

Ryggmargskonferanse 2007 - Ullensvang Hotel

Arrangert av LARS Hordaland 31. august - 2. september



Samarbeidsmøte -
Sunnaas sykehus HF



Hjelpemiddelmessen
2007 fra Tysværtunet



Med rullestol til
Wien og Stockholm



Samarbeidsmøte -
mellom spinalenhetene

DEMONSTRASJON

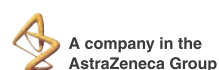
For økte bevilgninger til biomedisinsk grunnforskning
- Eidsvoll plass torsdag 18. oktober 2007 kl. 15.30 -

LoFric[®]
Primo[™]



lofric.no

**Jeg godtar ingen kompromisser og
velger derfor et kateter som
er enkelt, lite og sikkert.**



Astra Tech AS, Postboks 160, 1471 Lørenskog. Tlf: 67 92 05 50 Fax: 67 92 05 60 www.astratech.no

Høstjakta er i gang...

Hei. Så var høsten her igjen. –Håper alle har hatt en fin sommer, vel kanskje været kunne ha vært noe bedre enkelte steder, men det er det lite å gjøre med om en ikke stikker av på en liten tur sydover for eksempel -og i forhold til reiser i EU eller via EU er det nå kommet nye regler samt at nye regler også vil tre i kraft neste år, hvor EU forbyr diskriminering av bevegelseshemmede ved flyreiser.



LARS sentralt har hatt nytt hovedstyremøte, denne gang la vi møtet opp til Sunnaas sykehus HF med omvisning og møter der, det var hyggelig og givende i forhold til å bli kjent og i forhold til utvikling av samarbeidsideer. Les mer om dette samt reportasjer fra LARS lokallagskonferanser og annet i bladet.

Les også om samarbeidsmøtet mellom spinalenhetene Haukeland Universitetssykehus, Sunnaas sykehus HF og St. Olavs Hospital der LARS var tilstede.

Et viktig punkt i høstjakta blir demonstrasjon 18. oktober utenfor Stortinget. LARS hovedstyre støtter denne aksjonen og håper at mange som har mulighet kan stille opp. Demonstrasjonen vil ha som parole ”mer midler til biomedisinsk grunnforskning”, en vil ikke her fokusere på bestemte diagnoser eller bestemt forskning, men kun det enkle faktum å forbedre helheten for denne grunnforskningen med håp om økte bevilgninger. Flere av de andre store interesse- og pasientorganisasjonene er også positiv til denne aksjonen – la oss håpe at alle kan mobilisere mange for sammen med forskerne våre stille disse krav til våre sentralpolitikere.

Et annet viktig punkt i høstjakta er at LARS hovedstyret har sendt brev til Helse- og omsorgsdepartementet ved Sylvia Brustad der vi ber om at medisin for erektil dysfunksjon vil komme inn under blå resept ordningen til Rikstrygdeverket. Vi mener at å holde slik medisin utenfor denne ordningen er diskriminerende i forhold til hvordan ordningen nå er for enkelte grupper.

God jakt!

patetra

Innhold

Leder	side 3
LARS kontaktpersoner	side 4
Minneord, Olav Gjelsvik	side 5
Ryggmargskonferanse Ullensvang.....	side 6
Gullmedalje for doktorgradsarbeid ..	side 13
Møte på Sunnaas sykehus	side 14
Astra Tech Informerer	side 17
LARS hovedstyremøte	side 18
LARS Øst/Oslo presentasjon	side 19
Demonstrasjon	side 20
Hjelpemiddelmesse 2007	side 24
Med rullestol -Wien og Stockholm ..	side 26
Ny giv i LARS Buskerud og Vestfold...	side 28
EU forbud mot diskriminering	side 31
Rehabiliteringsuka	side 32
Mestringsseminar	side 35
Er du ikke lei?	side 37
Penger å hente	side 38
En oase i storbyen.....	side 40
Artikkel om erektil dysfunksjon	side 42
LARS M&R på høsttur	side 43
Samarbeidsmøte, spinalenhetene	side 44
Ekstraservice fra Permobil.....	side 46



Foreningen arbeider ut fra følgende formålsparagraf:

“Landsforeningen skal ivareta ryggmargsskaddes interesser, og spre informasjon om følger av ryggmargsskade, til alle. Foreningen skal dessuten arbeide for at ryggmargsskadda får et best mulig behandlingstilbud og en best mulig livskvalitet. Arbeidet for å forebygge ryggmargsskader skal også prioriteres”.

Her er LARS - lokallag og kontaktpersoner

LARS Agder

Tom Atle Steffensen
Lillejordet 27, 4621 Kristiansand
Tlf. 38 01 61 81 - Mob 952 20 498
E-post: to-atlst@online.no

LARS Buskerud (Pågård)

LARS Finnmark

Ernst Ove Nilsen
Tlf 41 76 93 47
E-post: ernstove@nilsen.as

LARS Hedmark

Svein Bjørklund
Bringebærveien 35, 2200 Kongsvinger
Tlf 901 79 276
E-post: svein@east.no

LARS Hordaland

Svein Arne Vabø
Mangerbua 33, 5911 Alversund
Tlf. 56 35 20 44 - Mob 922 09 218
Epost: s-vab@frisurf.no

LARS Møre og Romsdal

Jan Ove Harsjøen
Skoglia 1, 6265 Vatne
Tlf. 70 21 36 42 - Mob 959 13 235
E-post privat: jo-harsj@online.no

LARS Rogaland

Steinar Pettersen
Kolleholen 18, 4353 Klepp Stasjon
Tlf. 51 42 38 26 - 51 42 66 70
E-post privat: steinar.pettersen@kleppnett.no

LARS Trøndelag

Lars Bakås
Kong Ingesgt. 12, 7051 Trondheim
Tlf. 73 93 64 08 - Mob 913 42 869
E-post: trondelag@lars.no

LARS Oppland

Gerd Kongslie
2920 Leira i Valdres
Tlf/Fax: 61 36 23 53
Mob 900 82 490

LARS Øst/Oslo

Thomas Ulven
Solstadlia 66, 1395 Hvalstad
Tlf. 66 90 11 79 - Mob 918 15 751
E-post: TULVEN@online.no

Hovedstyret

Leder

Leif Arild Fjellheim
Veamyr 77, 4276 Vedavågen
Tlf. 52 82 99 66 - Mob 911 44 728
E-post: lei-fje@online.no

Nestleder

Anne-Margrethe Nyhus
Dr. Dedichens vei 48, 0675 Oslo
Tlf. 22 81 38 57 - Mob 901 63 464
E-post: am-nyhus@online.no

Økonomileder

Ole Johan Grimstvedt
Veiteborveien 51, 4250 Kopervik
Tlf., privat 52 85 14 40
Tlf., arbeid 52 85 46 05
Mob 916 80 048
E-post: ogrimstv@online.no

Styremedlem

Øystein Nesse
Brekemyra 26, 5382 Skogsvåg
Tlf., privat 55 15 05 48
Tlf., arbeid 55 52 67 00
Mob 959 31 999
Fax 55 15 05 49
E-post: onesse@online.no

Styremedlem

Ole Arne Sætervik
Malme, 6445 Malmefjorden
Tlf. 71 26 51 43 - Mob 481 38 004
E-post: oleas@start.no

1. Varamedlem

Svein Bjørklund
Bringebærveien 35, 2200 Kongsvinger
Tlf 901 79 276
E-post: svein@east.no

2. Varamedlem

Elisabet Berge
Lindebergåsen 5 C, 1071 Oslo
Tlf. 22 32 18 88 - Mob 916 68 323
E-post: elisabet@acwall.no

patetra

Utgis av Landsforeningen for Ryggmargsskadde (LARS). LARS er tilsluttet Norges Handikapforbund.

Ansvarlig redaktør

Leif Arild Fjellheim

Redaksjonens adresse

Leif Arild Fjellheim
Veamyr 77, 4276 Vedavågen

Redaksjonen

Leif Arild Fjellheim (redaktør)
Tlf. 52 82 99 66 - Mob 911 44 728
E-post: lei-fje@online.no

Anne-Margrethe Nyhus (red. medarbeider)
Tlf. 22 81 38 57 - Mob 901 63 464
E-post: am-nyhus@online.no

Elisabet Berge (red. medarbeider)
Lindebergåsen 5 C, 1071 Oslo
Tlf. 22 32 18 88 - Mob 916 68 323
E-post: elisabet@acwall.no

Layout

Patetra redaksjonen

Trykk

Allservice AS, 4017 Stavanger

Abonnement

NHF/LARS
Boks 9217 Grønland, 0134 Oslo

Kontor og kontaktperson

NHF sentralt
Ellen Trondsen
LARS/Norges Handikapforbund
Boks 9217 Grønland, 0134 Oslo
Tlf. 24 10 24 00 - 24 10 24 43
E-post: ellen.trondsen@nhf.no

Hjemmesider

www.lars.no

Minneord



Olav Gjelsvik døde 28. juli. Hans bortgang etterlater et tomrom som ikke kan fylles, men våre opplevelser etter møte med Olav vil vi bære med oss. Han var en person som levde fullt og helt hver dag og var 100% til stede der han befant seg. Hans engasjement på ulike fronter preget ham og utvidet hans horisont. I dette lå alt fra skøytesport i Skuteviken Skøyte Club, Sang i Studentersangforeningen, båtpuss på familiens særegne trebåt Eva II og til hans engasjement for familien og vennene hans i inn og utland. Alt dette kom i tillegg til hans spesielle brennende engasjement for hans fag, fysioterapi, og de grupper pasienter han kom i kontakt med gjennom dette. Hans kunnskap ble alltid formidlet med lun humor og menneskelig nærhet. Han var etterspurt rundt om i landet og reiste gjerne langt for å dele det som engasjerte ham. Han har satt varige spor hos kolleger han har møtt som en faglig ener med spesielle evner. Sammen med sin Bente som også er fysioterapeut, utgjorde de et team som har betydd svært mye i et mangfold av faglige sammenhenger. Olav hadde en særegen evne til å

dele historier og opplevelser fra sitt liv, sine reiser og sin kunnskap med de han møtte. Han gledet seg over det han hørte og det han så. Han brydde seg genuint om de menneskene han var sammen med. Han gjorde en særegen innsats for polioskadde og ryggmargsskadde og var med som støttende fagperson når Landsforeningen for polioskadde ble etablert. Han var selv med å startet Landsforeningen for ryggmargsskaddes avdeling i Hordaland. I en årrekke kjempet han sammen med pasientgruppen og fagpersonell for dannelsen av en spesialenhet for ryggmargsskadde ved Haukeland Universitetssykehus. Han var en sterk bidragsyter til at vi i dag har en egen avdeling, Spinalenheten ved sykehuset. Dette er av uvurderlig betydning for ryggmargsskadde pasienter på Vestlandet.

Fysioterapeuten og medmennesket Olav har merket oss som fikk lov til å kjenne ham. Han lærte oss noe om mulighetenes kunst, om faglighetens viktighet, om de enkle gleder og om inspirasjonens positive virkning på mennesker. Hans positive og inspirerende måte å møte pasienter, kolleger, studenter og pårørende på var enestående og for mange avgjørende viktig. Hans betydning som venn og familiemann kan ikke beskrives med ord. Det er tungt å erkjenne at Olav gikk bort så alt for tidlig. Vi er dypt takknemlig for den tiden vi fikk sammen med Olav og for de gode minner, opplevelser og kunnskap vi kan ta med oss videre. Våre tanker går til Bente, Karen, Siren og Steinar.

Hein A. Kvalheim

Ryggmargskonferanse 2007 - Ullensvang Hotel



Tekst: Svein Arne Vabø.

Billedtekst og Foto: Leif Arild Fjellheim

Ja, da var "Ullensvang konferansen" over for i år, og som den pleier å være, var det mange hyggelige og fest stemte Larsere som var tilstede, over 60 stykker av oss.

Temaet i år var seksualitet etter ryggmargsskade, tekniske hjelpemidler og

Svein Arne Vabø leder av LARS Hordaland åpnet og var ordstyrer under Ullensvang konferansen.



Overlege dr.med. Marit Grønning, nevrologisk avdeling, Haukeland universitetssykehus HF (til venstre) og psykolog Åshild B. Fuglestad, også fra Haukeland. Begge hadde innlegg om seksuell aktivitet etter ryggmargsskade. Marit Grønning tok for seg det fysiologiske mens Åshild B. Fuglestad sto for det psykologiske.

brannsikkring i eget hjem, temaet begge dager er jo ting vi lever med daglig, så det er absolutt aktuelle temaer.

Vi vil spesielt rekke en stor takk til Nevrolog Marit Grønning og Psykolog Åshild Fuglestad, som til daglig jobber ved Spinalenheten i Bergen, for at de tok seg tid til å komme inn til oss i Ullensvang, og lære oss



litt om psykologiske reaksjoner, og andre tanker og praktiske ting vi kan gjøre for å få samlivet til å fungere etter en skade, tilbake meldingene på foredraget som de holdt, har utelukket vært positive tilbakemeldinger.

