. Den inflammatoriske proces i kroppen påvirker nemlig også kredsløbet, og derfor er det også vigtigt at holde sig i god fysisk form, og samtidig lytte til kroppen i de perioder, sygdommen blusser op.

»Det vil være godt, hvis man minimum en gang om ugen har grundlæggende hård træning og supplerer med øvelser i løbet af dagligdagen. Derudover bør man have kontakt med fysioterapeuten mindst én gang hver tredje måned, men det optimale er et par gange om måneden. For nogle bliver det måske for meget i forhold til tidsforbruget, men det er vigtigt at have vished for, at man selv kan gøre en forskel, når man har mor-

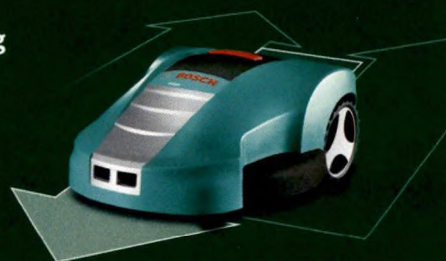
bus Bechterew,« siger Jens Ole. Fra udestuen i villaen i Næsby har Jens Ole Næsby Hallen til den ene side og Stavis Ådal til den anden. Her bugter åen sig gennem det åbne, vilde areal, hvor Jens Ole og samleversken Kate til tider kan se dådyr. Når tiden ikke lige går med at fordybe sig i en ryglidelse opkaldt efter en russisk læge, bruger 66-årige Jens Ole blandt andet tiden med familie og venner – og de nyder gerne god mad og et godt glas vin – eller en specialøl fra et af de efterhånden mange særegne bryggerier. Og så skal det gamle hus jo også vedligeholdes, og der er nok at tage fat på. Huset er stort med både kælder og første-sal, og på det røde tegltag har et par af rygstenene manglet siden stormen i efteråret 2013. De skal nok komme på plads igen, men de kommer ikke i første række. En lang række patienter med ryglidelser står nemlig forrest i køen.

Plej plænen...



den smarte vej — til en velplejet græsplæne

Bosch Indego robotklipper med effektiv "Logicut™" navigation og automatisk kortlægning for hurtig, nem installation og effektiv klipning i logiske, parallelle baner.



... plej dig selv!



Make it your home. Den nye robotplæneklipper Bosch Indego. Takket være det patenterede "Logicut™"-system kan Indego beregne en effektiv plan for at slå græs i lige, parallelle linier. Når Indego slår græs kan du lave andre ting. Ganske logisk – ganske effektivt.



BOSCH
Invented for life

www.bosch-have.dk

Landsmøde 2014

i idyllisk fiskerby

Af Tanja Kapke-Hansen og
Lone Hjorth Erlandsen

● Vi har været til foreningens landsmøde i fiskerbyen Karrebæksminde, et lille hyggeligt fiskerleje på Sydsjælland. Det blev til to minderige dage med morskab, snak, diskussioner og oplæg – og ikke mindst dejligt samvær med andre medlemmer af Gigtforeningen for Morbus Bechterew.

Allerede ved ankomsten til "Det gule hotel" en solrig og blæsende lørdag første weekend i maj, blev vi mødt af et veloplagt hold fra Sjælland syd landsdelsforeningen, som med smil bød velkommen. Der blev hilst og snakket lystigt og højt. Godt humør og forventningens glæde smittede.

Selve landsmødet blev indledt med et oplæg om mindfulness. En videnskabelig metode til at håndtere stress, sygdom og smerte. Vi lyttede alle intenst og interesseret, og nogle kunne berette om egen erfaring med mindfulness indvirkning på deres smertelindring. Et velvalgt tema i en flok som vores.

Lokalhistorisk travetur

Efter at vi havde søgt roen ved mindfulness, var det tid til vandring i Karrebæksminde. Lokalhistoriker og forhenværende arkivar Rasmus Nielsen tog os med i en fortælling så levende og vidende, at vi alle for enden af molen kunne se den sidste pramdrager forsvinde i disen. Udover at være et ferieparadis er Karrebæksminde også et stykke levende Danmarks-historie. Efterfølgende gik vi vores egne veje i mindre grupper. Nogle

på opdagelse i byen, andre en tur i varmtvandsbassin eller hvilede en stille stund med benene oppe.

Musik og dans

Aftenens lys faldt på, og vi mødtes alle igen. Denne gang i stadstøjet og med feststemningen summen-de. Der ventede os lækker treret-tes middag, og snakken gik igen lystigt. Et enkelt glas vin var tildelt, men efter formandens tale blev der heldigvis bevilget mere. Der blev skålet for Linda Petersen, der denne dag begyndte som forenin-gens nye sekretær, ligesom vi fik sagt farvel til den "gamle" sekre-tær og "altmuligkvinde", Susanne Gøttiske, der gennem så mange år har knoklet for foreningen. Susanne blev helt mundlam, og det sker sjældent, da hun modtog forenin-gens tak i form af en gave. Efter-følgende blev der budt på koncert





og dans til tonerne fra Flemming Fuglsangs trio. Hvad der herefter skete i løbet af natten fortøner sig i selvvalgt censur.

