

Ja, vi deltar! Fra Trondheim



ISCoS



Reisetips



Ullensvang-konferansen



Les mer om:

**Lokallagsarrang-
ementer**

**Informasjon fra
våre samarbeids-
partnere**

Leserinnlegg

**Pasientforløp fra
St. Olavs Hospital**

Aktuelt

Wellspect HealthCare, det nye navnet til Astra Tech HealthCare

I forbindelse med at virksomheten har fått nye eiere, har vi også fått nytt navn. Vi er stolte av det nye navnet, Wellspect HealthCare, som gir assosiasjoner til livskvalitet og velvære, respekt for brukere og et bredt spekter av produkter. Vi leverer de samme veldokumenterte kvalitetsprodukter, høy faglig kompetanse og god service. Vi ser frem til et fortsatt godt samarbeid.

Et spennende høsthalvår

Kjære leser,

Det har vært en særskilt aktiv periode siden forrige Patetra kom ut. Mye godt arbeid har blitt gjort på forskjellige områder.

Søknader om økonomiske midler for gode prosjekter og aktiviteter er produsert og sendt inn til forskjellige stiftelser og lignende. Dette er søknader som LARS sentralt har stått for, LARS lokallag eller andre miljøer som LARS samarbeider godt med, og oppunder jul får vi vite hvilke søknader vi får tilslag på.



Videreføringen med ABC-brosjyrene om ryggmargsskade er og godt i gang med etablering og produksjon av nye emnespesifikke hefter. Disse forventes å være klar over nyttår og alle disse emnespesifikke heftene vil også bli lagt ut elektronisk på hjemmesidene. Det er og søkt om penger for en videreføring av dette arbeidet til neste år, med etablering av flere emnespesifikke hefter. Dette er et godt informasjonsmateriale som vi er glade for å få være med på i samarbeid med spinalenhetene og andre fagmiljøer.

I bladet kan en lese om forskjellige samlinger LARS har vært med på, - enten at vi har deltatt i utlandet, som på ISCoS konferansen, eller at lokallag har arrangert, som for eksempel den flotte samlingen som St. Olavs Hospital avd. for ryggmargsskader sammen med LARS Trøndelag arrangerte nå i høst.

Det er og flere bra politiske signaler og føringer som har kommet i det siste. Her kan det nevnes at regjeringen nå ønsker å ratifisere FN-konvensjonen for personer med nedsatt funksjonsevne. Dette er veldig bra og noe som LARS og NHF har arbeidet for lenge. I tillegg så har arbeidsminister Anniken Huitfeldt uttalt at hun nå ønsker en forandring på 26-årsregelen, en regel som til nå har begrenset at folketrygden kun kan dekke trenings- og fritidshjelpemidler opp til en er 26 år. Det vi håper på nå er at det kan komme forgang i arbeidet for å forandre denne regelen til også å gjelde personer som er over 26 år. Det må og nevnes at forsøksordningen som gir funksjonshemmede rett til transport til jobb og skole, gjøres permanent og landsdekkende fra og med neste år.

Vi har og en annen god nyhet og det er at Sunnaas sykehus åpner poliklinikk "Raskere tilbake" i nyoppussede lokaler på Aker sykehus i Oslo. "Dette er bare starten, vi ønsker å komme enda mer på banen på samhandlingsarenaen Aker", er noe av det som Sunnaas sin administrerende direktør Einar Magnus Strand sa under åpningen. Siden dette er såpass nytt får vi satse på å komme tilbake til dette med en mer utfyllende reportasje i neste utgave av Patetra.

Jeg ønsker alle en fin høst og vinter!

Leif Arild Fjellheim

patetra

Innhold

Leder	side 3
LARS kontaktpersoner	side 4
Aktuelt	side 5
E-resept	side 6
Wellspect HealthCare informerer	side 7
"Tilgi dem ikke; de vet hva de gjør?"	side 8
ILIAS-studien	side 10
Pasientforløp - St. Olavs Hospital	side 12
WheelMate app	side 15
Funkisdagen 2012	side 16
Dykking på Bonaire	side 18
ISCoS konferansen 2012	side 24
Boots-hjørnet	side 30
LARS Hordaland - Ullensvang	side 32
Leserinlegg av Eirin	side 34
Temakveld om reise	side 36
Grillkveld ved Leirfossen	side 37
Fra Oppdal	side 39
Julebord/konferanser	side 40
Minneord for Kjell Hellevik	side 41
Ja, vi deltar! Fra Trondheim	side 42
Tips om feriemål	side 48
Funkisbil	side 48
Leilighetsannonse	side 49



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/Oppland
Tor Nilsen
Strandbyggveien 184, 2408 Elverum
Mob. 913 33 159
E-post: tornil4@online.no

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

LARS Nord Vest
(Tidligere Møre og Romsdal)
Jan Ove Harsjøen
Skoglia 1, 6265 Vatne
Mob. 959 13 235
E-post: jo-harsj@mimer.no

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 Oslofjord Vest
Ingar Isaksen
Kjønnøyaveien 126, 3960 Stathelle
Mob. 413 30 994
E-post: ingar.isaksen@online.no

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
Kontakt hovedstyret

LARS Trøndelag
Siv Jorunn Fossum
H.O. Christiansens veg 27, 7048 Trondheim
Mob. 996 38 146
E-post: sjfossum@online.no

LARS Øst/Oslo
Akershus, Oslo og Østfold
Marianne Graham Hjelman
Elgtråkket 83, 1270 Oslo
Mob. 926 52 673
E-post: marianne@hjelman.com

Hovedstyret

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

Nestleder
Eilin Reinaas
Rådøyvegen 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
Simen Aker
Byfogd Sandbergs gt. 11C, 1532 Moss
Mob. 924 14 002
E-post: simen.a@online.no

1. Varamedlem
Siv Jorunn Fossum
H.O. Christiansens veg 27, 7048 Trondheim
Mob. 996 38 146
E-post: sjfossum@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 (ansvarlig 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@anders-wall.com

Siv Jorunn Fossum (red. medarbeider)
Mob. 996 38 146
E-post: sjfossum@online.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 for stoff til redaksjonen
1. mars
1. juni
1. september
1. desember

ISSN 1890-9027

Aktuelt

Lady Liberty now wheelchair accessible



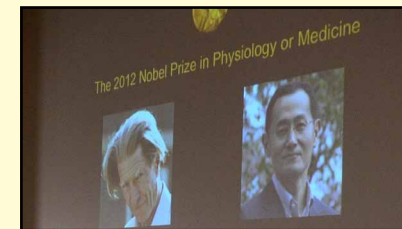
Frihetsgudinnen i New York vil være rullestoltilgjengelig for første gang når den åpnes i november etter ett års renovering. Flott! Og da bør det ikke være noen unnskyldninger her hjemme for å gjøre gamle bygninger tilgjengelige når de renoveres.

NASA er med i utviklingen av eksoskjelett



NASA er med i utviklingen av ekso-skjelett. Dette er kun i utviklingsfasen enn så lenge, men om store høyteknologior-ganisasjoner som NASA bidrar med teknologisk utvikling så kan det kanskje med tiden utvikles smarte løsninger som enklere kan brukes også for mennesker med nedsatte funksjonsevner. Mer fra NASA sine hjemmesider www.nasa.gov

Nobelprisen til stamcelle-forskere



Årets nobelpris i medisin går til John B. Gurdon og Shinya Yamanaka for å ha reprogrammert voksne stamceller. Bra! Det disse har forsket frem er iPS-celler som igjen for eksempel kan utvikles til nerveceller. Målet er å finne behandlinger for skader og sykdommer. www.nobelprize.org

Clinical Study Begins Enrolling Newly Injured Patients with a Spinal Cord Injury to Test Drug's Effectiveness to Improve Function

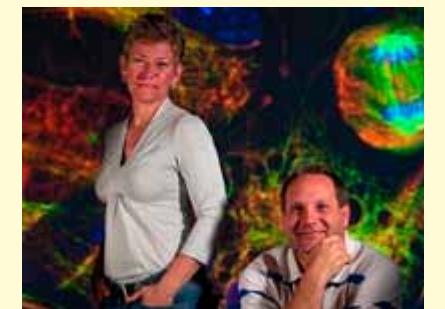


Nyhet fra fra Shepherd Center i Atlanta USA. En ny klinisk studie har fått grønt lys for oppstart på pasienter med ryggmargsskade. Studien dreier seg om et medikament (SUN13837) som vil bli testet ut på nyskadde med ryggmargsskade innen 12 timer etter skade for så å følge opp behandlingen i 28 dager. Målet er å teste ut om

medikamentet kan gi forbedret funksjon hos voksne med akutt ryggmargsskade.

Shepherd Center i Atlanta er et hospital spesialisert i behandling, forskning og rehabilitering av ryggmargsskader. Shepherd Center er ranket som et av de 10 beste rehabiliteringshospitalene i USA. www.shepherd.org

State stem cell research funding agency awards \$20 million to UCI, StemCells Inc.



UC Irvine forskerne Aileen Anderson og Brian Cummings, i samarbeid med StemCells Inc., mottok nylig \$20 millioner fra "California stem cell research funding agency" for å utvikle kliniske studier for cervicale ryggmargsskader.

Studiene baserer seg på studiene fra Sveits på thoracale ryggmargsskader som ble presentert på ISCoS konferansen i september. Nå ønsker forskere i California å starte fase I/II studier på cervicale ryggmargsskader i USA. <http://today.uci.edu>

E-resept

Tekst: Elisabeth Berge.

Helsedirektoratet melder om at ordningen med elektroniske resepter gradvis innføres i Norge. Innføringen startet i juni 2011, og målet er at e-resept skal være i bruk over hele landet i 2013. E-resept innføres fylkesvis blant fastleger, avtalespesialister og ved legevakter, samt i apotek og bandasjistforretninger.

Målet med e-resept er at det vil føre til økt sikkerhet, i og med at det skal gi tryggere rutiner som igjen øker pasientsikkerheten. Da vil faren for feilmedisinering, feilutlevering og uheldige kombinasjoner av legemidler reduseres. Dessuten forventes det at e-resept vil hindre omløp av falske resepter, fordi det er vanskelig å forfalske en resept som sendes elektronisk.