Jeg vil også rette en stor takk til alle sponsorer som stiller opp år etter år, de er alltid en fryd å ha med seg, den første som meldte seg

på i år var faktisk en leverandør, (Tore Klepsvik fra Sykeartikler), det syntes vi var så spesielt at vi belønnet han med en flaske vin, spesialtappet for Ullensvang konferansen med en flott personlig etikett, laget av tusenkunstner Odd Erik Bostrøm.

Jeg vil i samme slengen rette en stor takk til alle de som sponset oss med gaver, som vi loddet ut til inntekt for LARS Hordaland sitt arbeid med likemanns arbeid og lignende.

Disse sponsorene er, Renholds og Skade Sentralen (rss.no), Handicare, Dressmann Knarvik, Coloplast, Førerkortsentralen, Mikro Mekanikk, Fierprotect og Steen og Strøm sentrene. Disse gavene vi her har fått er alt ifra smågaver, til varer til 5-600 kr pr. stk. Gavekort på 500kr - 1000kr. Her var varer for mange tusen kroner, så giver gleden er ennå tilstede blant folk.

Loddsalget i Ullensvang linnbrakte tro det eller ei, Ca. 6500 kr., og det står det respekt av. Gunnar og Ulla Britt Tviberg var de heldige som dro i land storeslem på lørdags kvelden, ett gavekort på 1000 kr. Så de ser vi vel igjen på neste år konferanse.



Malene Krokeide (til venstre) og Lene Brenden fra Coloplast. Malene Krokeide forklarte om nye produkter så som Conveen Optima (et silikonuridom) og SpeediCath (et hydrofilt kateter). Lene Brenden forklarte om Assistanse prosjektet, assistanse for en bedre hverdag, assistanse for en enklere hverdag. De utgir magasinet som kommer ut to ganger i året.



Anita Jacobsen (til venstre) og Carola fra Home Care AS forklarer om deres produkter.



Fra middagene, konferansedeltakere samles rundt bordene.



Trude C. Nilsen - distriktssjef/uroterapeut hos Astra Tech AS viste film og holdt foredrag blant annet om deres hydrofile tappekaterer LoFric. Se også egen artikkelboks under: En kan også gå inn på websidene www.lofric.no og lese mer, for eksempel også i bladet Dialogen som en kan laste ned gratis.

Astra Tech AS

Fra: Trude Nilsen

I år var det min tur til å være Astra Tech's representant på Ullensvang konferansen. Vi ankom i strålende sol og for et vakkert sted!

Astra Tech er en av hovedsponsorene til LARS, og jeg ville med min presentasjon vise at vi tilbyr et veldokumentert produkt og fagutvikling til brukere og annen helsepersonell.

Jeg viste en film som handlet om Lofric's historie. Lofric katetret er over 20 år og regnes fortsatt som et trygt og enkelt hjelpemiddel. Det er det eneste katetret på markedet som har langtidsdokumentasjon som viser at bruk av Lofric over gir minimal eller ingen skader på urinveier. Til slutt viste jeg "nye" Lofric Primo. Vårt "klar til bruk" kateter med integrert vann har fått mange forbedringer som kan glede både nye og gamle brukere.

Takk for en hyggelig helg fra Trude Nilsen i Astra Tech AS



To humorfylte LARS samarbeidspartnere. Fra venstre; Stian Folkestad (Alliance apotek Samarit) og Tore Klepsvik (Sykeartikler AS). Bildet er fra konferansesalen hvor samarbeidspartnerne til LARS og leverandører av produkter holdt utstilling.

Ellers må jeg få komme med en oppfordring til dere alle, om å sende meg en e-post vab@frisurf.no, med et tema dere ønsker vi

skal sette opp til neste års konferanse.

Som takk for fine foredragene fikk alle foredragsholderne "topp hemmelige" gaver utlevert i nøytrale poser, -her er det Anita Lorentzen fra Medinor som blir takket av Svein Arne Vabø, leder av LARS Hordaland.

Se egen artikkelboks i denne reportasjen om Anita Lorentzens foredrag.



Jeg vil også takke alle sammen for alle de positive tilbakemeldingene vi i styret har fått, det betyr jo at vi gjør noe riktig, så jeg håper at det var en like koselig og vellykket helg for oss alle sammen.

Vi lover å gjøre så godt vi kan til neste år også, kanskje det kommer noen fra andre fylker også, det hadde jo bare vært koselig, så i fare for å være vel tidlig ute, hold av siste helg i august 2008, da er det på han igjen.

En takk for sist hilsen fra,

Svein Arne Vabø
Leder i LARS Hordaland

Medinor -SEKSUALTEKNISKE HJELPEMIDLER

Fra: Anita Lorentzen, Medinor.

Seksualtekniske hjelpemidler går ikke ut via hjelpemiddelsentralen, men via Rikstrygdeverket og med Medinor ASA som distributør.

Rekvisisjonen, som fåes hos Rikstrygdeverket heter "Rekvisisjon for seksualtekniske hjelpemidler". Denne kan underskrives av sykehusavdelinger med spesialist i urologi, gynekologi og nevrologi eller privatpraktiserende spesialister innenfor dette området. Rekvisisjonen skal også underskrives av pasienten.

Er man usikker på om man har rekvisisjonsrett kan man henvende seg til Rikstrygdeverket, for å søke om dette.

Rutiner ved tildeling er: rekvisisjon (side 1 og 2) sendes til oss:

Medinor ASA
Postboks 94 Bryn
0611 Oslo
Att: Åse Johansen

Varen blir sendt til pasienten/kundens hjemmeadresse og vi sender fakturaen og rekvisisjonen til Fredrikstad trygdekontor, som administrerer dette for hele landet.

Er det spørsmål eller ønske om demonstrasjon vedrørende noe av dette, så ta gjerne kontakt med oss på telefon eller e-post.

Anita Lorentzen
Produktspesialist
Tlf. 22 07 65 83 / 926 43 494

Produkter som ble diskutert på konferansen i Ullensvang:

RAPPORT PREMIER VAKUUMPUMPE

Til bruk ved ereksjonssvikt på grunn av cancer prostata, hjer-teoperasjon, ryggmargsskade, diabetes, bruk av blodtrykksmedisiner, ingen nytte av Viagra og/eller lignende.

Ereksjon oppstår ved at blod pumpes inn i penis ved hjelp av vakuum. Ereksjonen opprettholdes ved å plassere en ring ved penisroten som sikrer at blodet blir i penis til ringen fjernes. Penisringen bør være ettersittende og ikke for stram rundt penisroten.

AMIELLE DILATATOR

Til bruk etter strålebehandling, operasjon eller fødsel, vaginismus eller dyspareunia.

Amielle dilatator er ideell hjelp for kvinner som opplever vaginalt ubehag og psykologiske penetreringsproblemer. Dilatoren kan bidra til å minimalisere smerten og er en effektiv hjelp for å komplettere sekstalterapi-behandling av ulike årsaker.

FERTI CARE VIBRATOR

Brukes av menn med ryggmargsskade, som har ønske om ejakulasjon i forbindelse med fertilitetsutredning. PVS (Penil Vibrasjons Stimulering).

Majoriteten av menn med ryggmargsskade har en ejakulatorisk dysfunksjonalitet, hvilket naturlig nok representerer en grunnleggende hindring på veien med tanke på å få barn. Sekundærgevinster er redusert spastisitet og økt blærevolum. Derfor brukes Ferti Care i behandling av dette hos pasienter med andre diagnoser.



Jon Akselberg fra Teknisk Industri-vern AS holdt foredrag om brannsik-kerhet og brannvern i hjemmet. Se egen artikkelboks i denne reportasjen fra Teknisk Industrivern AS.



Fra utstillingene til produktleverandørene. Her kunne LARS medlemmene og deltakerne på Ullensvang-konferansen se hva som var på markedet når det kommer til forskjellige hjelpemidler som ryggmargsskadde kan ha nytte og interesse av, samt stille spørsmål og diskutere direkte med de forskjellige leverandører.

Klar ferdig gå! – Ullensvang Hotel hadde som vanlig en rikholdig bufeet; kaldretter, varmrätter og ellers det ganen måtte søke. Storviltrettene som reinsdyr- og hjortesteik var som de skulle være - mørt som smør - og med litt viltsaus der kokkene ikke er kip på fløten, en neve rosenkål og en dash tytte-bær på toppen blir middagene i Ullensvang alltid noe å se frem til.



Diskusjon med leverandør. Dette ble det gitt gode muligheter til, alle pro-duktleverandørsamarbeidspartnerne til LARS var tilstede med utstilling av produkter og kunne svare på spørs-mål hele helgen.

GRUNNLEGGENDE BRANNTEORI

Fra: Teknisk Industrivern AS.

Definisjoner

En brann blir definert som en ukontrollert forbrenningsprosess. Denne prosessen består av en rekke kjemiske reaksjoner der oksygenet i lufta reagerer med ulike stoffer som danner varme og spaltningsprodukter.

Avhengig av temperatur og forbrenningshastighet, vil vi enten få en ulmebrann, flammebrann eller en eksplosjon.

Når temperaturen i rommet blir høy nok (ca. 500 °C) vil vi få en overtenning. Det vil si at alt brennbart materiale i rommet tar fyr (også branngassene).

Brannen vil da gå over i en eksplosjonsartet utvikling. For at en brann skal oppstå, er det tre forutsetninger som må være tilstede:

Branntrekanten

Dette danner den såkalte branntrekanten. Dersom vi også tar med den kjemiske reaksjonen i en brann, snakkes det om en brann-firkant. Den kjemiske reaksjonen kan sees på som senteret i trekanten. Fjernes en av sidene i trekanten - slukker brannen. Vi kan også slukke brannen ved å tilføre kjemiske stoffer som bryter den kjemiske kjedereaksjonen i forbrenningen.



Hvis det brenner

Når du kommer over brann eller røykutvikling er det viktig at det handles hurtig. Din innsats i de første minuttene kan være avgjørende for hvor stort omfanget av skadene skal bli. Dersom man ikke på forhånd har opplevd en slik situasjon, er det vanskelig å si hvordan man reagerer. Det er imidlertid helt klart at ved å lære seg på forhånd hva som skal gjøres, er det større sjanse for at de riktige tingene blir gjort. Du må selv avgjøre i hvilken rekkefølge du skal gjennomføre disse punktene, ut i fra din vurdering av situasjonen, men i de fleste branntilfeller vil det være riktig å gjøre følgende i denne rekkefølgen:

1. REDDE:

Sørg for å varsle alle som oppholder seg i huset. Hjelp hverandre ut til møteplassen, som dere har blitt enige om på forhånd. Sjekk at alle har kommet seg ut.

2. VARSLE:

Varsle brannvesenet på nødnummer 110. Oppgi nøyaktig adresse. Dette bør du også lære barna. Legg ikke på før du har fått beskjed om at du kan gjøre det. Brannvesenet er på vei allerede mens du snakker.

3. SLOKKE

Dersom brannen ikke har blitt for stor, forsøk å slokke. Utsett ikke deg selv for stor fare. Husk at røyken er svært giftig.

4. ORIENTERE

Ta imot og orienter brannvesenet om situasjonen når de kommer. Gi straks beskjed dersom noen mennesker ikke har klart å komme seg ut av huset. Gå ikke selv inn i huset for å redde eventuelle kjæledyr og personlige eiendeler. Overlat dette til brannvesenet.

Brann i bygningsmaterialer utvikler store mengder giftig røyk. Etter få minutter vil røyken skape store problemer for personer som befinner seg i rommet. Det er derfor viktig at man starter evakuering så tidlig som mulig. Det er forbundet med livsfare å evakuere gjennom røyk. Brannrøyk inneholder vil variere med hva som brenner.

Karbonmonoksyd

Omfattende undersøkelser av omkomne i branner har vist at CO vanligvis utgjør den viktigste trussel, selv om CO ikke er den giftigste av de giftige branngassene som hittil er blitt nevnt. CO-konsentrasjonen vil derimot som oftest være relativt høy, sammenlignet med de andre giftige gassene. Giftvirkningene av CO er utilstrekkelig oksygenforsyning av celler og vev, forårsaket av blodets manglende evne til å transportere tilstrekkelig oksygen til viktige organer i kroppen. Dette på grunn av at hemoglobinet affinitet til CO er ca 300 ganger større enn til oksygen.

CO kan være meget giftig når konsentrasjonen kommer over noen tusen ppm ("parts per million"). Slike konsentrasjoner kan være vanlige i brannatmosfærer innendørs. En CO-konsentrasjon på 1000-1200 ppm medfører ubehag etter 15 minutters eksponering, mens denne CO-konsentrasjonen kan være dødelig for eksponeringstider opp i mot 1 time. En konsentrasjon på 70000 ppm, som kan oppnås i brannrommet like etter overtenning, kan være dødelig allerede etter bare 1 minutt.

Mer på;

<http://www.teknisk-industrivern.no/>



SpeediCath - enkelt, sikkert og klart til bruk

SpeediCath er den nyeste generasjonen av hydrofile tappekatetre. Det er overflatebehandlet og ligger i sterilt saltvann - klart til bruk. Vi tilbyr et bredt sortiment for barn, ungdom og voksne. Katetret er PVC-fritt.