Rummelighed og kompromis

Trætte ben og tunge smil bød morgendagen velkommen med et vel-dækket morgenbord med den smukkeste udsigt ud til Smålands-havets skummende bølger og de gyngende fiskerbåde ved kajen. Her kunne vi samle vores kræfter til igen at sætte turbo på energien. Nu gjaldt det årets generalforsamling. Der blev fyldt op i alle vandglas, og så var vi klar til at drøfte vigtige emner om vores fælles for-
 ening. Styret af en velopløst og yderst kompetent tidligere for-



mand, Per Lignell, blev vi ledt gennem de mange punkter og valg. Hvor er det vidunderligt at mærke den alvor og interesse, vores for-
 ening er bygget på. Der sørges godt for alle fløje, og der var villig-



hed til at mødes i ordentlige kompromiser og reel interesse. Frokosten blev sidste stop på denne uforglemmelige odysse i det syd-sjællandske, med et hjertelig på gensyn næste år på Fyn.

Det nytter at kæmpe

Nogle gange hjælper det at kæmpe trods modgang. I Helle Petersens tilfælde er der sket meget, siden hun fortalte sin historie i MB-Bladet.

Af Jan Andreasen
journalist

● Beretningen om Helle Petersen er en lang fortælling om svigt og manglende anerkendelse af hendes lidelser og grundlæggende sygdom. I seneste nummer af MB-Bladet fortalte vi historien om Helle, der som barn fik de første gigt-symptomer, men blev mødt af manglende anerkendelse. De senere år har hun kæmpet en utrættelig kamp mod kommune og myndigheder. Det har til tider mindet om en sej udmattelseskrig og direkte angreb mod et menneske, der overmandet af smerter og træthed også skal have en familie til at fungere.

Den 31-årige nordjyde har oprindeligt ansøgt Jammerbugt Kommune om en handicapbil og merudgiftsydelse, men har fået afslag på begge ansøgninger. I maj 2013 overtrumfede Det Sociale Nævn imidlertid kommunens beslutning, idet nævnet vurderede, at Helle havde krav på både handicapbil og merudgiftsydelse. Efterfølgende vurderede kommunen dog, at Hel-



HELLE PETERSEN

le ikke længere var berettiget til at få tildelt en handicapbil, fordi hun var sygemeldt. I stedet kunne hun ansøge kommunen om en såkaldt trivselsbil – som hun efterfølgende fik afslag på.

Anerkendelse fra kommunen

Heldigvis er der eksempler, der viser, at det kan lykkes, når man kæmper videre. Helles historie er en af dem. Siden artiklen blev bragt i MB-Bladet, klagede Helle på ny over kommunens håndtering og vurdering af hendes sygdom. Og denne gang havde hun vedlagt artiklen fra MB-Bladet – og klagen var stilet til kommunaldirektøren.

Nu anerkendte kommunen pludselig, at Helle havde brug for særligt udstyr til sin bil, så hun kan køre forsvarligt og samtidig have mulighed for at passe sit arbejde. Kommunen bevilgede således hjælpemidler til Helles bil for knap 50.000 kr., herunder en udvidet kameraløsning, så Helle kan orientere sig til siderne, og når hun bakker. Desuden bliver der installeret stropper i bagklappen, så hun nemmere kan åbne bagagerummet. Endvidere har kommunen accepteret at betale en del af de merudgifter, Helle har i kraft af sin sygdom.

»Det er et stort skridt og en vigtig sejr. Både bil- og merudgiftssagen har været tre et halvt år undervejs, men nu er det faldet på plads,« konstaterer Helle.

Større udgifter for kommunen

Ankestyrelsen skal dog fortsat tage stilling til Helles klage over ansøgningen om en handicapbil og omfanget af merudgiftsydelsen. Giver Ankestyrelsens afgørelse Helle medhold, kan det betyde større udgifter for kommunen. I så fald skal kommunen nemlig bekoste en handicapbil samt udgifter til at flytte ekstraudstyret fra Helles gamle bil til den nye handicapbil. Det var ikke sket, i fald kommunen havde valgt at følge afgørelsen fra Det Sociale Nævn, der allerede for et år siden medgav, at Helle havde krav på såvel handicapbil som merudgiftsydelse. Ved at forhale sagen og ikke anerkende Helles behov, kan Jammerbugt Kommune således ende med at få en større regning end nødvendigt.

Biologisk behandling af gravide

Gravide, der behandles med TNF-alfa hæmmere, kan fortsætte med medicinen, men det kræver en individuel vurdering.

Af Jan Andreasen
journalist

● Brugen af biologiske lægemidler til inflammatoriske gigt-, tarm- og hudsygdomme er i stigning. I takt hermed kommer også flere kvinder i den fødedygtige alder i behandling med biologisk medicin. Dermed bliver spørgsmål om graviditet og amning relevante – for hvordan vurderes risikoen for barnet? Er der risiko for misdannelser? For tidlig fødsel? Påvirkes barnet efter fødslen? I det følgende bringes en status på baggrund af den viden, vi har i dag.

TNF-alfa hæmmere klassificeres overordnet som lægemidler, hvor der ikke er påvist skadelig virkning under graviditet. Alligevel har gigtafdelinger og afdelinger for mave-tarmsygdomme i Danmark fulgt forskellige anbefalinger. Gigtafdelingerne har generelt fulgt mere restriktive anbefalinger med ophør af TNF-alfa hæmmer behandling tre til tolv måneder inden planlagt graviditet og fortsat pause med medicineringen under amning. Omvendt er lægerne

indenfor det mave-tarmmedicinske speciale mere positive overfor fortsat TNF-alfa hæmmer behandling ved graviditet og amning.

Ved behandling af moderat til svær morbus Crohn eller colitis ulcerosa anbefales fortsat biologisk behandling under graviditet - dog kræver det nøje individuel vurdering efter 28.-30. graviditetsuge. Det anbefales ligeledes, at behandlingen kan fortsætte under amning. Årsagen til de forskellige anbefalinger skal ses i forhold til forskellig risiko for opblussen af sygdommen samt, hvordan dette påvirker foster og fødsel.

