

FRA LANDSKONFERANSEN 2011 I BERGEN



NYTT HOVEDSTYRE



FRA JENTEKONFERANSEN

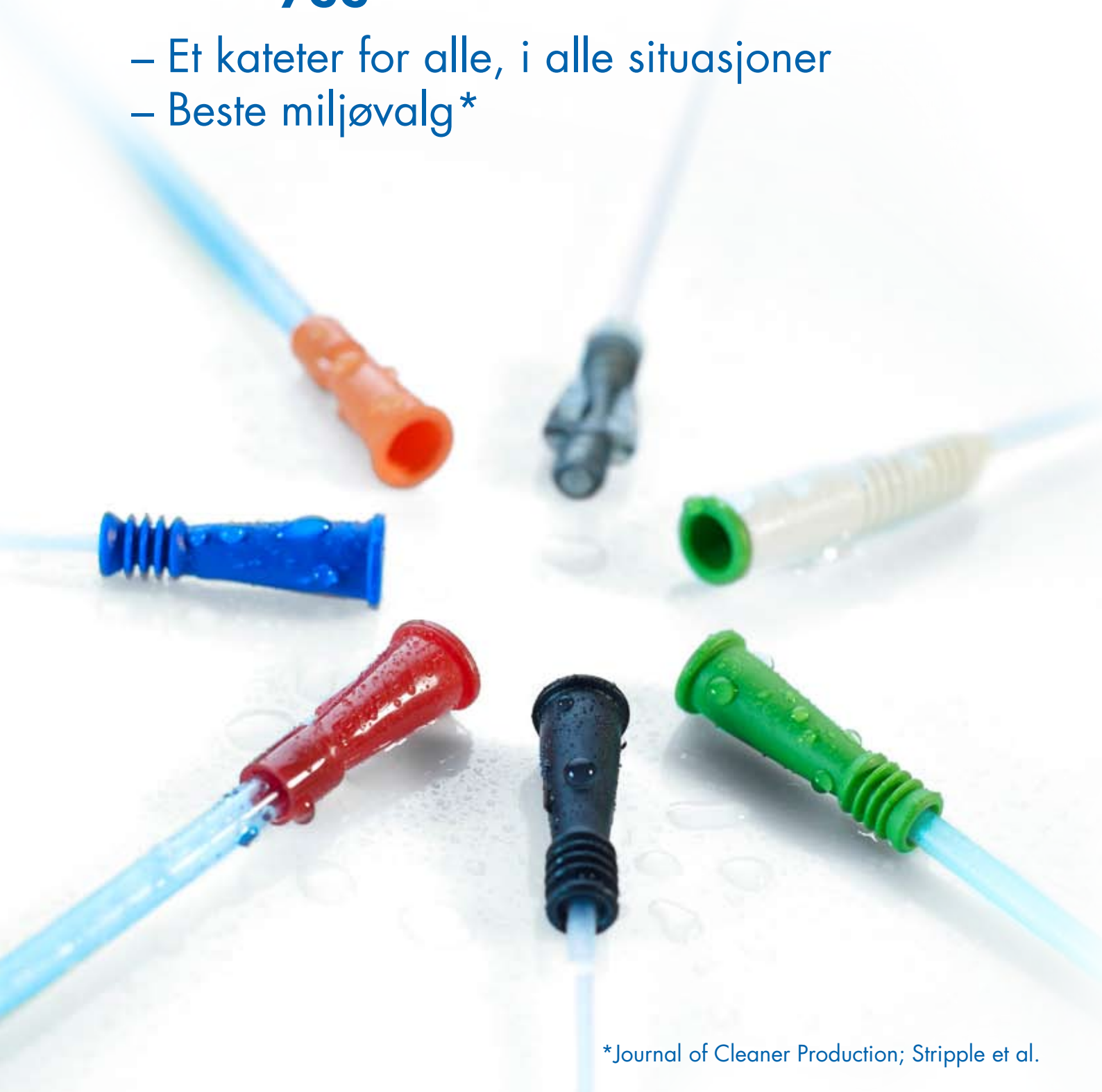


tenker på deg...

Lofric[®]

Den trygge familien

- Et kateter for alle, i alle situasjoner
- Beste miljøvalg*



*Journal of Cleaner Production; Stripple et al.

Sommertid og feriemodus...

Men før det har det vært en aktiv vår for LARS. Vi kan se tilbake på en vellykket landskonferanse med årsmøte i Bergen som vi håper alle var fornøyd med, og i forhold til det har vi allerede begynt å evaluere og planlegge så smått for neste års samling som vil finne sted i Oslo. Medlemmer av LARS hovedstyret har og vært i Washington DC i USA på en stor internasjonal ryggmargsskadekonferanse (ISCoS) som arrangeres hvert år ett eller annet sted i verden hvor målgruppen er klinikere og brukere som arbeider for og innen rehabilitering av ryggmargsskader. LARS hovedstyret har satt som mål at vi ønsker å delta på noen av de viktige internasjonale ryggmargsskadekonferanser som foregår utenfor Norge. Vi mener dette er viktig, ikke bare for egen oppdatering, men for å bringe kunnskap videre inn i LARS da hovedstyremedlemmer kommer fra LARS lokallag, og også for å være oppdatert i forhold til det siste nye som skjer ute i verden med tanke på eventuelle implementeringer i Norge i forhold til rehabilitering. Et annet viktig moment på disse samlinger er den brede nettverksbyggingen vi søker å oppnå, og det er også lurt i forhold til idéutviklinger og prosjekter. Vi bør huske på at Norge isolert sett er et lite miljø slik at bred og god kontaktflate internasjonalt er en viktig resurs.



Ett viktig gjennombrudd før sommerferien var også i forbindelse med Brukerstyrt Personlig Assistanse (BPA) hvor Stortinget vedtok at de ber regjeringen utrede videre de økonomiske og administrative konsekvensene og raskt komme tilbake til Stortinget med forslag om rettighetsfesting av brukerstyrt personlig assistanse for brukere med stort behov innenfor den samme økonomiske rammen som gjelder i dag. Ut fra videre diskusjoner forventes det at et lovforslag om retten til BPA vil komme i løpet av 2012. LARS har vært involvert i arbeidene med å få dette på plass og vi har samarbeidet godt med NHF.

Vi er og i gang med planlegging av detaljene for høstens kampanje for forebygging av trafikkuulykker og for disse arbeidene var vi så heldige at Gjensidigestiftelsen igjen og nylig støttet videreføringen av kampanjen med 3 millioner kroner. Høstens kampanje vil bli informert om på våre hjemmesider, på facebookgruppen for kampanjen og for LARS og via e-post til LARS lokallagene som igjen vil ha en viktig oppgave.

LARS hovedstyret har og hatt en krevende og arbeidsom periode i vår hvor flere viktige søknader til Extrastiftelsen Helse og Rehabilitering ble meislet ut, finskrevet og sendt. Vi satser da på fullt tilslag i november!

LARS lokallagene har og hatt flere samlinger og aktiviteter i vår, flere følger og til høsten. Jeg nevner og her at medlemmer av hovedstyret til høsten drar til Tromsø for å se om vi kan hjelpe til med etablering av et lokallag der nord.

Ellers kan vi nevne at vi har hatt nye møter med medlemmer av arbeidsgruppen om kliniske studier for regenerering av skadet ryggmarg for diskusjoner om veien videre. Vi vil nå etablere en portal SCINetNorway som skal tjene som informasjonskanal og portal for dette arbeidet. Les mer om alt dette inne i bladet.

Jeg ønsker med dette alle en fin sommer!

Leif Arild Fjellheim

patetra

Innhold

Leder	side 3
LARS kontaktpersoner	side 4
Astra Tech informerer	side 5
Invitasjon til Tromsø-samling	side 6
Tenker på deg - kampanjen	side 7
BPA-markerin	side 8
Vinteraktiviteter i Åre	side 10
Skisamling på Bjorli	side 12
Coloplast informerer	side 12
Internasjonal studie - St. Olavs	side 14
Invitasjon til kurs - St. Olavs	side 15
Jentekonferansen - 2011	side 16
Årsmøte LARS Øst/Oslo	side 20
Invitasjon til internasjonal studie	side 21
Hjelpemiddelmessen Tysværtunet ..	side 22
Ny giv prisen til LARS Øst/Oslo	side 24
Velkommen til herreseminar!	side 25
HC-hjørnet	side 22
Fra konferanse i Barcelona	side 28
MC-drømmen ble virkelighet	side 30
LARS Årsmøte og Landskonferanse.	side 32
Flott turvei?	side 38
ESCIF Congress 2011	side 40
Invitasjon til Ullensvang	side 41
LARS Øst/Oslo Østlandssamlingen ..	side 42
ISCoS konferansen i Washington	side 44
SCINetNorway	side 50
VMOTO	side 52
Protokoll fra Årsmøtet	side 53
Fra NHF	side 56
Annonser	side 58



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 ryggmargsskade får et best mulig behandlingstilbud og en best mulig livskvalitet. Arbeidet for å forebygge ryggmargsskader skal også prioriteres.”

Her er LARS - lokallag og kontaktpersoner



Lokallag

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 Finnmark
Kjell Magne Johansen
Storfjellveien 126, 9600 Hammerfest
Mob. 470 13 663
E-post: kjell-magne@fikas.no

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

LARS Hordaland
Marius Loftheim
Helgesengate. 4, 5003 Bergen
Tlf. 55 31 22 64
Epost: loftheim@gmail.com

LARS Møre og Romsdal
Oddvar A. Gikling
Fale, 6612 Grøa
Tlf. 71 69 45 56 - Mob. 995 02 465
E-post: oddvar.a.gikling@sunndals.net

LARS Nordland
Odd Eben
Kongens gate 41, 8006 Bodø
Tlf. 75 52 30 41 - Mob. 908 79 994
E-post: odd.eben@hotmail.com

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

LARS Oslofjord Vest
Erik Baret
Raveien 425 D, 3239 Sandefjord
Tlf. 33 52 14 02 - Mob. 916 89 746
E-post: tazte78@hotmail.com

LARS Rogaland
Geir Inge Sivertsen
Fjogstadv. 94, 4329 Sandnes
Tlf. 51 66 73 78 - Mob. 917 77 639
E-post: ginsive@online.no

LARS Troms
Tore Nilsen
Edderdun vegen 165, 9013 Tromsø
Mob. 915 75 489
E-post: toreni57@online.no

LARS Trøndelag
Karin Kyrrø
Trenerysgt. 4, 7042 Trondheim
Mob. 905 97 929
E-post: ksylv@online.no

LARS Øst/Oslo
Thomas Eide
Sollerudveien 1B, 0283 Oslo
Tlf. 22 52 37 56 - Mob. 905 57 272
E-post: thomas.eide@online.no

Hovedstyret

Leder
Leif Arild Fjellheim
Veamy 77, 4276 Vedavågen
Tlf. 52 82 99 66 - Mob. 911 44 728
E-post: leif.arild.fjellheim@haugnett.no

Nestleder
Eilin Reinaas
Rådyrvegen 48, 6425 Molde
Tlf. 71 21 84 31 - Mob. 997 04 365
E-post: eilin.reinaas@live.no

Økonomileder
Arne Olav Hope
Buhagen 1, 5541 Kolnes
Tlf. 52 83 07 89 - Mob. 900 43 737
E-post: post@hometell.no

Styremedlem
Thomas Eide
Sollerudveien 1B, 0283 Oslo
Tlf. 22 52 37 56 - Mob. 905 57 272
E-post: thomas.eide@online.no

Styremedlem
Simen Aker
Byfogd Sandbergsgt. 11C, 1532 Moss
Mob. 924 14 002
E-post: simen.a@online.no

1. Varamedlem
Siv Jorunn Fossum
Louise Engens vei 14, 8073 Bodø
Mob. 996 38 146
E-post: sjfossu@online.no

2. Varamedlem
Anne Beate Melheim
Møllendalsveien 61b, 5009 Bergen
Mob. 995 88 685
E-post: annebeate_m@hotmail.com

patetra

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

Ansvarlig redaktør
Leif Arild Fjellheim

Redaksjonens adresse
LARS/Norges Handikapforbund
Boks 9217 Grønland, 0134 Oslo

Redaksjonen
Leif Arild Fjellheim (redaktør)
Tlf. 52 82 99 66 - Mob. 911 44 728
E-post: leif.arild.fjellheim@haugnett.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)
Tlf. 22 32 18 88 - Mob. 916 68 323
E-post: elisabet@acwall.no

Terje Roel (red. medarbeider)
Mob. 473 00 737
E-post: tjenroel@online.no

Layout
Patetra redaksjonen

Trykk
Gunnarshaug Trykkeri AS
Auglendsdalen 81
Postboks 3011, 4095 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

Facebook
www.facebook.com

Deadline:
1. mars
1. juni
1. september
1. desember

ISSN 1890-9027

Kjære Patetra-leser!

Tiden går fort og det er snart ferie. Ferie betyr for mange tid sammen med familien og for deg som bruker kateter er det også viktig å huske på:

Den trygge familien – LoFric-familien.

LoFric-familien har et kateter for alle, i alle situasjoner.

- **LoFric Primo** – Når diskresjon er viktig
- **LoFric Sense** – Førstevalget for kvinner
- **LoFric Hydro-Kit** – Det brukervennlige reisekateteret

LoFric kateter er i tillegg det mest miljøvennlige alternativet. Du kan være sikker på at du har gjort et riktig valg ved å velge våre produkter.

Dialogen, et nordisk blad fra Astra Tech, er møteplassen for deg som bruker eller arbeider med kateter. I bladet kan du lese mer om Astra Tech, våre produkter og ulike prosjekter vi er involvert i. Abonnementet er kostnadsfritt og bladet utgis 2 ganger per år.

Ta gjerne kontakt med oss dersom du ønsker mer informasjon om våre produkter, vareprøver eller abonnere på Dialogen:

- www.lofric.no
- lofric.no@astratech.com
- LoFric-telefonen 800 31 130

Vi ønsker alle Patetra-lesere en riktig god sommer!



LoFric[®]
Primo[™]



LoFric[®]
Sense[™]



LoFric[®]
Hydro-Kit[™]



Landsforeningen for Ryggmargsskadde

Har gleden av å invitere til dagskonferanse i Tromsø

Landsforeningen for Ryggmargsskadde (LARS) har gleden av å invitere medlemmer og pårørende til en hyggelig samling i Tromsø med sikte på å skape mer aktivitet i nord.

TIDSPUNKT: Lørdag 3. september 2011. Fra kl 11.00.

STED: Clarion Hotel Bryggen, Tromsø www.clarionbryggen.no

Program - Lørdag

- 11:00** Velkommen v/ *hovedstyreleder Leif Arild Fjellheim*
- 11:00-11:30** Hva er Landsforeningen for Ryggmargsskadde (LARS) og hva arbeider LARS med. - Muligheter for etablering av LARS lokallag i Nord-Norge (Tromsø)
v/ *Leif Arild Fjellheim, leder LARS hovedstyret*
- 11:30-12:00** Hva skal til for å etablere et LARS lokallag
v/ *Eilin Reinaas, nestleder LARS hovedstyret*
- 12:00-13:00** Lunsj
- 13:00-13:30** Hva kan Landsforeningen for Ryggmargsskadde bidra med vedrørende økonomisk støtte og veiledning
v/ *Arne Olav Hope, økonomileder LARS hovedstyret*
- 13:30-14:00** Erfaringsoverføring fra lokallaget LARS Øst/Oslo
v/ *Thomas Eide, styremedlem LARS hovedstyret og leder av LARS Øst/Oslo*
- 14:00-14:30** Hva kan NHF Nord-Norge bidra med for etablering av LARS lokallag i Nord-Norge
v/ *NHF Nord-Norge regionskontor*
- 14:30-17:00** Diskusjoner med medlemmer fra Nord-Norge for etablering av LARS lokallag
- 19:00-** Middag (LARS dekker dette)

Påmelding

Alle kan melde seg på

Deltagelse er gratis for alle medlemmer.