SpeediCath Compact er spesielt utviklet for kvinner. Katetret er tilpasset kvinnens anatomi, og er derfor kun 7 cm langt. **SpeediCath Compact** har et praktisk og diskret design. Den unike pakningen fungerer som et hygienisk innføringshåndtak.

SpeediCath Complete - klart til bruk på 1-2-3.

Katetret har en integrert urinpose, ligger i sterilt saltvann og er basert på de samme prinsipper som et vanlig **SpeediCath** kateter. **SpeediCath Complete** gjør kateteriseringen rask og enkel med kun 3 trinn for klargjøring.

Vareprøver og testsett kan bestilles på telefon 22 72 06 80.

E-post: kundeservice@coloplast.com



Coloplast

Coloplast Norge AS
Postboks 6287 Etterstad
0603 Oslo

Telefon 22 72 06 80
Telefaks 22 72 06 84

www.coloplast.no

Kongeleg gullmedalje for doktorgradsarbeid om stamceller

Ólafur Eysteinn Sigurjónsson, PhD, er ein av fem unge lovande forskarar som under Universitetets årsfest 3. september vart tildelt H.M. Kongens gullmedalje for 2007. Sigurjónsson fekk prisen for doktorgradsarbeidet sitt ved Immunologisk institutt, RR HF, og Avd. for fysiologi, UiO.

Kong Harald sto sjølv for utdelinga av gullmedaljane. Vinnarane representerer ulike fakultet ved Universitetet.

Etter statuttane går H.M. Kongens gullmedalje til framragande, yngre forskarar for vitskapelig arbeid bedømt ved Universitetet i Oslo. Dette arbeidet skal vere vurdert som eit særleg bidrag til forskingslitteraturen innan fagfeltet.

Differensiering av stamceller

Ólafur Eysteinn Sigurjónsson fekk prisen for doktorgradsavhandlinga "The Differentiation Potential of Human Somatic Stem Cells" som han forsvarte i 6. februar 2006.

Stamceller er umodne celler som kan utvikle seg til mange av kroppens celletypar. Dette potensialet gjer stamcellene interessante for behandling av mange sjukdommar eller skader, som kreft, diabetes, multipel sklerose, ryggmargsskader m.m.

Verdsnyheit

Sigurjónsson såg i avhandlinga si nærmare på både kjente og nye differensieringspotensial for somatiske stamceller. Han og kollegene var dei første i verda til å vise at det er mogleg å lage funksjonelle nerveceller med utgangspunkt i vanlege bloddannande stamceller. Dette potensialet vert det no forska vidare på med tanke på framtidig klinisk utprøving og bruk.



Ólafur Eysteinn Sigurjónsson, vinnar av H.M. Kongens gullmedalje for 2007.

Sigurjónsson er no leiar for si eiga forskargruppe ved Landspítalinn universitetssjúkehus i Reykjavík, men samarbeider framleis tett med forskarmiljøet ved RR HF og UiO. ●

Kilde; Rikshospitalet. -Red.

Prisvinnaren sitt arbeid er veileda av seksjonsoverlege Torstein Egeland og professor Joel Glover.



Samarbeidsmøte og omvisning på Sunnaas sykehus HF

Odd Arne Sætervik nyter finværet utenfor kafeteriaen på Sunnaas sykehus HF.

Tekst og foto; Leif Arild Fjellheim og Elisabet Berge.

Iforbindelse med det siste hovedstyremøtet til LARS la vi dette opp slik at vi fikk en faglig del med oss på fredag 7. september med møter og omvisning på Sunnaas sykehus HF. Vi ønsker også å gjøre tilvarende for fremtidige hovedstyremøter ved allokering av disse, det kan være opp mot de andre spina-

lenhetene eller for eksempel konferanser av interesse.

Dagen begynte med møter, fra LARS side deltok; Leif Arild Fjellheim, Anne-Margrethe Nyhus, Ole Arne Sætervik og Elisabet Berge. Fra Sunnaas sykehus HF deltok Nils Hjeltnes, Thomas Glott, Kathi Sørvig og Mette Mørken.



*Thomas Glott og Nils Hjeltnes fra Sunnaas sykehus HF, og Leif Arild Fjellheim fra LARS hovedstyret.
Foto: Elisabet Berge.*



Anne-Margrethe Nyhus (LARS), Kathi Sørvig (Sunnaas), Ole Arne Sætervik (LARS), Mette Mørken, Thomas Glott, Nils Hjeltnes (Alle Sunnaas) og Leif Arild Fjellheim (LARS). Elisabet Berge (LARS) tok bildet.

Program for dagen var:

- Presentasjon av deltagere og ønsker for dagen.
- Presentasjon av det nye styret i LARS.
- Presentasjon Sunnaas sykehus – behandlingstilbudet til ryggmargsskadede ved Kathi Sørvig, Nils Hjeltnes og Thomas Glott.
- Idédugnad om evt. samarbeidsprosjekter.
- Presentasjon av LMS ideologi mål og hensikt ved Mette Mørken.
- Omvisning på Sunnaas sykehus.



Ole Arne Sætervik, Anne-Margrethe Nyhus, Elisabet Berge, Mette Mørken og Sunnaas sykehus HF Adm. direktør Einar Magnus Strand.

Mette Mørken orienterte om dags-eminarene, og fortalte at det var vanskelig å få deltakere. Er det feil tidspunkt eller feil tema? Det samme gjelder KISS, der det er få eller ingen påmeldinger. LMS er åpne for dialog og ønsker innspill fra brukerorganisasjonene, og deltar gjerne på de samlingene LARS Øst/Oslo arrangerer. LMS bidrar med lokaler til medlemsmøter.

Thomas Glott snakket om prioritering innen rehabilitering, der det viser seg at pasienter med ryggmargsskade eller hjerneslag ikke har noe regelverk som gir noen behandlingsgaranti. Garantien vår utløper i samme stund som vi blir tatt i mot på akutten, og det er



Elisabet Berge fra LARS hovedstyret utenfor nye lokaler for barn på Sunnaas.

ingen helhetlig behandlingsskjede som ivaretar pasientens interesser for å oppnå en rask og effektiv rehabilitering. Dette må LARS som organisasjon være oppmerksom på, og ble oppfordret til å følge godt med på den videre utviklingen.

Nils Hjeltnes diskuterte videre blant annet ryggmargsskaderegistret som LARS i sin tid var med å starte – registret er et prosjekt med Sverige, men vi fikk forstå-

elsen av at dette ikke fungerer tilfredstillende. LARS ble oppfordret til også til å tenke langsiktig angående hva vi ønsker og forventer av tilbudet til ryggmargsskadebehandling i fremtiden. Det gjelder utforming av lokaler og organisering av tilbudet. Dagens sykehus fungerer ut i fra slik situasjonen var tidligere, mens vi når vi skal planlegge fremtiden må spille inn de lange linjene og tenke oss situasjonen rundt år 2050. I første omgang må vi fokusere på år 2015-2020, forklarte Hjeltnes videre. LARS ønsker å arbeide videre med og se på disse viktige saker.



Fra avdeling på Sunnaas sykehus.

Videre forklarte Kathi Sørvig om avdelingene. Når det gjelder sykehusets lokaler ble det snakket en del om de fysiske forholdene rundt bad/WC og manglende dørautomatikk på tidl. post 1. Arbeidet med nytt sykehusbygg er i konseptfase 2. Det vil bli satset mer på poliklinisk behandling enn kontrollopphold med innleggelse. Poliklinikk er åpnet i Askim og kommer i Oslo. Pårørenderom åpnes 14. sept. under tidl. post 6. Trivselsenhet for barn åpnet 6. sept. Det er et lite barnehus på

100m² med flere rom, og kan brukes til trening, lek og avslapning. Det er plassert ved ergoterapiavdelingen.

Thomas Glott vil ha økt fokus på avdelingen og nedprioritere det administrative ved jobben. Han la vekt på at det nå var mer positive resultater i pasienttilfredshetsundersøkelsen enn det var tidligere. Det avholdes ingen møter om pasienten uten at vedkommende selv er til stede og aktivt med. Sunnaas er en CARF-akkreditert institusjon, noe som bedre utfyller prosesser enn ISO standarder alene.

Til slutt ble det et møte med administrerende direktør Einar Magnus Strand hvor flere ideer ble luftet og diskutert. Blant annet en ide om at LARS av og til kunne ha lagt sine hovedstyremøter opp til Sunnaas sykehus HFs styremøter – dette fordi som adm. direktør sa; de hadde ofte seminarer knyttet til sine styremøter hvorpå fagfolk holdt foredrag, men savnet brukergrupper som LARS representerer. Vi i LARS hovedstyret syntes dette var en veldig god ide for

videre idégrunnlagsutvekslinger og samarbeider.

Samarbeidet mellom Sunnaas sykehus HF og LARS må fortsette. Vi må tenke rehabilitering også utenfor sykehusene, og samarbeide om å muligens å arrangere spinaldager.

Til slutt ble det middag inne i Oslo på hotellet hvor LARS hadde sitt hovedstyremøte. Her sluttet Anne-Cathrine Kraby fra LMS Sunnaas sykehus HF og Øystein Nesse fra LARS seg til og mange gode ideer ble videre diskutert.

Takk fra LARS hovedstyret til Sunnaas sykehus HF for at vi fikk komme. ●



Sunnaas sykehus. Foto: Elisabet Berge.



Utsikt fra Nesoddtangen. Christian Radick på vei ut Oslofjorden med Holmenkollen i bakgrunnen.



Fergen kommer til Nesoddtangen for å bringe noen av oss inn til Aker Brygge i Oslo.



Bilde fra middag. Foto; Anders Wall-Andersen.



Bilde fra middag. Foto; Anders Wall-Andersen.

Kjære Patetra-leser !

LoFric® Primo™ – sikker og smart

LoFric Primo er **sikker** i bruk.

Astra Tech har mer enn 20 års erfaring i å produsere kateter. Vi har solid klinisk dokumentasjon, samt lang erfaring med våre produkter og er stolte av vissheten om at man kateteriserer seg trygt med LoFric.

LoFric Primo er **smart**.

Vannet lagres separat i pakningen. Fordelen med dette er at det gjør pakningen myk og fleksibel, og den kan brettes sammen uten at kateteret skades. Du kan ta den med deg i lomma eller i ei lita veske.

Hvis du er på reise, på hytta eller et sted du ikke får vasket hendene skikkelig før kateterisering, kan du benytte innføringshylsen på kateteret.

**LoFric
Primo™**
Safe and Smart



Nå er LoFric Primo blitt enda enklere å bruke

- Vannet i pakningen er nå enklere å klemme ut.
- Løkkene øverst på pakningen er nå sterkere, slik at det går raskt og enkelt å åpne kateterpakningen.
- Innføringshylsen på kvinnekateteret er nå gjort smalere slik at den er enkel å benytte også for kvinner.

Pakningen rundt kateteret på ”nye” LoFric Primo er lys blå.

Det er bare å løse ut vannet og gjøre deg klar til kateterisering.



LoFric Primo er klar når du er klar!

**En fin høst ønskes av alle
i ASTRA TECH**

LARS - Hovedstyremøte

Tekst og foto: Leif Arild Fjellheim

Det nye hovedstyret til LARS avholdt sitt andre styremøte i Oslo den 8. september. Møte var lagt opp med faglig del på fredagen hvor hovedstyret denne gang besøkte Sunnaas sykehus HF og hadde omvisning på avdelingene der samt møter med sykehusledelsen (se egen reportasje). At en kobler LARS hovedstyremøtene opp mot faglig innhold er et ønske, og det vil vi også ved fremtidige hovedstyremøter gjøre.

Av saker som ble behandlet denne gang kan nevnes:

Etablering av egne LARS vedtekter; hovedstyret søker å ha ferdig utkast klart til neste hovedstyremøte, for derav å legge vedtektene frem for årsmøtet neste år med påfølgende godkjenning av Norges Handikapforbund.

LARS hjemmesider: dette har tatt uforholdsmessig lang tid til å få

Øystein Nesse, Anne-Margrethe Nyhust, Ole Arne Sætervik, Elisabeth Berge. Leif Arild Fjellheim ikke på bildet er fotograf.

til, men her har ferieavvikling hos personer vi behøver for å utføre denne jobb vert en faktor. Allikevel, det blir en gjennomgang medio oktober hvor en forventer at nye hjemmesider vil være klart kort tid etter.

Gjennomgang av LARS lokkalag; det ser nå ut som om det går mot et interimstyre i forhold til det som var LARS Buskerud. Detaljer rundt dette er ikke klart, men det arbeides videre rundt dette (se egen artikkel i bladet).

Revidering av brosjyrer og informasjonsmateriell; LARS har en del slikt materiell og noe av det er utdatert, foreldet og behøver revideringer. Hovedstyret er i gang med å revidere slikt materiale, men større brosjyrer krever mer arbeid og midler. Disse vil også bli lagt ut på LARS hjemmesidene.

Demonstrasjon for mer midler til biomedisinsk forskning 18. oktober; LARS hovedstyret støtter

dette, og håper mange medlemmer og andre kan delta.