Antistoffer fra mor til foster

Under graviditeten vil moderen overføre antistoffer til barnet via navlestrengen. Disse antistoffer af typen IgG beskytter barnet i de første levemåneder, indtil barnet selv har dannet egne antistoffer. TNF-alfa hæmmerne Remicade og

Humira bindes til IgG og føres derfor med moderens blod gennem navlestrengen – og videre til barnet. Dette er imidlertid ikke tilfældet for TNF-alfa hæmmeren Cimzia, der ikke bindes til IgG, hvorfor der kun vil være en minimal transport fra moder til foster.

Igangværende undersøgelser skal nu kortlægge, om dette har betydning i forhold til graviditetens forløb, infektionsrisiko og barnets udvikling de første leveår. Det skal også undersøges, om det har betydning, hvor længe en kvinde har været i behandling med et biologisk lægemiddel i forhold til mængden af lægemidlet i navlestrengen.

Vaccination af børn født af mødre i biologisk behandling

Der findes kun få videnskabelige undersøgelser omhandlende børn, der er født af mødre, der har fået behandling med en TNF-alfa hæmmer under graviditeten. De data viser, at børnene har normal antistofreaktion efter vaccination, hvilket betyder, at barnet kan følge det danske børnevaccinationsprogram, ligesom andre børn.

Børnene må dog ikke vaccineres med svækkede levende vacciner i det første leveår, men det giver heller ikke praktiske problemer i forhold til vaccinationsprogrammet, hvor den første levende svækkede vaccine – MFR-vaccinen – først gives, når barnet er 15 måneder.



“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.

EN STÆRK MEDSPILLER I DIT JOBLIV...



www.hkmidt.dk | tlf. 70 11 45 45 | Lumbyvej 11, 5000 Odense C

THERMOFORMNING  PLASTFORARBEJDNING

C.R. STEGLICH & CO^{AS}

www.crsteglich.com TLF. 56 31 35 69

Bravida Danmark A/S



True Møllevej 7
8381 Tilst
Tlf. 89302233
Fax 89302299
Website: <http://www.bravida.dk>

BLIK

HAVNSØ THOMAS GROBB
BØGEVEJ 10 · HAVNSØ
4591 FØLLENSLEV
Tlf. 5926 9820 · FAX 5926 9840
BIL 2621 5820
GROBB@LITE.DK
ALT I VVS- OG BLIKKENS LAGERARBEJDE UDFØRES

LØFT I VERDENSKLASSE



PALFINGER

Tlf. 7010 8010 · www.palfinger.dk

Scan QR-koden og besøg www.nssystem.com



NS system
...synlighed på tekstil

- Transfer •
- Direkte print •
- Broderi •
- Laser •
- Vævede etiketter •
- Plotterfolie •
- Tekstil •

RB REGNSKABS BUREAUET

*Ole Christiansen
Johnny Nielsen*

Helgolandsgade 19 • 6700 ESBJERG
Tlf. 75 45 39 99 • Fax 75 45 38 99

Danmarks eneste specialiserede ryghospital

- Udredning af ryg- og nakkelidelser
- Ortopædkirurgi
- Neurokirurgi
- Neurologi
- Reumatologi
- Fysioterapi
- MR-, DEXA & ultralydsskanning
- Røntgen

Vi sikrer kvalitet gennem specialisering



CFR hospitaler

Hellerup Hans Bekkevold Allé 2B 2900 Hellerup Tel: 3977 7070	Odense Pantheonsgade 25 5000 Odense C Tel: 6548 7070	cfrhospitaler.dk info@cfrhospitaler.dk
--	--	--

HOVEDSTADEN

FORMAND

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

Kære medlemmer

Torsdag 20. marts afholdtes generalforsamling med 45 fremmødte medlemmer. Vi begyndte med dagens ret, i Charlotttehavens restaurant, efterfulgt af generalforsamling og medlemsmøde med overlæge Inge Juul Sørensen.

Generalforsamling

Otto Jakobsen blev valgt som dirigent og styrede os med vanlig sikkerhed gennem hele generalforsamlingen. Beretning, regnskab og budget blev godkendt. Kontingentet forsætter uændret.

Ved valg til bestyrelsen blev Karin Skrydstrup og Ernst Johansen genvalgt, og ved valg af suppleanter blev Bjarne Rosenbjerg og Christian Brøgger nyvalgt.

Bestyrelsen består nu af

Karin Skrydstrup, formand
Gert Knudsen, næstformand
Bent Andersen, kasserer
Stig W. Nielsen, sekretær
Ernst Johansen, medlem
Bjarne Rosenbjerg, suppleant
Christian Brøgger, suppleant

Medlemsmøde

Overlæge Inge Juul Sørensen fortalte veloplagt om morbus Bechterew og SPA-diagnoserne. Det var et interessant oplæg, og der var efterfølgende mange gode spørgsmål fra deltagerne.

Næste medlemsmøde

Vi arbejder på, at det næste medlemsmøde skal være prøvetimer i Tai Chi, gerne inden sommer, men det afhænger af Tai Chi foreningen på Frederiksberg, som har indvilget i at afholde et sådant medlemsmøde med os. I vil alle høre nærmere på mail.

Bestyrelsen ønsker alle en god sommer.

*På bestyrelsens vegne
Karin Skrydstrup
Formand*

SJÆLLAND SYD

FORMAND

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

Kære medlemmer

Så blev det forår, og siden sidst har vi haft generalforsamling, som vi denne gang holdt på Futura i Næstved. Referatet skulle i gerne have modtaget.

Efterfølgende har vi haft konstituering og fordelt opgaverne mellem os i bestyrelsen og de to nye suppleanter.