For mer informasjon om opplegget og påmelding ta kontakt med:

Eilin Reinaas på
tlf. 997 04 365
eller på e-post:
eilin.reinaas@live.no

Velkommen!
LARS hovedstyret



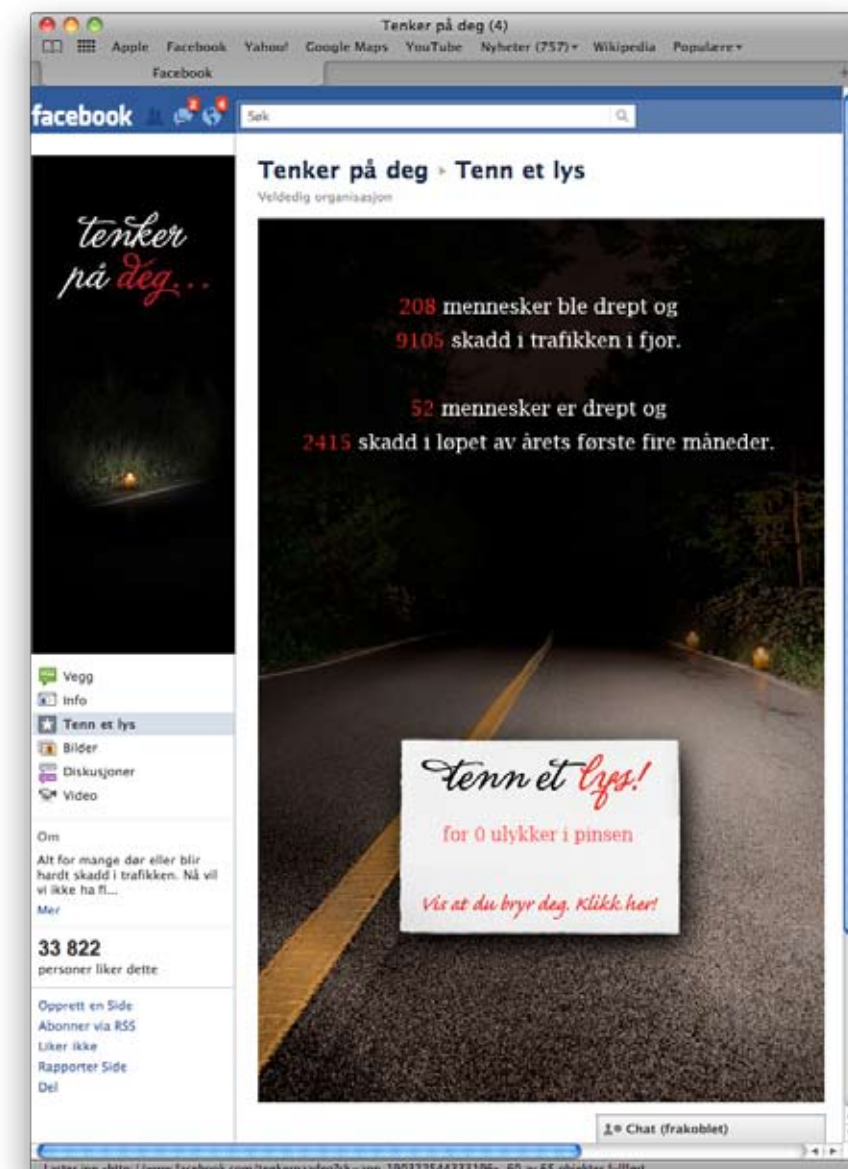
Tenker på deg...

LARS og samarbeidspartnere er i gang med videreføring av kampanjen Tenker på deg. Vi søkte Gjensidigestiftelsen om midler for videreføring og her i vår fikk vi beskjed om at vi fikk ytterligere 3 millioner kroner for dette viktige arbeidet.

Vi har hatt markeringer på radio og i diverse medier i pinsehelgen for aksjonen 0-ulykker i pinsehelgen.

Vi er nå i detaljplanleggingsfasen for høstens aktiviteter, og her vil det bli mye spennende og viktige aktiviteter. Vi vil her søke å etablere aktiviteter bredt i Norge i noen utvalgte regioner. Vi vil og ha aktiviteter i hovedstaden. Samferdselsministeren og andre har og sagt at de stiller opp.

Vi kommer tilbake på aksjonsformene og aktivitetene om en stund via hjemmesider, kampanjesidene www.tenkerpadeg.no og facebookgruppen Tenker på deg og via e-post. Vi vil og direkte informere LARS lokallag. Så følg med fremover! Dette er viktig forebygging.



Kampanjen er støttet av:



GjensidigeStiftelsen

BPA-markering



Tekst: Elisabet Berge. Bilder: Anders Wall-Andersen.

Fredag 18. mars ble 4700 underskrifter med krav om rettighetsfestet brukerstyrt personlig assistanse (BPA) overlevert statssekretær Ragnhild Mathisen. Helse- og omsorgsminister Anne-Grete Strøm-Erichsen hadde ikke anledning til å møte opp selv.

Rundt hundre personer, derav omtrent halvparten rullestolbrukere, deltok på BPA-markeringen utenfor Helse- og omsorgsdepartementet. Norges Handikapforbund (NHF), Norsk Forbund for Utviklingshemmede (NFU) og andelslaget ULOBA samarbeidet om denne markeringen. Disse har også gått sammen i en allianse og lansert kampanjen "Mitt Liv" for å kjempe frem en individuell rettighetsfesting av BPA. Kampanjen har en egen side på Facebook med over 21 000 tilhengere, <http://www.facebook.com/mittliv2010>

Kommunene fikk for ti år siden plikt til å kunne tilby BPA, men siden BPA ikke er en individuell rettighet er det opp til den enkelte kommune å bestemme om en funksjonshemmet skal få personlige assistenter eller ordinære hjemmetjenester. Kommunene står altså fritt til å velge om de skal innvilge BPA til de som søker eller ei, og dette fører til stor forskjellsbehandling alt etter hvor i landet man bor.

Bondevik 2-regjeringen foreslo rettighetsfesting i 2005. Partiene som i dag sitter i den rød-grønne regjeringen støttet rettighetsfesting så lenge de var i opposisjon og har dessuten i begge Soria Moria-erklæringene lovet å styrke og forbedre ordningen. I 2007 gjennomførte daværende helseminister Sylvia Brustad en høringsrunde som viste at 70 % var positive til rettighetsfesting av BPA. Nåværende helseminister Anne-Grete Strøm-Erichsen har

hittil ikke fulgt opp saken. Etter at det sist høst ble sendt ut et lovforslag på høring som ikke gir den enkelte rett til å kreve å få sitt tjenestetilbud som BPA, knyttes det stor spenning til innholdet i de nye helse- og omsorgsloven som skal legges fram for Stortinget i løpet av våren.

Forbundsleder i NHF, Arne Lein, åpnet markeringen og sa at vi har ventet altfor lenge på en slik rettighet og at utålmodigheten er stor etter utallige løftebrudd fra politikerne. – Personer som trenger assistanse skal selv få bestemme hva slags hjelp som trengs, hvem som skal hjelpe og når hjelpen skal gis. – Nå må politikerne ta sitt eget slagord "alle skal med" på alvor og innvilge rett til BPA. Dette er gamle krav og gamle løftebrudd, og nå må løftene innfris, sa Arne Lein.

Aksjonsleder Anna Lena Berglund la i sin engasjerende



Arne Olav Hope og Elisabet Berge fra LARS.



Aksjonsleder Anna Lena Berglund.



Statssekretær Ragnhild Mathisen til høyre. Aksjonsleder Anna Lena berglund til venstre.



Forbundsleder i Norges Handikapforbund (NHF), Arne Lein.

Stortinget fattet 14. juni følgende vedtak: "Stortinget ber regjeringen utrede videre de økonomiske og administrative konsekvensene og raskt komme tilbake til Stortinget med et forslag om rettighetsfesting av brukerstyrt personlig assistanse for brukere med stort behov innenfor den samme økonomiske rammen som gjelder i dag." Det forventes at lovforslaget om retten til BPA vil komme i løpet av 2012.

appell vekt på betydningen av å kunne ha styring over sitt eget liv. – BPA gir mulighet for økt deltakelse i samfunnet og er en sosial døråpner slik at vi kan være aktive, frie, selvstendige og likestilte borgere. – Hvorfor vil ikke politikerne rettighetsfeste BPA? Har samfunnet råd til å la være, når det bidrar til at flere deltar og bidrar i samfunnet? – Vi krever rett til BPA nå, sa hun avslutningsvis før hun overrakte underskriftslistene til statssekretær Ragnhild Mathisen.

Statssekretæren sa at hun hadde lyttet og merket seg det store engasjementet, og at hun ville ta med seg inntrykkene videre til departementet og arbeidet med hvordan BPA skal nedfelles i den nye loven om kommunale helse- og omsorgstjenester.

På Arbeiderpartiets landsmøte 9. april ble det vedtak om å gå inn for rettighetsfesting av BPA til

brukere med stort hjelpebehov, innenfor dagens kostnadsrammer. Forslaget innebærer at det skal nedsettes et utvalg for å kartlegge kostnadsaspektet med BPA-ordningen. Dette oppfattes av en rekke brukerorganisasjoner som en viktig delseier som gir grunn til optimisme, selv om det er langt igjen til full rettighetsfesting.

Leder i Stortingets helse- og omsorgskomiteé, Bent Høie fra Høyre, tok opp BPA i Stortingets muntlige spørretime 13. april. Han spurte helseministeren om hva som er begrunnelsen for at regjeringen fortsatt overlater til kommunene å bestemme over hverdagslivet til mennesker med assistansebehov, fremfor å rettighetsfeste brukerstyrt personlig assistanse.

10. mai var det høring på Stortinget om den kommende kommunale helse- og omsorgsloven. ●

Brugerstyrt personlig assistanse (BPA) er en alternativ organisering av praktisk og personlig bistand for sterkt funksjonshemmede med behov for assistanse i dagliglivet, både i hjemmet og utenfor hjemmet.

Ordningen innebærer at de med nedsatt funksjonsevne selv styrer sin egen hverdag, og har et lederansvar for assistentene som skal bistå med praktiske ting i hverdagen. BPA er et frigjørings- og antidiskrimineringsverktøy som gir større fleksibilitet, selvstendighet og mulighet til å leve et aktivt og likeverdig liv.

En undersøkelse foretatt av ECON for ULOBA viste at to av tre som hadde BPA mente at denne bistanden gjorde det mulig for dem å være i jobb. Resten mente de ikke kunne ha jobbet like mye uten BPA. Brukerne oppga også at de ville hatt vesentlig dårligere mulighet for sosialt samvær og fritidsaktiviteter uten BPA.

Rundt 2300 mennesker har BPA i Norge i dag.



Bjørn Wiseth.



Martin Hulsund Johnsen.



Nina Helgetun, Bardum.



Tom Eng, Bardum.

Tekst: Terje Roel.

Bilder: Terje Roel, Steinar Skogseth, Trude Flatås Sæter, Ellen Marie Hatlen.

Vinteraktivitetsdagene 2011 ble arrangert i Åre 22. – 24. mars i regi av LARS Trøndelag i samarbeid med Avdeling for Ryggmargsskader ved St. Olavs Hospital og utstyrsleverandøren Bardum AS. Dagene var spesielt tilrettelagt for ryggmargsskadde, sittende og stående. St. Olavs hospital stilte med fysioterapeuter, mestringsveiledere, sykepleier og lege, mens Bardum AS stilte med utstyr og instruktører.

Dagene gav deltagerne en flott mulighet til å prøve forskjellig alpint skitstyr, uavhengig av tidligere erfaring og skadenivå.

Med dette arrangementet ønsket LARS Trøndelag å gi ryggmargsskadde mulighet til å oppleve mestring gjennom aktivitet på ski, og samtidig markedsføre et aktivt og dynamisk lokallag. Kveldene ble utnyttet til faglige innslag i regi av LARS Trøndelag og Bardum AS.

Åre har et bredt utvalg av bakker, fra de enkleste nybegynnerbakker til World Cup utfor, så her kunne alle finne utfordringer på sitt nivå.

Vinteraktivitets



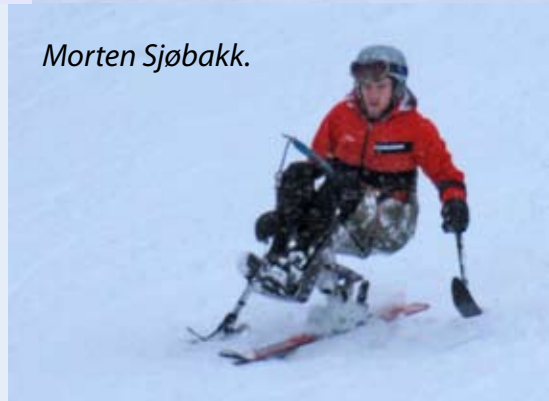
Terje og Geir Arne.



Ivar Sollie.

Totalt 21 personer med alder fra 9 måneder til over 50 år, og med ulikt funksjonsnivå satte kursen over kjølen. Været kunne vært bedre, men selv om snøen føk rundt deltagerne var iveren etter å komme seg ut i bakken stor. For noen var dette det første møtet med alpin skisport etter skaden, og de brukte tid på å finne og tilpasse riktig utstyr blant sit-ski'er, cart-ski'er og ski-cart'er. I begynnelsen ble det en del fall, men iherdig trening og kyndig instruksjon ga alle en følelse av å mestre bakkene. De mer erfarne kjørerne bidro med tips og råd til de ferske.

Det at værforholdene forårsaket stenging av E-14 til Norge, og en ekstra natt i Åre for noen, forsterket bare følelsen av å virkelig ha vært med på en friluftstur! ◆



Morten Sjøbakk.



Simon Berg.

dager 2011 i Åre

Skisamling på Bjorli!



Joakim Eiksund og Eilin Reinaas.

LARS Møre og Romsdal arrangerte alpinksamling på Bjorli i mars. Laget har kjøpt inn alpinski for ulike funksjonsnivå og har både monoski, dualski og kartski til utlån. Etter fjorårets sesong ble det også kjøpt inn ulike størrelser på sitte"koppene" for å kunne passe flere.

Til samlingen hadde vi med en monoski og en kartski, basert på deltagerens styrke og balanse. Både paraer og tetraer kan være med på dette, med litt assistanse. (se bilder) Monoski krever god balanse og god armstyrke, fordi du må holde deg på én ski med støtte på krykkeski. Disse brukes også til å stake seg fram med. Ved fall trenger du god styrke og teknikk for å komme deg opp på egen hånd eller assistanse.

Kartskia har to ski og du sitter stødig, selv om du

kan tippe over på siden med denne også. Den styres av to staver, som er festet til skia. Denne kan du ikke stake deg fram med og du er dermed avhengig av hjelp til å komme deg til heistrekk mv. Du kan ta heisen selv hvis du greier å løse ut tauet.

Forholdene på Bjorli var supre, med oppholdsvær og sol store

delers av helga. Snøen var ny og myk å falle på. Det var sånn passe med folk i bakken og lite kø i heisene. God service og bare godvilje fra de heisansatte og assistentene våre gjorde sitt til at vi fikk mot nok til å prøve oss i stolheisen alle sammen. Og til å prøve flere av løypene. Anbefaler å sende noen for å sjekke ut løypevalget først!

Vi bodde på Bjorligard hotell og fikk god service og store rom som egnet seg godt til sosialt samvær etter middag. Hotellet var svært praktisk med kun én etasje og parkeringsplass rett utenfor rommene.

Alle fikk prøve ski i mange timer denne helgen og ingen pådro seg skader i bakken. Kombinert med mye frisk luft, sol og hyggelig sosialt lag var dette den beste skisamlingen vår. Håper på en gjentakelse neste sesong! ◆

Tekst: Eilin Reinaas.

Bilder: Joakim Eiksund.



På toppen.



Jarle på vei ned.

Coloplast Norge AS informerer

SpeediCath® Compact – en revolusjon innen kateterdesign

SpeediCath® Compact er en av Coloplasts mest innovative løsninger for kateterbrukere i hele verden. Det er et lite, diskret og kompakt kateter som er helt klart til bruk når du åpner pakningen.

Det er viktig for deg som bruker av kateter å kateterisere det antall ganger du er anbefalt av helsepersonell. SpeediCath® Compact krever liten oppbevaringsplass, og er lett å kvitte seg med etter bruk.

SpeediCath® Compact for kvinner

SpeediCath® Compact for kvinner kom på markedet i 2004 og fås nå i to lengder, 7 og 9 cm. Pakningen er svært liten, på størrelse med en leppestift. SpeediBag™ Compact er en urinpose som passer til SpeediCath® Compact for kvinner. Den er pakket til minimal størrelse og rommer 700 ml urin, og er praktisk og enkel i bruk både ute og hjemme.



SpeediCath® Compact Mann

Mange av våre mannlige brukere har lenge ønsket et lite og diskret kateter. Kateteret er pakket som et teleskop og ligger i en hylse som er 19 cm lang. Det kan lett pakkes ned i en lomme eller veske. Kateteret berøres ikke ved innføring og legges tilbake i hylsen etter bruk.



Vil du prøve et SpeediCath® Compact kateter?

Ta kontakt med kundeservice på telefon 22 57 50 00 eller e-post: kundeservice@coloplast.com

Du mottar gratis prøver i en praktisk toalettmappe.

Medlem av Assistanse?

Et uforpliktende medlemskap der du mottar et nyhetsmagasin to ganger per år og inviteres til møter vi arrangerer rundt i landet.