NHF helsepolitisk innspill; NHF ønsker innspill om helsepolitikk fra landsforeningene. Det vil bli et møte om dette i regi av NHF i Oslo i november. Hensikten med møtet er å samarbeide med landsforeningene om aktuelle helsepolitiske saker. LARS ser positivt på dette innspill og leder og nestleder stiller på dette møtet. Øm noen av LARS medlemmene har helsepolitiske saker som kan være aktuelle å ta opp i forhold til dette, vennligst kontakt undertegnede eller nestleder.

Lovverket for behandling/rehabilitering av ryggmargsskadede ikke godt nok; dette ble diskutert i møter med Sunnaas sykehus HF ledere 7. september. LARS hovedstyre ser videre på denne sak.

LARS deltagelse på sipnalenhetsmøtene fremover; Sunnaas sykehus HF representanter foreslo at LARS møtte på spinalenhetenes (Sunnaas, Haukeland og St. Olav) spinalmøter i fremtiden. Det ønsker hovedstyret i LARS å gjøre ved å sende representanter til disse møtene.

Andre saker ble også diskutert. Når vi får LARS hjemmesidene opp å stå vil hovedstyreprotokoller som diskuterer saker vi holder på med bli lagt ut der slik at alle kan se hva som skjer og eventuelt komme med innspill til saker eller nye saker en mener hovedstyret bør ta opp. ●



LARS Øst/Oslo

Her er en presentasjon av LARS Øst/Oslo.

Anne-Margrethe Nyhus skriver om aktivitetene i lokallaget deres.

LARS Øst/Oslo er et av de største lokallagene i LARS, vi er også et av de eldste. Regionslaget LARS Øst/Oslo omfatter fylkene Østfold, Oslo og Akershus. For et par år siden slo LARS Østfold og LARS Oslo/Akershus seg sammen. Dette tjente begge lagene på, ikke minst med tanke på ressursbruk. Vi ligger nær hverandre geografisk og medlemmene deltok på felles samlinger.

Som mange andre lokallag så har vi opplevd at deltakelsen på ordinære medlemsmøter er heller laber. Disse har vi derfor valgt å kutte ut, og satser heller på to store samlinger i året, spinalsemi-



Uten mat og drikke...

nar i desember og Østlandskonferanse i juni. I tillegg arrangerer vi to møter på Sunnaas i løpet av året. Disse skjer i samarbeid med Lærings- og mestringscenteret på Sunnaas. Videre deltar vi i bru-

Per Stuvland, Petter Bråten og Per Erik Løkkevik.



kerrådet på Sunnaas. Laget har utviklet et godt samarbeid med både ledelsen på Sunnaas og ikke minst de to brukerkonsulentene på RMM; Yvonne Dolonen og Mikkel Gaarder.

Ved siden av de store samlingene har vi også hatt mindre samlinger hvor «kultur» har vært tema. Laget har arrangert Cirkusbesøk, besøk på Teknisk museum og Fetsund Lenser. Her kommer ikke de store massene, men det er små arrangement, de krever ikke mye forberedelser og ikke minst, de som velger å delta har det hyggelig sammen.

Våre hovedprioriteringer kan kort oppsummeres slik:

- Oppfølging av rehabiliterings-situasjonen for ryggmargsskadde (RMS) på Østlandet
- Delta i Sunnaas sykehus HF's Brukerråd og sykehusets brukerrettede arbeid
- Likemannsarbeid og pårønderarbeid
- Artikler i medlemsbladet Patetra
- Samarbeid med medisinsk personell og Lærings- og mestringscenteret på Sunnaas
- Medlemsmøter med temaer av relevans for RMS, derav to medlemsmøter på Sunnaas i året
- To større samlinger i året: Østlandssamlingen, juni og Spinalseminer med julebord, desember



Elisabet Berge, Thomas Ulven og Terje Barstad.

Styret i LARS Øst/Oslo består av følgende:

Thomas Ulven, vår mangeårige leder, Per Stuvland som holder styr på pengene, Petter Braathen, Per Erik Løkkevik nestleder, Elisabet Berge, Simen Aker, Terje Barstad (vara), Shukri Iman Said (vara) samt undertegnede som ofte går under navnet «paparazzi».

Lars Øst/Oslo ønsker å satse på likemannsarbeid og pårønderarbeid. Får å få til dette er vi avhengige av å bli kontaktet. Så herved er oppfordringen gitt.

En oppfordring til: Vi ser at det er vanskeligere å nå unge voksne og ungdom til å bli medlemmer i LARS. Vi er gjerne med og danner en ungdomsgruppe. Er du interessert, så nøl ikke med å ta kontakt! ●

"Papparazzi".



DEMONSTRASJON FOR ØKTE BEVILGNINGER TIL BIOMEDISINSK GRUNNFORSKNING – torsdag 18. oktober 2007

Kjære Landsforening for Ryggmargsskadde

Biomedisinsk grunnforskning i Norge lider fordi staten bidrar for lite og mekanismer som stimulerer til bidrag fra næringslivet og private aktører mangler. Det er på tide at politikerne tar affære slik at grunnforskningen i verdens rikeste land kan hevde seg i forhold til våre naboer og gode norske forskere kan konkurrere internasjonalt. Fremtidens helsetilbud er avhengig av dette!

For å rette oppmerksomhet på problemet, har SFFG (Sykkel for Fri Grunnforskning, en Brønnøysundsregistrert organisasjon stiftet av forskere som ønsker å fremme fri grunnforskning i Norge) tatt initiativ til en demonstrasjon der vi håper mange forsker-, pasient- og interesseorganisasjoner kan møte opp for å gi klar beskjed til Regjeringen og Stortinget: Skal Norge kunne skape og dra nytte av nyvinninger innen biomedisin, må biomedisinsk grunnforskning styrkes!

Et viktig poeng er at både politikere og velgere må få en bedre forståelse for hvordan kunnskapen som anvendes til viktige helserelaterte formål egentlig erverves. Det hjelper lite å pøse penger inn på anvendt forskning – solid grunnforskning må ligge i bunn. Uten grunnforskning, ingen anvendt forskning!

Demonstrasjonen innledes av en sykkelaksjon der en liten gruppe forskere sykler fra Stockholm til Oslo med hilsener og forslag fra svenske forskningstopper om hvordan Norge kan bruke sin rikdom til å bedre grunnforskningens vilkår. Sverige har høyere statsstøtte for

grunnforskning og veletablerte mekanismer som stimulerer til bidrag til grunnforskning. Takket være slike tiltak støttes grunnforskning både i Sverige, Danmark og Finland på et betydelig høyere nivå enn i Norge. Norge bør ta lærdom av dette!

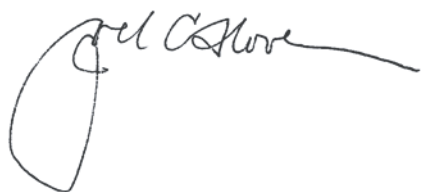
Ved ankomst Oslo blir den lille sykkelgruppen forsterket av en stor gruppe syklende forskere, som ankommer Eidsvoll plass etter at forsker-, pasient- og interesseorganisasjoner har møtt opp. Innledet av noen korte innleggstaler som forklarer hensikten bak demonstrasjonen, vil tiltaksforslag etter planen overrekkes en representant fra Regjeringen – forhåpentligvis Djupedal eller Brustad. Demonstrasjonen er lagt til en dag og et tidspunkt der vi kan håpe å få stor oppmerksomhet både fra Stortinget (som har møte den dagen) og mannen i gata. Media vil få informasjon om demonstrasjon god tid i forveien (flere mediakanaler har allerede vist interesse for både demonstrasjonen og den foregående sykkelaksjonen).

Vi håper at deres organisasjon vil være med på demonstrasjonen 18. oktober. Vi vil snart komme med ytterligere informasjon om opplegget, der vi håper så mange som mulig av representanter og medlemmer vil møte opp for å støtte saken.

Frem til selve demonstrasjonen er det viktig at all innsats koordineres. Vi har derfor opprettet et eget sekretariat som vil ta seg av planlegging mht tillatelser og politiet samt mediakontakt. Vi ønsker å understreke at hensikten med aksjonen er å få bedret støtte generelt til grunnforskning innen biomedisin, og at fokuset ikke skal rettes mot bestemte sykdommer eller pasientorganisasjoner. Dette må oppfattes av politikere som en felles aksjon, med bred støtte blant forskere, pasienter og pårørende på tvers av særinteresser.

Takk igjen for Deres støtte. Vi gleder oss til en vellykket aksjon!

Med vennlig hilsen,



Joel Glover, professor PhD

Guro Valen, professor dr. med.

Avdeling for fysiologi

Institutt for medisinske basalfag

Universitetet i Oslo

Ønsker din organisasjon å delta på demonstrasjonen, vennligst ta kontakt med Joel Glover ved joel.glover@medisin.uio.no eller 22851230 (kontor) eller 98652457 (mobil).

DEMONSTRASJON

**For økte bevilgninger til biomedisinsk grunnforskning
- Eidsvoll plass torsdag 18. oktober 2007 kl. 15.30 -**

Hovedstyret i LARS støtter denne demonstrasjone og håper på at så mange som mulig som har mulighet til det stiller opp og støtter denne aksjonen.

DEMONSTRASJON

FOR ØKTE BEVILGNINGER TIL BIOMEDISINSK GRUNNFORSKNING



Arrangør: Sykkel for fri grunnforskning (SFFG)

Eidsvoll plass torsdag 18. oktober 2007 kl. 15.30

Biomedisinsk grunnforskning i Norge lider fordi staten bidrar for lite og mekanismer som stimulerer til bidrag fra næringslivet og private aktører mangler. Det er på tide at politikerne tar affære slik at grunnforskningen i verdens rikeste land kan hevde seg i forhold til våre naboer og gode norske forskere kan konkurrere internasjonalt. Fremtidens helsetilbud er avhengig av dette!

Uten grunnforskning, ingen anvendt forskning!

Program for demonstrasjonen:

- 1530 Oppmøte på Eidsvoll plass foran Stortinget
- 1545 Forskere ankommer møteplass på sykkel, ledet av SFFG
- 1550 Innledningstaler av forskere i SFFG
- 1600 Overrekkelse av tiltaksforslag og hilsener fra svenske forskningstopper til politisk representant
- 1615 Innlegg fra pasientorganisasjoner
- 1700 Demonstrasjonen avsluttes

Følgende organisasjoner allerede er med/har vist interesse (*per 3 sept*):
MS-forbundet, Norges Diabetesforbund, Kreftforeningen, Landsforeningen for Ryggmargsskadde (LARS), Landsforeningen for Slagrammede (LFS), Landsforeningen for Kvinner med Bekkenløsningsplager (LKB), Norsk forening for Arvelig -Spastisk Paraparese/-Ataksi. *Flere forventes å delta!*



Hjelpemiddelmessen 2007

Utstillingen er et samarbeid mellom hjelpemiddelleverandører og Hjelpemiddelsentralen i Rogaland. Onsdag 5. september – Idrettshallen på Tysværtunet i Rogaland.

Tekst og foto: Leif Arild Fjellheim

Hjelpemiddelmessen 2007 Tysværtunet onsdag 5. september var et samarbeid mellom leverandører av hjelpemidler og NAV HMS Rogaland. Torsdag 5. september holdt utstillingen til i Åsenhallen i Sola kommune. Dette var tredje året at utstillingen fant sted.

Om en var privatperson eller formidler av tekniske hjelpemidler så kunne en her få en unik mulighet til å se hva som finnes av stort og smått innen hjelpemidler.





Kombisykler øverst, sit-ski nederst.



Her kunne en også få nyttig informasjon om hvordan hjelpemiddelformidling og forvaltningen fungerer.

Utstillere var: Alu Rehab, Handicare, Sunrise Medical, Permobil, Etac, Medema, Invacare, Funksjonssenteret, Ergopluss, Molift, Ronda, Hjelpemiddelsentralen i Rogaland, Seca Solutions, Medinor, Ortopediteknikk, Quality-Care, Øvrebø Rehab, Minitex, Ergoteknikk, Ortopediservice, Varodd og Rolf Davidsen. ◆

Når LARS får sine hjemmesider opp å stå vil en bedre kunne på forhånd annonsere om tilstelninger slik som dette. Arbeidet med hjemmesidene er på gang.

Til venstre; kombisykler/håndsykler og håndsykkel nederst.



Invacare representantene Magne Sele (til venstre) og Oddmar Byberg (Distriktssjef til høyre). I midten en terapeut fra Vindafjord som tester ut en Küschall Ultralight rullestol påmontert e-motion hjul.



Forskjellige typer sko fra Ortopediteknikk AS. Rekvisisjon for spesialtilpassede sko må skrives av spesialist.

Oddvar Reigstad fra Varodd demonstrerte nye elektriske rullestoler som er prisforhandlet med NAV. Her TA Indoor. TA Indoor kontor til venstre og TA Indoor Komfort til høyre. TA Indoor er en rullestol for innebruk. Det er en ny elektrisk rullestoltype beregnet for innebruk med minimale ytre mål og liten vendediameter som passer selv hjem med smale dører og trange korridorer. Setene som benyttes på TA Indoor er Optimistsetene.



Med rullestol til

Vær obs på at erfaringene fra besøket i Wien og Stockholm er fra en para med komplett skade L1. Bruker en Küschall Airlite rullestol.