Den enkelte lege sender resepten elektronisk til en sentral database som kalles Reseptformidleren. Apotek eller bandasjist kan hente resepten uten at kunden behøver å ha med seg papirresept. Man får varen utlevert ved å oppgi fødselsnummer eller navn og fødselsdato, samt hvilken vare man skal hente.

Der e-resept er innført, ekspederes fortsatt gyldige papirresepter. Legen kan skrive ut en papirresept dersom man skal til en kommune hvor e-resept ikke er innført ennå. Det pågår et arbeid som sikrer at også sykehusleger etter hvert kan ta i bruk e-resept. Sykehusapotek vil kunne ekspedere e-resepter.

Mine resepter

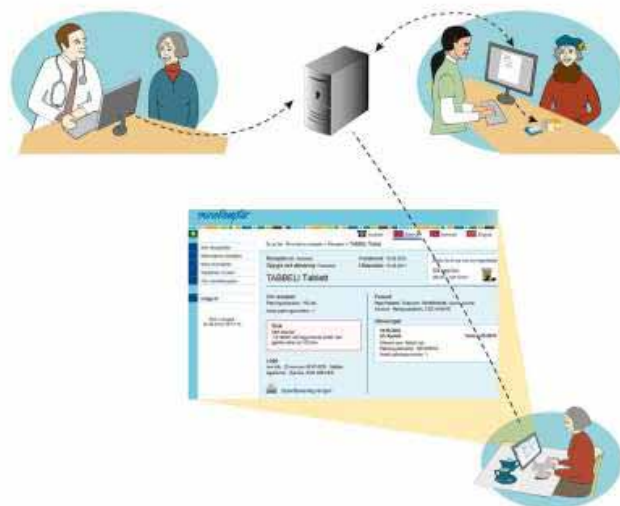
Tjenesten *Mine resepter* er et tilbud til den som ønsker å få oversikt over e-reseptene sine via Internett. Du må ha personlig elektronisk ID (e-ID) på høyeste nivå for å få tilgang til *Mine resepter*. Det er fordi man regner reseptopplysninger som sensitiv informasjon. Du kan bruke oppgradert tippekort, Buypass eller Altinn-kort. Du kan også benytte en USB-minnepinne fra Commfides. Vær oppmerksom på at du ikke kan bruke Min ID.

Om du ikke ønsker å bruke *Mine resepter* kan du få forskjellige utskrifter på papir. Legen kan gi utskrift av alle legemidler og varer du bruker (både e-resepter og papirresepter). Apoteket eller bandasjisten kan gi utskrift over de gyldige e-reseptene dine. Helsedirektoratet kan også sende deg oversikt over e-reseptene dine.

E-resept er innført følgende steder:

Finnmark, Troms, Nordland, Nord-Trøndelag, Sør-Trøndelag, Møre og Romsdal, Hordaland, Rogaland, Aust-Agder, Vest-Agder og Oslo, samt i de fleste kommuner i Vestfold og Telemark.

E-resept innføres i Akershus fra 13. november 2012.



Plan for innføring i øvrige fylker og kommuner i 2013:

Buskerud: Alle kommuner 15. januar.
Vestfold: Hof, Holmestrand, Larvik, Sande og Svelvik 15. januar.
Telemark: Notodden og Hjarstad 15. januar.
Østfold: Alle kommuner 5. februar.
Oppland: Alle kommuner 19. februar.
Hedmark: Alle kommuner 12. mars.
Sogn og Fjordane: Alle kommuner 19. mars.

Brosjyrer om e-resept finnes i kommunesentra, legekontor, apotek og hos bandasjister.

Publikumsinformasjon på flere språk: www.helsenorge.no/eresept

Informasjon til helsepersonell: www.eresept.no

E-post: eresept@helsedirektoratet.no

E-resept-telefon: 800 40 404.

Kilde: Helsedirektoratet, oktober 2012

Wellspect
HEALTHCARE

informerer....

Kjære Patetra-leser!

Vi har fått nytt navn!

I forbindelse med at vi har fått nye eiere, har Astra Tech HealthCare endret navn til Wellspect HealthCare.

Vi er veldig stolte av det nye navnet og vår nye eier som gir oss muligheten til å utvikle oss videre og bli enda bedre.

Det er viktig å understreke at navneendringen ikke påvirker LoFric®-navnet. Det blir heller ingen forandringer på selve kateteret. LoFric® kateter vil være like pålitelige og trygge for deg å bruke som før. Alle kontaktpersoner blir også de samme.

Vi i Wellspect HealthCare er opptatt av å fortsette slik vi alltid har gjort - å lytte til og lære av brukere og helsepersonell. Tilbakemeldingene bruker vi i utvikling av innovative, nye produkter.

I de kommende månedene vil kateterene du kjenner som kateter fra Astra Tech bli pakket under navnet Wellspect HealthCare. Denne prosessen vil ta noen måneder, og i mellomtiden vil du fortsatt finne produkter merket Astra Tech.

Vi har et nytt navn, men vi har de samme veldokumenterte kvalitetsproduktene, den samme høye faglige kompetansen og den gode servicen som du er vant til.

Dersom du har spørsmål knyttet til navneendringen eller ønsker gratis prøver på våre produkter, er du velkommen til å ta kontakt med oss.

Wellspect
HEALTHCARE

Tlf. kundeservice: 815 59 118

E-mail: ordre.no@wellspect-healthcare.com

Webadr.: www.lofric.no

Vi ser frem til et fortsatt godt samarbeid!



"Tilgi dem ikke; de vet hva de gjør?"

Selvaag Bolig og OBOS hamrar systematisk inn påstanden om at hensynet til rullestolbrukarar medfører at unge ikkje kjem inn på boligmarknaden i Oslo. Ein gamal markedsførings-ringrev som meg kjenner lukta av PR-byråa sitt arbeid på lang avstand.

Påstanden om at det er hensynet til rullestolbrukarane som medfører at unge mennesker ikkje kjem inn på boligmarknaden i Oslo er ikkje ny. Systematisk har bl.a. Selvaag Bolig og OBOS hamra dette inn dei siste åra – så systematisk at ein gamal markedsførings-ringrev som meg kjenner lukta av PR-byråa sitt metodiske arbeid på lang avstand. Strategien ser ut til å vere klar:

1) "Formuler problemet på ein tydeleg (les; forenkla) måte, slik at alle forstår budskapet og lett kan vere einige. Det er viktig å unngå detaljer som kompliserer og gir motforestillingar." Derfor hører vi sjelden om at radonsikring, miljøkrav, brannsikringskrav, krav til fleire stikkontakter osv. er ein stor del av kostnadsbildet.

2) "Reduser verdien av motforestillingar." Derfor omtaler Selvaag sine kalkyler på plassbehov for å få snusirkel for rullestol som ein vedtatt sannheit, medan kalkylene frå SINTEF Byggforsk, uavhengige arkitektar og andre store utbyggerar er "skrivebordsøvelser".

3) "Skap ei "offergruppe" det er lett å identifisere seg med." Alle har

vore/er/vil bli unge på jakt etter bolig. Å bry seg om ei så brei "offergruppe" gis sympati i store grupper.

4) "Bygg alliansar med andre som vil hjelpe "offergruppa"." Derfor mobiliserer dei politiske ungdomsorganisasjonene på høgresa og i sentrum i flokk for å avskaffe krav til universell utforming av boliger under 70 kvadratmeter.

5) "Lag ei gruppe "skyldige" som få identifiserer seg med og som ikkje har for stor gjennomslagskraft."



Tekst: Magnhild Sørbotten, regionleder Norges Handikapforbund region Oslo.

Derfor er det rullestolbrukar som er "fienden" og ikkje for eksempel miljøbevegelsen.

6) "Konstruer eit bilde av oppdragsgivar som skjuler at målet er høgare lønnsomheit." Derfor avviser direktøren i Selvaag kategorisk at årsaka til det store engasjementet er risikoen for redusert inntjening. Men gløym aldri at dei store utbyggerane ikkje er sosialkontor. Dei er i markedet for å tjene pengar, det er fullt ut legitimt, men det er ikkje redeleg å late som om årsaka er ei anna.

Kvifor tar eg opp denne saka no, når vi har møtt denne motstanden i fleire år?

Fordi eg ser utbyggerane dra sine "sannheiter" lenger: For to år sidan sa Selvaag at leilegheiter som før kunne byggast på 29 kvadratmeter, no måtte vere på 36 kvadratmeter. Uavhengige arkitektfirma sa at 31,6 kvadratmeter var nok. I TV2 sitt nye program "Harde fakta" hevdar adm. dir. i Selvaag Bolig, Baard Schumann, at det ikkje lenger er vits å bygge under 45 kvadratmeter – med andre ord meiner han at arealet må aukast med 50 prosent! Ein rullestol virkar kanskje stor og skremmande, men så stor at leilegheita må utvidast med 16 kvadratmeter er den ikkje! I same fora uttaler han også at dette er årsaka til at brukte leilegheiter stig i pris. Vi andre veit at brukte leilegheiter hadde solide årlege prisauker lenge før krava til universell utforming av nye boligar kom.

Fordi eg ser at "Selvaag & co" sin "sannheit" om at "det er rullestoltilpasning som gir prisøkning" er i ferd med å feste seg i eit breiare lag av folket. Når leiarenskribenten i Dagens Næringsliv (DN) meiner det hadde vore betre å skaffe bærarar til rullestolbrukande studentar, har eg ingen illusjon om at han er aleine om det synet i avisa. Snarare trur eg at det er blitt ei holdning det er heilt legitimt å ha i både DN og andre stader.

Fordi eg er redd for kva desse holdningane gjer med dei generelle holdningane til rullestolbrukarar og andre funksjonshemma. Eg ser forakten og "hatet" mot rullestolbrukarane bre seg - spesielt i nettfora.

Kan vi kreve at folk tenker på konsekvensen av sine uttalelsar? Kan vi kreve at Selvaag og OBOS har vurdert dette når dei utpeikar rullestolbrukarane som sydebukkar? Ja, det kan vi. Begge selskap har solide og gode etiske retningslinjer – eg trur ikkje dei er ukjende for nokon av direktørane – eller er retningslinjene kanskje berre skrivebordsøvelsar?