Svømmeholdet fungerer forsat - har du lyst til at deltage, når efterårssæsonen begynder? Er det tilfældet, skal du kontakte Svend Dahl, der er svømmekoordinator for holdet.

Når du læser dette, er vores landsmøde afholdt og forhåbentlig gået efter planen.



Vores landsdelsforening har i år eksisteret i 20 år, og meget er sket i de år i forhold til diagnosticering og behandling af vores sygdom. Oplevelsen er dog fortsat, at det giver mening at være med i det fællesskab, en forening som vores er.

I bestyrelsen håber vi, at du vil lade os det vide, hvis du har ideer til ting, vi kan foretage os, i vores landsdelsforening.

Næste arrangement er vores sommerudflugt, som du kan læse mere om under landsdelsforeningsNyt fra Vestsjælland.

*På bestyrelsens vegne
Susanne Pedersen
Formand*

VESTSJÆLLAND

FORMAND

Inge-Lise Faurholt
 Rolighedsvej 2
 4296 Nyrup
 Tlf. 5780 3865
 ilf56@yahoo.dk

Kære medlemmer

20. marts blev der holdt generalforsamling. Brittha Djernis blev valgt som dirigent. Formanden aflagde sin beretning, som kan ses på vores hjemmeside. Fremlagt regnskab blev godkendt, og der var ingen indkomne forslag.

Budgettet for 2015 blev vedtaget, og kontingentet blev fastsat til kr. 200 for enkeltmedlemmer og kr. 250 for familiemedlemmer.

Under valg af bestyrelse blev Bjarne Wyrwik genvalgt for et år. Flemming Gryning og Finn Rasmussen blev genvalgt for to år. Benny Blak Andersen blev foreslået og valgt for to år. Suppleanter til bestyrelsen blev John E. Pedersen valgt for et år og Ragnild Sørensen valgt for to år. Under valg af revisor blev John E. Pedersen valgt, og Brittha Djernis blev valgt som revisorsuppleant.

Under eventuelt blev det aftalt, at både John og Connie er kontaktpersoner. De kan træffes kl. 17.00-18.00, se nærmere under rådgivning på vores hjemmeside.



Bestyrelsen har konstitueret sig og har fået ny formand, Inge-Lise Faurholt, hele den nye bestyrelse kan ses på hjemmesiden.

Kommende aktiviteter

Lørdag 21. juni kl. 10.00-14.30 afholdes der Sundhedsdag midt på Ahlgade i Holbæk, hvor foreningen har en stand, kom og besøg os.

Fredag-lørdag 25.-26. juli afholdes der byfest i Kalundborg kl. 10.00-18.00 begge dage. Morbus Bechterew landsdelsforeningen Vestsjælland har en stand, kom og få en snak med os.

**Sommerudflugt søndag 31. august sammen med Landsdelsforening Sjælland Syd**

Vi mødes på P-pladsen ved Sporvejsmuseet Skjoldenæsholm, Skjoldenævsvej 107, 4174 Jystrup, Midtsjælland kl. 11.00. Medbring madkurven til frokost i den grønne skov. Der kan kun købes is, sodavand og pølser ved cafevognen i skoven. Egenbetaling 50 kr. pr. medlem, foreningen giver resten. 90 kr. for ikke medlemmer. Drikkevarer for egen regning.

Tilmelding senest 17. august til:
Vestsjælland:
 Inge-Lise Faurholt,
 tlf. 5780 3865/2448 9425
 eller mail ilf56@yahoo.dk

Sjælland Syd:
 Susanne Pedersen,
 tlf. 5631 6118 eller mail
 storstroem@bechterew.dk

*På bestyrelsens vegne
 Inge-Lise Faurholt
 Formand*

FYN

FORMAND

Ally Granhøj
Svelmøparken 34
5600 Faaborg
Tlf. 2126 2082 / 6261 5806
algrmiol@sydfynsmail.dk

Kære medlemmer

Generalforsamling

18. marts kl. 18.30, Odense 5

Mødet begyndte med et let traktament og en god snak blandt de 34 fremmødte og fortsatte med foredragsholder Anne Marie Beanlands livsoplevelser om humor og beslutsomhed ved livet. Tak for en god "pille"/opkvikker.

Generalforsamling ca. kl. 20.30:

Dirigent: Erik Eriksen

Beretning: Godkendtes! Er forkortet herunder:

Bestyrelsen: MB-Fyn har søgt Fonden om midler til jubilæum og træningsredskaber.

Afholdt tre aktiviteter: Forårstur i Vissenbjerg, Julestue i Odense, "Den digitale skat" i Ringe.

Nyt:

- Varmtvandstræning i Odense, to MB'ere deltager p.t.
- Dyrt medlemsblad.
- Kontingent (25 kr./medlem) til landsforening i 2013.
- Opfordring til medlemmerne: Kom med jeres ønsker for aktiviteter.

Regnskab 2013 og budget 2014 blev godkendt. Kontingentet er uændret, 175 kr.

Det vedtoges, at bestyrelsen arbejder videre med MB-Fyn-medlemstilskud til aktiviteter som landsmøde 2015 på Fyn og MB-Fyns 30 års jubilæum.

Valg af bestyrelse og suppleanter:

Formand:

Ally Granhøj, Vester Åby

Kasserer:

Jørgen Knudsen, Hjallesø

Sekretær:

Per Sørensen, Odense

Helle Bendtsen, Allesø

Marianne Rasmussen,

Vissenbjerg

Valg af revisor og suppleant:

Erik Eriksen, Nyborg, og Gitte Duerlund, Hesselager.