Wien og Stockholm



Tekst: Steinar Pettersen
steinar.pettersen@kleppnett.no

I slutten av april reiste vi en gjeng på 9 personer til Wien, komponistenes hovedstad. Vi var i byen i 3 hele dager. Jeg var den eneste som ikke kunne gå, men det var bare min lille fru (1.58) som fikk være med først inn og sist ut av flyet. Det er veldig praktisk å ha med seg en som har orden på ombordstigningskort, penger, pass m.m. Vi reiste direkte fra Sola til Frankfurt. Frankfurt er jo en gedigen flyplass noe jeg ble svært fascinert av. Der var det "ordnung musst sein" så det holdt. De andre tok buss inn til terminal. Jeg måtte jo ha spesialtransport må vite. Fire sterke armer ordnet den saken. Vel inne i terminalbygget ble vi tatt imot av to flotte uniformerte hjelpere. De spurte høflig om jeg måtte på toalettet. En av dem viste meg veien og ventet utforbi. Snakk om service.

Vi tok en taxi med plass til alle inn til byen (ca. 20 min.). Den var ikke rullestolvennlig, så jeg ble bare hevet inn som en annen pakke. Det skal også være fullt mulig å ta flytoget inn til byen med rullestol, men det har nok neppe stoppested utenfor hotelldøren din...

Hotellet hadde jeg bestilt på nettet. I en storby er det greit å bo sentralt midt i byen, men da stiger jo også romprisene.

"Stadtmitte" i Wien er temmelig kompakt og avstandene er overkommelige selv med egne muskler som drivkraft. Sentrum er uten de bratte bakkene og det er ikke plagende mye brostein. I kryss var fortauene lagt nesten helt konsekvent med svak helling ned til gateplan. Et stort minus var at sightseeingbussene ikke var tilrettelagt for rullestol slik de er i Barcelona f.eks. Det går selvfølgelig an å leie en rullestolvennlig taxi som kan ta hele reisefølget med på en sightseeing. Sjekket ikke prisen på dette.

Et stort pluss derimot, og som gjorde transport enkelt og billig, var at alle T-banestasjonene hadde heis. Hotellet vårt hadde kort avstand til nærmeste stasjon. Noen av severdighetene lå jo utenfor bysentrum, og

da var jo T-banen en ypperlig transportmåte for en rullestolbruker. Selve banen var ikke ny. Det førte jo til at det var en høydeforskjell fra perrong til vogn. Denne varierte fra 2 cm. til nesten 20 cm på det verste. Det er mye folk som skal ut og inn av vognene. Derfor er det vanskelig å ta fart for å forsere høydeforskjellen med stol. Så det ble til at jeg vippte forhjulene opp på gulvet i vognen slik at en gående kunne vippe meg helt inn bakfra. Ut av vognen ble det ofte til at jeg snudde solen slik at de kunne vippe meg ut med ryggen først...

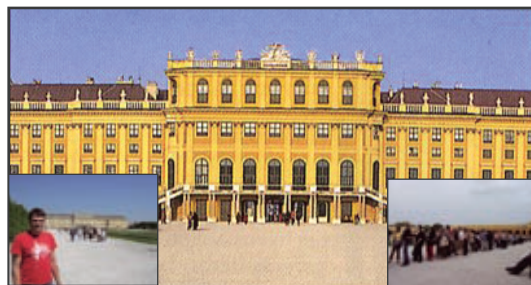
Den horisontale avstand fra vogn til perrong var ikke "farlig stor". Kunne heller ikke se at buss og trikk hadde tilrettelagt adkomst.

Severdigheter, kafé/restauranter, hoteller, toaletter m.m. finner du en flott oversikt over på www.wien.info/article.asp?IDArticle=10541.

Når det gjelder konserter kan du få billett og en oversikt over disse i nesten alle hotellresepsjoner.

En positiv "adkomstoverraskelse" fikk jeg når vi besøkte byens fornøylespark, Prater. Her finner du en av Wiens største attraksjoner, pariserhjulet. Vognene her lignet på en vanlig norsk anleggsbrakke. Her var det dog vindu overalt. Og det beste: På en av vognene kunne du komme inn med rullestol! Det er kanskje første og siste gang jeg kommer i et pariserhjul. Morsom opplevelse!

Hvis du vil vite mest mulig av hva du kan oppleve i Wien vil jeg anbefale Gyldendals reiseguide for Wien. Der brukes også handikapsymbol på de steder der det er grunnlag for dette. Detaljert informasjon (dørbredder etc.) finner du på nettstedet nevnt ovenfor.



Schönbrunn slott er en av Wiens største severdigheter. Rullestol ingen hindring. Midt i turistsesongen kan du risikere å møte køer som vist nederst til høyre.



Pariserhjulet på Prater. På det store bildet er vi på det høyeste punktet og ser ned på vognen bak oss. Oppe til venstre pariserhjulet sett litt på avstand.



Wiener Schnitzel, en nasjonalrett i Østerrike, men som det lille bildet viser går det an å få seg en god og stor is også...



Et utsnitt av Wiens kanskje flotteste kirkebygg, Stefandomen. Der ble vanskelig å få med de høye spirene på mitt enkle kamera når en stod så nærme. Det lille bildet viser kirkens altertavle.

og så var det Stockholm...

Det var i sommer jeg og min fru (fortsett bare 1,58) tok en langhelg i Stockholm. SAS fraktet oss fra Sola til Arlanda via Gardermoen. Arlanda var en ny flyplass for oss. Gjennom reisebøker og nettet hadde jeg lest meg til at det gikk flytog inn til Sockholm (ca. 20 min). Dette skulle være helt kurant for rullestol. Det var ikke noen billettekspedisjon for flytoget, så vi måtte kjøpe billetten på automat. Det billigste ble en sommerpris for 2 personer til ca. 300 norske kroner kroner (en vei). Så var det toget da. Forventningene ble innfridd og vel så det. En vogn på hvert togsett var merket rullestol. Her var det helt trinnløst, og 4 stoler merket med rullestolsymbol. 2 på hver side av midtgangen. Foran setene var det minst 2 meter fri plass, så det var lett å hive seg over i togsettet. Hvorfor i all verden kunne ikke det norske flytoget valgt samme løsning?

Hotellet vårt (Rica hotel Stockholm) lå så midt i sentrum som du kunne komme. Bare 3 - 400 m. fra jernbanestasjonen. Handikaprommet var helt OK, men litt lite. De mest kjente steder i Stockhom sentrum er fullt mulig å nå til fots eller pr. hjul fra hotellet.

T-banen i Stockhom skal være minst like bra som i Wien. Det er heis ned til hver stasjon, og togsettene skal være av relativ ny dato. Så skal du besøke steder utenom sentrumskjernen vil T-banen være et meget godt alternativ.

Stockholm sentrum er nokså flat med svak helning ned mot sjøen. Ved fotgjengeroverganger var fortauet lagt med helning ned mot veibanen i en drøy meters bredde. Dette var helt gjennomført og meteren lå oftest ved siden av trafikklyset.

Første dagen hadde vi tenkt oss over til Djurgården med Vasamuseet som hovedmål. Det er et drøyt stykke å trille rundt veien til Djurgården. Da det i tillegg var litt regn i luften prøvde vi fergen som går kontinuerlig på dagtid i turistsesongen. Disse fergene er ikke tilrettelagt for rullestol i utgangspunktet, men med en liten stol vil du klare å komme deg inn. Du triller inn fremme i baugen. Med litt vipping, løfting og dytting gikk ferjeturene greit.

Fra ferjen triller du nesten rett inn i

Vasamuseet. Du kan se det flotte skippet i 4 nivåer. Som rullestolbruker fikk du med deg alt. En stor heis fraktet deg til de ulike nivåer. Museet får topp score sett fra en rullestol. God rabatt på billetten var det også. Like ved ligger fornøylesparken Grøna Lund. Men da begynte det å regne så det ble en heller våt opplevelse. På Djurgården ligger også det kjente område Skansen.

Vårt hotell lå like ved Stockholms lengste gågate, Drottninggatan. Den munner ut i det kjente området Gamla Stan. Vi triller på en måte gjennom Riksdagsbygningen som ligger på sin egen øy for så å gå over til slottet som ligger i Gamla Stan som igjen egentlig er en øy. Her begynte også brosteinen. Men det var ikke den verste typen, så jeg trengte kun skuhjelp opp en heller bratt bakke til der hvor vaktskiftet foregikk. Det skal være en av Stockholms største attraksjoner. På turistmengden å dømme stemte nok det. P.g.a min tragiske tilstand som rullestolbruker fikk jeg en flott plass for å bivåne dette berømte skiftet, men jeg ble ikke særlig imponert.

Vi ankom byen sent en søndag ettermiddag, så det første vi gjorde mandag var å besøke Stockholms turistkontor. Det var lett tilgjengelig med rullestol. Her lå infostoff utover flere bord lett tilgjengelig. For å få personlig veiledning måtte du trekke kølapp (det klarte jeg fint.. Da fikk jeg vite at sightseeingbussene og sighthseenbåtene ikke var tilrettelagt for rullestol. Det stemte også. Båtene var av en gammel type som var svært lite vennlig mot de som er "lenket" til sin rullestol. Dette irriterte meg, for vi kunne godt tenkt oss å se byen fra sjøsiden. På turistkontoret fikk vi også en tilgjengelighetsguide for Stockholm. Den viste i detalj tilgjengeligheten på bibliotek, kino, konsertsaler, kunsthaller, museer og teatre. Flott bok dersom du skal være noen dager i byen med tid til å besøke noen av disse.

Stockholm skal være bra tilrettelagt for funksjonshemmede. Dette stemmer nok, men som turist er utilgjengelige sightseeingbusser/båter et stort minus.



Så enkelt og perfekt kan det gjøres NSB!



Her er vi i Gamla Stan og du ser deler av slottet.



Ombord i ferjen til Djurgården. Nederst til venstre ser du hvordan ferjen så ut og hvordan ombordstigningen skjedde.



Den lange gågaten, Drottninggatan. Oppe til høyre passerer vi "gjennom" Riksdagen. Nede til høyre har vi sikret oss tallerken fra Stockholm. Noe vi har fra hver by vi har besøkt.

Ny giv i LARS Buskerud og Vestfold

Det er noen av LARS's lokallag som sliter. Mange har stått på i ulike verv over lengre tid og opplever at det butter i mot. Styret i LARS Buskerud har opplevd dette. Ingen var egentlig villig til å stille som kandidater til styret og det kom få på arrangementene til Laget. Dette siste gjør det vanskelig for tillitsvalgte å motivere seg for videre innsats.

Tekst og foto: Anne-Margrethe Nyhus

LARS Buskerud har eksistert lenge, men den siste tiden har det i grunnen vært bare på papiret. LARS Buskerud er det eneste lokallaget i de tre fylkene Buskerud, Vestfold og Telemark. Det har ikke vært registrert aktivitet i Vestfold og Telemark på mange år og det har altså vært problematisk å få til dette i Buskerud.

Som et resultat av regionaliseringen i NHF ble det i 2004 opprettet et regionkontor i Drammen, Regionkontoret NHF Oslofjord Vest, og kapasiteten her ble stryket med tre ansatte. En av disse stillingen er ment å være kontakt mellom lokallagene og landsforeningene i regionen. Torleif Støylen er organisasjonskonsulent i Drammen og han har tatt initiativ til å samle en prosjektgruppe som skal se på mulighetene for å få liv i LARS i denne regionen.

Prosjektgruppen har vært samlet to ganger og allerede til andre møtet var det på plass flere navn på personer som er villige til å bli med i et interimstyre fra til et ordinært årsmøte neste år. Flott! Videre har man flere navn «på blokka» for å finne ressurspersoner som kan være med. Disse blir invitert til et møte i oktober.

Prosjektgruppen har så langt ikke tatt standpunkt til om det skal opprettes et regionslag eller

fylkeslag, men det vil nok i første omgang være praktisk å starte i Vestfold / Buskerud. Samarbeidet med Telemark må utvikles etter hvert.

Under møtene har det vært ulike forslag til aktiviteter for å gjen-skape interessen for Lars's arbeid i dette området. Det har vært enighet i gruppen om å legge lista lavt i denne oppstartsfasen. Likevel er det viktig å få til aktivitet så snart som mulig. En av de viktige sakene å jobbe med fremover er å samarbeide med LARS Oslo/Øst om Østlandskonferansen 2008.

Videre er det forslag om julebord, ulike kultur og sosiale arrangementet som cirkus, dragracing, skyting (Vennetreff), seilflying, ulike sportstiltak, Sorg / familiemesstring / ufarliggjøring av å være rullestolbruker, likemannsarbeid, fisketur, BPA, demonstrasjoner fra hjelpemiddellevrandrør

Et viktig moment er at det kan være viktigere å lage et arrangement som kan være hyggelig for noen få, eller et stort arrangement som ikke trekker folk. Eksempler på dette kan være cirkus, "ekstremспорт" oppvisning (og deltakelse), museumsbesøk, eller andre typer arrangement der en kan ha med familie.