Eg trur det beste om andre mennesker. Eg trur direktørane i Selvaag og OBOS og deira medspelarar er intelligente nok til at dei veit kva dei gjer. Derfor er det også grunn til å gjere Arnulf Øverlands ord frå "Du må ikke sove" til våre: "Tilgi dem ikke; de vet hva de gjør!" ●

Bakgrunn

Ny forskrift om tekniske krav til byggverk trådte i kraft 1.7.2010. Forskriften krever at bad som bygges skal ha et minimum friareal på 1,5 meter i diameter slik at det blant annet skal være mulig å snu en rullestol inne på badet. Dette resulterte en massiv og pågående mediestorm, med en del av de store boligutbyggerne i spissen. De påstår at kravet ville øke prisen på små leiligheter med mange hundre tusen kroner. Deres kostnadsoverslag er tilbakevist av Norges Handikapforbund, SINTEF Byggforsk og andre uavhengige aktører.

Til deg som er ryggmargsskadd og LARS-medlem!

ILIAS-studien har i sommer pågått i flere land i Europa. Vi har fått mange svar, men likevel er andelen som har svart lavere enn i Danmark, Nederland og i Sveits. For å få god informasjon for forskningsformål om ryggmargsskadd i Norge, TRENGER VI DITT SVAR!

ILIAS-spørsmålene kan enten besvares gjennom å fylle ut spørreskjemaet og sende det i retur i svarkonvolutten, eller enda enklere på nett ved å klikke deg inn på ILIAS på LARS's hjemmeside (www.lars.no).

Se det vedlagte **gule arket** der du også finner ditt Id-nummer og passord.

Som takk for din hjelp lodder vi ut en Ipad/gavekort på Eplehuset blant dere som svarer.



Ryggmargsskadd er ikke en enhetlig gruppe. For å fram likheter og forskjeller i levekår trenger vi både **informasjon fra deg som er i betalt arbeid og fra deg som av ulike grunner ikke er det. Vi ønsker også svært gjerne svar fra deg med medfødt ryggmargsskade.**

ILIAS-studien er et samarbeid mellom interesseorganisasjonene for ryggmargsskadd, leger og forskere opptatt av ryggmargsskaddenes ve og vel.

Studien er helt uavhengig av myndighetene i Norge og andre land, og basert på anonyme svar.

Flere års arbeid er allerede lagt ned i forberede ILIAS-studien. Både forskerne og interesseorganisasjonene er meget spente på resultatene av årets studie. Resultatene vil bli presentert på LARS's neste årsmøte, i Patetra, på ryggmargsskadekonferanser, i fagtidsskrifter og sist men ikke minst i dialog med de som til daglig jobber med ryggmargsskadd.

Om du har ytterligere spørsmål om studien, kontakt den norske prosjektlederen, Annelie Leiulfsrud, på telefon 915 25 318 eller epost: annelie.leiulfsrud@samfunn.ntnu.no.

Takk for at du tok deg tid til å lese dette og på forhånd, **tusen takk for ditt svar!**

Vennlig hilsen
ILIAS-teamet

FORMÅLET MED ILIAS ER Å:

- Framskaffe mer fakta og mindre synsing i forhold til ryggmargsskaddenes deltagelse og integrering i ulike deler av samfunnet.
- Sette inn ulike typer av målrettede tiltak for både nyskadd og for deg som hatt din ryggmargsskade en lengre tid.

Dette er viktig kunnskap for LARS som interesseorganisasjon og for ryggmargsskadeenhetenes rehabiliteringsarbeid.

SpeediCath® Compact

VURDERT
DISKRET AV
96%¹



“Det å ha muligheten til å ha de samme hobbyene som før, er veldig viktig for meg.”

Mike, SpeediCath® Compact Mann bruker, Tyskland

Det å ha muligheten til å gjøre mer, forandrer livet til SpeediCath Compact Mann brukere over hele verden

For brukere som Mike er SpeediCath Compact Mann med på å gi han muligheten til å gjøre mer. Kateteret har et diskret design og er enkelt i bruk. Det gir menn muligheter til å gjøre mer i hverdagen.

Se hele historien om Mike på våre nettsider www.coloplast.no



¹ Results from SpeediCath Compact Male pre-evaluation, Nov. 2010 to Dec. 2010.

Pasientforløp primærrehabilitering paraplegi, St. Olavs Hospital

Tekst: Annette Halvorsen og Trude Flatås Sæter.

Ved Avdeling for ryggmargsskader, St. Olavs Hospital startet vi i november 2011 jobben med vårt første pasientforløp. Styret i Helse Midt-Norge hadde gjennom "Eierstrategi for Helse Midt-Norge" vedtatt at det skulle etableres et prosjekt som skulle utvikle metoder og planer for å beskrive pasientforløp i Helse Midt-Norge. Arbeidet skulle blant annet inkludere ledelses- og styringsforhold. Helse Midt-Norges forståelse av standardiserte pasientforløp var vårt utgangspunkt for arbeidet som ble satt i gang:

- Beskriver en planlagt samhandling i behandlingskjeden for en bestemt pasientgruppe/diagnosegruppe
- Fra sykdom oppstår – til behandling er avsluttet.
- Er forankret i faglig evidens/beste praksis og dokumentert i prosedyrer
- Skal gi effektiv ressursutnyttelse
- Kobles mot målbare resultater
- Inkluderer 1. linjetjenesten

Mål for standardiserte pasientforløp

- Sikre god kvalitet i pasientbehandlingen
- Sikre verdiskapende prosesser
- Gi forutsigbarhet for pasienten
- Gi alle i behandlingskjeden oversikt over behandlingsløpet – skape felles bilde
- Være et hjelpemiddel i opplæring av studenter og nytilsatte
- Sikre god flyt og samhandling

I Klinik for fysikalsk medisin og rehabilitering har arbeidet med pasientforløp hatt en sterk ledelsesforankring, og siden både Avdeling for ervervet hjerneskade samt tverrfaglig poliklinikk hadde vært igjennom sine første pasientforløp da vi skulle sette i gang, var vi så heldige å nyte godt av de erfaringer de hadde gjort seg.



Proessen ble i første omgang ledet av representanter fra Lærings- og mestringssenteret i klinikken. Anne Katrine Eikill og May Bente Langseth hadde også tidligere vært prosessveiledere i egen klinikk, noe som gjorde at vi fikk en ryddig og god start på vår prosess. Videre i prosessen har vi også vært så heldige å få hjelp av helsefaglig rådgiver fra fagavdelingen, Ellen Annette Hegstad, som har jobbet mye med utvikling av pasientforløp ved St. Olavs Hospital.

Forløpsansvarlig lege Annette Halvorsen og forløpsansvarlig leder Ellen Marie Hatlen fikk med seg en tverrfaglig gruppe fra avdelingen som skulle være de ansattes representanter i forløpsarbeidet. Denne gruppen bestod av Tonje Okkenhaug Johansen (lege), Målfrid Skar (sekretær), Elna Waagø (ergoterapeut), Ann Louise Pettersen og Trude Flatås Sæter (sykepleiere), Marit Kvangardsnes (seksjonsleder pleie) og Terje Roel (mestringsveileder).

Klinikkens styringsgruppe, med blant annet representanter fra kommune, har dessuten vært delaktig i hørings- og godkjenningsprosessen.

Valg av pasientforløp:

Før valget av forløp ble tatt ble det gjort en grundig vurdering om hvilket forløp man skulle starte med. Begrunnelsen for valg av forløp ble etter hvert formet og definert:

Paraplegitilstand som følge av ryggmargsskade er en kompleks tilstand som fordrer tverrfaglig samhandling hvor flere yrkesgrupper internt og eksternt medvirker.

Gjennom en standardisering av pasientforløpet ønsker vi å oppnå en mer systematisk og forutsigbar funksjonskartlegging, rehabilitering og samhandling. Det vil gi en rettferdig og effektiv utnyttelse av våre ressurser, og det vil gi muligheter til å dokumentere vår virksomhet overfor våre oppdragsgivere og brukere.



Arbeidet ble delt inn i faser, og ingen visste vel helt hvor omfattende dette arbeidet skulle bli:

- Identifisere forløp, research om pasientgruppen og kartlegge dagens forløp
- Analysere dagens forløp og redesign av nytt.
- Høring, evt justering og implementering av nytt forløp
- Sikre implementering og måling av resultater



Arbeidsgruppen hadde noen intense og krevende dager ved avdeling Lian, hvor gamle forløp ble beskrevet og nytt forløp ble formet.

Samlingsdagene ble effektivt utnyttet, og arbeidsgruppen fikk definert arbeidsområder fremover. Pasientforløpet ble presentert i høringsrunder for avdelingen. De ulike arbeidsgruppene fikk arbeidsoppgaver som skulle gjøres, og det ble satt strenge frister for at det skulle bli en god fremdrift i arbeidet. Prosessen med det nye pasientforløpet ble en svært positiv opplevelse. Alle i avdelingen bidro med det de kunne og det var en stolt og takknemlig arbeidsgruppe som kunne glede seg over et stort engasjement på arbeidsplassen. Jobben med pasientforløpet kan nok sees på som tidenes ryddedugnad i avdelingen, prosedyrer ble fornyet og gjennomgått, og det tverrfaglige samarbeidet ble enda mer forsterket gjennom denne prosessen.

Det har vært en krevende men lærerik prosess, og vår største oppgave nå blir å implementere forløpet slik at det blir et aktivt arbeidsredskap for alle ansatte i avdelingen. Et mål for oss blir å sikre at paraplegikere får et så likt forløp som mulig ved avdelingen. Vi må innse at det kan være grunner til at ikke alle kan følge et gitt forløp, et ønske er imidlertid at om lag 80% av de nyskadde paraplegikerne ved Avdeling for ryggmargsskader, St. Olavs Hospital skal kunne følge dette forløpet.

Pasientforløp, primærrehabilitering paraplegi, ligger tilgjengelig på nett for alle som er interesserte på St. Olavs Hospital sine hjemmesider:

http://www.stolav.no/ftp/stolav/eqspublic/pasientforlop/docs/doc_21769/index.html



“En app som kan finne et toalett for meg når jeg er ute, ville vært alle tiders.” Ian, rullestolbruker

Vil du vite hvor de best tilgjengelige toalettene og parkeringsplassene finnes i ditt område? Del din kunnskap med andre, og last ned de stedene du kjenner til i dag.