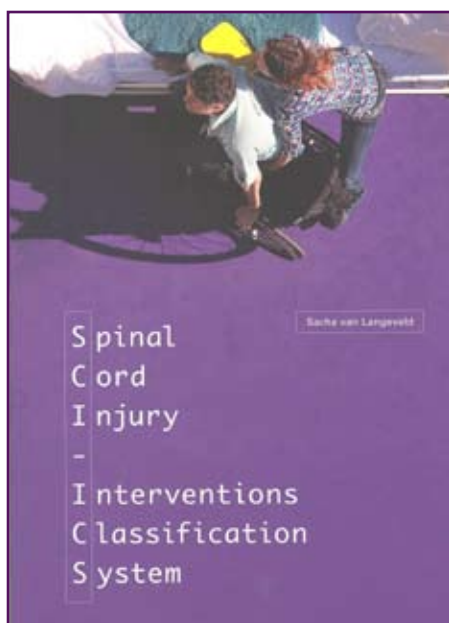
Meld deg inn på:

kunderservice@coloplast.com og motta en velkomstgave.

Coloplast ønsker alle lesere av Patetra en riktig god sommer!



Avdeling for ryggmargsskader ved St. Olavs Hospital - internasjonal ryggmargsskadestudie



Tekst: avdelingsoverlege Annette Halvorsen.

Avdeling for ryggmargsskader. Klinik for fysikalsk medisin og rehabilitering. St.Olavs Hospital.

2009 var Avdeling for ryggmargsskader ved St. Olavs Hospital så heldig å bli spurt om å delta i en internasjonal ryggmargsskadestudie.

Studien ble ledet av PhD student Sacha van Langeveld, fra rehabiliteringssenteret "De Hoogstraat", Utrecht, Nederland.

Bakgrunnen for studien var å utvikle et internasjonalt kodeverktøy til dokumentasjon av behandlingsintervensjoner i ryggmargsskaderehabilitering, ("The Spinal Cord Injury-Interventions Classification System, SCI-ICS"). Dette er ment som et arbeidsredskap for å dokumentere dag til dag rehabilitering utført av ergo- og fysioterapeuter, og eventuelt

idrettsterapeuter. I SCI-ICS blir aktiviteter kategorisert og beskrevet. SCI-ICS ble utviklet som et verktøy for å klassifisere behandlingen som blir gitt av ergo- og fysioterapeuter. Klassifikasjonssystemet er inndelt i 3 nivåer (kroppens funksjoner, grunnleggende aktiviteter og komplekse aktiviteter) og 25 kategorier.

Hensikten med studien var:

1) Å sammenligne behandlingstiltak og mengde trening ved forskjellige ryggmargsskadeavdelinger i Australia, Nederland og Norge, gjennom bruk av SCI-ICS. Det som ble målt var evnen til selvstendighet og egenomsorg. 2) Evaluering av SCI-ICS utenfor Nederland.

Sacha van Langeveld var selv ved avdelingen i en liten måned og instruerte våre ergo- og fysioterapeuter i hvordan registreringen skulle foregå. Hun hospiterte også ut i avdelingen, noe som var til stor inspirasjon for de ansatte.

Ergoterapeuter og fysioterapeuter ved avdeling for ryggmargsskader ble bedt om å dokumentere all behandling de ga til ryggmargsskadepasienter daglig. De dokumenterte behandlingstiltak og tidsbruk gjennom det gitte klassifiseringssystemet. Registreringen foregikk over en periode på 4-7 uker. Alle som ble spurt om å delta på studien var nyskadede pasienter på primær opphold. I Nederland ble 48 pasienter inkludert i studien, i Australia 20 pasienter og i Norge 11 pasienter.

Resultatene viste at tiden terapeutene brukte på behandling skilte seg signifikant ut når en sammenlignet de tre landene. Gjennomsnittlig tid per behandling i minutter (Nederland, 28; Australia, 43; Norge, 39) og i timer per uke (Nederland 4,3 t/uke; Australia 5,8 t/uke og Norge 6,2 t /uke).

Konklusjonen i studien ble at behandlingen som ble gitt i alle tre land fokuserte på selvstendighet og egenomsorg. Øvelsene som ble gitt lå mest på de to nivåene; kroppens funksjoner og grunnleggende aktiviteter. Man så signifikante forskjeller når det gjaldt fokus på de ulike kategoriene og behandlingstid. SCI-ICS kan brukes pålitelig til å beskrive behandling i forskjellige land. ●

Studien anbefales lest i sin helhet:

Comparing content of therapy for people with a spinal cord injury in post-acute inpatient rehabilitation in Australia, Norway, and The Netherlands.

van Langeveld SA, Post MW, van Asbeck FW, Gregory M, Halvorsen A, Rijken H, Leenders J, Postma K, Lindeman E.

Rehabilitation Centre De Hoogstraat, Utrecht, the Netherlands.
s.v.langeveld@dehoogstraat.nl

Studien ble publisert i februar 2011 i Physical Therapy, journal of the American Physical Therapy Association.

Aktiv med ryggmargsskade!

6. - 7. oktober 2011

Et kurs rettet mot personer med ryggmargsskader og deres pårørende,
og andre interesserte

PROGRAMMET INNEHOLDER BLANT ANNET:

- Brukerinnlegg.
 - o Stig Tore Svee, "Verdens første ryggmargsskade i F-16".
 - o Lars Arne Eriksen, Trike-bygger, syklist, skiløper og ryggmargsskadd.
- Innlegg av pårørende.
- Konsekvenser av ryggmargsskader.
- Seksualitet, fertilitet og samliv.
- Barn som pårørende.
- Parallele sesjoner med erfaringsutveksling og diskusjoner.
- Presentasjon av utstillere og hjelpemiddelutstilling.

Vi jobber med flere spennende innlegg, som vil komme i tillegg til de over.

TIDSSKJEMA: Torsdag 6. oktober kl.10:00 - 16:00, registrering fra kl.09:00
Fredag 7. oktober kl. 09:00 – 15:00

STED: St.Olavs Hospital.

PRIS: Pris: **Kr. 300,-** per person.
Prisen inkluderer lunsj begge dager.

PÅMELDING: Innen 9. september
på telefon 72 57 50 21/ 72 57 50 44
eller e-post: ellen.marie.hatlen@stolav.no



NB! Begrenset antall plasser!

Se også på vår internettside: <http://www.stolav.no/fysmed>

Ved henvisning til kurset fra sin fastlege, kan man via www.pasientreiser.no, i etterkant søke om dekning av reise og opphold etter gjeldende takster.

AKTUELL OVERNATTING:

	Enkeltrom	Dobbelrom
Pasienthotellet St.Olav (referer til Avd. for Ryggmargsskader)	960,-	1150,-
Scandic Solsiden (referer til Helse-Midtnorges hotellavtale)	915,-	1115,-
Comfort Park Hotel (referer til HINAS hotellavtale)	995,-	1195,-

KURSET ER UTARBEIDET AV:

Avdeling for Ryggmargsskader, St. Olavs Hospital, i samarbeid med LARS Trøndelag.



VEL MØTT!

Jentekonferansen



Wenche Sundby holder innlegg om farger og stil. Tekst og bilder: Elisabet Berge.

Medregnet ledsagere var det 24 fremmøtte til årets jentekonferanse på Lillestrøm. I tillegg til oss fra LARS var også jenter med ryggmargsbrokk invitert, og deltakerne kom fra flere steder i landet. Vi startet med en bli kjent-samling og fortsatte med middag fredag kveld 1. april, og praten gikk lett i mange timer utover kvelden. Dagen etter var det flere aktuelle temaer på programmet. En stor takk til de fire flotte jentene fra Coloplast som ledet oss gjennom den innholdsrike helgen: Malene Krokeide, Berit Hope Kannelønning, Inger Stine Anset og Lena Lyseggen Brenden.

Blærefunksjonsforstyrrelser
Uroterapeut Gro Stensrød fra Sunnaas sykehus HF holdt foredrag om blærefunksjonsforstyrrelser hos kvinner. Hun kom inn på temaer som anatomi, behand-



lingsformer og hva man skal gjøre i forbindelse med infeksjoner.

- Ved forekomst av bakterier i urinen uten at det er symptomer, skal man ikke ha behandling. Dersom det er symptomer som vond lukt eller at man føler seg dårlig, skal tilstanden behandles

i 10-14 dager. Det er viktig at man ikke avslutter behandlingen tidligere, selv om man føler seg bedre. Ved innlevering av urinprøve må det dersom det er kateterprøve eller urostomiprøve opplyses om det. For kvinner er det spesielt viktig at det aldri kun er stix som brukes til diagnostisering, men at prøven sendes til

ansen - 2011



dyrkning, sa Gro Stensrød og hun presiserte at det er mange som blir feilbehandlet i forbindelse med urinveisinfeksjoner. For å kunne finne riktig behandling ved blærefunksjonsforstyrrelser, sa hun at det var viktig å fylle ut drikke- og tisselister. Ved normalt aktivitetsnivå sa hun at 1 ½-2 liter væske om dagen er nok. En annen nyttig informasjon var at kunstig søtningstoff og kullsyre er kjempeirriterende for blæren.

Levekårsundersøkelse

Rune Nilsen orienterte om en levekårsundersøkelse blant norske kvinner sammenlignet med kvinner fra Kambodsja. Denne undersøkelsen gjennomfører han i samarbeid med Sathia Kim og Thomas Glott, overlege ved Sunnaas sykehus HF. Sathia har selv en komplett Th12-skade etter en bilulykke i 1997 og hun ble rehabilitert på det eneste reha-



biliteringssenteret som finnes i Kambodsja, et land med over 14 millioner innbyggere. Dette senteret mottar ikke lenger noen form for økonomisk støtte, og driften er helt avhengig av at de pårørende stiller opp og deltar aktivt under hele oppholdet.

Rune er ortopediingeniør og kjenner Kambodsja godt gjennom mange års engasjement der nede, og han har blant annet laget protesen til vinneren av Miss Landmine, en skjønnhetskonkurranse for landmineofre. Han sa at det er vanskelig å skaffe penger til rehabilitering i fattige land, der det i følge tall fra WHO er en



Jentekonferansen - 2011



Gro Stensrød.



Malene Krokeide.

beregnet levetid etter ryggmargsskade på 6 måneder.

Bakgrunnen for prosjektet er et ønske og behov for å kartlegge livskvalitet blant ryggmargsskadede. En slik kunnskap vil kunne bidra til at fremtidige bistands- og forskningsprosjekter planlegges og utføres slik at de er spesielt rettet dit behovet for hjelp er størst.

Levekårsundersøkelsen består av to deler, det ene skjemaet omhandler livskvalitet og det andre

er om de medisinske sidene ved en ryggmargsskade. Sistnevnte skjema er det Thomas Glott som har ansvaret for. I tillegg til den norske kontrollgruppen, ble vi som var deltakere på jentekonferansen invitert til å delta som en ekstra kontrollgruppe.

"Vårpussen" – om hår, mote og farger

Wenche Sundby holdt siste innlegg på konferansen, og kom med mange gode råd og tips til oss kvinner. I tillegg til at hun er frisør, jobber hun også med far-

geanalyse og kan hjelpe den enkelte med å finne sin stil fra topp til tå. Hun sa at det handler om å vise fram det som er best med deg. - Hvis noen sier "så fin genser du har" har du tatt på deg feil genser, mens når noen sier "så fin du er i dag", da har du kledd deg riktig, sa Wenche. Hun ba oss om å stille følgende spørsmål til oss selv: Hva er det fineste hos meg – hvordan skal jeg få det fram?

Dette var et tema som engasjerte, og flere av deltakerne fikk personlig testet ut hvilke farger



Sathia og Rune.

og fasonger de skal se etter på neste shoppingtur. Wenche var også genuint opptatt at deltakerne skulle få individuelle råd, og hun fortsatte lenge etter at selve konferansen var avsluttet. En stor takk til henne for det!

I tillegg til mye faglig påfyll, fikk vi denne helgen også tid til å nyte god mat og drikke, men tiden gikk så altfor fort og det var nok mange som ikke fikk nok tid til småprat i pausene. Mange ytret at de allerede så fram til å bli invitert til neste jentekon-

feranse, og jentene i Coloplast avsluttet med å si at de gjerne tar i mot tips om aktuelle temaer. I tillegg sa de at hvis det var noen som ønsker å motta magasinet "Assistanse" gratis, så var det bare å ta kontakt. ●

www.coloplast.no
assistanse@coloplast.com

Årsmøte i LARS Øst/Oslo



Tekst: Elisabet Berge. Bilder: Anders Wall-Andersen.

Årsmøtet i LARS Øst/Oslo ble avholdt tirsdag 15. mars og 20 stemmeberettigede hadde møtt fram. Som i de foregående år, fikk vi også denne gangen lov til å benytte Molifts lokaler på Alnabru i Oslo som møtelokale.

I forkant av årsmøtet stilte Molift med teknisk bistand til de som trengte å få fikset litt på rullestolene sine. Det var et populært tilbud, og vi er takknemlige for den velvilligheten Molifts ansatte viste oss.

Etter de faste postene på dagsorden, var det under punktet "innkomne forslag" kommet inn ett forslag til årsmøtet fra leder Thomas Eide: "Jeg foreslår navneendring fra LARS Øst/Oslo til LARS Oslofjord Øst. Begrunnelsen er at det oppstår svært

mange misforståelser med det gamle navnet. Dette gjelder spesielt når man søker midler fra legater, stiftelser og andre instanser. Det gamle navnet forbindes i den sammenheng svært ofte kun som en avdeling av Oslo. Det nye navnet vil også passe bedre inn i regionen, da den andre siden av fjorden heter LARS Oslofjord Vest." Det ble stemt over forslaget og resultatet ble 8 ja, 8 nei, 1 blank og 3 som ikke hadde svart. Det ble derfor ingen navneendring.

Thomas Eide ble gjenvalgt som leder av LARS Øst/Oslo. Styrets sammensetning har vært veldig stabil de siste årene, så den nye valgkomiteen oppfordres til å rekruttere noen av våre yngre medlemmer til å stille til valg neste år.

Etter at selve årsmøtet var hevet og maten var fortært, hadde vi som vanlig en fagdel på programmet. I år var det vår egen Simen Aker som gav en orientering om sine erfaringer med ordningen om særfradrag i forbindelse med selvangivelsen. Han kom med konkrete eksempler på fradragmuligheter, og det ble en del diskusjon rundt den store forskjellsbehandlingen som rår, alt etter bosted og hvilken saksbehandler man blir tildelt. Mange har en saksbehandler et helt annet sted i landet enn i det fylket man bor. De fremmøtte fikk også med seg hjem noen nyttige tips til hvordan man skal gå fram i en eventuell klagesak, dersom man ikke når fram med sine krav i første omgang. ●

INVITASJON TIL Å VÆRE MED I INTERNASJONAL STUDIE AV RYGGMARGSSKADDES JOBBSITUASJON, DELTAGELSE OG INKLUDERING I SAMFUNNET



Ved årsskiftet planlegger LARS i samarbeid med forskere, de norske spinalenhetene og europeiske samarbeidspartnere, å gjennomføre et stort forskningsprosjekt om ryggmargsskaddes deltagelse og inkludering i Norge. Her behøver vi hjelp fra deg som er ryggmargsskadd.

Forskerne bak studien ønsker å studere viktigheten av å ha en jobb og andre aktiviteter som gjør at mennesker kjenner seg inkludert og verdifulle. Forskerne ønsker også å analysere faktorer som bidrar til å legge til rette eller utestenge ryggmargsskadd fra å leve et aktivt liv, uavhengig av skade.

Kunnskapene om ryggmargsskaddes deltagelse og inkludering i samfunnet er dårlig underbygget med fakta. Ved å sammenligne situasjonen med andre land vil det for første gang være mulig å få fram fakta om hva som fungerer bra og mindre bra i Norge.

Studien er utformet slik at det både er mulig å sammenligne ryggmargsskadd med befolkningen i sin helhet, og å få fram likheter og ulikheter i ryggmargsskaddes livssituasjon, og

eventuelle utfordringer. Dette er faktabasert kunnskap som vil være av stor praktisk nytte for de som jobber med rehabilitering, norske myndigheter og ikke minst LARS som interesseorganisasjon.

Resultatene vil være av direkte nytte for deg og landets ryggmargsskadd i arbeidet med å synliggjøre ulike behov og interesser i forhold til familie og venner, helsevesenet, myndigheter og arbeid.

Selv om mange av spørsmålene handler om arbeid, er det viktig at vi både får svar fra de som jobber, eller tidligere har jobbet, og de som ikke har vært i arbeidslivet.