Ønsker du mer informasjon eller har lyst til å bidra til at det blir liv i LARS i regionen så ta kontakt med Torleif Støylen Torleif.Stoylen@nhf.no Tlf: 32882922/ 915 19839 eller LARS ledelsen. ●





Informasjonsdager 2007

Velkommen til en informasjonsdag om frigjøring og personlig assistanse direkte i fra oss som selv har assistansebehov.

Benytt sjansen til å høre mer om hva frigjøring egentlig betyr. Du skal merke forskjell i ULOBA!

Sted: Dato:

Skien - Clarion hotel Bryggeparken 30. august

Oslo - Radisson SAS Plaza 13. september

Bodø - Radisson SAS hotel 27. september

Stavanger - Radisson SAS Atlantic hotel 11. oktober

Bergen - Thon hotel Bergen Airport 1. november

Trondheim - Rica Nidelven hotel 15. november

Arrangementet er gratis. Les mer på; www.uloba.no

W W W .

A C C E S S - M A G A Z I N E

. C O M



Forslag til sterkere rettighetsfesting av brukerstyrt personlig assistanse (BPA)

Helse- og omsorgsdepartementet har sendt på høring forslag til sterkere rettighetsfesting av ordningen med brukerstyrt personlig assistanse (BPA). Forslaget vil stimulere kommunene til å organisere praktisk bistand på nye måter og bidra til større valgfrihet og brukervedvirkning.

BPA er en alternativ måte å organisere tjenesten "praktisk bistand og opplæring" på. Ordningen setter brukeren i bedre stand til å greie seg selv og gir mulighet for et mer aktivt liv knyttet til bl.a. utdanning, arbeid og familie. Brukeren har egne, faste assistenter som vedkommende har arbeidslederansvaret for. Dette gir mulighet for brukeren til selv å bestemme hva assistenten kan gjøre og hvor og når hjelpen skal gis. Målet er at brukeren får et aktivt og mest mulig selvstendig og uavhengig liv.

Forslaget går ut på at sosialtjenesteloven endres slik at alle som fyller de alminnelige vilkårene for å motta praktisk bistand og opplæring, og som har behov for omfattende tjenester, får en rett til å få hele eller deler av denne tjenesten organisert som BPA. Retten til å velge BPA skal ikke være begrenset til bestemte funksjonshemninger, alder eller diagnoser. Det foreslås også at en bruker som innvilges BPA, skal ha rett til å bestemme arbeidsgivermodell og hvem som skal være assistent.

Høringsfrist 01.11.2007. Kontakt NHF om synspunkter i forhold til dette.

Conveen Optima Uridomer

- garantert enklere å ta på

Diskret pakning

Uridomet leveres i en liten og diskret pakning med fargekoder for riktig valg av størrelse.

Uridomet finnes i vanlig og ekstra kort lengde. For vareprøver, ta kontakt med oss.



Enkel påføring

En dobbel påføringsstrip sørger for enkel og sikker påføring av uridomet.

For helsepersonell er uridomet lett å få på selv med hansker.



Lekker ikke

Uridomet er knekkfritt, og gir ikke lekkasje.



Behagelig å ha på

Silikonmaterialet puster og er elastisk.



Sikker kleber

Kleberen er hudvennlig og fester seg raskt.



Coloplast Norge AS
Postboks 6287 Etterstad
0603 Oslo

Telefon 22 72 06 80
kundeservice@coloplast.com
www.coloplast.no

EU forbud mot diskriminering av bevegelseshemmede ved flyreiser

Mennesker med redusert mobilitet skal nå ha samme tilgang til flyreiser som andre passasjerer, i henhold til nye EU regler som trådte i kraft torsdag 26 juli.

Tekst: Leif Arild Fjellheim

Under EUs antidiskrimineringslovgivningen vil det nå være forbudt for flyselskaper og turoperatører å nekte passasjerer tilgang basert på redusert mobilitet, om dette ikke klart kan påvises å være av direkte sikkerhetsårsaker.

I tillegg, fra neste sommer (26 juli 2008), vil bevegelseshemmede ha rett til gratis assistanse ved alle Europeiske flyplasser så vel ombord fly som tar av i EU.

Mennesker med bevegelseshemninger utgjør rundt ti prosent av sammenslutningens 492 millioner innbyggere. I henhold til Den europeiske kommisjon, vil også kategorien av en aldrende befolkning øke.

Kommisjonen erkjenner at noen flyselskaper og flyplasser allerede har denne servicen som beskrevet i de nye reguleringene, men den ønsker å forsikre seg om at disse



blir gitt gratis, over alt. EU medlemsland og Europa Parlamentet ble enige om de nye reglene i fjor.

”Innfasingen av disse reglene vil nå gjøre slutt på diskriminering og gi bevegelseshemmede og eldre passasjerer den hjelp de måtte ha behov for”, sa transportkommissær Jacques Barrot.

Listen over ansvarsområder for flyplasser og flyselskaper – som de også skal stå for kostnadene for – inkluderer nødvendig infrastruktur for bevegelseshemmede passasjerer så vel som for transport av rullestoler og servisehunder.

I forhold til dette vil EU medlemsland være forpliktet til sette opp nye kontrollinstanser for å utføre kontroll for å sikre de nye krav. Passasjerer vil kunne sende klager om de blir avvist eller ignorert av flyselskaper og flyplasser til disse nye kontrollinstanser.

Det vil være opp til de enkelte Europeiske lands regjeringer å bestemme hvilke typer straffetiltak lufttransport kompanier skal kunne få ved brudd på disse EU regler. ●

Frankfurt international.





«Dette får vi til»

Bjørn Wiseth og Mette Mørken.

Tekst og foto: Anne-Margrethe Nyhus

Den første nasjonale rehabiliteringsuka ble blåst i gang 3. september 2007 med fanfare fra taket av Rådhuset i Oslo. Dette er det 3 året rehabiliteringsuka arrangeres. Tidligere har Sunnaas sykehus HF

stått i spissen for arrangementet. I år har det endelig lyktes å skape et nasjonalt engasjement rundt arrangementet

Målsettingen med rehabiliteringsuka er å sette et positivt fokus på rehabilitering. Dette gjelder både på individnivå så vel som

på fagnivå i hele Norge. Uka er et samarbeid mellom de ulike fagmiljøene inne rehabilitering i de ulike regionale helseforetakene og Sosial- og helsedirektoratet.

På Rådhusplassen hadde mange møtt opp denne første mandagen i september. Venstrepolitikeren Olaf Thommesen ønsket alle velkommen. Han har selv vært til rehabilitering på Sunnaas sykehus etter et hjerneslag for noen år siden og fortalte kort om sine erfaringer.

På toppen av rådhuset sto det fire blåsere som markerte starten på uka med å spille en fanfare før to rullestolbrukere; Mette Mørken og Bjørn Wiseth rappellerte ned fra rådhuset. Det var nok mange som lot seg imponere og begeistre. Mette, med en brukket finger som hun pådro seg under generalprøven dagen før, kunne fortelle

Til venstre; Thomas Glott, Kathi Sørvik og Nils Hjeltne fra Sunnaas sykehus HF.



at det faktisk er lettere å rappellere ned veggen enn å ta seg fram i Oslos gater!

Mette Mørken var konferansier under resten av programmet denne tidlige høstkvalden. Administrerende direktør for det sammen-slåtte Helse Sør-Øst, Bente Mikkelsen sto for den offisielle åpningen av uka. Videre var det appeller ved Margaret Sandøy Ramberg fra FFO og Eileen Reinaas som representerte SAFO.

De musikalske innslagene sto gruppene «Urban Sunshine» og ikke minst «Boys on Wheels» for. Sist nevnte med svensken Jesper Odelberg som den sentrale sammen med Morten Lüthcke og Per Øyvind Martinsen Solle-rud. Jesper omtaler seg selv som Svensk u-hjelp til Norge! Han er kjent fra bl.a. «Rikets røst» med Otto Jespersen.

Forts. neste side.



Boys on Wheels.

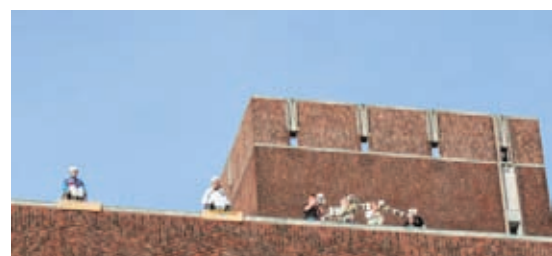


Bra oppmøte.

Bjørn Wiseth, Mette Mørken og politiker Olaf Thommessen.



Jesper og Mette.



Klar, ferdig gå!

Gjennom ulike aktiviteter gjennom denne uka ønsker man å gjenspeile det store mangfoldet innen rehabilitering, slik som mestring på individnivå, gode rehabiliteringstjenester i kommunene og i spesialisthelsetjenesten, og ikke minst samarbeidet både rundt og sammen med den enkelte pasient.

Arrangementene vil kunne skape nye møtearenaer for dialog rundt utviklingen av rehabiliteringsfeltet, erfaringsutveksling mellom fagfolk og brukere og mye mer. Målet er å gjøre rehabiliteringsfeltet bedre kjent både for fagfolk og befolkningen. ◆



Forbundsleder i NHF Eileen Reinaas.



Bente Mikkelsen.



Styreleder i Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon FFO Margaret Sandøy Ramberg.



Urban Sunshine.

Mestringsseminar

I forbindelse med Rehabiliteringsuka arrangerte Sunnaas sykehus HF et mestringsseminar med innlegg fra brukere og fagfolk mandag 3. september.

Tekst og foto: Anders Wall-Andersen og Elisabet Berge

Målgruppe for seminaret var pasienter, brukere og alle som jobber innen rehabilitering.

Lærings- og mestringscenteret og psykologtjenesten ved sykehuset var arrangør.

Adm. direktør Einar Magnus Strand åpnet Rehabiliteringsuka 2007, og la vekt på at det i år var en nasjonal rehabiliteringsuke med arrangementer over hele landet.



Anne Kristine Schanke.



Atle Haglund og Adm. direktør Einar Magnus Strand.

Deretter ble vi ønsket velkommen til mestringsseminaret av sjefpsykolog Anne Kristine Schanke og leder av Lærings- og mestringscenteret, Anne-Cathrine Kraby.



Anne-Cathrine Kraby.

«Bruk deg selv som forbilde»

ved Atle Haglund

Han snakket engasjert og med mye selvironi om temaet, og hadde eksempler fra sitt eget liv etter at han som barn mistet begge beina etter å ha blitt påkjørt. Vi

fikk vite hvordan han hadde taklet skoletid og arbeidsliv der han har arbeidet i hjelpemiddelbransjen, og ikke minst betydningen av å være aktiv innen handikapidrett.



Atle Haglund.

Vi har alle komplekser for noe, og Atle sa at han har komplekser fordi den ene benstumpen er noen cm kortere enn den andre. Dette medfører at han må ligge i en bestemt stilling på badestranden for at det ikke skal være synlig for andre.

For å få noe som oppleves som store problemer på avstand, hadde han følgende forslag: Skriv ned problemet på en lapp, heng lappen opp på en vegg et stykke unna, og du vil da forhåpentligvis oppleve at det kanskje bare var en bagatell. Han la også vekt på betydningen av begeistring, og at det var viktig å bevisstgjøre ting for å kunne akseptere dem.

Og ikke minst: Det er viktig å drømme! Han fortalte en historie om at han en gang var i en skobutikk i USA, og ekspeditøren spurte: "Can I help you?". Atle svarte: "No, I'm just dreaming". En gang han skulle kjøpe ny dress, fortalte han ekspeditøren at han ikke trengte buksen. Da han skulle betale sa ekspeditøren at de hadde tilbud på sokker, og spurte om han ønsket å kjøpe et par. Atle rygget tilbake, og sa at da måtte de jammen være billige! Han nevnte også en gang han var i en butikk i utlandet for å kjøpe nye bukser, og han måtte innse at det ikke var plass til de nye buksene i kofferten. Han spurte ekspeditøren om å få låne en saks, og klippet like godt av buksebeina der og da. En blek butikkansatt lurte på om han hadde tenkt å betale for buksene...

En annen ting vi ble inspirert til å gjøre var følgende: Prøv å gjøre nye ting, og prøv det over lang tid. F. eks. kutt ut morgenavisen og kaffekoppen, men gjør noe helt annet istedenfor. Du kan faktisk risikere at du opplever noe positivt som du ellers ikke ville ha opplevd. Og snakk gjerne positivt til ditt eget speilbilde!

«Det er tankene som begrenser»

ved sjefpsykolog dr. philos Anne-Kristine Schanke

Hun kom med mange eksempler fra møter med ulike pasienter og pårørende gjennom mange år som psykolog, og beskrev også hvordan tidligere pasienter flere år etter sykehusoppholdet hadde oppsøkt henne for å fortelle om hvordan det hadde gått og om hvordan de hadde opplevd pasienttiden.

Mestring handler om evnen til å tilpasse seg, og mestring krever godtakelse og respekt. Man skal ikke legge listen for lavt. Mestring omfatter hele livet og handler mye om humor.

«Mestring av hverdagen – mestring gjennom teknikker og hjelpemidler»

ved Karstein Kristensen



Karstein Kristensen.