Eventuelt:

- Poul Arne foreslog koordinering med andre foreninger om foredrag med mere.
- Årets MB'er blev Erik Eriksen for mangeårig indsats i foreningen.
- Lodtrækning om lille og stor træningsbold med øvelser blandt de fremmødte medlemmer.

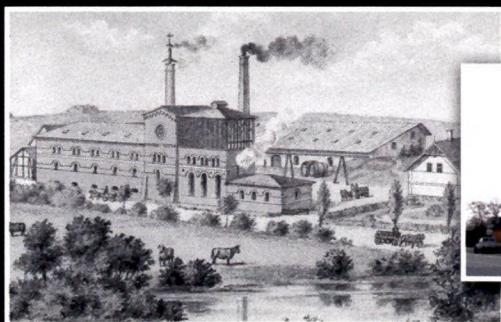
Se i øvrigt hele referatet på hjemmesiden.

Forår

Virksomhedsbesøg på Vestfyn i Assens 24. april og sommerhus ved Tårup Strand hos Ellen og Erik, som giver kaffen 14. juni, kl. 15. Vi bader og griller samt får nogle gode snakke om morbus Bechterew med mere. MB-Fyn er vært med steg m.m., men i er velkommen til at tage egen bøf/pølse med. Husk tilmelding senest 10. juni på tlf. 2557 0570. Mail til kassereren.

I ønskes god sommer

På bestyrelsens vegne
Per Sørensen, sekretær



SØNDERJYLLAND

FORMAND

Laila Stelzner
Søtoften 13
6430 Nordborg
Tlf. 2666 1353
svela@hotmail.dk

Kære medlemmer

Årets første arrangement var generalforsamlingen, der blev afholdt 11. marts 2014 på Gigt-hospitalet sammen med et medlemsarrangement. Vi havde inviteret fysioterapeut Jens Ole Rasmussen, der fortalte om træning, behandling og almene sygdomsrelaterede forhold samt om sine erfaringer med behandling af "spondyl artropati", en inflammatorisk rygsøjlegigt, populært kaldet SpA, som måske er forstadiet til en egentlig MB diagnose. Det er vigtigt med tidlig diagnosticering og igangsætning af behandling (træning) af denne patientgruppe.

Jens Ole har påtaget sig den frivillige opgave at fungere som ulønnet konsulent for Gigtforeningen for Morbus Bechterew. Han udbyder efter nærmere aftale foredrag for lokalforeningerne og kan kontaktes af de enkelte medlemmer på e-mail ryggigt@gmail.com for råd og vejledning. Jens Oles foredrag var meget oplysende og fremlagt på en forståelig og fornøjelig måde - interessant fra start til slut.

Referat af generalforsamlingen med dagsorden i henhold til foreningens vedtægter samt omtale af medlemsarrangementet er sammen med kontingentop-



JENS OLE RASMUSSEN

krævning 2014 tilsendt alle medlemmer og kan også ses på hjemmesiden under MB Sønderjylland.

Kommende arrangementer

Årets sommerudflugt for medlemmer med pårørende er i planlægningsfasen, og bestyrelsen er i fuld gang med at drøfte og undersøge forskellige ideer og muligheder til udflugtsmål. Vi har på nuværende tidspunkt drøftet to datoer for udflugten, enten: Lørdag 20. september 2014 eller søndag 21. september 2014.

Når arrangementet er på plads og endelig dato af de to nævnte er fastlagt, udsendes indbydelse – så husk allerede nu at sætte kryds i kalenderen!

*På bestyrelsens vegne
Willy J. Fick*

VEJLE-RIBE

FORMAND

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

Kære medlemmer**Generalforsamling**

Torsdag 20. marts 2014 i Kolding Bowlingcenter kl. 18.00.

Valg af dirigent

Kim Reenberg. Kim indleder mødet med at bekræfte, at generalforsamlingen er rettidigt indkaldt via mail til medlemmerne, via hjemmesiden samt i MB-bladet.

Formandens beretning

ved Tina Aamann: Et kort resumé af året siden sidste generalforsamling. Der har været lagt vægt på planlægningen og afholdelse af Landsmøde maj 2013 i Fredericia. Dette var også 40 års jubilæum for Gigtforeningen for Morbus Bechterew. Et stort, men spændende arbejde, som gik rigtig godt.

Efterfølgende udarbejdede bestyrelsen en drejebog om at afholde Landsmøde. Den er videregivet til næste landdelsforening, som afholder landsmøde. Stor ros til bestyrelsens store arbejde i forbindelse med Landsmødet. I år blev mødet afholdt af Sjælland syd i Karrebæksminde 3.-4. maj. Alle skal være meget velkommen.

På landsmødet 2013 i Fredericia besluttede generalforsamlingen, at hvert medlem skal betale 25 kr. til Landsforeningen. Dette på

grund af øgede udgifter. En beslutning som tidligere har været pålagt, men undladt i gode økonomiske tider. Nødvendigheden gør, at dette lige nu igen er aktuelt.

Vores lokale forening har fået tilbudt en Netforsikring til en god pris. Denne forsikring dækker, hvis der begås tyveri af vores aktiver i banken. Som forening er vi ikke dækket af bankernes forsikring som til private.

Tak til Kåre for hans arbejde med vores hjemmeside.

Vedtagelse og godkendelse af revideret regnskab samt revideret budget for 2014 ved Per Schwarz: Gennemgang og spørgsmål. Kontingentstigning på kr. 25 pr. medlem foreslået. Forslag enstemmigt vedtaget med kommentar til, at regnskabet ser godt ud.

Indkomne forslag:
Ingen indkommet.