Svarene vil ikke bli koblet til navn eller personnummer. Forskerne som bruker data fra undersøkelsen er underlagt strenge regler for anonymisering, noe som blant annet innebærer at det aldri skal være mulig å gjenkjenne hvem som har svart.

Dette er selvfølgelig en studie basert på frivillighet. For å få god forskning og troverdige resultater er dog forskerne helt avhengig av at så mange som mulig av LARS medlemmer svarer. Jo bedre svarprosent vi får desto større gjennomslag får resultatene fra studien.

Resultatene fra den norske og europeiske studien vil bli presentert i Patetra, i vitenskapelige tidsskrifter og i form av viten-

skapelige og mer populariserte foredrag. Resultatene er også av interesse for Verdens Helseorganisasjonens (WHO) arbeid med å lage standarder for klassifisering av aktivitet, deltagelse og inkludering.

Spørreskjema med ID-nummer vil bli sendt ut til LARS-medlemmer i slutten av 2011/ januar 2012. De som svarer må være ryggmargsskadd og mellom 18 og 67 år. Det vil være mulig å svare på forskernes spørsmål ved å fylle ut et spørreskjema eller på LARS hjemmeside ved hjelp av ID-nummer som sikrer anonymitet. Forskerne tilbyr også muligheten til å bli intervjuet over telefon.

Det vil bli lagt ut mer informasjon om den europeiske studien i neste nummer av Patetra, og på LARS hjemmesider i høst.

Vi håper du synes prosjektet er viktig og spennende. Om du har ytterligere spørsmål om studien, ta kontakt med den norske prosjektlederen Annelie Leilufsrud, på telefon 915 25 318.

Med vennlig hilsen

Leif Arild Fjellheim
Leder i LARS

Eilin Reinaas
Nestleder i LARS.
LARS kontaktperson i prosjektet og jurist
E-post: eilin.reinaas@live.no

Annelie S. Leilufsrud
Norsk prosjektleder.
Ergoterapispesialist ved St. Olavs Hospital, doktorgradstipendiat



Hjelpemiddelmessen Tysværtunet



Tekst og bilder: Arne Olav Hope.

Hjelpemiddelmessen som ble arrangert i Tysvær 4. mai hadde et meget godt besøk og et jevnt sig av besøkende hele dagen. Arrangøren NHF Sørvest var tydelig fornøyd med oppslutningen.

Hele sportsarenaen til Tysværtunet var i bruk og et stort utvalg av hjelpemidler var utstilt for utprøving for de interesserte. Rullestoler i alle varianter var det som preget messen. Det var et bredt spekter av utstillere hvor en også kunne besøke slike som NAV og

NHF. Av nyheter var det ikke så lett å orientere seg men rullestolen Helium fra Sunrise Medical er vel den som klart skilte seg ut. Denne regnes som klar og prisforhandlet fra 1.1.2012. Av andre interessante hjelpemidler kan det nevnes "Innowalk" som vant



Bilder av forskjellige produkter som ble vist frem på hjelpemiddel-messen på Tysværtunet.



konkurransen Skaperen. Dette er et utmerket treningsapparat for barn for å gi mulighet for assistert bevegelse av bena i sittende eller stående posisjon. Bardum hadde en 3-hjulet sykkel med 27 gir som var sammenleggbar. Veldig praktisk for de som vil ha

med seg sykkel på tur og har begrenset plass. Ronda hjelpemidler viste 2 interessante fritids-hjelpemidler som var "Stricker Håndsykler" og en elektrisk kjelke for innebandy. Den sist nevnte var helt rå og usedvanlig rask i bevegelsene. Generelt kan det

sies at arrangementet var et flott opplegg med gode muligheter for å orientere seg i nye produkter og muligheter. ◆



På bildet fra venstre: Erik Lilleby, Thomas Eide og Simen Aker.

**LARS Øst/Oslo ble i vår tildelt
Ny Giv Prisen
på NHF Oslo sitt årsmøte 30. april.
Prisen innebærer at lokallaget får
Kr 10.000,-**

På diplommet står det:

"Årets pris tildeles et lokallag som engasjerer seg i rehabilitering, habilitering, brukermedvirkning og universell utforming. Laget har stort fokus på skoling og samlinger for medlemmer og arbeider med langt mer enn hva som forventes av dem".

Dette synes jeg var veldig hyggelig, fordi det viser at det vi gjør blir lagt merke til, sier Thomas Eide, leder av LARS Øst/Oslo.





Velkommen til herreseminar!

Coloplast Norge AS inviterer LARS medlemmer til herreseminar på Thon Hotel Arena i Lillestrøm, 28.- 29. oktober 2011. Oppstart fredag kveld med middag. Spennende foredrag og aktuelle temaer lørdagen – kun for herrer! Program blir lagt ut på www.lars.no og www.coloplast.no.

Velkommen!
Coloplast Norge AS



Coloplast Norge AS
Postboks 6287 Etterstad
0603 Oslo



Facebookgruppe for alle som er interessert i, involvert i eller ønsker å drive med rullestolbasket i Norge. Det vil være et forum der hvor en kan videreutvikle idretten, utveksle ideer, utfordringer og suksesser og bidra til å spre informasjon. Inviter gjerne andre slik at vi kan spre ordet til så mange som mulig!



hjørnet

Kjære alle Patetra lesere!

I skrivende stund går mai snart mot slutten, og sommeren står for døren.

Her på Østlandet har vi opplevd en vår med temperaturer lang over det normale – og føler vel nesten at vi har hatt litt sommer allerede.

Sommer er jo ferietid for de fleste av oss. Vi vil få minne dere på at Boots HomeCare kan levere varene direkte til deres ferieadresse.

Vi kan også være behjelpelig med å sende varer til utlandet. Ønsker du mer informasjon om dette, ta kontakt med vårt kundesenter på mail info@homecare.no, eller på telefon (gratis grønt nummer) 800 30 411 eller på 23 37 66 00.

Det har i vår kommet flere spennende produkter, hvor fokus har vært på diskresjon. Dette er jo svært aktuelt nå som sommeren snart er her, og vi alle kan gå med litt lettere og mindre klær på.

*Vi går sommeren i møte med nyheten fra Tena: **Tena Protective Underwear***



Inntil nå har pants-produktene vært uni-sex. Med nye TENA Protective Underwear, kan menn og kvinner endelig velge et produkt som er utformet for ulik anatomi og behov.

De er laget av et mykt, bomullslignende materiale slik at de ser ut som og føles som vanlig undertøy. Dermed blir det også mer attraktivt for dagens brukere av inkontinensbind og dråpesamlere å prøve dem.

Dansac har lansert NovaLife 1- og 2-delte stomisystemer



- Topplassert starthull i stomiplaten gjør at posen sitter lavere på magen og dermed lettere kan skjules under klærne
- Den lave poseprofilen, er utformet slik at den hindrer fremfall også når det er noe i posen
- De tømbare posene har en lett håndterlig åpning, og er lette å rengjøre og lukke
- Utløpssystemet er diskret skjult av posens form
- Den ovale hudplaten er designet slik at den følger kroppens naturlige kurver og sørger for større klebeområde der det trengs mest

Vår beste dag

Tekst: Erik Bye

Kom og lytt til lyset når det gryr av dag,
Solen løfter sin trompet mot munnen.
Lytt til hvite sommerfuglers vingeslag;
Denne dag kan bli vår beste dag!
Stien som vi gikk i går er like ny,
Hemmelig som ved vårt første morgengry;
Mangt skal vi møte – og mangt skal vi mestre.
Dagen i dag – den kan bli vår beste dag.

Kom og lytt til dypet når vi ror mot dag,
Hør, maneten stemmer sine strenger.
Løfterik er tonen i et fiskevak,
Denne dag kan bli vår beste dag!
Fjorden vår er like ny og blå og blank,
Blikket ditt er fritt og ryggen like rank,
Mangt skal vi møte – og mangt skal vi mestre.
Dagen i dag – den kan bli vår beste dag.

Kjære lytt til mørke når vår dag er gått,
Natten nynner over fjerne åser.
Mangt har dagen skjenket oss av stort og smått,
Mer, kan hende, enn vi har forstått,
Månen over tun og tak er like ny,
Men tier stille om vårt neste morgengry.
Mangt skal vi møte – og mangt skal vi mestre.
Dagen i morgen skal bli vår beste dag.



Vi er også glade for at Coloplast har gjort hverdagen enklere for mange mannlige kateterbrukere ved å lage et kompakt kateter til menn.

SpeediCath® Compact Mann

- utviklet for diskresjon.

SpeediCath Compact Mann er utviklet for diskresjon. Det er enkelt å oppbevare og ha med seg overalt. Kateteret er overflatebehandlet og klart til bruk. Det inneholder ikke PVC og ftalater. Kateteret er halvparten så langt som et vanlig herrekateter. Det gjør det enklere for brukeren i hverdagen.

- Utviklet for diskresjon
- Kompakt og enkelt i bruk
- Hygienisk og enkelt å føre inn

Ønsker dere mer informasjon om disse produktene, vareprøver eller forta en bestilling: Ta kontakt med oss i Boots HomeCare på mail info@homecare.no eller på telefon (gratis grønt nummer) 800 30 411 eller på 23 37 66 00.

Vi ønsker dere alle en god sommer, og vil gjerne få dele denne visen av Erik Bye med dere. Gled dere til sommeren – og husk på at dagen i dag det kan bli vår beste dag!

Hilsen Bente W, Lena, Ingrid, Line, Anita MD, Pia, Trine, Marthe, Anita J, Bente H; Tonje og Gro.

Den første internasjonale ryggmargsskade-forskningskonferansen i Barcelona

I mars ble det arrangert en internasjonal forskningskonferanse for ryggmargsskader. Frederique Crespo er leder av organisasjonen "step by step" som organiserte denne konferansen.

GEOFFREY RAISMAN, forsker fra London, England, som arbeider med regenerering av CNS aksjoner i ryggmargen. Han forklarte at alle nerver som blir kuttet, danner en klynge med nye nervetråder, som trær som blir beskåret. En skade i ryggmargen fører til at astrocytene beskytter instinktivt med å lukke seg rundt skaden fra begge sider, slik at det ikke blir noen forbindelse gjennom skadestedet. Oppdraget blir å sørge for at det åpnes igjen, slik at veien blir farbar. Den første operasjonen med mennesker og celler (Mucosa) fra nesa (OEC) ble gjort i 2002 i Australia, Brisbane.

Forsøk på rotter der de sprøytet inn celler etter 8 uker, viste at rottene ikke ble helt bra igjen, men kunne klatre igjen. De har ikke erfaring med eldre skader pga at rottene ikke lever mer enn 15 mnd. Teorien er at hvis du holder deg fysisk i god form, kan også gamle skader repareres.

FRANCOIS FERON

Han jobber i Brisbane, Australia og har utført en dobbel, "single blind" klinisk studie, der de brukte komplette skader mellom 18 og 65 år. Bare 6 personer av 600 pasienter oppfylte disse vilkårene. De opererte dem etter Raismans forskningsmetode og fulgte dem opp i tre år etterpå. Suksess i fase 1 gjorde at de kunne gå videre til fase 2, fordi den er trygg. Fase 2 var skuffende. Dette arbeidet utøres ved Adult Stem Cell Center i Brisbane, Natural Injury Research Unit i Sydney og ved Princess Alexandra Hospital i Brisbane. Forsøkene viste at det var viktig hvor cellene sprøytes inn; det må være i utkanten av bruddet. Nå setter de det inn i spinalvæsken, fordi det virker best da. De har høstet celler og satt inn flere måneder etter bruddet. Effekten kan bli bedre av å sette det inn tidligere ifølge spanske forskere.

CARLOS LIMA arbeider i Lisboa, Portugal. Han har operert mennesker der han fjerner det som er i midten av skadestedet for å skape rom for en forbindelse gjennom ryggmargen. 1 måned etter operasjon (OMA-clip), hadde pasientene veldig lite gap mellom nervene, bare 2 cm. En tidligere asia a th 5, var nå asia c. Alle pasienter er forskjellige. Han har kun operert kroniske ryggmargsskader, dvs minst ett år etter skaden. Han har ikke tro på forskning på embryonale stamceller i forhold til rygg-

margsskader, men mener at dr. Feron's forskning med Mucosa stamceller har noe for seg. Han har stor tro på rehabilitering og stå-/gåtrening, men da uten skinner og ikke lokomat da den er for monoton. Han har utgitt en fagartikkel om rehabilitering i 2010. Magical.miracle.org

VICTORIA MORENO MANZANO, Valencia, Spania
Arbeider med stamcellebehandling for regenerering av ryggmargsskader i temaet til Erseg og Stok. De bruker noe som heter OPC med rolipram som blir sprøytet inn i utkanten av bruddet for å stimulere vekst. Forsøk på rotter viser gode resultater, da de ble nesten helt bra igjen.

MICHAL SCHWARTZ, Tel Aviv, Israel

Aktivering av Monocyt-deriverte macrophager er vesentlig for å gjenvinne funksjon etter ryggmargsskade, da det vil hindre inflammasjon, støtte beskyttelsen av neuronene og fremme regenereringen av ryggmargen. Perry VH Andersson har implantert slike macrophager direkte inn i ytterkanten av bruddstedet, med delvis gjenvinning av funksjon på forsøk på rotter med paraplegi. Det viste seg å være avgjørende NÅR dette ble sprøytet inn. Les mer på <http://medicine.nature.com>
I fase 1 studiene har 16 personer deltatt. 5 av dem fikk asia-forbedringer, dvs at de flyttet gradering. 2 av pasientene fikk blæreforbedringer, mens 1 pasient fikk tilbake full funksjon. Nye kliniske forsøk skal settes i gang i Israel, på pasienter med akutte skader mellom 4 og 14 dager gamle. Når de har greid å lykkes med akutte skader, kan de bedre forstå de kroniske skadene.

EVA SYKOVA, PRAHA, TJEKKIA

Hun drev forskning på celler og biomateriale for behandling av både kroniske og akutte ryggmargsskader.

ELIZABETH J. BRADBURY, LONDON, ENGLAND

Hun arbeidet med forskning på regenerering, plastisitet og neuronbeskyttelse etter ryggmargsskader. Også dette var kun i laboratorie med rotter.

I rundeborrdiskusjonen som avsluttet denne konferansedagen ble det slått fast at ingen av forskerne visste om at nerver hadde blitt regenerert. Uansett hvilken behandlingsmetode som ble brukt, ville det være behov for flere måneder med rehabilitering etterpå.

Forskerne var enige om at de ikke var i nærheten av å få grunnleggende forståelse for hva det var som kunne reparere ryggmargen slik at den gjenvant sin funksjon. Det er derfor stort behov for fortsatt grunnforskning. Blant ryggmargsskadde og enkelte forskere var det nå stor utålmodighet etter å flytte seg over fra laboratorieforsøk på rotter og over på kliniske studier på mennesker.

ANITA BUCHLI, ZURICH, SVEITS

Hun arbeidet ut fra en teori om at det etter en ryggmargsskade er et "terapeutisk mulighetsvindu" i en begrenset periode (4 – 12 uker etter skaden), der det kunne få stor innvirkning på ryggmargens evne til å finne veien igjen. Det skjer en spontan splitting av nervene etter en skade, som forsvinner gradvis allerede etter 12 uker på rotter hvis de ikke har blitt stimulert. Derfor er resultatet sterkt avhengig av den treningen du får i starten.

Nogo A antistoffbehandling er metoden de bruker i Sveits. Forsøk har vært utført på både rotter og apekatter (2006). Tvungen bruk av armer og bein fører til bedring. Hvis du er inkomplett og starter med trening sent, vil du få sterkere spasmer og de vil ikke bli redusert i styrke hvis du begynner å trene senere. Antistoffet Nogo A reduserer spasmer. Trening for tidlig etter skaden vil få skadelig effekt. I samarbeid med Novartis har de lagd menneskelig nogo A - ATI 355. Fase 1 studier var ferdige i 2010. Mer enn 50 pasienter er behandlet hitil og ingen har fått bivirkninger. De har også tatt med tetraer nå. Fase 2 studier er i gang nå, der de skal ha med 160 pasienter. Dette er en internasjonal multisenterstudie, dobbel blind, som alle i Europa kan være med på. Problemet er at skadene må være komplette, akutte, tilstanden må være stabil og de må kunne puste selv og være i stand til å overføres til et rehabiliteringssenter. Søk på "ATI 355" for mer om dette.