Rullestolbrukere har fortalt oss at det er en utfordring å finne rene og lett tilgjengelige toaletter når de er ute på tur. For å gjøre dette enklere, har man utviklet WheelMate. Brukere laster da ned en oppdatert database av tilgjengelige toaletter. Jo flere steder du laster ned på WheelMate app eller nettsiden, destod mer brukervennlig blir den.

WheelMate er tilgjengelig som gratis smartphone app og på nett. Du kan søke, legge til og kommentere de stedene du besøker.

Utviklet av Coloplast - drevet av deg.

Lær mer og legg til steder i dag på WheelMate.com

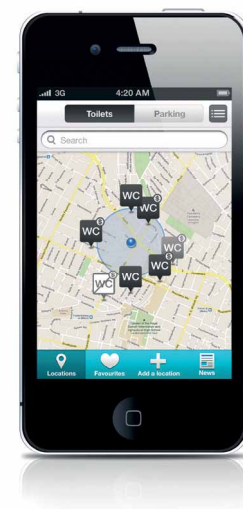


Last ned gratis WheelMate app



www.coloplast.com

Coloplast er et registrert varemerke av Coloplast A/S. 2012-06. Alle rettigheter er forbehold Coloplast A/S, 3050 Humlebaek, Danmark



Funkisdagen 2012



“Funkisdagen 2012” er et virkemiddel for funksjonshemmede og funksjonshemmedes organisasjoner i Rogaland og Hordaland til å presentere seg i det offentlige rom som samfunnsborgere på lik linje med andre ved hjelp av konserter, idrett, lek og mere tradisjonell opplysningsvirksomhet.”

LARS Rogaland og flere av NHF sine lokallag var tilstede på dette flotte arrangementet. De som tok turen til torget lørdag 18. august kunne blant annet få med seg gratiskonsert med C C Cowboys, Pepper Garden, ansiktsmaling for barn, hinderløype i rullestol for alle og rullestolkappkjøring for politikere.

I tillegg var det flere stands som promoterte blant annet fotokurs for personer med nedsatt funk-

Full rulle på Funkisdagen



Faksimile fra Rogaland Avis.

sjonsevne, speidere i lavo og Handikappede barns foreldreforening.

Det var også stand for fiske og friluftsliv, for å vise at man kan være aktiv selv om man har en funksjonsnedsettelse. ●

NYHET!

Vinn Vinn

**TOPPREMIE
500.000
10 VINNERSJANSER**

Skrap frem symbolet og vinn tilhørende beløp.
Skrap frem og du DOBLER premien!

40,-

FLAX



Vinnersjansetoppremie: 1:500 000

Nytt Flax-lodd med 10 vinnersjanser til deg og støtte til humanitære organisasjoner.

Norsk Tipping har inngått et samarbeid med humanitære organisasjoner i Norge om å tilby spill der overskuddet øremerkes humanitære formål. Det første på markedet er skrapeloddet VinnVinn, der man spiller med hjertet og vinner ved å skrape frem et eller flere hjerter. Du har 10 vinnersjanser og kan vinne opptil 500 000 kroner – altså en vinn-vinn situasjon for både deg og humanitært hjelpearbeid.

 **NORSK TIPPING**

 **Røde Kors**

 **Redd Barna**

 **FLYKTNINGHJELPEN**
NORWEGIAN REFUGEE COUNCIL

 **LHL**

 **RS**

 **Kreftforeningen**

 **Norges Blindesamband**
Synshemmedes organisasjon

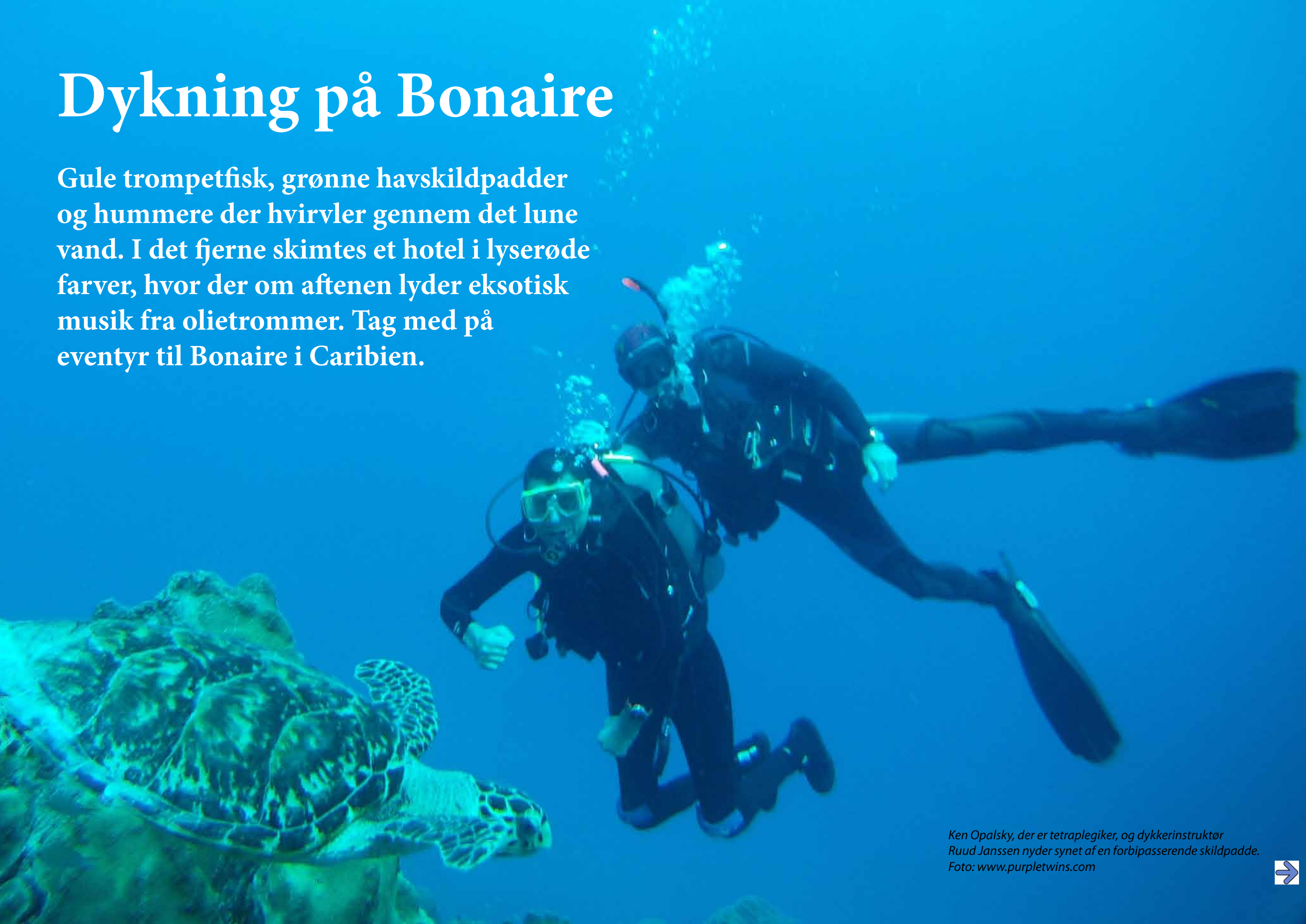
 **Norsk Folkehjelp**

 **NORSK HÅNDBALLFORBUND**

 **Nasjonalforeningen for folkehelsen**

Dykning på Bonaire

Gule trompetfisk, grønne havskildpadder og hummere der hvirvler gennem det lune vand. I det fjerne skimtes et hotel i lyserøde farver, hvor der om aftenen lyder eksotisk musik fra olietrommer. Tag med på eventyr til Bonaire i Caribien.



*Ken Opalsky, der er tetraplegiker, og dykkerinstruktør
Ruud Janssen nyder synet af en forbigående skildpade.
Foto: www.purpletwins.com*



Af Dorte Tegtmeier.

Dykkere og snorklere fra hele verden valfarter til øen Bonaire i Det Caribiske Hav. Og det med god grund. Lige så snart man tager en maske på og stikker hovedet under vandoverfladen, vimler det med fisk. En Peacock Flounder ligger fladt på bunden. Den har blå pletter, kuglerunde øje og en blåsort antennelignende dims, der stikker lodret op fra ryggen. De kasseformede brun- og hvidplettede trunkfisk hvirvler omkring efter mad, og pludselig svømmer en halvanden meter lang Tarponfisk lige forbi.

Bedste sted for dykning

Vi befinder os 85 km nord for Venezuela på en af ABC-øerne. Den ene ø er mere eksotisk end den anden. Bonaire er et af de letteste steder i verden at lære at dykke - og tilmed et af de smukkeste.

"Her er næsten ingen bølger, en sigtbarhed på mellem 25 og 30 meter, vandet er varmt og her er stort set ingen strøm," fortæller Ruud Janssen, der er dykkerinstruktør på Divi Flamingo Beach Resort. Han er uddannet dykkerinstruktør fra Handicapped Scuba Association, HSA.

Ruud fortæller om en hollandsk turist, han netop har lært at dykke. Hun er lam fra livet og ned efter en motorcykelulykke. Først er hun lidt bange for at få hovedet under vand, men det overvinder hun hurtigt.

"Jeg tog hende med ud og snorkle to gange, inden hun skulle dykke. Den ene gang tog jeg hende med helt ud til revet. Men det gode her er, at du ser fisk, straks du kommer i vandet. Du behøver slet ikke vente, til du

når ud til et koralrev," siger Ruud Janssen.

Snorkel og saltvand

Når man ikke kan bevæge sig fra livet og ned, er det sværere at have en snorkel i munden frem for et rigtigt dykkermundstykke.

"Får man saltvand i munden og skal have snorklen ud med hænderne, kan det være skræmmende, når man ikke kan baske med benene for at holde sig oven vande. Derfor vælger jeg ofte at tilbyde et dykkermundstykke, så undgår man helt at få saltvand i munden, og man kan fokusere på dyrelivet og korallerne. På den måde bliver man også langsomt klar til at dykke rigtigt," fortæller dykkerinstruktøren.