Valg til bestyrelsen:
Jan Knudsen – modtager ikke genvalg.
Per Schwarz - modtager genvalg.

Valgt til bestyrelsen er:
Per Schwarz samt Monika Andreassen.

På valg som suppleant til bestyrelsen er:
Henriette Rasmussen – modtager ikke genvalg.

Valgt som suppleant til bestyrelsen er:
Jan Knudsen og Benno Thomsen. Modtagelsen til de valgte i bestyrelsen er klapsalver.

På valg som revisor samt revisor-suppleant er:

Kim Bruun og Jens Erik West. Begge enstemmigt valgt.

Eventuelt:

- Snak om ideer til at lokke medlemmerne til foreningens aktiviteter: Øget advisering på hjemmesiden samt direkte mails til medlemmer. Reklame for foreningen via oplysningsmøder.
- Konkurrencer ved deltagelse i for eksempel foredrag, sundhedsmesser med mere: Søge sponsorer til gode præmier.
- Samarbejde med andre landsdeleksforeninger: Faglige foredrag med fagpersonale tilknyttet Gigtforeningen for Morbus Bechterew. Sociale arrangementer på hverdage fordelt over vores store geografiske område.
- Forum for drøftelse med pårørende om hverdagen med en morbus Bechterew-patient.

Alle medlemmer skal til enhver tid være velkommen til at sende bestyrelsen gode ideer via mail eller telefon. Vær særlig opmærksom på egnede aktiviteter i eget nærområde.

Mødet sluttede med hyggelig fællesspisning og en omgang bowling eller snak – eller begge dele på samme tid.

Besøg på Trolde Bryghus

Torsdag 10. april kl. 19.00 småregnede det. Vi blev mødt af fugttung, spritmættet luft. Vi ankom til mikrobryggeriet i Kolding. Her stod en mand med cykelstyroverskæg og fulgte med i destilleringen af whisky. Dette var begyndelsen på et intimt eksklusivt besøg, der var berammet til at vare en times tid, men



strakte sig over to – og fire planlagte smagsprøver som udviklede sig til otte. Så tak til de tre fremmødte, som var med til at skabe en hyggelig aften.

På bestyrelsens vegne
Tina Aamann
Formand

ØSTJYLLAND

FORMAND

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

Kære medlemmer

MB Østjylland har afholdt ordinær generalforsamling i henhold til vedtægterne. I forbindelse med generalforsamlingen har vi været så heldige at få besøg af en oplagt Oliver Hendricks, der er overlæge, ph.d., og kendt af de fleste med morbus Bechterew. Overlægen holdt et interes-

sant foredrag om de nyeste tiltag inden for vores område samt forslag til, hvad der kan være afgørende for, hvordan den enkelte kan leve med sin kroniske sygdom. Hovedtemaerne var smerter og individuel behandling, såvel medicinsk, emotionelt som træningsmæssigt. Efter besvarelse af spørgsmål fra salen og stor applaus til Oliver Hendricks gik vi over til et lettere traktement og selve generalforsamlingen.



OLIVER HENDRICKS

Referat af generalforsamling 2014 for MB Foreningen i Østjylland, afholdt 27. marts 2014 på Marselisborgcentret:

Dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Beretning fra formanden
3. Forelæggelse af godkendt regnskab
4. Vedtagelse af budget og kontingent
5. Valg til bestyrelsen
6. Valg af suppleant til bestyrelsen
7. Valg af revisor og revisorsuppleant
8. Indkomne forslag
9. Eventuelt.

Pkt. 1: Wagn Rosenlund blev valgt som dirigent, og han konstaterede, at generalforsamlingen var korrekt varslet.

Pkt. 2: Formandens beretning blev herefter aflagt af formanden Claus-Ebbe Junker. Han redegjorde for aktiviteterne i det forgangne år. Herefter gennemgik han den nyindførte udredningsgaranti. Ligeledes blev der redegjort for den ændrede førtidspensionsreform.

SpA (spondylarthritis) har landsforeningen gennemført en informationskampagne om, da det er vigtigt at få stillet en hurtigere diagnose fra et bedre uddannet sundhedsfagligt personale. Der har været afholdt en "booster-weekend" målrettet ny-diagnosticerede morbus Bechterew-patienter.

Formanden og Peter Hjort deltog i formandsmødet i Middelfart, hvor der var debat om indførelse af fælles landsdækkende medlemskontingent med central opkrævning. Dette skulle hjælpe de lokale kassereres daglige arbejde samt medføre ens kontingent i alle afdelinger. Hovedparten af kredsformændene støttede oplægget.

Godkendelse af foreningen som en velgørende forening hos SKAT kræver, at 100 personer allerede har støttet med en gave til foreningen. Derfor opfordres medlemmer og andre til at yde en gave. Selv én krone tæller blandt de 100!

Efter at have takket bestyrelsen for et godt samarbejde blev beretningen lagt ud til debat. Efter en uddybende orientering om det fælles kontingent blev beret-

ningen enstemmigt godkendt med applaus.

Pkt. 3: Oversigt over det reviderede regnskab blev uddelt til medlemmerne og fremlagt af kassereren Jette Foged. I år er der et mindre underskud, men status er tilfredsstillende. Regnskabet blev godkendt med applaus.

Pkt. 4: Budgettet for Landsdelsforeningen blev godkendt, og kontingentet for det næste år fastholdes.

Pkt. 5: Bestyrelsen består af fem medlemmer. Claus-Ebbe Junker, Mette Gurre og Jette Foged var på valg. Mette Gurre ønskede ikke genvalg. Claus-Ebbe Junker og Jette Foged blev genvalgt, mens der var nyvalg til Elin Sevelsted. Øvrige medlemmer er Mirjana Rosenlund og Peter Hjort, der blev valgt sidste år for to år.