ANTONIO OLIVIERO – HOSPITAL DE TOLEDO, SPANIA

Han jobber ved et nasjonalt senter for ryggmargsskade som har 230 sengeplasser. De behandler subakutte og kroniske ryggmargsskader. De prøver å utføre kliniske studier på kroniske ryggmargsskader som er basert på grunnforskning. De bestemmer seg for hva de ønsker å oppnå og så prøver de ut ulike teorier. Deretter registrerer de om behandlingen har vært trygg og om målet er nådd. Mange får fysisk rehabilitering, bl.a. også TNS, selv om det aldri er blitt bevist i kliniske forsøk at dette hjelper. Det ønsker de å være med på å bevise/motbevise. Problemet er at fysisk behandling ikke er in og at det derfor er vanskelig å få økonomisk støtte. Det som avgjør populariteten er sponsorer, leger og pasienter.

RUBEN LOPEZ-VALES, BARCELONA, SPANIA

Hun jobber ved avdeling for cellebiologi, fysiologi og immunologi ved institutt for neurovitenskap. Der forsker de på lipidenes rolle i ryggmargsskader. De

sprøyter inn sPLA2 type III i ryggmargen, se forskningsartikkel fra Liu et al, 2006. Der har de funnet at cPLA2 blander seg med oligodendrocytter og neuroner, men ikke med macrophager og astrocytter. iPLA blander seg med både oligodendrocytter, neuroner, macrophager og astrocytter. sPLA2 blander seg med oligodendrocytter og astrocytter og noen neuroner. Mer om denne grunnforskningen kan finnes på nettsidene til Mc Gill University, Universitetet i Athen og i Tokyo. Se også nettsiden www.wingsforlife.com

JHON KESSLER, CHICAGO, USA

Regulering av Glial arrdannelse etter ryggmargsskade. Firmaet Nanotope vil begynne med kliniske forsøk for å bevise at dette kan føre til mindre arrdannelse og dermed føre til at nervene kan vokse seg videre nedover ryggraden, ved at de hemmer dannelse av astrocytter. Geron har startet kliniske studier på mennesker. Studier har vist at stamceller kan forårsake svulster som kan føre til kreft hvis de ikke tilberedes. Det er i deres natur. Den største faren ved slike studier med stamceller er at det kan bli full stopp i studiene om det skulle føre til kreftsvulster.

Avslutningsvis ble det sagt fra salen at det virker som om forskningen på ryggmargsskader er veldig spredt og lite samordnet. Forskerne mente pasientorganisasjonene kunne bidra til forskningen med å få inn midler, men fra pasientorganisasjonene ble det sagt at dette forutsatte at forskerne har en plan for det videre arbeidet og en teori som skal testes ut.

Hittil har vi hatt kliniske forsøk både i Kina, Korea og Portugal som er blitt publiserte. Spørsmålet synes å være hvor mye mer vi skal forske på rotter før vi tester på mennesker. ●

Eilin Reinaas

nestleder LARS

MC-drømmen ble virkelighet



På bildet: Siv Jorunn Fossum.

Tekst og bilder: Elisabet Berge og Anders Wall-Andersen.

I midten av mars ble MC-messa på Lillestrøm arrangert. Denne gangen var det en helt spesiell motorsykkel som fikk mye oppmerksomhet, nemlig en BMW R1200 med nedfellbare støttehjul, såkalt "Feetless biking system" FBS.

Eieren av den spesialombygde sykkelen er Siv Jorunn Fossum, bosatt i Bodø i Nordland. For 8 år siden skadet hun seg i en motorsykkelulykke og pådro seg en ryggmargsskade i brysthøyde. Hun har siden da trent seg opp til å kunne gå litt med krykker, men bruker også rullestol. Helt siden ulykken har hun hatt et sterkt ønske om å kunne kjøre motorsykkel igjen, men det ville ikke være mulig uten en helt spesiell tilpasning. For mange er alternativet en tre- eller firehjult motorsykkel, men det gir ikke helt den samme kjøreopplevelsen som en tohjuling.

Det var foreningen Likevel MC Norge som tipset Siv Jorunn om Költgen, et tysk firma som har spesialisert seg på ombygging av motorsykler for mennesker med ulike funksjonshemninger. Wilhelm Költgen og Markus van Leuck forklarer at støttehjulene felles ned og opp ved hjelp av trykkluft, og føreren bestemmer selv når funksjonen skal kobles inn ved hjelp av en bryter på styret, som i Siv Jorunns tilfelle betjenes med høyre tommel. Dette systemet gjør at en fører med nedsatt førerlykt i beina kan stoppe opp kontrollert blant annet ved lyskryss og i forbindelse med parkering. I krappe svinger er det derimot farlig å koble inn støttehjulfunksjonen. I tillegg er gir og brems flyttet opp på styret.

Etter MC-messa fraktet Siv Jorunn motorsykkelen hjem til Bodø i en tilhenger. I skrivende stund venter hun på at BMW'en

skal bli godkjent av Statens Vegvesen. Wilhelm Költgen sier at det bare er en eneste sykkel i hele Skandinavia med denne ombyggingen, og at det derfor kan ta noe tid å få den godkjent. På verdensbasis er det flere motorsykler med tilsvarende ombygging som det Siv Jorunns sykkel har. Siv Jorunn har sendt inn store mengder dokumentasjon og venter med lengsel på at snøen skal smelte utenfor garasjen, slik at hun kan få luftet det nye vidunderet. Bortsett fra noen prøveturer hos ombyggeren i Tyskland, må det nok trenes en del for å bli stødig og trygg på sykkelen igjen etter å ha hatt MC-pause i 8 år.

Den tyske ombyggeren, Wilhelm Költgen, har selv en funksjonshemning og mangler høyre hånd. På standen til Likevel MC traff vi også Grethe Fure, kjent fra NRK-serien Ingen Grenser. Hun har amputert det ene benet etter



Likevel MC Norge er en interesseorganisasjon for deg som er interessert i motorsykkelkjøring og som har en eller annen funksjonshemming som krever ombygning eller tilpasning og som gjør at en standardsykkel umiddelbart ikke passer for deg. Likevel MC Norge feirer i år sitt 10-årsjubileum.

For råd, veiledning og utleie: www.likevelmc.no

Følg med videre på Siv Jorunns egen blogg: www.wheelonass.blogspot.com

Ombyggerfirmaet i Tyskland: www.koeltgen.de



en MC-ulykke, og har bygd om sin sykkel slik at det nå er gir på styret.

Leder i Likevel MC Norge, Hein A. Kvalheim, sier at de ønsker å bidra til at alle som har en drøm om å kjøre motorsykkel skal få muligheten til det. Foreningen har to motorsykler som medlemmene kan leie ved behov. Den ene er en trehjuling med to seter og den andre er en motorsykkel med sidevogn, som også brukes til føreropplæring. Han oppfordrer alle som har en MC-drøm om å ta kontakt, slik at de kan få støtte og veiledning til å kunne få drømmen sin oppfylt. ●

Hein Anders Kvalheim, Grethe Fure, Terje Wollertsen og Kjell Ove Oppedal fra styret i Likevel MC.



Wilhelm Költgen til venstre og Markus van Leuck i midten.



LARS Årsmøte og La



*Tekst: Leif Arild Fjellheim.
Bilder: Leif Arild Fjellheim og
Joakim Eiksund.*

Landskonferansen 2011 var i år den tredje i sitt slag hvor vi kombinerer og avholder en større konferanse samtidig med markeringen av Nordisk Ryggmargsskadedag og årsmøtene. I år ble landskonferansen avholdt 6.-8. mai på Radisson Blu Hotel Norge i Bergen. Det var rundt hundre deltakere tilstede gjennom helgen. Medlemmer fra store deler av landet hadde meldt seg på. Konferansen med foredrag tok for seg emner som har direkte relevans til ryggmargsskader, spesielt innenfor feltet

rehabilitering etter ryggmargsskade. Siden dette er en årlig landskonferanse var de tre spinalenhetene (Haukeland, Sunnaas og St. Olavs) godt representert med deltakere og også foredragsholdere. Fagfolk fra Haukeland Universitets-sykehus spinalenhet var denne gang spesielt godt representert med foredrag siden konferansen var i Bergen. Konferansen hadde og et internasjonalt preg da spesialister innen ryggmargsfeltet både fra USA og Sverige var tilstede.

Undertegnede åpnet konferansen med å ønske alle velkommen og fortalte så hva LARS arbeider med av viktige saker og ledet

konferansen videre. På lørdagen var Anne Beate Melheim konferansier og den som ønsket velkommen.

Jeg skriver ikke så mye om de enkelte foredrag her, bare litt generelt, da alle foredragene ligger ute på video i sin helhet på LARS hjemmesidene. Det kan og nevnes at alle foredragene ble vist live på Internett da konferansen pågikk.

Første foredragsholder ut var tidligere leder av LARS, Jan Kåre Stura, som holdt et flott, innsiktsfullt og interessant innlegg om historien til LARS, helt fra den spede begynnelse til hvor vi er i dag.

Elizabeth Hartmann fra Siste Skrik Kommunikasjon - byrået som arbeider for oss i forbindelse med Tenker på deg forebyggingskampanjen av trafikkulyk-

ndskonferanse 2011



Lunsj på lørdagen.

ker - holdt innlegg om fjorårets kampanjer så som 0-ulykkesvisjonshelgen for pinsen samt fjorårets kampanje med konkurranse på høsten hvor vinneren av konkurransen vant en bil. Hun forklarte videre om årets kampanje. Les mer om det i egen artikkel i bladet.

Overlege Tiina Rekand fra Haukeland Universitetssykehus spinalenhet hadde innlegg både om spinalenheten, hvordan den fungerer og er organisert samt et eget innlegg om spastisitetsklinikken ved Haukeland Universitetssykehus. Lege Ellen Merethe Hagen fra Haukeland Universitetssykehus holdt innlegg om kardiovaskulære problemstillinger ved ryggmargsskader og forebygging av disse forhold.

Lege Tom Tørhaug fra St. Olavs Hospital, Fys. med - Avdeling for ryggmargsskader, holdt innlegg

om trening og mennesker med funksjonshemninger, og viktigheten av god trening.

LARS medlem Erik Baret holdt innlegg om rullestolrugby og mulighetene som finnes i Norge for dette. Han forklarte hvordan sportens regler fungerer og hvordan en kan delta. Ønsker en å vite mer om rullestolrugby kan Erik kontaktes, se side 4 i bladet for kontaktinformasjon.

Doktor Claes Hulting hadde tatt turen fra Sverige. Claes var den som var med å opprette Spinalis i Sverige (Spinalis rehabiliterer ryggmargsskadde). Claes holdt innlegg om seksualitet og ryggmargsskader, hva som skjer ved ryggmargsskader og hvilke hjelpemidler som finnes.

Våre samarbeidspartnere Astra Tech AS, Coloplast Norge AS og Boots HomeCare holdt innlegg

om sine produkter og firmaer. I tillegg hadde de flotte utstillinger med stands tilgjengelig hele helgen hvor folk kunne studere produkter og stille spørsmål.

Fredagens offisielle program avsluttet med tre parallellsesjoner en kunne delta på. Disse sesjonene tok opp emnene; kvinner og ryggmargsskader som Eilin Reinaas var moderator for, pårørende og ryggmargsskader som Jan Kåre Stura var moderator for og menns seksualitet som Claes Hulting var moderator for. Tanken bak disse parallellsesjonene var at de fremmøtte skulle kunne diskutere fritt, komme med innspill og å diskutere med hverandre, samt at lærdom fra dette kan overføres til LARS som vi kan arbeide videre med.

Lørdag og årsmøte

Lørdagsformiddag avholdt LARS sitt årsmøte. Delegater fra lands-





Jan Kåre Stura.



Elizabeth Hartmann fra Siste Skrik Kommunikasjon.



Overlege Tiina Rekand fra Haukeland Universitetssykehus Spinalenhet.



Una Holth fra Astra Tech AS.

foreningens lokallag var tilstede og møtet ble ledet av Jan Kåre Stura. Møtet var for øvrig åpent for alle. Årsmøtet godkjente årsmeldingen og årsregnskapet.

Regnskapet viser en fin utvikling med øket generell aktivitet og prosjekt aktivitet, hvor inntekts-siden og overskudd er i tilsvarende økning og egenkapitalen akkumuleres. Lokallagene støttes også med midler overført for arrangementer og andre aktiviteter. Alt i alt har landsforeningen en sunn økonomi, men vi burde selvfølgelig hatt mye mer penger til alle de viktige prosjektene vi arbeider med og kunne ha tenkt oss å arbeide med, og det jobber hovedstyret også for.

Til sist på selve årsmøtet var det valg. Inn i styret kom Siv Jorunn Fossum og Anne Beate Melheim. Ut av styret gikk Jan Ove Harsjøen og Erik Baret. Velkommen

til de nye og takk til de som går ut. For fullstendig oversikt over det nye hovedstyret med kontak-tinformasjon se side 4 i bladet. Se også protokoll fra årsmøtet tryk- ket i sin helhet bakerst i bladet.

Lørdagens konferanse

Anne Beate Melheim ønsket alle velkommen. Flott lunsj ble ser-vert til alle i konferansesalen og undertegnede holdt innlegg om LARS rammeplanen og prosjek- tene som ligger foran oss. Ram- meplanen kan en se på hjemme- sidene, og av prosjekter kan en nevne; forebygging av trafikku- lykker og her fikk vi etter årsmø- tet ble avholdt 3 millioner kroner fra Gjensidigestiftelsen til årets kampanje. Etablering av brosjy- reserie om emner om det å ha en ryggmargsskade, brosjyrene er for brukere og helsepersonell, og for oppstart av dette arbeidet fikk vi økonomiske midler fra Helse og omsorgsdepartementet

via Helsedirektoratet. Vi søker også i år om økonomiske midler for videreføring av begge disse prosjekter til neste år. Vi ønsker og å etablere SCINetNorway som skal være en portal som LARS og fagmiljøene på ryggmargsskader i Norge skal kunne benytte for å sette fokus på ryggmargsskader for å skaffe økonomiske midler for studier som kan munne ut i regenerative kliniske studier. For etablering av dette har vi og søkt om økonomiske midler. Les mer om SCINetNorway i bladet.

Professor Joel Glover fra Univer- sitetet i Oslo og Det Nasjonale Stamcellesenteret holdt innlegg hvor han med mange gode eksempler forklarte om rygg- margens komplekse anatomi og fysiologi.

Professor Wise Young fra Rutgers Universitetet i New Jersey USA holdt innlegg om de pågående



Ellen Merethe Hagen fra Haukeland Universitetssykehus.



Malene Krokeide fra Coloplast Norge AS.



Lege Tom Tørhaug fra St. Olavs Hospital.



Erik Baret fra LARS.

tidlige studiene amerikanerne har startet sammen med Kina i Hong Kong og Kunming. Planen videre er å starte fase 2 forsøk i USA for så eventuelt å gå videre til fase 3 forsøk også i USA (avhengig av fase 2 forsøkene, om ingen effekt går en ikke videre). Det er og diskusjoner om i tilfellet USA går videre til fase 3 studier og at Norge også da vil etablere en fase 3 studie. Arbeider og diskusjoner i forhold til dette pågår. Les mer om dette andre steder i bladet.

Doktor Patricia Morton, også fra Rutgers Universitetet i New Jersey USA forklarte om hvordan deres ryggmargsskadeforskningscenter der borte fungerer.

Overlege Thomas Glott fra Sunnaas sykehus HF holdt innlegg om rehabilitering etter ryggmargsskade og fremtidens muligheter med utfordringer.

Overlege Erik Sigurdson fra St. Olavs Hospital, Fys. med, - Avdeling for ryggmargsskader, holdt innlegg om Norsk nasjonalt ryggmargsskaderegister (NorSCIR). Dette er et nytt nasjonalt ryggmargsskaderegister basert på ISCoS datasett (Internasjonale datasett). LARS har støttet dette arbeidet fra dag en og vi mener at slike ryggmargsskaderegistre er veldig viktige. Det mener også ESCIF (ESCIF er en europeisk ryggmargsskadeunion som også LARS er medlem av) som har som en av sine målsetninger innføring av slike registre i alle Europeiske land.

Doktor Claes Hulting fra Spinalis og Karolinska Institutet i Sverige holdt innlegg om ryggmargsskadeforskningen i Sverige og samarbeider de har, blant annet med Craig Hospital i Denver Colorado.

Eilin Reinaas, nestleder i LARS, holdt innlegg om rehabilitering og forskning og myndighetenes politikk med reformer, og hvordan sikre ryggmargsmiljøet.

Som avslutning på de faglige forskningsforedragene var det til slutt lagt opp til en paneldebatt hvor hovedemnet var om kliniske studier for regenerering av ryggmargsskader. Paneldebatt deltakerne var; Professor Joel Glover, professor Wise Young, overlege Thomas Glott, professor Claes Hulting og overlege Tiina Rekand. Her var det mange gode innspill og kommentarutvekslinger. Konferansedeltakerne var og velkommen til å stille spørsmål, som en for øvrig også hadde for alle foredrag under konferansen. Se video av paneldebatten på hjemmesidene.