Divi Flamingo ligger helt ud til Det Caribiske Hav, og hotellet har sin egen mole, hvor dykkerbådene lægger til. Hotellets både er specielt indrettede, så de er nemme at komme på for kørestolsbrugere, og personalet har meget erfaring.

Patetra har fået reportagen fra Dorte Tegtmeier som er en Dansk journalist.

Divi Flamingo Beach Resort. Foto: Dorte Tegtmeier.



"Vi er altid to med hver dykker i vandet. Der er en hjælper og en hjælper til dykkerinstruktøren, hvis nu han eller hun skulle komme i problemer," forklarer Ruud Janssen, der er opvokset i Holland.

Frihed på dybderne

Donald Patterson fra Ottawa i Canada tager hvert år på dykkertur med sin dykkerklub "Frihed på dybderne". Alle i klubben sidder i kørestol, og derfor er det ekstra vigtigt, at de finder dykkerklubber, de kan stole på.

"Min kone og jeg tog i februar 2012 tilbage til Divi Flamingo sammen med vores dykkerklub for anden gang. Det var et fantastisk eventyr. Dykkeroplevelserne her er altid førsteklasses, og byen ligger i kort hjulafstand fra hotellet...Jeg er lam fra brystet og ned, og jeg nåede at have 29 dyk på tre uger og oplevede ikke et eneste dårligt dyk," skriver han blandt andet på Tripadvisor; en webportal hvor man kan anmelde hoteller og rejser.

Træet skaller

Det farverige Divi Flamingo Beach Resort består af 130 værelser, hvoraf de otte er specielt indrettet til gæster i kørestol. Der er en stor veranda foran hver hytte, og sengene med hovedgærder af flet er meget brede. Værelserne vender alle ud mod haven.

Hele området er i et niveau. Man kan køre rundt i den grønne have og nyde de mange palmer og de to pools. Da jeg er på hotellet, bliver jeg vist rundt af Reservations Manager Radella Martinus, der har arbejdet på Divi Flamingo i 20 år.

Hun viser mig et gammelt træ med bark, der skaller af i store flager. Det er rød og brunt. "Ved du hvad, vi kalder dette træ?," spørger hun mig, med et glimt i øjnene. "Turisttræet - det skifter farve og skaller af, nøjagtig som turisterne gør, fordi I ikke kan tåle Caribiens skarpe sol," siger hun med et smil.

Pangfarver og olietønder

Der hører en lille strand og en mole med parasoller med tag af palmeblade til hotellet. Monsunvinden sørger for, at her er en konstant kølig brise.

Restauranten vender ud mod vandet og består af en opsigtsvækkende pink træbygning med blå tag. En del af hotellet har lyserøde og mintfarvede verandaer. Andre værelser består af gule murstenbygninger.

Der er både strandbar, spa, casino, fitnesscenter, turarrangør, biludlejningsfirma og butikker på hotellets område. Om lørdagen arrangeres deres grillaftener, og der bliver ofte spillet musik på olietønder.



Ken Opalsky og dykkerinstruktør Dénise Glazer planlægger deres næste dyk. www.purpletwins.com



Ken Opalsky, hans kone MJ og HSA-dykkerinstruktør Dénise Glazer er ved at forberede sig på et natdyk på broen foran Divi Dive Bonaire. www.purpletwins.com

Forbered din rejse

Navnet resort er måske en smule misvisende. Forvent ikke at komme til et hotel for overklassen. Hotellet er pænt og rent, og det er et sted, hvor børnefamilier er velkomne, og standarden er et stykke over middel.

Tal grundigt med personalet om værelserne overholder alle de mål og indfrier de behov, som netop du har, så du ikke bliver skuffet ved ankomst.

Vær opmærksom på at Bonaire ikke har lange, hvide sandstrande, som mange måske forestiller sig, når de hører ordet Caribien. Leder du efter hvide sandstrande i verdensklasse, skal du i stedet tage til Eagle Beach på Aruba eller til Curaçao. Men hvis du søger en anderledes rejseoplevelse, så tag med på eventyr til Bonaire.

Ken Opalsky og Ruud Janssen har et sjovt dyk. Ken peger på noget, han gerne vil se nærmere på, og dykkerinstruktør Ruud gør sit bedste for at få Ken derhen. Foto: www.purpletwins.com



FAKTABOKSE:

Dykkercertifikat:

Handicapped Scuba Association, HSA, er en amerikansk standard. De skelner ikke mellem, hvilket sted man har lært sin grundteori. Man kan lære teorien i Danmark og grundprincipperne i en pool i Danmark, så man sparer tid på det på sin feriedestination. www.hsascuba.com

Bliv tilset af en dykkerlæge:

Det er vigtigt, at blive tilset af en dykkerlæge, inden du planlægger en dykkertur som denne, så du er sikker på, at dit helbred tillader dig at dykke.

Har du for eksempel problemer med lungerne, må du ikke dykke. Øreproblemer og problemer med at trykudligne kan også forhindre dig i at måtte dykke.

Divi Flamingo Beach Resort:

www.diviresorts.com/diviflamingo/index.html

Dykkerinstruktører:

Ruud Janssen driver sammen med sin kone, Dénise Glazer, firmaet Purple Twins, der arrangerer dykkerture for handicappede samt laver undervandsvideoer. De kan også bookes til andre hoteller på Bonaire, for eksempel Captain Don's Habitat www.purpletwins.com www.habitatbonaire.com

Gode spisesteder:

- It Rains Fishes
- Capriccio
- LaBarca
- Rum Runners på Captain Don's Habitat
- Maiky Snack – bedste sted hvis du vil smage den lokale mad, gå om bagved og se køkkenet

Oplev også:

Kajakture i mangroven

www.mangrovecenter.com

Sejlture med Woodwind

www.woodwindbonaire.com

Slaagbai Nationalpark og museum

Udsigtspunkt ved Goto Lake

Slavehytter

Saltminer

Kør øen rundt – både det nordlige og sydlige loop

Sådan kommer du til Bonaire:

KLM flyver direkte fra Amsterdam til Bonaire. Dog med en mellemlanding på Aruba på udturen.

Flyveturen tager cirka 10 timer. KLM har også en afgang fra Gardermoen, Oslo til Amsterdam.

www.klm.com/travel/no_en/index.htm

(www.klm.com/dk)

Her kan du læse mere om Bonaire:

Tourism Corporation Bonaire

www.tourismbonaire.com

Mail:

info@tourismbonaire.com

ISCoS 2012 - London

Bilde fra samling under ISCoS kongressen som Coloplast arrangerte om blant annet bedre samfunnstilrettelegging og universell utforming. Flott at firmaer engasjerer seg i slike spørsmål med diskusjoner og legger til rette for det. Coloplast er også en av hovedsamarbeidspartnerene til Landsforeningen for Ryggmargsskadde (LARS).





Prof. Fin Biering-Sorensen fra Danmark åpner ISCoS konferansen. Fin gikk av som ISCoS president i år. Fin har blant annet ledet og gjort en kjempejobb med å etablere internasjonale datasett for nasjonale ryggmargsskaderegistere. Det norske NorSCIR registeret som spinalenhetene nå benytter for kvalitativ sammenligning og oppfølging er for eksempel basert på disse internasjonale datasett. Fordelen med internasjonale datasett er at de forskjellige nasjonale registre i tillegg kan sammenlignes direkte. Da selvfølgelig på en måte hvor personvernet er ivaretatt som reguleres av de forskjellige lands lovverk. Under presidentskapet til Fin har også ISCoS nå etablert en hjemmeside om e-læring om ryggmargsskader. Dette er spesielt viktig i land hvor rns-rehabiliteringen og oppfølgingen ikke er kommet så langt som i andre deler av den mer vestlige verden. Flott jobb av Fin!

Tekst og bilder: Leif Arild Fjellheim.

ISCoS (International Spinal Cord Society) 2012 kongressen ble avholdt 3.-5. september 2012 i London, U.K. Kongressens fokus er ryggmargsskader med forskjellige temaer innen behandling, rehabilitering, hjelpemidler og så videre. Kongressen er en årlig begivenhet som blir avholdt i forskjellige land fra år til år. Typiske deltagere er helsepersonell fra spinalenheter, andre

fagfolk innen ryggmargsskader, tekniske- og medisinske- hjelpemiddeleverandører og personer med ryggmargsskader. Folk fra hele verden deltar og kongressen er et ypperlig samlingspunkt for å høre om det siste nye innen feltet og for å møte andre. Fra det norske fagmiljøet deltok helsepersonell fra våre tre spinalenheter og fra Landsforeningen for Ryggmargsskadde (LARS) deltok Leif Arild Fjellheim og Anne Beate Melheim. For oss i LARS ble

turen denne gang sponset av vår samarbeidspartner Wellspecht HealthCare (tidligere Astra Tech).

Mye bra ble opplyst om på konferansen og her kan fortløpende nevnes: Nye og forskjellige rehabiliteringsteknikker. Behandling og oppfølging. ESCIF var og representert med egne møter hvor ryggmargsskadeorganisasjoner fra hele verden diskuterte samarbeid. ISCoS introduserte sitt nye e-læringsprogram om



Representanter fra Spinal Injuries Association UK. Her med en av fakkene fra Paralympics.

ryggmargsskader som var veldig bra. Forskningsstudier på ryggmargsskader ble og presentert, blant annet av representanter fra Balgrist universitetet i Sveits hvor de nå har kjørt en fase I/II studie som ble hevdet å gjenerverne noe følelse hos noen av de som deltok. Disse studiene planlegges nå videreført for å se på mulig effekt. I utstillingsområdet var det og mye forskjellig av tekniske og medisintekniske hjelpemidler å studere. Våre samarbeidspartnere Wellspect HealthCare og Coloplast var og tilstede med utstillinger. De sponser og konferanser som dette. Vi traff og mange ryggmargsskadde fra hele verden som vi diskuterte med, som er viktig i seg selv, og jeg tror at alle som deltar på slike konferanser lærer mye. Vi fra Norge tar da lærdom fra sam-

linger som dette med oss hjem som vi igjen bygger videre på i vårt arbeid. En flott konferanse.