Pkt. 6: Som suppleant nyvalgte Lisbeth Nielsen.

Pkt. 7: Som revisor genvalgte Poul Christensen. Ingen ville modtage valg som suppleant.

Pkt. 8: Der var ingen indkomne forslag.

Pkt. 9: Under eventuelt debatteredes kommende aktiviteter, herunder årsmødet i maj 2013.

*På bestyrelsens vegne
Mirjana Rosenlund
Næstformand*

MIDT VESTJYLLAND

FORMAND

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

Kære medlemmer

Siden sidst har vi haft generalforsamling torsdag 6. marts i Bowl'N'Fun i Holstebro. Der var mødt 11 medlemmer op, og generalforsamlingen forløb stille og roligt.

Vi måtte sige farvel til Ernst, da han vil nyde sit otium med rejser. Men vi fik et nyt bestyrelsesmedlem samt en suppleant. Da generalforsamlingen var overstået, fik vi noget godt at spise og hyggede os med bowling.



Den ny bestyrelse kan ses på hjemmesiden.

På landsmødet deltager vi med to personer.

Husk at tjekke hjemmesiden, da det er der, informationer om arrangementer med mere vil blive oplyst, men ellers er i altid velkommen til at kontakte bestyrelsen.

Vi vil gerne høre fra jer, hvis I har ønsker eller ideer til arrangementer.

På bestyrelsens vegne
Torben Pedersen
Formand

NORDJYLLAND

FORMAND

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

Kære medlemmer

Onsdag 2. april 2014 var MB Nordjylland værter for en spændende aften, først med foredrag af Hans-Peter Tarms og efterfølgende den årlige generalforsamling.

Alle i salen er helt opslugte af Hans-Peter Tarms spændende og barske fortælling om en dramatisk flugt gennem Nazi Tyskland i de sidste otte måneder af Anden Verdenskrig.

Hans-Peter fortæller om sin opvækst i et godt og trygt hjem, om familiens deportation fra Nordschleswig til Polen i 1940, da de nægtede at melde sig ind i Nazi-partiet. Her bliver Hans-Peter sammen med sine søskende opdraget i Hitlerjugend. Hans-Peter fortæller om de forfærdelige ting, de her blev udsat for, samt de barske opgaver de blev tvunget til at udføre. Men



HANS-PETER TARMS

ikke desto mindre er det træningen i Hitlerjugend der er med til, at Hans-Peter sammen med sine søskende senere overlever den barske flugt.

I 1944 blev faderen sendt på tvangsarbejde. Moderen flygtede med børnene til Berlin, men her blev de skilt fra hinanden. Hans-Peter flygtede med sine fem søskende i alderen otte måneder til ni år op gennem det krigshærgede Tyskland med klapvogn og barnevogn, indtil de en dag blev samlet op af det engelske Røde Kors. Kort efter krigen blev hele familien lykkeligt genforenet.

Efter en veltrængt kaffepause fortsatte aftenen med generalforsamling.

Efter generalforsamlingen ser bestyrelsen således ud:

Formand:

Henrik Møller

Næstformand:

Egon Quist-Spanggaard

Kasserer:

Margit Quist-Spanggaard

Sekretær:

Jane Kjeldbjerg Sørensen

Bestyrelsesmedlem:

Helle Petersen

1. Suppleant:

Jette Mølkær Jensen

2. Suppleant:

Susanne Emilie Hansen

Bestyrelsen takker for en dejlig aften og for opbakningen til vores arrangementer.

På bestyrelsens vegne
Henrik Møller
Formand

Altid billig
benzin og diesel



www.ok.dk

Klinisk tandtekniker
Tina Clarke

Nørregade 13 A • 9640 Farsø
Østergade 2 • 9560 Hadsund

Tidsbestilling
98 57 12 60
- en tand bedre



Gigt  Kong Christian X's
hospital

Træningscenter

Toldbodgade 3
6300 Gråsten
Tlf. 73 65 40 68



En god oplevelse

Landsbyen
54 70 52 01

Fest • Diner Transportable
Frokoster • Receptioner
Møder/kurser • Jubilæer

Krårup Møllevej 1
4990 Sakskøbing

info@landsbyenvaabensted.dk
www.landsbyenvaabensted.dk



*Jeg fik skiftet toiletsædet nu,
fordi jeg ønsker at klare mine
toiletbesøg helt alene.*

Det papirløse toilet

ASPEN
Bidets

Brugertestet
af Teknologisk Institut

Skift kun toiletsædet!

- Aspen Bidets passer på alle gængse toiletter i Danmark
- Nem og brugervenlig fjernbetjening
- 2 separate skyl for en bedre hygiejne

Hvis du ønsker, at klare dig uden hjælp fra andre, mange år frem i tiden og samtidig få en nemmere og mere hygiejnisk toilet rutine – så kontakt os. Vi er klar til, at rådgive dig om hvilken bidet løsning, der er den rigtige for dig.

INFORMATION



Tlf. 75 56 32 44

www.toilet-bidet.dk • mail@toilet-bidet.dk

Aspen Bidets vasker dig
med ren tempereret vand
og tørrer dig med
behagelig varm luft.



Aspen Bidets v/J. Honoré Care Aps

Udstilling: Byggecentrum, Hindsø Allé 2, 5500 Middelfart. Se vores permanente udstilling og prøv et Aspen Bidets - alle dage, også i weekenden.