Lørdagen ble avsluttet med flott festmiddag på kvelden hvor de





Marthe Graneng og Lena Hennie fra HomeCare.



Doktor Claes Hulting fra Spinalis og Sverige.



Doktor Patricia Morton fra Rutgers Universitetet i USA og Anne Beate Melheim fra LARS.



Anne Beate Melheim fra LARS.

fremmøtte kunne diskutere videre eller bare ha sosialt samvær og nyte kvelden.

Søndagsformiddag var avsatt til det en kalte for "åpent hus" som var en sesjon hvor de som ønsket kunne møte flere av forskerne og legene som holdt innlegg under konferansen, som Joel Glover, Wise Young, Thomas Glott og Tiina Rekand for å diskutere mer fritt muligheter for etablering av kliniske studier for regenerering av ryggmargsskader i Norge. Diskusjonene forløp veldig bra med mange gode spørsmål til fagfolkene.

Som arrangør av konferansen er vi veldig fornøyd og så langt har vi kun fått mange gode tilbakemeldinger. Vi ønsker allikevel å utfordre oss selv og til neste år håper vi å gjøre landskonferansen enda bedre. Så merk av datoene 27.-29. april 2012 for

da vil konferansen og årsmøtet finne sted på Radisson Blu Plaza Hotel i Oslo. Fullstendig program og påmelding kommer i Patetra nr. 1-2012. ◆



Overlege Erik Sigurdson fra St. Olavs Hospital.



Fra paneldebatten (f.v.): Leif Arild Fjellheim, Claes Hulting, Wise Young, Tiina Rekand



Fra "Åpent hus" møtet søndagsformiddag



Professor Joel Glover fra UiO.



Doktor Wise Young fra Rutgers Universitetet i USA.



Overlege Thomas Glott fra Sunnaas sykehus HF.



Eilin Reinaas fra LARS.



Simen Aker, Thomas Glott, og Joel Glover.



Det nye hovedstyret (f.v.): Simen Aker, Eilin Reinaas, Thomas Eide, Leif Arild Fjellheim, Siv Jorunn Fossum, Anne Beate Melheim og Arne Olav Hope.



Flott turvei uten universell

I fjor ble det laget ny turvei på Haugerud nord i Oslo. Flott med fine turveier slik at flere kan komme seg ut i skogen, men dessverre er det laget en trapp midt i denne turveien.

Jeg lot meg irritere og skrev til friluftsetaten i Oslo. Svaret lot vente på seg, men det kom og dette er hva Martine Høyland Hoel svarer:

«Friluftsetaten ønsker en høy universell tilretteleggingsgrad for grønnstrukturen i Oslo, men vi skal også ivareta hensynet til biologisk mangfold, landskap og estetikk. Universell tilrettelegging kan omfatte store terrenginngrep og fjerning av vegetasjon. Utfordringen er å øke tilretteleggingsgraden av Oslos grønnstruktur samtidig som en ivaretar hensynet til biologisk mangfold og landskap.

Det ble vurdert to alternative løsninger for området hvor trappen du refererer til ligger. Et alternativ var å fjerne fyllingen og anlegge en turvei med tilsvarende helningsgrad som gangveien vest for turveien. Det andre var å anlegge trapp slik det nå er blitt gjort. I og med at den nye turveien ligger så nære eksisterende gangvei, og at det går stikkveier mellom turvei og gangvei både rett før og rett etter trapp, ble det vurdert slik at eksisterende gangvei kunne brukes som en alternativ rute for de som ikke kan bruke trappen. Terrenget som fyllinga gir, samt vegetasjonen, ble vurdert som verdifull med tanke på estetikk og naturopplevelse. Det økonomiske aspektet ved å fjerne fyllinga spilte også inn på avgjørelsen»

Hun sier at det går en alternativ gangvei ved siden av denne nye, men for å komme fra den nye turveien og ut på gangveien hun refererer til må man ut på en parkeringsplass, smyge seg mellom bilene, som parkerer tett, ut på en ganske trafikkert vei, enten gå på veien eller kjøre noen meter nedover før man kan forsere en midtrabatt og deretter kjøre opp gangveien, krysse veien og komme tilbake til turveien.

Turveien, og trappa er lagt på en kunstig fylling og denne blir altså vurdert som mer verdifull med tanke på estetikk og naturopplevelser...

Tekst: Anne-Margrethe Nyhus

Forto: Anne-Margrethe Nyhus og Janne Kråkenes

outforming!



ESCIF Congress 2011



ESCIF delegater. Tekst: Leif Arild Fjellheim. Foto: Igno van Heijst.

Kongressen og representantskapets årsmøte 2011 fant sted i tidsrommet 18. – 20. mai i De Rijp, Nederland og ble arrangert av den nederlandske ryggmargsskadeorganisasjonen Dwarslaesie Organisatie Nederland. Kongressen ble holdt på Hotel De Rijper Eilanden, nord for Amsterdam, som ga en ideell og tilgjengelig setting for møtet på rundt 90 deltakere.

Temaet for kongressen var "Påvist" Kvalitet i SCI Rehabilitering og hver foredragsholder nærmet seg temaet kvalitet fra sitt eget perspektiv - som forbruker, som helsepersonell eller som SCI profesjonelle. Alle presentasjonene kan lastes ned på ESCIF hjemmesidene www.escif.org

Den siste sesjonen under kongressen var en workshop diskusjon i tre grupper designet for å lokke fram innspill til en kommende policy statement for kvalitetshensyn i ryggmargsskaderehabiliteringen.

Den siste dagen inkluderte forsamlingen av delegater og en vurdering av fremtidige aktivite-

ter. ESCIF hovedstyret var veldig fornøyd med å ønske "velkommen tilbake" Winnifred De Moes som ble gjenvalgt til Executive og som vil fortsette i rollen som ESCIF Vice President. Videre godkjente delegater opptak av tre nye medlemsorganisasjoner - LARS fra Norge, Alarme fra Frankrike og den tsjekkiske paraplegiker Association.

ESCIF arbeider for flere viktige felles saker for ryggmargsskadde. Her kan nevnes målet om sentralisert ryggmargsskadebehandling og rehabilitering og innføring av ryggmargsskaderegistere i de forskjellige land. Vi i Norge har mye av dette, men jeg mener at det er viktig at vi også deltar i dette fellesskapet da en felles plattform for ryggmargsskadeorganisasjoner i Europa gagnar alle. ESCIF er en flott arena for diskusjon og utdypning av viktige saker. Det kan og nevnes at ESCIF også har fokus på forskning som regenerering av skadet ryggmarg og en arbeidsgruppe for etablering av informasjon og en policy statement for dette er i arbeid.

LARS vil i fremtiden prøve å bli en god bidragsyter og diskusjonspartner for alle de viktige ESCIF sakene. ●

Historien til ESCIF

Høsten 2005, organisasjonene som representerer mennesker som lever med en ryggmargsskade i de forskjellige landene i Europa ble tilbudt en helt spesiell mulighet - til å møtes i Nottwil, Sveits, for å drøfte grunnlaget for en paneuropeisk føderasjon.

Ideen i seg selv, var ikke ny: Noen nettverk var allerede på plass og hadde vært det i flere år. Men dette var første gang at initiativet til å faktisk samle så mange organisasjoner som mulig hadde blitt tatt.

Det kom ikke som noen overraskelse at organisasjoner fra 12 europeiske land som deltok på første møte var enstemmige i beslutningen om å stifte et forbund - en føderasjon som kan og bør omfatte alle land i hele Europa.

Våren 2006 møttes organisasjonene igjen i Nottwil - denne gangen var 16 land representert - for å delta i opprettelsen av den europeiske ryggmargsskade føderasjonen. På dette møtet ble vedtektene for føderasjonen godkjent av delegatene, medlemmene av det første hovedstyret valgt og arbeidet med ESCIF kunne begynne for alvor.

Les mer på www.escif.org



PROGRAM FOR RYGGMARGSKONFERANSE 2011

**FREDAG 26 – SØNDAG 28. AUGUST
PÅ HOTELL ULLENSVANG**

Fredag 26. August:

	Ankomst til hotellet
Kl 19.00:	Middag
Kl 21.00:	Sosialt samvær i konferansesalen
Kl 00.00:	Utlodning

Lørdag 27. August:

	Frokost
Kl 10.30 – 11.00:	Presentasjon av utstillerne på konferansen; Coloplast, Homecare og Astra Tech
Kl 11.00 – 12.30:	Ernæring og helse (Ernæringsfysiolog Lina Nordin)
Kl 12.30 – 14.00:	Lunsj
Kl 14.15 – 15.00:	Beitostolen helsesportsenter
Kl 15.00 – 15.15:	Pause
Kl 15.15 – 16.00:	Beitostolen helsesportsenter
Kl 16.00 – 16.30:	Informasjon om LARS
Kl 19.00:	Middag Sosialt samvær

Søndag 28. August:

	Frokost
Kl 11.00:	Rebusløp/ Sporleik (Oppmøte i konferansesalen)
Kl 13.00:	Lunsj Hjemreise

Invitasjon til Ryggmargskonferanse 2011 fredag 26. – søndag 28. august på Hotel Ullensvang
LARS Hordaland har også i år gleden av å invitere medlemmer, pårørende, assistenter og leverandører til en spennende og lærerik helg på Hotell Ullensvang i Hardanger. Det er i år 27. gangen denne konferansen arrangeres. Opplegget starter med middag fredag kl 19.00 og avsluttes med lunsj søndag kl 13.00. Dette blir en helg hvor det er muligheter til å få med seg god faglig informasjon, samt sosialt samvær. Helgen er basert på fellesamlinger med informasjon og foredrag. I tillegg til foredragene vil LARS sine samarbeidspartnere ha stands og demonstrasjon av nye produkter.

Pris for opphold m/full pensjon fra fredag til søndag

- Dobbelrom: kr. 1650,- pr. pers
 - Enkelrom: kr. 2300,- pr. pers.
 - Tillegg for deluxe rom mot sjø kr. 420,- / mot eplehage kr. 220,- ekstra per pers. pr. natt)
- (Prisene gjelder medlemmer, hjelpere og husstandsmedlemmer).

Alle kan melde seg på. For mer informasjon, ta kontakt med:

Marius Loftheim på tlf 55312264

E-postadresse: loftheim@gmail.com

Vennlig hilsen

Styret i LARS Hordaland
v/ leder Marius Loftheim

LARS Øst/Oslo Østla

Tekst: Simen Aker. Foto: Odd Omdal.

LARS Øst/Oslo inviterte i år Trond Strømdahl, spesialpedagog og forfatter, for å holde et foredrag om motivasjon og mestring. Han har i tillegg vært en av Lars Monsens (kjent fra NRK for mange turprogram) faste reisefølge/kamerat i mange år. Under den faglige delen av arrangementet fikk deltakerne høre om mange interessante opplevelser fra noen av deres turer de siste 20 årene, og ikke minst hvordan man kan hente inspirasjon og motivasjon for å mestre utfordringer ute i naturen. Og flere av deltakerne hadde mange spørsmål knyttet til dette etter presentasjonen. Våre 3 samarbeidspartnere var også tilstede, og kom med det siste av nyheter ovenfor publikum. Et samarbeid som mange medlemmer setter stor pris på, og som fikk mange besøk på sine stands også under dette arrangementet. Takk nok en gang til Boots HomeCare, Coloplast, og Astra Tech.

På kvelden var det invitert til Festmiddag, og det var mange av medlemmene som ønsket å delta på denne. En riktig hyggelig kveld ble det, med mye god mat og drikke. Ekstra hyggelig var det at flere av de langveisfarende LARS medlemmene ønsket å delta på middagen på kvelden også, og ønsket å tilbringe en fin maihelg sammen LARS Øst/Oslo medlemmer i Sarpsborg. ●



Publikum fulgte spent med på Trond Strømdahl sitt foredrag. Fremst på bilde ser vi mangeårig LARS medlem Per Erik Løkkevik med sin kone Eva Løkkevik.



Landssamlingen 2011



Leder av LARS Øst/Oslo Thomas Eide (t.h) og Nestleder Simen Aker takket alle deltakerne for en kjempefin helg sammen under dette årets "Øst-landssamling".



Deltakerne følger spent med!



Trond Strømdahl (foredragsholder) viser frem noen av bildene fra turen Lars Monsen og han tok under turen "Norge på langs til bens".



ISCoS - International Spinal Cord Society Konferanse - Washington DC 4-8 juni

Tekst og bilder: Leif Arild Fjellheim.

Noen av hovedstyrets representanter (Leif Arild Fjellheim, Eilin Reinaas, Arne Olav Hope og Simen Aker) deltok i juni på ISCoS sin årlige konferanse. I år var konferansen lagt til Washington DC i USA. ISCoS konferansen er en årlig begivenhet hvor klinikere innen ryggmargsskadefeltet og andre møtes for å fortelle om og diskutere den siste forskningen og utviklingen i forhold til rehabilitering og oppfølging av ryggmargsskadde. Fagnivået og kompetansenivået er høyt og emnespredningen er stor. Vi i LARS hovedstyret ser det som et mål å delta på disse konferansene fra tid til annen da mange interessante ideer oppstår, mange gode relasjoner knyttes og erfaringsutvekslinger med andre ryggmargsskadde fra hele verden skjer. ESCIF var blant annet til stede med separat møte for diskusjoner for om mulig å etablere et verdensomspennende nettverk også for ryggmargsskadde. Likeså var alle spinalenhetene i Norge godt representert med mange leger og andre fagpersoner.

Jeg går ikke innpå alle foredragene og postersesjonene da det blir for mye, det var rundt 700 påmeldte til konferansen, og spennvidden var helt fra forebygging, til rehabiliteringsmetoder, tekniske hjelpemidler for eksempel undersøkelser på sitteputer og helt til andre ender hvor flere foredrag tok for seg regenerering (reparasjon) av skadet ryggmarg.

Jeg ønsker allikevel å skrive litt om Functional electrical stimulation (FES) som var viet tid for flere foredrag. Det synes nå over flere år å være godt dokumentert at FES ved for eksempel bruk av gåmaskin (se bilde, eller sykkel man setter seg inn i via rullestol) har dokumentert effekt. Både i et generelt rehabiliteringsperspektiv for nyskadde og også videre ut i rehabiliteringsforløpet. Ved regenerasjon er FES også viktig for stimulering av nervevekst. Utstyr for dette ble demonstrert. For eksempel kostet FES med gåmaskin ca. \$65.000 og FES-bike ca. \$25.000. Billig for eksempel i forhold til LOKOMAT. Allikevel, det finnes flere merker ute på markedet.

Vi diskuterte FES med gåmaskin med de norske spinalenhetenes leger og en fant dette interessant. Det har og vært gjort noen tidligere FES studier i Norge. Vi i LARS kunne derfor ha tenkt oss at spinalenhetene kunne ha sett på dette mer konkret for om mulig å få anskaffet slikt utstyr til alle spinalenhetene, gjøre det lett tilgjengelig for brukerne, og også kanskje samtidig kjøre noen studier i forhold til dette. Oppfordringen er herved gitt.

Vi (vi i LARS og leger fra de norske spinalenhetene) hadde og et separat møte med flere representanter fra de største rehabiliteringsinstitusjonene og hospitalene i USA på ryggmarg i forbindelse med kliniske studier vi i Norge har drøftet med amerikanerne her tidligere. Les mer om dette etter denne ISCoS artikkelen.

Alt i alt, konferansen var veldig inspirerende og givende og mange gode ideer har kommet ut av dette. På de neste sidene kan en se et utdrag av noen andre saker som ble presentert i USA. ●

Målene til ISCoS

Tjene som en internasjonal upartisk, ikke-politisk og ikke-fortjeneste forening hvis formål er å studere alle problemer knyttet til traumatiske og ikke-traumatiske lesjoner i ryggmar-gen. Dette inkluderer årsaker, forebygging, grunnleggende og klinisk forskning, medisinsk og kirurgisk ledelse, klinisk praksis, utdanning, rehabilitering og sosial reintegrering. Dette samfunnet vil fungere i nært samarbeid med andre nasjonale og internasjonale organer, og dermed oppmuntre til mest effektiv bruk av tilgjengelige ressurser.

Gi en faglig utveksling blant sine medlemmer og andre ved å samle og spre informasjon gjennom publikasjoner, korrespondanse, utstillinger, regionale og internasjonale seminarer, symposier, konferanser og ellers.