Representanter fra Tyskland.



Firmaet Ekso Bionics var en av utstillere. Her er det en Tysk ryggmargsskadet som demonstrerer utstyret. Firmaet ReWalk var og tilstede, de har noe tilsvarende utstyr.



ESCIF hadde egne møter. Her åpner Jane Horsey ESCIF bolken. ESCIF hadde innlegg fra forskjellige lands representanter om ryggmargsskade forhold samt at ESCIF også under ISCoS konferansen annonserte sitt globale bruker-nettverk. Mer om det kommer på hjemmesidene til ESCIF www.escif.org



Anne Beate Melheim og Tori Lunde.



Fra Sir Ludwig Guttman talen som er et fast innslag på ISCoS kongressene for å hedre Guttman. Dr. Guttman etablerte blant annet spinalenheten ved Stoke Mandeville under den 2. Verdenskrig hvor ryggmargsskadde soldater ble behandlet, som faktisk også spinalenhetene i dag også arbeider etter mye de samme prinsipper som han innførte. Guttman etablerte også ISCoS og også Paralympics som vi kjenner av i dag. Guttman var en person som via hans arbeid vi alle med ryggmargsskader har mye å takke ham for.

Mer om Dr. Guttman på lenken her http://en.wikipedia.org/wiki/Ludwig_Guttman

Det kan og nevnes at BBC har laget en 90 minutters drama-produksjon over Dr. Guttmanns gjerninger. Filmen ble vist på BBC2 i september og har tittelen "The Best of Men". Vi i LARS har skrevet til norsk media for å høre om de kan kjøpe inn og vise filmen.

Filmen ligger og ute på Youtube for de som ønsker å se den i engelsk versjon. Gå da til Youtube og søk på "The Best of Men Guttman".



Claes Hultling fra Spinalis i Sverige og Leif Arild Fjellheim fra LARS.



Ryggmargsskadde fra forskjellige land utenfor konferanseområdet; UK, Danmark, Norge og Finland.
– Jane Horsey, Terje Roel og Antti Dahlberg.

Boots - hjørnet

Kjære alle Patetra lesere!

Nå er høsten her igjen – og noen har vel allerede opplevd årets første frostnatt?

Høsten kan være fantastisk : Glødende sol og trær som lyser i rødt og orasje. En natur som bugner av frukt og bær! Høsten kan også vise seg fra en helt annen side: Regn og vind som uten nåde feier den siste følelsen av sommer bort.....og når det blir som mørkest før snøen kommer, virker det uendelig lenge til neste sommer!

Men dette høstmørket kan jo være hyggelig da – stearinlys i stua og fårikål i grytene. Mange er nok enig i at det er en sikker vinner!

Høsten er også full av muligheter: Mange spente barn har startet på skolen, og de litt eldre har kommet i gang med spennende studier. På jobben har du kanskje endelig fått startet med det du ikke rakk før sommeren?

Høsten er her – nyt den så godt du kan!!

Vi i Boots roper "Bravo" for Brava – Coloplast sin nye serie av tilbehørsprodukter til stomi.



Serien består av blant annet tetningsringer, pulver, klebefjerner, belte og elastisk teip. Vi har fått mange gode tilbakemeldinger av de som bruker disse produktene. I tillegg til at produktene er veldig gode i bruk, får de også et ekstra poeng for "fresh" design og funksjonell emballasje/innpakning.

Vi vil også minne på at Boots har mange gode hudprodukter til både herre og dame. I de kalde høst- og vintermånedene hvor vi er mye inne i tørr luft er det viktig å tilføre huden nok fuktighet.

I våre apotek finner du et stort utvalg av produkter til hud og kropp.



Vi har nå relansering av No 7 serien, og du vil finne mange spennende nyheter her!

Vi i Boots setter pris på samarbeidet vi har med dere og vil få avslutte med et lite dikt mange kanskje forbinder med høst og glade barn som nyter vann og sølepytter:

"Regn"

Regn regn regn regn
Øsende regn pøsende regn
Regn regn regn regn
Deilig og vått deilig og rått
En er en og to er to
Vi hopper i vann vi triller i sand
Sikk sakk det drypper fra tak
Tikk takk det regner i dag



Hilsen fra alle oss i Boots!

Ta kontakt med oss i Boots på tlf: 23 25 07 00 eller ring direkte til en av våre enheter som tilbyr "rett hjem konsept" med tilbud om hjemmebesøk og fri utkjøring av utstyr på blå resept. Enhetene har også et utvidet sortiment og kompetanse på sykepleieartikler. Oversikt over disse enhetene finner du her:

<http://www.homecare.no/kontakt>

LARS HORDALANDS ULLENSVANG KONFERANSE

Tekst: Anne Beate Melheim.
Bilder: Leif Arild Fjellheim.

Den tradisjonsrike Ullevang konferansen ble i år igjen arrangert for 28ende gang siste helga i august på Ullevang hotell i Hardanger.

Konferansen starta med hotellets middagsbuffé, som alltid smaker godt i sju tida. Vidare samla vi oss i konferansesalen for sosialt samvær, litt konkurransar og sjølvstøtt loddtrekning i tolv tida.

Laurdagen starta programmet med eit flott foredrag av Tori Lunde om sitteklubben på Spinalenheten ved Haukeland universitet sjukehus. Tori forklarte korleis sitteklubben fungerer og kor viktig det er med rett pute og sittestilling med tanke på å forebygge sår. Det ble og ein demonstrasjon der ein fekk sjå korleis ulike sittestillingar forandra trykket, som ga fleire av oss ein aha- opplevelse. Vi fekk og ein gjennomgang av ulike puter og madrasser. Ho nemnte og at fleire og fleire har begynt å ta bilder for å lettare følgje med sjølv på utsatte områder, som er eit godt tips å ta med seg.

Me forsette så med innlegg av våre samarbeidspartnere Coloplast, Wellspect Healthcare og Boots der dei fekk presentert sine produkt. Gjennom heile konferansen hadde også samarbeidspartnere våre utstillingar der vi hadde mulighet å snakke med dei direkte og få svar på eventuelle spørsmål.

Overlege på ortopedisk avdeling ved Haukeland universitet



sykehus Rakel Gudmundsdottir hadde eit flott og informativt foredrag om handkirurgi og snakka også om det nye nasjonale senteret for handkirurgi som nylig har opna på Haukeland. Ho gikk gjennom mulige operasjonar som kan betre triceps og grep funksjon og det var veldig interessant å høyre kor langt dei er komme med dette og kva dei har fått til. Ved å flytte på muskler og sener, og transplantere sener frå beina, kan personen igjen klare å strekke armen og få

gripetak med hendene. Totalt er det snakk om fire operasjonar for begge armene. Operasjonen kan utførast sjølv om skaden er fleire år gamal.

Me fekk også bevist korleis desse operasjonane kan forandre livssituasjonen ved foredraget Roy Aaberg holdt etterpå om sin erfaring med handkirurgi. Roy hadde sin første operasjon i 2000 av til saman fire i løpet av åra, der den siste var i år. Han er veldig fornøyd med kva kirurgien har



gjort for han, men seier ein må være motivert og forberedt på ei tøff tid etter operasjonen. Dei tre første månadene etter operasjonen er bevegelse mønstret i den opererte armen svært liten og ein må være forberedt å måtte ha mykje hjelp den første tida. Men når ein er komme gjennom det er alt verdt det meiner Roy. Han demonstrerte for oss fleire av tinga kirurgien har gjort mogleg for han, deriblant å løfte ting over hovudet, kunne handle og betale for seg og han seier

at han no kan lage middag for familien og ta opp igjen hobbyar han har sakna etter ulykka. Roy sa og, med eit lurt smil, at ein må være forberedt på å gjere meir husarbeid.

Programmet for laurdagen ble avslutta med ei flott oppdatering av LARS saker ved leder Leif Arild Fjellheim, der han gikk gjennom kva saker LARS jobbar med no og også dei nye ABC brosjyrane som også ble utdelt under konferansen.

Vi kosa oss vidare med festmiddag og kjekke samtalar der det viste seg at våre samarbeidspartnere har fantastiske historieforteller evner, så lattermusklane ble godt trimma også i år.

Vi håpar alle hadde ein fin konferanse og LARS Hordaland sender ein stor takk til foredragshaldarane under konferansen og til våre samarbeidspartnere som gjer ein fantastisk jobb! ●



Min reise med Nevro Lingvistisk Programmering (NLP)

Skrevet av: Eirin Cecilie Frøiland Gjedrem.

Jeg drømte om å bli psykolog i mange år. Utfordringen, som mange nok kjenner seg igjen i, var at det ikke er like lett å flytte til en annen by i 5-7 år med assistanse og behov som er unikt og uberegnelig. Derfor bestemte jeg meg for å finne et mer lokalt alternativ hvor jeg kunne lære å ta i bruk de redskapene og ressursene jeg hadde fra før. På denne måten fikk jeg bruke den personlige utviklingen og veksten gjennom en utdanning, til å bli den beste versjonen av meg selv. Bonusen er at jeg kan lære den samme kunnskapen videre til mennesker som også ønsker å få det beste ut av sitt liv.

Det som var spesielt fascinerende med NLP, var tanken om hvordan man kan endre på programmeringen i tankene på en måte som oppleves som trygg, positiv og givende. Det ga meg troen på at det er fullt mulig å finne nøkkelen til egen lykke og energien til å skape en bedre hverdag, slik at jeg kan veilede andre til å finne sin egen nøkkel. Jeg hadde på forhånd ingen tvil om at denne utdannelsen vil kunne gi meg det jeg ønsket i hverdagen, og stolte fullt og helt på min egen intuisjon som sa at dette var veien å reise for å møte målene mine, uansett.

Det jeg sitter igjen med etter utdanningen, er at jeg er en mye mer komplett person, som stoler på seg selv og er glad i seg selv. Jeg vet hvordan jeg skal ta vare

på meg selv, slik at vil kunne gi av meg selv til andre slik jeg ønsker uten å selv bli tom. Jeg kan veilede andre mennesker som ønsker å begi seg ut på den samme reisen jeg har vært igjennom, og er trygg på at jeg er den rette personen for de menneskene som kommer inn i mitt liv. Det som er annerledes er at jeg får jobbe med noe jeg er lidenskapelig investert i hver dag, slik at jeg føler at livet så absolutt er bra, og at jeg kan nå de målene jeg setter min energi til å nå. Jeg er mye nærmere å realisere drømmen min om å finne meningen med livet; som er lykke. Dette fordi jeg får bruke den livserfaringen jeg har fått på godt og vondt; til å hjelpe andre.