Han omtalte seg selv som "arm-laus" på grunn av at han etter senskade av polio ikke har funksjon i armene lenger. Vi fikk se lysbilder av mange praktiske løsninger og hjemmelagde tekniske hjelpemidler. Blant annet hadde han spesialdesignet en dusjløsning som han kunne betjene ved hjelp av hodebevegelser og bruk av føttene, og han tørket seg ved hjelp av varmluft og et tørkestativ på bøyler. Han hadde også bygd om en Molift personløfter til et praktisk av- og påkledningsapparat.

Budskapet var at man med riktige tekniske hjelpemidler kan leve et selvstendig liv selv om man har store funksjonshemninger.



Katrine Bråtane.

Sykehusprest Katrine Bråtane, som selv er lam fra halsen og ned, assisterte ham med bildeskift under innlegget. ●

Er du ikke lei?

Tekst: Elisabeth Berge

Foto: Anders Wall-Andersen

Hvor ofte opplever vi ikke at et handikaptoalett er så tilgriset at vi ikke orker tanken på å bruke det, selv om vi i praksis slett ikke har noe valg?

Forestill deg at du er om bord i en ferje på veg til Danmark, og at du har behov for å bruke handikaptoalettet i fellesarealet sånn ut på kvelden/natten en gang. Fristende? Vi har vel alle hatt våre opplevelser (eller kan tenke oss til det).

Derfor var det en gledelig overraskelse at DFDS sin ferje Crown of Scandinavia, som seiler mellom Oslo og København, har innført et toalettsystem som gjør at du kun får adgang til handikaptoalettet i fellesarealet hvis du bruker et av de nøkkelkortene

som passer til handikaplugarene.

I praksis betyr dette renere og mer hygieniske toaletter, og vi reduserer faren for å pådra oss infeksjoner. ●



Vi minner om

LARS Øst/Oslos 17. Spinalseminar med julebord

Lørdag den 1. - 2. desember 2007 på Quality Airport Hotell Gardermoen, Jessheim.

Årets Tema er "biomedisinsk grunnforskning og ryggmargsskader" ved professor Joel Glover fra Universitetet i Oslo. LARS' leder Leif Arild Fjellheim vil også være tilsted og fortelle om hovedstyrets arbeider.

Underholdning med sang og historier ved GT-Sara.

I tillegg blir det anledning til å møte LARS' samarbeidspartnere, vinne fine lotterigevinster og delta på vinsmaking. Vi avslutter med et julebord med alt som tilhører.

Medlemsinvitasjon vil bli sendt ut i begynnelsen av oktober.

Assistanse

- for en enklere hverdag

Kontinenshjelpemidler er en del av hverdagen for mennesker med vannlatingsproblemer. Det er vanlig at det dukker opp mange spørsmål og tanker, både av praktisk og følelsesmessig art. Vi tror at informasjon og kunnskap kan være avgjørende faktorer for at du skal føle at du har kontroll over og mestrer din situasjon.

Mennesker er forskjellige, og behovene er unike. Det kan derfor være godt å ha noen som kan lytte og gi råd i forhold til det du har på hjertet.

Velkommen til Assistanse

Gjennom vårt dialogprogram Assistanse tilbys brukere opplæring og kunnskap om våre produkter og aktuelle tema som berører dem. Vi håper med dette å kunne bidra til større grad av trygghet og livskvalitet i brukerens hverdag.

Hva er Assistanse?

- ▶ **Assistanse** - for en enklere hverdag. Et magasin som utgis to ganger i året
- ▶ **Assistanse** - møter, brukermøter om aktuelle og spennende temaer
- ▶ **Assistanse** - kundeservice som bevarer din henvendelse

Medlemskap i **Assistanse** medfører ingen forpliktelser. Vil du bli medlem, send en e-post til: assistanse@coloplast.com eller ta kontakt på telefon 22 72 06 80. Vi sender deg et eksemplar av **Assistanse** og en svarkupong. Etter innmeldingen vil du motta en liten overraskelse.



Penger å hente!

Her du behov for litt ekstra å rutte med? Det er et utall av legater og fond det er mulig å søke økonomisk støtte fra. Noen legat er veldig spesifikke og knyttet opp til bosted, slektskap, utdanning og yrke, men mange er ganske generelle. Det gis støtte til prosjekter, organisasjoner og enkeltpersoner. Eldre, unge, ubemidlede, de som har sett bedre dager... Informasjon om legater finner du på bl.a. Disse nettstedene: www.legater.no og www.legathandboken.no

Søk, let og skriv. Det skader ikke å forsøke.

Av; Anne-Margrethe Nyhus



ANNONSERING I PATETRA 2007

Patetra er medlemsbladet til LARS "Landsforeningen for Ryggmargsskade" i Norge og er et tidsskrift for ryggmargsskade. Patetra trykkes ved Allservice i Stavanger. Formatet er A4, og bladet utkommer med fire nummer i året. Hele bladet trykkes i 4 farger, men vi gir likevel tilbud om sort/hvit annonser til reduserte priser for de som måtte ønske det.

ANNONSEPRISER FOR 2007

Antall - Innrykk	1/16 side		1/8 side		1/4 side		1/2 side		Helside	
	Farger	Sort/hvit	Farger	Sort/hvit	Farger	Sort/hvit	Farger	Sort/hvit	Farger	Sort/hvit
Ett nummer	550,-	350,-	1.100,-	700,-	2.000,-	1.300,-	3.500,-	2.450,-	6.400,-	4.300,-
To numre	550,-	300,-	1.000,-	600,-	1.800,-	1.200,-	3.250,-	2.200,-	5.900,-	3.900,-
Tre numre	550,-	250,-	900,-	550,-	1.600,-	1.000,-	2.900,-	1.900,-	5.500,-	3.700,-
Fire numre	550,-	200,-	850,-	500,-	1.400,-	950,-	2.600,-	1.700,-	5.000,-	3.300,-

Tabellen ovenfor viser for eksempel at 4 helsider i Patetra fordelt over 4 numre koster kr. 5000 per annonse, altså kr. 20.000 for hele 2007. Prisene er eks. mva. Prisene forutsetter at materiell leveres ferdig, og klart for trykking.

PS! Som samarbeidspartnere til LARS får dere 10% rabatt på prisene ovenfor.

Har dere spesielle ønsker vedrørende annonsering?

I samarbeid med trykkeriet kan vi oppfylle de fleste ønsker dere måtte ha. Det være seg alt fra innstikk (heftet), løse vedlegg (vi pakker da hvert blad i plast) til vedlegg som limes på en annonse med mere.

Hvor i bladet ønsker dere å ha annonsen?

Vi prøver å samordne dette slik at alle skal bli så fornøyde som mulig.

UTGIVELSESdatoer - FRISTER FOR 2007

Utgivelsesdatoer 2007		Materiellfrister 2007	
Nr. 1-07; ca. 15. mars	Nr. 3-07; ca. 15. september	Nr. 1-07; 1. mars	Nr. 3-07; 1. september
Nr. 2-07; ca. 15. juni	Nr. 4-07; ca. 5. desember	Nr. 2-07; 1. juni	Nr. 4-07; 20. november

Patetra vil også fra nå bli lagt ut på LARS sine hjemmesider (www.lars.no). Dette vil også gjøre det slik at vi når ut til flere lesere.

Vennligst ta kontakt med redaksjonen for ytterligere spørsmål.

Revidert 06.11.06. Red.

EN OASE I STORBYEN

Tekst og foto: Anne-Margrethe Nyhus

Jeg har bodd i Oslo i mange år, men aldri vært i Botanisk hage, ikke før nå. En dag på sensommeren dro jeg dit utstyrt med fotoapparat. Det ble en flott opplevelse. Jeg var spent på tilgjengeligheten, men det gikk over all forventning. Nå skal det sies at jeg ikke var inne i noen av bygningene, men ute var det forholdsvis lett å ta seg fram med rullestol, med emotion hjul, vel å merke.

Botanisk hage er en oase i storbyen - et sted å hente inspirasjon og oppleve skjønnhet og rekreasjon. Hagens viktigste formål er å forvalte og videreutvikle dokumenterte, levende plantesamlinger til bruk i forskning og undervisning, formidle kunnskap om det botaniske mangfoldet og plantenes betydning for livet på jorda, og



bidra til å bevare truede planter

Dufthagen er tilrettelagt som en opplevelsesshage for alle, men er spesielt tilrettelagt for blinde, svaksynte og rullestolsbrukere. Det er tillatt å ta og lukte på plantene, men vær oppmerksom på at noen er giftige.

Om duft er det forøvrig sagt at «den er det nærmeste vi kommer opplevelsen av fortiden i dens fulle styrke» (Andy Warhol).

Botanisk hage er en viktig turistattraksjon i Oslo og er med sitt store areal, flotte hageanlegg, jevnlig arrangementer og sentrale plassering et viktig rekreasjonsområde for byens befolkning. Her er det muligheter for å se og oppleve, eller bare slappe av med en piknik-kurv og gode venner. ◆





TADALAFIL (CIALIS) HJELPER RYGGMARGSSKADDE MENN MED EREKTIL DYSFUNKJON

Menn med ryggmargsskader ser ut til å ha bedre ereksjonsfunksjon når de tar tadalafil (Cialis), i henhold til en rapport publisert i Archives of Neurology (JAMA/Archives), November 2007 utgaven.

Ryggmargsskader er mye vanligere enn hva mange realiserer; globalt er 10,4 til 83 personer per million affisert med ryggmargsskader årlig, sier forfatterne. "På verdensbasis skjer ryggmargsskader oftest hos unge menn, som resulterer i negative fysiske, sosiale og psykologiske konsekvenser. Erektile dysfunksjon, definert som manglende evne til å oppnå og opprettholde penil ereksjon i tilstrekkelig grad for seksuell prestasjon, er en vanlig komplikasjon for menn med ryggmargsskader".

Forfatterne poengterer at bare rundt en fjerdedel av menn med ryggmargsskader klarer å få til ereksjon god nok for seksuelt samleie.

Francois Giuliano, M.D., Ph.D., Raymond Poincare Hospital, Garches, Frankrike med sitt team, utførte en randomisert, dobbelblind studie på 197 menn med ryggmargsskader; gjennomsnittsalderen var 38 år. Til å begynne med ble de alle studert og fulgt opp på samme måte, uten noen behandling av erektile dysfunksjon. Så ble 142 av dem tilfeldig plukket ut for å motta behandling med tadalafil, mens de andre 44 mottok placebo medisin. Behandlingen varte i 12 uker – og deltakerne av studien ble bedt om å ta medisinen når de måtte ha behov for det;

før seksuell aktivitet, maksimum dose en per dag. Tadalafil gruppen ble til å begynne med gitt en 10 milligram dose, så ble dette øket til 20 milligram fire uker deretter, avhengig av hvordan de reagerte på behandlingen da den startet.

Forskerne benyttet "the International Index of Erectile Function" spørreskjema. Det inneholder 15 spørsmål; om en person scorer lavere enn 25 er han ansett som en som lider av erektile dysfunksjon i varierende grad. I begynnelsen av studien var deltakernes gjennomsnitt score 13,4. På slutten av tolv ukers perioden hadde gjennomsnitt tallet for gruppen økt til 22,6. Placebo gruppens tall endte på 13,6.

De som benyttet tadalafil klarte suksessfullt å gjennomføre penetrering 75,4% av tiden, og suksessfullt samleie 47,6% av tiden. Deltagerne som fikk placebo klarte suksessfullt å gjennomføre penetrering 41,1% av tiden, og suksessfullt samleie 16,8% av tiden.

Forskerne skriver "Tadalafil var sikker og godt tolerert med få side effekter". Femti (35%) av pasientene i tadalafil gruppen og 15 (34%) av de i placebo gruppen opplevde minst en side effekt. Av de som mottok tadalafil, den vanligste side effekten var hodepine (8,5% av pasientene) og urinveis infeksjon (7,7% av pasientene). Som i andre erektile dysfunksjon studier som inkluderer pasienter som er vanskelig å behandle i forholdt til på forhånd eksisterende kondisjoner (for eksempel, prostatectomy, diabetes mellitus), var tadalafil effektiv i behandlin-

gen av erektile dysfunksjon etter ryggmargsskader, skriver forfatterne. "Behandling med tadalafil (10 milligram eller 20 milligram) kan hjelpe til å forbedre sex livet hos dem med erektile dysfunksjon og ryggmargsskader og deres partnere".

Tadalafil (Cialis) og liknende medikamenter virker ved å øke blodstrømmen til genitaliene.

Forskerne sa at Cialis studien fikk suksess lignende som i studiene til Pfizer Inc.'s Viagra eller sildenafil og Glaxosmithkline Plc's Levitra eller vardenafil, hvor alle bedret ereksjon hos menn med erektile dysfunksjon etter ryggmargsskader. **◆ - Oversatt til norsk, -Red.**

"Efficacy and Safety of Tadalafil in Men With Erectile Dysfunction Following Spinal Cord Injury" François Giuliano, MD, PhD; Antonio Sanchez-Ramos, MD; Dieter Löchner-Ernst, MD; Giulio Del Popolo, MD; Natalio Cruz, MD; Albert Leriche, MD; Giuseppe Lombardi, MD; Susanne Reichert, MD; Palle Dahl, MSc; Albert Elion-Mboussa, MS; Joaquin Casariego, MD Arch Neurol.