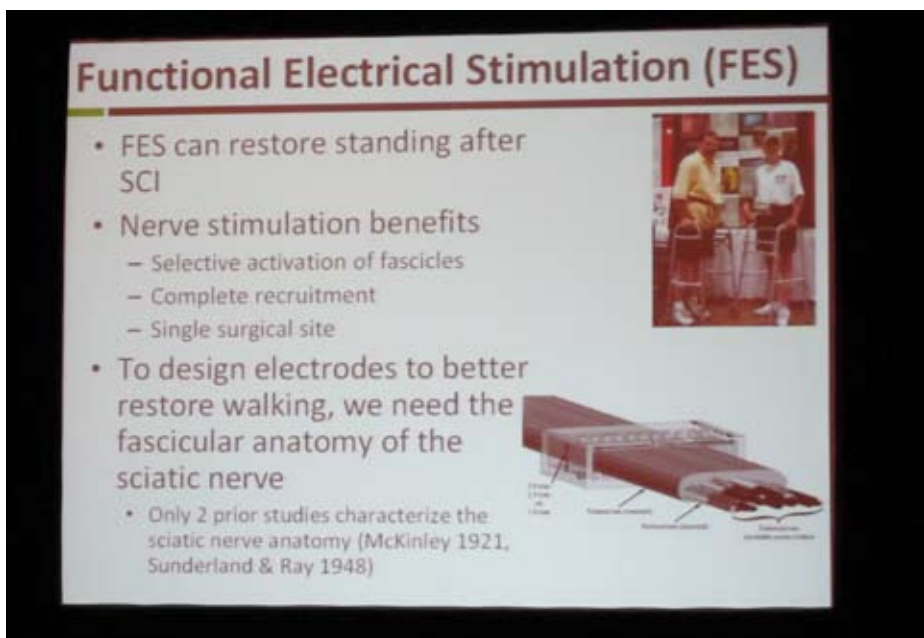
Råde, oppmuntre til, fremme og ved anmodning bistå i arbeidet med å koordinere og lede forskning, utvikling og evaluering av aktiviteter knyttet til ryggmarglesjoner over hele verden.

Råde, oppmuntre, veilede og støtte arbeidet hos de ansvarlige for omsorgen av pasienter, og ved forespørsel relatere disse aktivitetene i hele verden.

Råde, oppmuntre, veilede og støtte arbeidet hos de ansvarlige for utdanning og opplæring av medisinsk personell og fagfolk ,og ved forespørsel relatere disse aktivitetene i hele verden.

The International Spinal Cord Society skal arbeide i samarbeid med nasjonale og internasjonale organer, og dermed oppmuntre til mest effektiv bruk av tilgjengelige ressurser over hele verden.

www.iscos.org.uk



eLEGS – elektroniske ben

Tekst og bilder: Arne Olav Hope.

I 1999 begynte forskning til det produktet som om kort tid vil bli markedsført som eLEGS. Det opprinnelige produktet var tiltenkt det amerikanske forsvaret. Hensikten var å lage et redskap som gjør det mulig å bære tungt utstyr over lengre distanser. Produktutviklingskostnaden var på ca \$ 25 millioner. Selskapet ble etter hvert klar over at teknologien også hadde et potensial for funksjonshemmede. Det ble utviklet en prototype for dette markedet.

eLEGS er en blanding av ulike teknologier. Litt av prinsippene har du kanskje sett i filmer som Robocop og Ironman. Alle med komplette lammelser i bena vet at å gå med skinner og krykker er en stor belastning for overkroppen. Spesielt er skuldrene utsatt, og en blir fort trett. Dette er ofte grunnen til at skinner og krykker blir lagt bort. eLEGS mer enn halverer belastningen med dette. I tillegg oppleves en mer naturlig gange i og med at kneet bøyes og strekkes. Systemet er selvberende og velbalansert. Dette gjør det også enklere bare å stå.

Produktet som nå kommer om kort tid er tiltenkt rehabiliteringsmarkedet slik som spinalenhetene i Norge. Prisen er ikke avskrekkende sammenlignet med andre systemer av samme slag. Det koster \$ 140.000,- og kommer med en vedlikeholdsavtale. Selskapet bak eLEGS, Berkeley Bionics, planlegger å lansere et produkt for hjemmebrukeren om 2 år.

Vi fikk demonstrert eLEGS av en ryggmargsskadet person. Man kan forvente som ryggmargsskadet en ganghastighet mellom 0,8 til 1,5 km pr time. Jeg vil kalle dette for gammel manns gange, men allikevel går det på fram uten for store belastninger. Det kreves en del trening for å ta i bruk systemet. I hovedtrekk er dette å holde balansen. eLEGS var imponerende enkelt å ta på seg. Rekkevidden er over 4 timers gange. Det antas å ikke gi særlige belastninger for huden. Ved å bruk systemet får en alle de gode fordelene av å gå slik som for eksempel bedre sirkulasjon og fordøyelse. Kanskje noe for spinalenhetene å studere? ●

Film og mer informasjon om eLEGS får en ved å gå til hjemmesiden til selskapet:
www.berkeleybionics.com

Bildene viser Amanda Boxtel som demonstrerer utstyret på konferansen i Washington.





Kan du dette?

Tekst: Arne Olav Hope.

Det er gjennomført en amerikansk undersøkelse for å finne ut hvor gode ryggmargsskadede er til å kjøre sin rullestol. Undersøkelsen omfattet 5 rehabiliteringssentre og gjort blant 212 deltakere hvor 168 var menn og 44 var kvinner. Den er gjort ved målinger og ikke ved bruk av spørreskjema.

Her er noen av hovedtrekkene fra undersøkelsen:

- 69 % paraplegikere og 77 % tetraplegikere kunne ikke kjøre opp en 15 cm fortauskant
- 47 % paraplegikere og 55 % tetraplegikere kunne ikke kjøre ned av en 15 cm fortauskant
- 36 % paraplegikere og 48 % tetraplegikere kunne ikke sitte i stolen kun når bakhjulene berørte underlaget i 30 sekunder
- Mer enn 10 % av alle deltakerne kunne ikke forsure et 15 cm hull i veibanen, forsure en 5 cm hindring, snu rullestolen 180 grader på bakhjulene, komme seg fra gulv og opp i rullestolen uten hjelp, legge sammen og montere rullestolen, kjøre opp og ned trapper i rullestol

Selv om rullestolferdigheter er viktig for å kunne manøvrere på en sikker og effektiv måte, var det mange som hadde problemer med å mestre de nødvendige teknikkene. Undersøkelsen konkluderer med at mer trening kan være fordelaktig.

Selv om dette er en amerikansk undersøkelse og ikke nødvendigvis trenger å gjelde for norske para- og tetraplegikere, er den interessant. Man kan jo alltid spørre seg selv: Kan jeg dette? ●



Gode resultater for ryggmargskadde med inkomplett skade i ny studie med trening på “undervanns tredemølle”.

Tekst: Simen Aker.

Sandra Stevens (Phd) og hennes team på 5 leger, ville dokumentere effekten av trening på “Undervanns tredemølle” for ryggmargskadde med inkomplett skade (SCI). Dette er kort fortalt, en tredemølle som er montert/satt ned i en stor vann-tank, der de kan justere grader på vannet, mengde vann, bærende vekt av pasienten med seler, og ikke minst hastigheten på tredemøllen. Studien ble utført/testet på personer som hadde vært ryggmargskadd i 5-8 år. I denne studien skulle de gå en distanse tilsvarende 6 min gange utendørs, og det daglig (7 dager pr. uke) i 8 uker som studien/testen skulle vare. Det vil ved slutten av studien si ca. 27 min gange på “undervanns tredemøllen”. Denne studien hadde med pasienter i alderen 15 til 48 år, og besto av ca. 2/3 menn og 1/3 kvinner. Da det tidligere har vært utført lignende studie på pasienter med MS og slagpasienter bl.a., ville de se og dokumentere hva dette kan ha av effekt for ryggmargskadde. Pasientene var igjennom grundige tester av styrke/utholdenhet før start, for å kunne måle et best mulig resultat av økning/svekkelse av noen av muskelgruppene. Og resultatet var kjempe positivt for mange av deltakerne i denne studien.



Foto: Middle Tennessee State University.

Enkelte av deltakerne hadde en økning på mellom 115-120 % forbedring på enkelte muskelgrupper, før og etter slutt på denne studiens periode på 8 uker. De fleste i testgruppen hadde en økning på 30-45 % på flere/mange av muskelgruppene, så resultatet sier jo her at det er mye å hente på en slik treningsform. Kun 8 % av deltakerne sa de hadde 10% eller mindre i økning av muskelstyrken. Dette var det også vanskelig å måle på denne prosentdelen, sa Sandra Stevens under sin presentasjon.

Så får vi bare avslutningsvis håpe at alle de 3 spinalenhetene her i Norge, en dag vil få en “Undervanns tredemølle” montert. Slik at alle pasienter som er innlagt til rehabilitering/opptrening, får en mulighet til å benytte seg av denne. ●

Håp og optimisme i Washington

Tekst: Eilin Reinaas.

Stephen W.J. Seager og L.S. Halstead fra National Rehabilitation Hospital i Washington, DC i USA har arbeidet med å hjelpe ryggmargsskadde menn til å bli fedre. Hvordan de gjorde det i praksis ble vist på to store skjermer på hver side i salen. De førte noe som lignet et skrujern med elektroder opp i endetarmen, med den tykke enden inn. Deretter ble strømmen satt på, samtidig som noen andre stod klar for å "tømme" mannen for sæd. Etter endt tømning, fikk han kle på seg og spermen var klar for bruk. Alle som hadde forsøkt dette hadde greid å få ut sperm, men 3 prosent hadde ikke hatt levedyktige sædceller. Det vil si at hele 97 prosent hadde sjans til å bli far. Dette gjaldt selv over 20 år etter ryggmargsskaden. For de med høye skader, var det fare for autonomt dyrefleksi (AD), men dette løste de i USA med å gi blodtrykkssenkende middel først, mens ved Haukeland Universitetssykehus ga de narkose ifølge lege derfra som var på konferansen.

Som inkomplett skadet, var det mange interessante foredrag om ulike treningsopplegg som kunne medføre ganske store forbedringer i gangevnen. Til og med de som hadde vært ryggmargsskadd i mange år kunne bli bedre, så det virker som om det aldri er for sent å prøve. Mange av treningsoppleggene er egentlig noe enhver kan begynne med, bare de har tilgang på nok hjelp eller det rette treningsutstyret. Dette er noe både LARS og spinalenhetene vil jobbe



Eilin Reinaas.

aktivt for å sette oss mer inn i og få startet opp med i Norge med det første, bl.a. ved planlegging av innkjøp av nye treningsmaskiner som kan brukes også poliklinisk for kronikere i tillegg til de nyskadede pasientene.

Det ble også fortalt om forskning på hvor godt rullestolferdighetene i USA var, fordelt på paraplegikere og tetraplegikere og etter hvilken stoltype de hadde. Her viste det seg at overraskende mange paraplegikere ikke greide å komme seg opp og ned fortauskanten eller å balansere på bakhjulene. Dette mente de skyldtes at det ble gitt svært kort rehabilitering, oftest bare tre uker, og at de rullestolene som ble dekket under enkelte ordninger ikke var lette å manøvrere. Det er viktig for å sikre det norske hjelpemiddelutvalget og kontinuerlig produktutvikling at

vi får dokumentert hvor viktig riktig og individuelt tilpassede hjelpemidler er for muligheten til et selvstendig liv. Kanskje noe å forske på her i Norge også?

Det var også mange foredrag om forskning og ulike forsøk som var igang på ryggmargsskadde rundt omkring i verden, som kan føre til sterk grad av gjenvinning av funksjonsevnen under skadestedet, men deltagelse forutsetter som regel at du må være komplett skadet, bo i rett land og tørre å ta en stor risiko. Foredragene om treningsresultatene ga imidlertid håp til alle, vel og merke hvis du orker å jobbe for det. ●

SCINetNorway

Spinal Cord Injury Network Norway

Landsforeningen for Ryggmargsskadde (LARS) har sammen med fagmiljøene på ryggmargsskader i Norge etablert SCINetNorway. Det har tidligere eksistert en arbeidsgruppe siden 2009, men vi ønsker nå å formalisere dette arbeidet.

Formål

Formålet er å skaffe økonomiske midler til medisinsk forskning for bedre rehabilitering og studier på ryggmargsskader, som også kan resultere i kliniske forsøk for reparasjon av ryggmargsskader. Vi vil og utvikle egen hjemmeside som også vil være en viktig side for informasjon over aktivitet og planlagt aktivitet for forskning på ryggmargsskader i Norge, også med internasjonale forgreninger. Vi har blant annet samarbeider med tunge universiteter i USA.

Bakgrunn for prosjektet (Hva er problemet/utfordringen som skal løses)

Landsforeningen for Ryggmargsskadde har et tett forskningssamarbeid med spinalenhetene i Norge og forskningsmiljøene herunder også grunnforskningsmiljøene. Vi er nå i den fase at vi planlegger kliniske studier på mennesker med ryggmargsskade i Norge hvor målet er regenerering av skadet ryggmarg, altså gjenervelse av tapte funksjoner. Det er i Norge etablert en arbeidsgruppe for dette samarbeidet som består av Glover og Langmoen ved Stamcellesenteret, Nevrokirurgisk avdeling ved OUS, Intervensjonscenteret ved OUS og spinalenhetene ved Sunnaas sykehus HF, Haukeland universitets-

sykehus og St. Olavs Hospital. De nye hjemmesidene vil være en felles plattform hvor ryggmargsskade-forskningen for mulig regenerering blir informert om samtidig som siden også skal tjene som portal for å skaffe økonomiske midler for slik forskning. Her følger noen punkter:

- LARS har tidligere reservert domenet www.scinetnorway.org for formålet
- SCINetNorway står for Spinal Cord Injury Network Norway
- Sidene vil være et samarbeid mellom de tre spinalenhetene i Norge (Sunnaas, Haukeland og St. Olavs), UiO (Joel Glovers lab) og LARS. LARS skal eie siden
- Formålet er å skaffe penger til medisinsk forskning som kan resultere i klinikkforsøk for reparasjon av ryggmargsskader samt informasjonskilde
- Egen meny for donasjon av penger vil behøves (det vil ikke være LARS sine medlemmers penger en er ute etter, men hovedsakelig fra myndighetene og andre institusjoner)
- Det vil være noen få menyvalg der som kan være: opplysning om hva ryggmargsskade er, innlegg om hvorfor dette er viktig med blant annet uttalelser fra fagpersonell
- Vi vil og i tillegg til norsk språk ha engelsk språk
- Noen oppdateringer vil vi utføre på sidene, ikke mange, men sidene vil da lages slik at vi enkelt kan oppdatere
- Statutter for valg av hvem/hvilke prosjekt som kan søke penger fra SCINetNorway vil bli etablert

Forventede resultater (hva skal man oppnå av resultater, "hvor mye" og "når")

Dette er langsiktig arbeid, men det diskuteres allerede om Norge skal utføre kliniske studier på regenerering av skadet ryggmarg i Norge fra 2012. Dette vil da være et nasjonalt prosjekt med fokus på å forbedre situasjonen for ryggmargsskadde ved gjenervelse av tapte funksjonsnedsettelse. Vi har hatt flere møter i forhold til dette i Norge blant annet på landskonferansen i Bergen i mai. I Washington DC i juni under ISCoS konferansen hadde og LARS og norske leger møter med tunge amerikanske rehabiliteringsinstitusjoner, hospitaler og leger for felles diskusjoner for mulige felles studier.

Nyhetsbulletin

Vi ønsker allerede nå å etablere en nyhetsbulletin som vi sender ut på e-post for å opplyse om diskusjonene for planlegging av kliniske studier i Norge for mulig regenerasjon av skadet ryggmarg. Nyhetsbulletinen vil bli sendt ut på e-postdistribusjon. Om en ønsker å være med på e-postdistribusjonslisten kan en sende inn beskjed om dette til e-post scinetnorway@hotmail.com

-LARS Hovedstyret

Nytt
kateter
for menn

Utviklet for diskresjon

Et kompakt klar til bruk kateter for menn

SpeediCath Compact Mann kateteret er et lite og kompakt kateter som gjør kateteriseringen mer diskret. Kateteret berøres ikke ved innføring og er klar til bruk når som helst og hvor som helst. Uten PVC og ftalater. Kort sagt, en revolusjon innen kateterdesign.

Fyll i skjemaet under og send det til oss for gratis prøver. Send oss gjerne en e-post på kundeservice@coloplast.com eller ring telefon 22 57 50 00.

Ostomy Care
Urology & Continence Care
Wound & Skin Care

Coloplast utvikler produkter og tjenester som gjør livet enklere for mennesker med personlige medisinske behov. Vi samarbeider tett med brukere av våre produkter og utvikler løsninger tilpasset deres behov. Vi kaller dette intimsykepleie. Våre forretningsområder inkluderer stomi, urologi og kontinens, hud- og sårpleieprodukter. Vi er et internasjonalt selskap med over 7000 ansatte.