Clinique Creme Face
hud & solcenter



Forhandler af Doktor Baumann
Aut. lægeeksamineret
kosmetolog og fodlaser Jette Andersen
L.A. Ringvej 96, 5230 Od. M.
www.cremeface.dk
66 13 65 71

Bridget Hauptmann

Examineret zoneterapeut
Strandvejen 22 . 4040 Jyllinge
Telefon 46 78 99 68
Telefontid 8.00-9.00
RABAT TIL HANDICAPPEDE

BRDR. JØRGENSEN COMPONENTS A/S

Nybo Bakke 3-4 • 7500 Holstebro
Tlf. 97 42 47 00 • Fax 97 42 26 05
E-mail: bjc@brdr-jorgensen.com
www.brdr-jorgensen.com



Murerfirmaet HANS K. BACH & SØN ApS

Aut. Kloakmester

Hasselvej 10 • Ryomgaard
Tlf. 86 39 45 14 • Mobil 22 30 45 14
hbos@mail.dk

ALEX ANDERSEN ØLUND A/S

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



Vognmand ALEX ANDERSEN Ølund A/S
Holkebjergvej 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

Revision- & Regnskabskontoret ApS REGISTREREDE REVISORER

Telefon 74 42 36 53

Østergade 20 • 6400 Sønderborg • Telefax 74 42 37 86
E-mail: rr@revision-regnskabskontoret.dk
GODKENDT ERHVERVSSERVICE-LEVERANDØR



Klinisk tandtekniker SUSANNE H. STÆRMØSE

Rådhusgade 12 st. th. • 8300 Odder
Tlf. 86 56 01 30
www.odder-tandtekniker.dk



Apotekerne i Nordjylland

VVS & VARME TEKNIK A/S Tlf. 43 66 11 46 - 32 95 11 46

Aut. VVS-installatør & kloakmester
- TV-inspektion / Højtryksspuling
- Ventilation (med i VENT-ordningen)
- Totalentreprise
- Ejendomsservice
- Vand & afløbs installation
- Blikkenslagerarbejde
- Fjernvarme installation
- Gas installationer
- Vi udfører totalentreprise



www.varmeteknik.dk
E-mail: varmeteknik@www.varmeteknik.dk
Vagtnr: 70204112
Herstedøster Skolevej 16
2620 Albertslund



FL-REKLAME

Agerbakken 21 • 8362 Horning
www.flreklame.dk • fl@flreklame.dk • t. +45 7022 1870



Larsens Eftf. ApS
SMEDE- & MASKINFABRIK
PLATINVEJ 20 • 30 DK-6000 KOLDING
Tlf. 7550 3299 FAX 7550 2257
www.larsens-eftf.dk

- LASERSKÆRING
- VANDSKÆRING
- ORBITALSVEJSNING
- AUTOMATSTANDSNING
- HOSPITALSUDSTYR
- SPECIALOPGAVER I RUSTFRI OG JERN

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 · (Foreningen 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



Bestyrelsesmedlem

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



Margit Quist-Spanggaard,
Christiansminde 2 C,
9210 Aalborg SØ.
Tlf. 9814 9420,
maqu-sp@stofanet.dk



Næstformand

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



Suppleanter

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



Øvrige tilknyttet HB:

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



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



Revisor

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



Sekretær

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



Stig Winther Nielsen,
Tinggårdslunden 36,
4030 Tune.
Tlf. 3077 2052,
stig.w.nielsen@email.dk



Ny ansat sekretær

Linda Pedersen,
Keldetvej 45,
6100 Haderslev.
Tlf. 3029 9265
clomp@mail.dk

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

Ally Granhøj
Svelmøparken 34
5600 Faaborg
Tlf. 2126 2082/6261 5806
algrmiol@sydfynsmail.dk



Vestsjælland

Inge-Lise Faurholt
Rolighedsvej 2
4296 Nyrup
Tlf. 5780 3865
ilf56@yahoo.dk



Sønderjylland

Laila Stelzner
Søtoften 13
6430 Nordborg
Tlf. 2666 1353
svla@hotmail.dk



Sjælland Syd

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



Østjylland

Claus-Ebbe Junker
Lilletoften 22, Rodskov
8543 Hornslet
Tlf. 3024 0547
clausebbjunker@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

Vi er stolte af, at vi
i mere end 40 år har
været med til at holde
danskerne raske og sunde.

Vores vigtigste
opgave er at gøre
en **forskel**

MSD har mere end 40 forskellige lægemidler til en lang række forskellige terapiområder, og vi er den internationale medicinalvirksomhed, der investerer mest i klinisk forskning i Danmark. Det er MSDs mission at levere innovative produkter og services, som redder og forbedrer liv.

MSD er en global medicinalvirksomhed, som arbejder for at forbedre menneskers liv og helbred. Vi samarbejder med læger, patienter og andre interessenter i flere end 140 lande om vores receptpligtige lægemidler, vacciner, biologiske præparater og veterinærlægemidler for at levere innovative medicinske løsninger. Vi viser samtidig vores engagement ved at forbedre adgangen til bedre sundhed for alle gennem omfattende politikker, sundhedsprogrammer og partnerskaber. Læs mere på www.msd.dk eller www.msd.com og find os på Twitter, Facebook og YouTube. MSD er varemærket for Merck & Co., der har hovedkvarter i Whitehouse Station, New Jersey, USA.

BEHANDLINGSOMRÅDER

HJERTE-/KARSYGDOMME

KVINDERS SUNDHED

DIABETES

HUDSYGDOMME

SMERTER

GIGTSYGDOMME

HIV/LEVERBETÆNDELSE

MAVETARMLIDELSER

HJERNELIDELSER

ØJENSYGDOMME

KRÆFT

LUFTVEJSLIDELSER

INFektionssygdomme