Jeg tror helse-effekten gjennom et skifte fra negativ tankegang

til positiv tankegang vil bidra til en bedre fysisk og psykisk hverdag, og at familien min vil ha det bedre nettopp fordi jeg vet hvordan jeg kan bidra til en positiv endring i deres liv. Selv om jeg har endret meg gjennom utdanningen, så har jeg de samme, gode vennene, men også mange nye relasjoner som vil være like givende for meg som for dem. Jeg har fritid nok til meg selv og de rundt meg, fordi jeg vet hvordan jeg skal fordele tiden min slik at jeg får brukt den på det som er viktigst der og da. Jeg er fremdeles under personlig utvikling, for jeg vil fremdeles lære så lenge jeg lever.

Jeg er tryggere på min egen åndelighet og personlig tro, og fremdeles like flink til å respektere andre for det de tror og den de er. Det å sette av tid til meg selv har jeg blitt mye flinkere til, og bruker den for det den er verdt; til å lege meg selv inn fra-ut. Selv om en ikke ønsker å ta utdanningen selv, så kan jeg virkelig anbefale en time hos en coach/samtaleterapeut. Veien til en bedre hverdag er ofte nærmere enn man skulle tro. Samfunnet generaliserer og danner egne meninger om våre behov, men det er kun enkeltindivider med sine respektive livssituasjoner som vet hva som skal til for å ha en meningsfull hverdag. Mitt ønske er å være en ressurs for samfunnet, og det finnes utrolig mange måter å finne den livskvaliteten på. Bare du vet hva som er riktig for deg, og i det sekundet du velger å trø ut av din egen komfort-sone, så vil du oppleve at verden og dens muligheter venter på deg!

«For å kunne si at man ikke klarer noe, må man først vite alt om hvordan man gjør det.» Er da

veien til målet/endringen like uoppnåelig?

Hva er Nevro Lingvistisk Programmering (NLP)?

Nevro lingvistisk programmering (NLP) er ment bygget opp rundt nevrologi, lingvistikk og programmering. Den nevrologiske delen representerer først og fremst sansene og hvordan vi danner meninger og handler på bakgrunn av disse meningene. Den lingvistiske delen ordner tanker, adferd og kommunikasjon med andre. Programmeringen består i at vi kan organisere ideer og handling for å produsere resultater.

NLP er et verktøy for å bedre kommunikasjon, skape endringer i fastlåste tankemønstre og adferd. Motivere, endre overbevisninger og gi mennesker et sterkere ståsted innenfor menneskebehandling. Med innsikt og forståelse om de psykologiske mekanismer som ligger til grunn for at vi tar de valg vi gjør, er NLP kjent som en av de mest effektive og moderne former for psykologi.

En av forutsetningene i NLP er vår egenskap til å endre oss selv. Vi endrer oss hele tiden. Ofte ubevisst. Gjennom livet "programmerer" vi inn våre egne adferdsmønstre gjennom det vi sier til oss selv, både positive og negative ting. Når overbevisningen eller adferden er ferdig programmert lagres den inn i ditt ubevisste sinn og du trenger ikke tenke på den lenger. Kroppen har det programmert inn på cellenivå og adferden og tankemønsteret er automatisk operativt (ubevisst). Verktøyene i NLP er en rekke geniale strategier som er modellert fra mennesker som har hatt suksess med dette på en briljant

måte allerede. Man modellerte kun den mest briljante delen av deres strategi. Så ble det hele satt i system – og resultatet er en verktøykasse med løsningsorienterte strategier som du kan lære – slik at du kan lettere gjennomføre livet ditt med dine mål.

Hvorfor lære NLP?

For å være en god, oppdatert og effektiv terapeut er NLP et "must". Fordi det er det enkleste og mest effektive verktøy for å forstå strukturen i menneskers problemer og på den måten gjøre det mulig å legge opp en strategi mot en positiv endring. For å kunne kommunisere enda bedre og for å komme i mental toppform. NLP er et enkelt, men likevel avansert - sett av egenskaper som hjelper deg med å klargjøre hva du ønsker i de ulike områdene av livet ditt, og hvordan du oppnår det. "Hvis du ikke vet hvor du skal, så kan du ende opp et helt annet sted!"

Kilde: www.alternativet.no

Temakveld om reise

Tekst og bilder: Siv Jorunn Fossum.

I 2009 skjedde det en fryktelig ulykke i Trondheim sentrum. Rullestolbruker og LARS-medlem Berit Ane Andersen kom utfor asfaltkanten og omkom i en påkjørsel. I hennes bisettelse ble det samlet inn penger som familien donerte til LARS Trøndelag. Ettersom Berit Ane var svært glad i å reise ble det bestemt at pengene skulle gå til å arrangere en kveld for medlemmene i LARS der reise skulle være tema.

Torsdag 14. juni ble denne temakvelden arrangert. Våre samarbeidspartnere Wellspect Healthcare, Boots og Coloplast deltok med hver sin stand, og de fikk bra besøk av de over 30 deltakerne. Etter noe forsinkelse ble det servert mat fra hele varden – sushi, tapas og asiatisk gryte falt godt i smak. Først ute var Jens Axel fra SmartReiser som engasjert fortalte om spennende reisemål til hele verden som de med glede ville være med på å tilrettelegge for brukere med ulike behov. Det ble nok mange spørsmål i pausen av reiselystne deltakere. Aud fra Solgruppen var neste foredragsholder. Hun kunne fortelle at deres reismål i hovedsak var det spanske fastlandet for lengre tids opphold. Også her hadde de gode erfaringer med å tilrettelegge for brukere med spesielle behov.

To timer går fryktelig fort, og Terje som var siste foredragsholder ut greide akkurat å få med de viktigste rådene for reisende ryggmargsskadd. Dessverre ble det ikke tid til så mange diskusjo-



Terje Roel.



Are Wendelborg Brandt fra LARS Trøndelag og Jens Axel fra SmartReiser.

ner her, da mange av deltakerne hadde stor hunger på informasjon. Kanskje vil det være aktuelt med en ny kveld der tips og råd for reise får større plass.

Møtet ble avsluttet med en

loddrekning, og det ble mange heldige vinnere av ulike rekvisita som reisearrangørene hadde tatt med seg.

Takk til Berit Anes familie, og fred over hennes minne. ●

Grillkveld ved Leirfossen

Tekst og bilder: Siv Jorunn Fossum.

Leirfossen er et flott uteområde som har god tilgjengelighet for rullestolbrukere, der det gjennom Idrettsforbundet arrangeres ukentlige samlingsstunder for funksjonshemmede. Det er laget egne grillplasser som er tilgjengelig for alle.

Morgenen 22. august startet med et skikkelig regnvær, og deltakerne for kveldens grillkveld ved Leirfossen tenkte nok sitt. Kanskje skremte morgenenes vær flere, for det ble noen færre deltakere enn først antatt. Været bedret seg utover dagen, og det ble opp mot 20 deltakere med stort og smått. På grillen var det kjøtt i flere varianter og laks. Hadde det ikke vært for den dårlige fiskelykken til noen av deltakerne så kunne denne laksen ha vært helt fersk. Grillkvelden falt tilfeldigvis på siste kveld for laksefiske, og det ble mye snakk om fiskelykke denne kvelden.

Deltakerne besto av både erfarne ryggmargsskadd og helt nyskadd som enda var innlagt på Spinalavdelingen ved St. Olavs Hospital. I tillegg til fiskelykke ble det også snakket om erfaringer fra et liv som ryggmargsskadd, og LARS Trøndelag håper at de nyskadd fikk et inntrykk av at selv med en ryggmargsskade er livet verdt å leve. ●



Grillingen godt i gang.



Hanna var den med størst fiskelykke, hun har fanget pappa Are.



Deltakerne gode og mette.

LoFric®

LoFric er et engangs urin kateter

Besøk oss på nye www.lofric.no!
Her finner du filmene
Tips & Tricks om kateterisering



Wellspect HealthCare, Karihaugveien 89, 1086 Oslo,
Tlf: 815 59 118. www.lofric.no

wellspect
HEALTHCARE

Vellykkede Sommeraktivitetsdager på Oppdal!



LARS Nordvest og LARS Trøndelag arrangerte i samarbeid med Avdeling for Ryggmargsskader ved St. Olavs Hospital Sommeraktivitetsdager på Oppdal 30. august til 1. september. Værgudene stilte med godt vær, Oppdal kommune med friidrettsbane, leverandører med utstyr og deltagerne med innsatsvilje og godt humør! I løpet av de tre dagene fikk deltagerne prøvd aktiviteter som sykling, downhill, turgåing, pistolskyting og kasteøvelser.

På kveldene var det faglig opplegg og sosialt samvær.

Bildene taler sitt tydelige språk om en flott samling med glade og aktive folk!

Tekst og foto: Terje Roel





LARS Øst/Oslo
Landsforeningen for Ryggmargsskadde
Akershus, Oslo og Østfold

Varsler dato for Spinalseminar med julebord
helgen 1.-2. desember 2012

Tema: Brukerstyrt personlig assistanse (BPA)

Sted: Scandic Hotell, Asker

Full pensjon

Innbydelse kommer i posten til
lokallagsmedlemmer

Følg med på www.lars.no

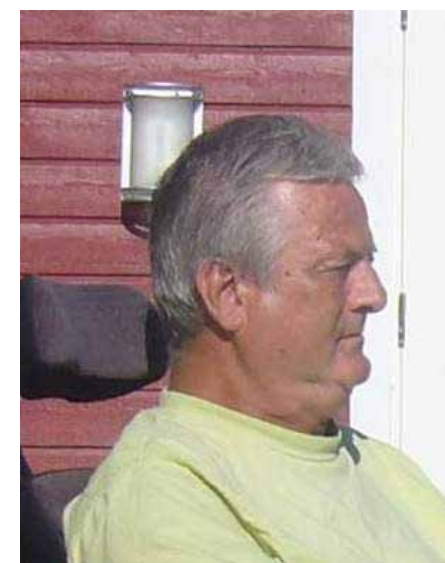


LARS Rogaland
Landsforeningen for Ryggmargsskadde

Konferanse/Julebord vil finne sted
1. desember i Stavangerregionen

Påmelding vil bli sendt ut til lokalags-
medlemmer, men alle er velkomne!