LARS Hovedstyre har sendt skriv til Helse- og omsorgsdepartementet ved Helse- og omsorgsminister Sylvia Brustad vedrørende denne sak, med krav om å tilrettelegge medisin slik som dette under Rikstrygdeverkets blå resept ordning. Vi vil følge opp saken med myndighetene helt til myndighetene innser viktigheten av dette, samt å følge det opp i Patetra.

LARS Møre og Romsdal på høsttur

Tekst: Jan Ove Harsjøen

Helga 24.-26. august hadde Lars Møre og Romsdal sin årlige høsttur. Turen i år var lagt til Bjorli og overnatting og andre aktiviteter ble gjort på Bjorligard Hotell. Deltakere ankom Bjorli i tur og orden ut over fredag ettermiddag og kveld.

Fredag kveld fikk vi servert tre-retters middag i hotellets flotte matsal. Da aktiviteten i området rundt Bjorli for tiden ikke er på sitt høyeste, var vi de eneste gjestene på hotellet denne helgen.

Denne høstturen var opplagt uten faglig program. Dette for at deltagerne skulle få gjøre litt som de selv ville lørdag. Noen valgte å dra til Åndalsnes på shopping – mens andre valgte kun å være på hotellet og ikke gjøre noe. Litt godt det også i blant.



Bjorligard Hotell. Foto: Ole Arne Sætervik

Lørdag kveld samlet vi oss igjen i den flotte matsalen på hotellet for middag og sosialt samvær. Denne kvelden fikk vi servert en fantastisk god jegergryte. Tror alle mente at bedre mat skulle en lete lenge etter.

Søndag var det hjemreise etter frokost. Tror alle som var med denne helga hadde det fint, og syntes Bjorli var en fin plass å besøke. Selv om hotellet ikke er 100% tilrettelagt, fungerte det tilfredsstillende for alle deltakerne.



Fra middagen. Foto: Merete Klæth



Samarbeidsmøte mellom spinalenhetene



Tekst og foto: Leif Arild Fjellheim

Spinalenhetene i Norge; Haukeland Universitetssykehus, Sunnaas sykehus HF og St. Olavs Hospital avholdt samarbeidsmøte på Haukeland fra 20. til 21. september. Til dette møte var også representanter fra hovedstyret til Landsforeningen for Ryggmargsskade invitert, noe vi satte stor pris på.

Møtet var konsentrert over disse to dager med et variert forelesningsprogram og diskusjoner. Som følge av kort tid i mellom denne samlingen og utgivelse av

denne utgaven av Patetra blir det ikke en detaljert reportasje i dette nummeret, men i desemberutgaven vil vi komme sterkere tilbake med abstrakter og artikler fra noen av foreleserne som vi da kan lage en større reportasje om. Aktuelle forelesere syntes det var en god ide, så følg med i juleutgaven av Patetra. Det var cirka førti fagpersonell tilstede. Brukerkonsulenter fra Haukeland og Sunnaas var også tilstede (se foto), samt undertegnede som representerte LARS sentralt.

Allikevel, noen emner som ble diskutert og forelest om var;

- Ernæring; fokus på ernæring blant sykehuspasienter. Studier viser for eksempel at 4 av 10 spiser for lite. 2 av 10 har tydelige tegne på underernæ-

ring. Dette gjelder for norske institusjoner. Ut fra dette ble ernæringsstrategier diskutert.

- Trykkmåling; tverrfaglige trykkmålingsgrupper ble diskutert samt utstyr for måling slik som XSENSOR trykkmålings system. Andre saker ble også diskutert herunder slik som valg av sittepute, tilpassning av rullestol, vanestillinger med mer.
- Tredemølltrening; dette emnet ble diskutert i forhold til behandlingstilbudet samt forklart at pasienter kan søke seg inn på intensivtrening – minimum 3-ukers opphold.
- Presentasjon av utstillere; utstillere var Coloplast, Homecare, Astra Tech, Ber-

gen Medical, Sykeartikler og Drevelin.

- Rekonstruktiv hånd- armkirurgi for tetraplegikere; Professor Leiv M. Hove fra Haukeland Universitetssykehus forklarte med bildefremvisning historien bak disse kirurgiske teknikker samt hvordan behandlingen gis i dag, samt hvem som kan være kandidater for slik kirurgi.
- Yrkesrettet rehabilitering.
- Spastisitetsklinikk.
- ISCOS; foredrag med oppsummering fra denne kongress på Island ble presentert.
- Ryggmargsskade registeret; NSCIC ble diskutert, herunder status med videre vurderinger for å holde registeret à jour.
- Møteledere var overlege Marit Grønning og avd. sykepleier Lise Bjerke fra Haukeland Universitetssykehus.

Som nevnt, det blir dessverre for kort tid til å beskrive alle emnene diskutert på denne samlingen i denne utgaven av Patetra, men vi håper på å komme sterkere tilbake i desemberutgaven med mer utfyllende informasjon om flere av de viktige emnene som ble diskutert.

Takk til spinalenhetene for at Landsforeningen for Ryggmargsskade ble invitert. Vi tror det er viktig vi er tilstede ved slike samlinger for at vi bedre skal være oppdatert på de viktige saker som til enhver tid er gjeldende for så eventuelt å hjelpe til der hvor vi kan. ●



Svein Arne Vabø, brukerkonsulent ved Haukeland Universitetssykehus (også leder av LARS Hordaland) sammen med Mikkel Gaarder, brukerkonsulent ved Sunnaas sykehus HF.

Traumatiske ryggmargsskader i Helse Vest 1982-2001

- Ble du ryggmargsskadet i en ulykke?
- Ble du skadet i perioden 1982-2001?
- Bodde du i Rogaland, Hordaland eller Sogn og Fjordane da du ble skadet?

Vi holder på med en studie om traumatiske ryggmargsskader. Målet med studien er å studere forekomsten og skademønster hos pasienter på Vestlandet med traumatiske ryggmargsskader (RMS).

Vi ønsker kontakt med alle pasienter som fikk en ryggmargsskade p.g.a. ulykker i perioden 1982 – 2001 i Helseregion Vest (Rogaland, Hordaland, Sogn og Fjordane).

Vi vil be deg om tillatelse til å se i din journal. Fra din journal ønsker vi å hente følgende opplysninger:

- når du ble skadet
- hvordan du ble skadet
- når og hvor du ble innlagt etter skaden
- hvilken skade du fikk; skadenivå
- hvilken behandling du fikk
- komplikasjoner

Ta kontakt med:

Ellen Merete Hagen, Nevrologisk avdeling,
Haukeland Universitetssykehus

Telefon: 55 97 51 05

E-post: ellen.merete.hagen@helse-bergen.no



Til salgs: Hobby Prestige 560

2004 mod. 2,50 meter bred. Ekstra bred dør inn i vogn. Vogn er pent brukt, lite brukt og fremstår som ny. Stor foldedør til bad/toalett. Sykelstativ.

Kontakt Kjell Kjeka på telefon 41 21 51 04



NHF Nord- Rogaland stiftelsen Haugesund Støttefond har leilighet for fysisk funksjonshemma til leige i Albir i Spania.

Leiligheten og området er godt tilrettelagt for rullestol. Prisen er satt til kr. 1.500,- pr veke for fysisk funksjonshemma i Nord Rogaland og kr. 2.500,- pr. veke for fysisk funksjonshemma ellers. Leiligheten er fult utstyrt, også med sengeklær. Transportordning til og frå flyplassen kan ordnes. Ta kontakt på tlf. 45430220 mellom kl. 18 og 20 kvar tirsdag eller på e-post; ragnanes@online.no

Ekstraservice fra permobil!

Da undertegnede var på ferie i sommer, på Risøya som jeg skrev om i forrige nummer av Patetra, så skjedde det som helt ikke skal skje; Traxen min kranglet! Sent på onsdag, etter en tur med bikkja ville Traxen plutselig ikke svinge til venstre. Den gikk bare rett fram og til høyre, litt upraktisk kan man si. Jeg tror ikke det var politisk motivert heller...

Morgenen etter ringte jeg til Permobil. Erfaringen fra hjelpemiddel-sentralen i Oslo gjorde meg ikke særlig optimistisk, men det var i alle fall forsøket verd. På Permobil snakket jeg med ei hyggelig dame som skulle se hva hun kunne gjøre. Hun skulle i alle fall ta kontakt for å høre om det var noen i nærheten som kunne hjelpe meg. Ikke lenge etter ringer det en reparatør. Han befinner seg i Kristiansand, men skal ta turen til Risøya (det er snakk om noen mils tur...) Et par timer senere dukker mannen opp i regnværet. Vi finner en garasje der han kan stå og ikke lenge etter er Traxen i orden!

En stor takk til Permobil for rask og hyggelig hjelp!

Tekst og foto: Anne-Margrethe Nyhus



Tilbudet gjelder:

Tilbudet gjelder mennesker som har hatt sykdom eller skade, og som har gjennomgått medisinsk rehabilitering.

Er du interessert i å delta:

For informasjon.

Ring Teamkoordinator tlf 66 96 92 20
eller Intaktskoordinator tlf 66 96 92 64

Ta kontakt med din fastlege for søknad/henvisning som sendes:

Intaktskontoret
Sunnaas sykehus HF
1450 Nesoddtangen

Oppholdet har plass til inntil 8 deltakere. De som tildeles plass, blir tilskrevet.

Forbehold om tilstrekkelig antall deltagere.

Sunnaas sykehus HF
Lærings- og mestringssenteret

Bjørnemyrveien 11
Henvendelse i Resepsjonen
Postadresse: 1450 Nesoddtangen

Telefon: 66 96 90 00
Telefax: 66 91 25 76
Servicetelefon: 66 96 96 96
E-post: firmapost@sunnaas.no
www.sunnaas.no

Sunnaas sykehus

Avdeling for ryggmargsskader og multitraumer

Gruppeopphold for:

Uke	Dato	Gruppe	søknadsfrist
5	29.01-02.02.07	Personer med paraplegi	10.01.07
6	05.02-09.02.07	Personer med Guillain Barré syndrom	10.01.07
11	12.03-16.03.07	Mødre i rullestol til barn mellom 0 og 15 år	29.01.07
12	19.03-23.03.07	Personer med multitraumer	05.02.07
24	11.06-15.06.07	Personer som har levd med ryggmargsskadd	
		i mer enn 20 år	30.04.07
25	18.06-22.06.07	Ungdom mellom 13-18 år.	07.05.07
36	03.09-07.09.07	Unge voksne med ryggmargsskade (18-30 år)	01.08.07
37	10.09-14.09.07	Kvinner med ryggmargsskade	01.08.07
42	15.10-19.10.07	Personer med brannskade	03.09.07
43	22.10-26.10.07	Personer med ryggmargsskade som har kroniske smerter	10.09.07
47	19.11-23.11.07	Personer med Guillain Barré syndrom trinn 2	08.10.07
48	26.11-30.11.07	Personer med høy tetraplegi	15.10.07

Gruppeopphold for 2007 ved avdeling for Ryggmargsskader og Multitraumer



Sunnaas sykehus

Avdeling for ryggmargsskader og multitraumer

Fagkunnskap og brukerkunnskap:

Gruppeoppholdet har både brukerinlegg og innlegg fra fagpersoner. De ulike programmene blir utarbeidet i samarbeid med Lærings og mestringssenteret og brukerorganisasjonene.

Aktuelle temaer kan være:

- positiv tenkning/mestring
- arbeid-trygderettigheter-Nav
- følgevirkninger etter skaden
- samliv, endret rolle etter skaden
- fysisk aktivitet-gruppe-basseng
- avspenningsteknikker
- ernæring etter skaden
- hjelpemidler

Dele erfaringer:

En sentral del av programmet vil være erfaringsutveksling i grupper. Det er viktig å dele erfaringer som hver enkelt sitter inne med.

Brukerorganisasjonene vil få mulighet til å presentere sitt arbeid.

Egentrening:

Det er mulighet til egentrening både i og utenom programmet

Å møte andre:

Føler du at du trenger en ny "giv", her vil du møte andre som har noen av de samme utfordringer som deg.

... når naturen *trenger litt hjelp*



Vi har lang erfaring i å arbeide for og med ryggmargsskadde.

Som hovedsamarbeidspartner har vi samarbeidet tett med LARS i mange år, og fører alle produkter som ryggmargsskadde trenger.

- **Enkelt** - levering hjem på døren i hele Norge
- **Tidsbesparende** - faste og automatiske leveringer hvis ønskelig
- **Kostnadsfritt** - ved levering av blåreseptvarer
- **Optimalt hjelpemiddel** - stort vareutvalg og produktnøytralitet
- **Trygt** - kvalitetsprodukter og veiledning av helsefaglig personell
- **Informasjon** - mye nyttig info lett tilgjengelig på våre nettsider
- **Taushetsplikt** - og vi har også konsesjon fra Datatilsynet

Vil du vite mer om våre løsninger?
Ring oss gratis på: 800 30 411