Coloplast er et registrert varemerke eid av Coloplast A/S
Alle rettigheter er forbeholdt Coloplast A/S, 3050 Humlebæk, Danmark



Coloplast Norge AS
Postboks 6287 Etterstad
0603 Oslo
Telefon 22 57 50 00

www.coloplast.no

Styr PCen med stemmen

“Send ny epost”, “Åpne Microsoft word”, “Bruk fet skrift”, “Les opp merket tekst”, ... Med VOMOTE kan du styre PCen med stemmen, eller du kan kombinere talegjenkjenning med mus, tastatur, hodemus, brytere osv.

Hva er VOMOTE?

VOMOTE er et hjelpemiddel som gjør det mulig å bruke en PC kun ved å gi talekommandoer. Du kan styre musen, formatere tekst, surfe på internett, lage/redigere regneark og gjøre alt annet du bruker PCen til.

VOMOTE er en liten boks som kobles til PCen ved hjelp av en USB-kabel. Siden all talegjenkjenning gjøres i VOMOTE-boksen blir ikke PCen hverken ustabil eller treg! Det finnes flere mikrofonalternativer: bordmikrofon, trådløs hodemikrofon (kan få strøm fra rullestol), hodemikrofon med kabel osv. Det er lagt ned mye arbeid i å finne gode løsninger, både for å oppnå maksimal talegjenkjenning og for at ergonomien skal være best mulig for mennesker med ulike behov.

Foreløpig kan du ikke diktere løpende tekst. Du kan imidlertid stave, og skrivehastigheten kan bli veldig god hvis talegjenkjenning kombineres med såkalt ordprediksjon.

Du kan søke NAV om å få VOMOTE og egnet mikrofon som et teknisk hjelpemiddel.

Dette er et helt enestående hjelpemiddel!

Vi i MediaLT har hatt gleden av å samarbeide med mange brukere både i utviklingen av VOMOTE og i andre prosjekter. Dette har gjort VOMOTE mye bedre enn det vi kunne klart uten hjelp! “Dette er



et helt enestående hjelpemiddel”, sier en av testerne som nå har fått innvilget løsningen fra NAV. Hun er en voksen dame som ikke har kunnet bruke PC på mange år. Hun bruker elektrisk rullestol og har ingen håndfunksjon. Den positive dama kan nå bruke web, sende epost og hun lærer noe nytt hver dag! Dette inspirerer naturligvis også oss; Inspirerer til å gjøre VOMOTE enda bedre!

Oplæring er viktig

De fleste har liten eller ingen erfaring med talegjenkjenning. Det er derfor ønskelig for mange å få litt starthjelp! Kan du mye om bruk av PC vil det være enkelt å komme i gang. Er PC nytt for deg vil det være mer å sette seg inn i - men jammen er det mye spennende å lære!

Norsk er et lite språk

Talegjenkjenning har vært tilgjengelig i mange år for tysk, engelsk og enkelte andre språk. Det kreves store ressurser for å utvikle denne typen teknologi. Små språk som norsk er derfor ikke interessant for Nuance,

Microsoft og andre kommersielle aktører.

Norges forskningsråd har støttet flere språkteknologiprojekter. Et av disse er SMUDI (Stemme-styring i MULTImodal Dialog). Et resultat av SMUDI-prosjektet er en såkalt talegjenkjenningmotor for norsk. Denne motoren er brukt for å utvikle produktet VOMOTE, et samarbeid mellom MediaLT og det svenske firmaet Veridict. Data fra Norsk språkbank (nå under Nasjonalbiblioteket) har vært viktige for å utvikle norsk talegjenkjenning. Mange av ressursene i Språkbanken kommer fra konkursboet etter Nordisk språkteknologi (et firma som holdt til på Voss).

Mer informasjon

Vil du vite mer om VOMOTE kan du ta kontakt med MediaLT:
Tlf. 21 53 80 10

Web: www.vomote.no

Av: Morten Tollefsen.



LARS

Landsforeningen for Ryggmargsskadde
Tilsluttet Norges Handikapforbund



PROTOKOLL

Årsmøte 2011 - Landsforeningen for Ryggmargsskadde

TID : LØRDAG 7. MAI 2011. KL. 09.00 - 11.00
STED : RADISSON BLU HOTEL NORGE, BERGEN

Hovedstyremedlemmer og delegater tilstede med stemmerett.

Hovedstyret : Leif Arild Fjellheim, leder
Eilin Reinaas, nestleder
Arne Olav Hope, økonomileder
Thomas Eide, styremedlem
Erik Baret, styremedlem
Simen Aker, styremedlem

LARS Hordaland : Anne Beate Melheim
Marius Loftheim
Svein Arne Vabø

LARS Møre og Romsdal : Oddvar A. Gikling

LARS Rogaland : May Høye Håland
Evy Hetland

LARS Trøndelag : Karin Kyrrø
Lars Bakås

LARS Øst/Oslo : Anders Nylander
Leena Nylander
Terje Barstad

Fra valgkomiteen stilte : Svein Arne Vabø

Hovedstyreleder ønsket alle velkommen og ledet møtet frem til valg av årsmøteleder.

Årsmøtet ble ledet av Jan Kåre Stura og protokollert av Leif Arild Fjellheim.

Til behandling forelå følgende saker:

Sak nr. 01 Konstituering av årsmøtet

- a) Godkjenning av delegatene
- b) Godkjenning av innkalling
- c) Godkjenning av saksliste
- d) Valg av møteleder
- e) Godkjenning av forretningsorden
- f) Valg av 2 til å underskrive protokollen sammen med møteleder
- g) Valg av 3 til tellekorps
- h) Valg av 2 til redaksjonskomité



Vedtak:

- Sak nr. 01 a) Enstemmig godkjent.
- Sak nr. 01 b) Enstemmig godkjent.
- Sak nr. 01 c) Enstemmig godkjent.
- Sak nr. 01 d) Jan Kåre Stura, enstemmig valgt til møteleder.
- Sak nr. 01 e) Enstemmig godkjent.
- Sak nr. 01 f) Leif Arild Fjellheim og Eilin Reinaas, enstemmig valgt til å underskrive protokollen sammen med møteleder.
- Sak nr. 01 g) Leena Nylander, Evy Hetland og Anne Beate Melheim enstemmig valgt til tellekorps.
- Sak nr. 01 h) Strykes da punkt om uttalelser fra årsmøtet utgår.

Sak nr. 02 Årsmeldingen for 2010

Vedtak:

Enstemmig godkjent.

Sak nr. 03 Årsregnskapet for 2010

Vedtak:

Enstemmig godkjent.

Sak nr. 04 Budsjett - 2011

Vedtak:

Tatt til orientering.

Sak nr. 05 Rammeplan for prioriterte innsatsområder i 2011

Vedtak:

Tatt til orientering.

Sak nr. 06 Innkomne forslag

Vedtak:

Ingen innkomne forslag.

Sak nr. 07 Valg

- a) 3 styremedlemmer
- b) 2 varamedlemmer
- c) 3 til valgkomité
- e) Revisor

Valg vedtak:

Sak nr. 07 a) **Arne OLav Hope**, valgt som økonomileder for to (2) år.

Thomas Eide, valgt som styremedlem for to (2) år.

Simen Aker, valgt som styremedlem for to (2) år.

Sak nr. 07 b) **Siv Jorunn Fossum**, valgt som 1. varamedlem for ett (1) år.

Anne Beate Melheim, valgt som 2. varamedlem for ett (1) år.

Sak nr. 07 c) **Elisabet Berge (leder), Geir Inge Sivertsen og Steinar Mikalsen**, valgt til valgkomité.

Sak nr. 07 e) **Nitches Revisjonskontor AS**, som før (ref. NHF lover).

Alle ble valgt ved akklamasjon.

Hovedstyret for 2011 har da følgende sammensetning:

Leder	Leif Arild Fjellheim
Nestleder	Eilin Reinaas
Økonomileder	Arne Olav Hope
Styremedlem	Thomas Eide
Styremedlem	Simen Aker
1. Varamedlem	Siv Jorunn Fossum
2. Varamedlem	Anne Beate Melheim

Leif Arild Fjellheim

Eilin Reinaas

Jan Kåre Stura

Fra Norges Handikapforbund

Uføreforslaget gir NHF gjennomslag

Etter flere utsettelse har regjeringen nå lagt fram lovproposisjonen om ny uføretrygd. NHF er fornøyd med at flere av våre innspill har fått gjennomslag.

Hvordan skal framtidens uføreordning utformes? I lovproposisjonen som ble lagt frem i dag, fredag, kom regjeringen med sitt forslag til svar på dette spørsmålet. Det viser at mange av elementene som vi i NHF først fryktet at ville ført til en kraftig svekkelse av ordningen, nå er tatt bort.

Forsørgertillegget fredes

En av de kanskje viktigste områdene som NHF opplever å ha fått gjennomslag på, er ordningen "ung ufør". Det er positivt at regjeringen opprettholder ordningen "ung ufør" som en tidsbestemt ytelse, dette er viktig for den enkeltes sikkerhet og trygghet. Samtidig er det avgjørende at lovforslaget ikke innebærer noen reduksjon av forsørgertillegget, noe som ville ført mange flere inn i fattigdomsknipa.

Hva med sysselsettingsstrategien?

I lovproposisjonen foreslår regjeringen å endre friinntekten, som i dag tilsvarer grunnbeløpet på 1G. For dagens uføre vil denne beløpsgrensen være 60.000 kroner fram til 2019. Samtidig det er positivt at ventetiden på et år for å prøve seg i arbeidslivet, fjernes. Forslaget skal ifølge regjeringen stimulere til arbeidsdeltakelse og fleksibilitet.

NHF mener at dette imidlertid forutsetter at regjeringen også setter inn tiltak i den varslede sysselsetningsstrategien. Dette må til for at personer som mottar uføretrygd reelt kan delta helt eller delvis i arbeidslivet.

Ikke bare fryd

Førsteintrykket av lovproposisjonen gir imidlertid ikke grunnlag for å støtte det fullt ut. NHF er blant annet skeptiske til effekten av beregningsgrunnlaget. Konsekvensen kan bli at personer som mottar uføretrygd og som ikke har mulighet til arbeid ved siden av, blir værende på et like lavt inntektsnivå som samfunnet aksepterer for personer som i kortere tid mottar ytelse fra fellesskapet. Her ser vi det nødvendig å minne om at uføreytelser for mange varer over lang tid. ●

Les mer om detaljene i forslaget til uføretrygd på regjeringens nettsider. www.regjeringen.no



Ikke akkurat miljøvennlig

Jeg får, som mange av oss medisinsk utstyr levert på døren. Det som slår meg hver gang er at det blir veldig mye papp og papir.

Bildet her viser en levering jeg fikk for en stund siden. Jeg åpner opp og pakker om for å få plass i skapet på badet. I så og si hver pakning er ti enheter, mens det fint kunne vært plass til det dobbelte. Dermed kunne mengden av papp og esker vært halvert. Det ville spart miljøet og vi ville sluppet med mindre esker ved leveringen.

Skulle ønske dette var noe våre ulike leverandører (og samarbeidspartnere) kunne gjøre noe med.

Jeg kaster ballen videre og håper noen tar i mot!

Anne-Margrethe Nyhus

MEDICUS PLESNER

HELSE
VELVÆRE
APOTEK

VELKOMMEN TIL MEDICUS PLESNER



VÅRE SPESIALOMRÅDER

RIK ■ Stomi ■ Inkontinens ■ Diabetes ■ Klinisk ernæring ■ Brokk
Sårprodukter ■ Støtte- og kompresjonsbehandling

VÅRE TJENESTER

- Hos oss møter du helsepersonell med spesialkompetanse
- Vi hjelper deg å finne de produktene som passer best for deg
- Personlig veiledning på telefon, klinikk eller i eget hjem
- Våre sykepleiere utfører hjemmebesøk i Oslo, Akershus, Hedmark, Oppland og Vestfold
- Varelevering over hele landet til ønsket adresse – uten kostnad
- Trygg og sikker oppbevaring av din blåresept

VI SAMARBEIDER MED LEDENDE PRODUSENTER

Vi er produktnøytrale og leverer alle produkter som dekkes på blå resept

TA KONTAKT MED OSS FOR BESTILLING OG PRODUKTVEILEDNING

RING 815 55 300

TRYGG
OPPFØLGING HOS
MEDICUS PLESNER



MAX II "Mean machine" selges

Mitt kjære fremkomstmiddel i naturen skal selges på grunn av overgang til ny løsning. Dette er noe av det råeste en kan ta i bruk for å komme seg frem i ulendt terreng. Meget sjelden i Norge. Den driver på alle 6 hjulene (6WD). Dette gir overlegen fremkommelighet, og kan ikke sammenlignes med ATV som kun driver på 4. Den er "amfibious" som betyr at den flyter, og kan forsere myr og vann. Den drives fram på vann av mønsteret i dekket og gir ca 2-3 knop. Max'en kjøres som en stridsvogn med 2 spaker. Du trenger derfor ikke bena for å håndtere den. Er du en av dem som hater vinter og snø? I så fall vil denne kunne gi deg et nytt "vinterliv". Ingen tar denne på fremkommelighet i snøen med hjul. Rekorden er 25 akebrett som den drog bak seg. Bli vinterkongen i nabolaget med denne. Kan brukes som traktor til å flytte ting og måke snø med hvis en monterer tillegg utstyr (medfølger ikke). Max'en trenger en nevenyttig eier, da den har korte vedlikeholdsintervaller. Den leveres driftsklar, men det er en del småting som må fikses for å få den helt topp. Dette er stort sett å bytte lamper, ledninger og eksosanlegg. Litt rust må tas. Levers med noen ekstradeler. Den drives av en Vanguard 14 hk, 4 takter, Briggs and Stratton. Veldig solid motor som går som en klokke. Totalt er den ikke gått mer enn 100 timer. Kan oppnå hastigheter over 50 km i kupert terreng. Det holder mer enn nok, og kan skremme enhver. Den kan ikke registreres eller kjøres lovlig på vei, og er ansett som en arbeidsmaskin. Max'en ble importert fra USA i 2005, og kostet da levert Norge kr. 85.000,- inkl. frakt og mva. For mer informasjon, videoer og bilder gå til www.maxatvs.com. Selges til sommerpris for LARS medlemmer kr. 35.000,-. Kan leveres med tillegg i prisen. Ring Arne Olav Hope: 900 43 737, eller e-post: post@hometell.no for en ATV prat.

Informasjon: Annonsering i Patetra av LARS medlemmer

Annonsering i Patetra av LARS medlemmer er gratis så lenge annonsene er av art som kan gagne ryggmargsskadde og at det ikke er bedriftsannonser direkte.

-Red.

OMBYGD MC TIL SALGS

Jeg har en MC til salgs. Det er en 1983 mod Honda 750 m sidevogn, Den er ombygd så en rullestolbruker kan kjøre den, eller andre med funksjonshemninger. Godkjent biltilsynet og i meget god tilstand. Snart veteran og blir da veldig billig å ha.

Tormod Vågbø
tlf 48151470



facebook®

LARS på facebook... Gå til facebook og søk opp gruppen Landsforeningen for Ryggmargsskadde

INNMELDING I LANDSFORENINGEN FOR RYGGMARGSSKADDE

Innmelding i Norges Handikapforbund

Medlemstype (velg én)

- Hovedmedlem - kr 300
- Husstandsmedlem - kr 150 *
- Juniormedlem (0-16 år) - kr 50 *

* For husstands- og juniormedlemskap forutsettes et hovedmedlem i husstanden. Medlemsnummer til hovedmedlem: _____

- Studentmoderasjon 50 % på kontingenten (kopi av studentbevis må legges ved)
- Jeg ønsker ikke medlemskap i NHFU (gjelder de under 30 år)
- Mitt medlemskap gjelder følgende landsforening av NHF _____
Landsforeningen for Ryggmargsskadde

Navn: _____

Adresse: _____

Postnummer: _____ Poststed: _____

E-post: _____

Telefon/mobil: _____

Fødselsdato og år: _____

Kategori:

- Funksjonshemmet Pårørende Interessemedlem

Sted/dato: _____

Underskrift: _____

Når jeg melder meg inn i Norges Handikapforbund (NHF) samtykker jeg i å motta informasjon fra organisasjonen gjennom alle kanaler. Innmeldingsopplysninger behandles sensitivt og etter Datatilsynets retningslinjer. Medlemskapet følger kalenderåret fra 1.1 til 31.12 samme år.

Adressaten betaler for sending i Norge



Distribueres av Posten Norge



Norges Handikapforbund
Svarsending 0047
0090 Oslo

Returadresse: LARS, Boks 9217 Grønland, 0134 Oslo

... 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

HOMECARE