Kontakt Per Åge Øglænd for mer informasjon
ogland@netcom.no



Minneord for Kjell Hellevik

Den 12. juni fikk vi den triste meldinga om at Kjell Hellevik var gått bort. Innen organisasjonslivet for mennesker med funksjonshemming, og spesielt bevegelseshemming, var vel Kjell det jeg vil betegne som en bauta her i Møre og Romsdal.

Personlig fikk jeg mitt første møte med Kjell på Ålesund sjukehus et par måneder etter at jeg selv hadde blitt paraplegiker.

Dette var i 1982 og vi var da fire med ryggmargsskade på sykehuset. Kjell kom innom oss for en prat. Og jeg husker det som det var i går, en god prat med mye nyttig informasjon, pizza og god drikke.

Jeg hadde allerede hørt om Kjell like før dette første møtet. Min familie hadde snakket med ham og kunne fortelle at han forespeilet meg både bilkjøring og annet. Selv om jeg der og da ikke helt trodde på noe bilkjøring, trodde vel egentlig selv jeg ville være sengeliggende resten av livet, ga det meg en liten kime til optimisme.

Disse personlige opplevelser med Kjell, viser hvor viktige slike mennesker er. I dag kalles det likemannshjelp, men det var ikke et organisert system for 30 år siden slik det er i dag. Det arbeidet Kjell utførte, gjør ham til en pioner på området likemannsarbeid.

Kjell ble etter hvert som vi kom «ut i samfunnet» igjen, en samlende person for oss ryggmargsskadde. Han var sentral når vi etablerte NHFU Møre og Romsdal her oppe. Vi var på slutten av 80-tallet flere 20 – 30 åringer med ryggmargsskade som deltok i dette arbeidet.

Den 9. april 1988 ble Møre og Romsdal Patetralag av NHF etablert på Ørskogfjellet Hotell.. Dette var forgjengeren til LARS. Her var også Kjell helt sentral, og han ble valgt til den første leder av laget. Han var leder her gjennom flere perioder. Han var i tillegg leder for NHF Ålesund i svært mange år.

I tillegg til at Kjell var engasjert og uredt når det gjaldt å iverksette, hadde han en unik egenkap overfor andre mennesker. Han brydde seg, engasjerte seg, lyttet og kom med råd når noen trengte det. Han gav og han skapte ro om noen hadde det vanskelig. Alt basert på hans mangeårige erfaringer.

Mellommenneskelig var Kjell selve roen, men for oss som kjente ham vet vi jo at han også var spenningsøkende og likte litt action.

I lag med Øystein Hagfors etablerte han i 1980 egen bilklubb for personer med funksjonshemming, og dertil ombygde biler. Og vi som var med der har veldig

mange gode minner fra alle arrangementene vi fikk delta i rundt om i landet.

Det er alt dette som gjør at jeg våger å titulere Kjell som en bauta i arbeidet for, med og mellom mennesker med funksjonshemming. I 2006 hadde jeg i egenskap av Regionleder for NHF Nord Vest, og etter forslag fra medlemmene i NHF Ålesund, gleden av å overrekke NHF's sølvnål til Kjell. Det øyeblikket var stort og spesielt.

På vegne av Norges Handikapforbund og Landsforeningen for Ryggmargsskadde sine medlemmer vil jeg sende varme tanker til Kjell sin samboer gjennom over 30 år, Oddveig, og til sønnen Erling med familie.

Vi vil også takke for innsatsen til Kjell og lyse fred over hans minne.

Leif Elde

Ja, vi deltar!



Samling og kurs i Trondheim. Arrangert av St. Olavs Hospital Fys.med. Avdeling for ryggmargsskader og LARS Trøndelag.

I tidsrommet 4.-5. oktober arrangerte St. Olavs Hospital avdeling for ryggmargsskader i samarbeid med LARS Trøndelag kurs og samling med tittelen **Ja, vi deltar!**

Samlingen fant sted på St. Olavs hvor forskjellige møterom, auditorium og utstillingslokaler ble tatt i bruk. Mange gode foredragsholdere var invitert, og som holdt innlegg om viktige og interessante emner.

Terje Roel var konferansier og han åpnet samlingen med å ønske alle velkommen.

Han gav ordet videre til avdelingssjef og overlege Annette Halvorsen som holdt et viktig innlegg om Cauda Equina syndrom. Hun forklarte at ryggen består av den beinede rygg- søy-

len, flere hinner, cerebrospinalvæsken og ryggmargen med nerver. Ryggsøylen består av 7 nakkevirvler, 12 brystvirvler, 5 lende- virvler, korsbeinet og halebeinet. Mellom hver av virvlene ligger det en mellomvirvelskive. Ryggmargen ligger inne i rygg- søylen, beskyttet av beinvevet og cerebrospinalvæsken som er den vandige væsken som omgir ryggmargen. Ut fra ryggmargen går det nerver (spinalnerver) som utgjør nerveforsyningen til kroppen nedenfor hodet. Nervene går ut parvis, en høyre og en venstre, svarende til hvert nivå i ryggsøylen. Hver nerve forsyner et avgrenset område av kroppen med to sett nerver: Følenerver (sensoriske nerver), som fører beskjeder inn til sentralnerves- systemet, og motoriske nerver, som fører beskjeder til muskler og se- ner ut fra sentralnervesystemet. Nedre del av ryggmargen (co- nus) ender ved eller litt nedenfor

første lende- virvel (L1). Det betyr at de nederste spinalnervene forløper rett nedover fra conus- området til de parvis forsvinner ut mellom de lavereliggende ryggvirvlene (L2, L3, L4, L5, S1, S2 og S3). Denne samlingen av ner- ver minner om halen til en hest. Den har derfor fått navnet cauda equina (hestehale på latin). Cau- da equina skader er da skader på dette området og årsaken til slike skader er ofte prolaps, men også andre forhold. Skadene kan resultere i problemer med gang- funksjon, urin- og fordøyelsessys- temproblemer, som også er kjent ved skader på selve ryggmargen. Annette Halvorsen diskuterte også at det kan være mørketall i forhold til slike skader ved at en kanskje ikke får god nok behand- ling og oppfølging siden mange av disse skadene blir behandlet utenfor spinalenhetssystemet, hvor symptomer og skaderesul- tater kanskje ikke er så kjent. En



Annette Halvorsen.

studie for kartlegging av Cauda equina skader i Norge kunne da være interessant.

Annette Halvorsen holdt også et innlegg om NorSCIR som er det nye nasjonale ryggmargsskade- registeret i Norge. Registeret er nå oppe og står og alle de tre spi- nalenhetene i Norge (St. Olavs, Haukeland og Sunnaas) benyt- ter registeret for registrering av pasienter med ryggmargsskade. Registeret er basert på interna- sjonale datasett (ISCOs) og forde- len med det er at når flere land deltar kan ryggmargsskadedata sammenlignes. Registeret er et kvalitetsregister og med det me- nes at dataregistrering skal kun- ne gi en bedre behandling og oppfølging, også av den enkelte. Data kan også da sammenlignes mellom de tre spinalenhetene for å se hvor en for eksempel kan gjøre ting bedre. Registeret kan og benyttes som et register for studier og forskning. Registre- ring i registeret er selvfølgelig samtykke- basert og regulert etter Norsk lovgivning. Alle data som sammenlignes med andre registre vil og bli kryptert slik at personvernet er ivaretatt. Det er opprettet en styringsgruppe



Terje Roel takker Ivar Sollie.

for NorSCIR hvor alle de tre spinalenhetene er representert, Landsforeningen for Ryggmargss- kadde (LARS) er og representert i styringsgruppen. Vi i LARS er veldig glad for at registeret nå er på plass og i drift. LARS har vært med fra begynnelsen for opprettingen av et slikt register, da vi mener at dette vil gi bedre behandlinger og oppfølging. Vi i LARS ønsker det videre arbeidet med registeret lykke til.

Etter Annette Halvorsen sitt innlegg om Cauda equina skader holdt Ivar Sollie et godt innlegg med tittelen "En ryggmargsskade kan også være usynlig." Innlegget var om Cauda equina skader og med usynlig skade forklarte han det som et resultat av at mange med disse skadene kan være gående selv om de også kan ha de samme problemene som ved skader på selve ryggmargen hvor en benytter rullestol. Dette gjelder og forøvrig flere av de som er inkomplett gående med ryggmargsskader hvor en ikke kan se resultater av slike skader, for eksempel ved at en benytter rullestol. Ivar Sollie forklarte og om sitt møte med helsevesenet hvor han ble behandlet på avde-

linger med mindre erfaringer og kjennskap til ryggmargsskader, med de ekstra problemene som det medførte, helt til han ble tip- set om at det fantes spinalenhe- ter og han ble overført dit med resultat av bedre behandling og oppfølging.

Pårørende deltok også og her var det Stine Vervelstad og Hans Berg som holdt innlegg med tittelen "En ryggmargsskade, og veien tilbake – sett med famili- ens øyne." De viste lysbilder og forklarte om ulykken med på- følgende ryggmargsskade som deres sønn og familie opplevde med en alvorlig ryggmargsskade, komplisert behandling, lang re- habilitering, ombygging av tilret- telagt bolig og alt som det med- førte med flere diskusjoner og lang kamp med byråkratiet. Det var et særs gripende innlegg og vi takker familien som på denne måten bød av seg selv. Det setter kanskje ting litt i perspektiv for flere av oss å få høre historier som dette. Vi er og veldig glade for at ting nå går bedre og at deres sønn nå er i god bedring, har tatt sertifikat og kjører bil og at det også ble båt til slutt!



Terje Roel takker Stine Vervelstad og Hans Berg.

Stortingsrepresentant Tove Linnea Brandvik holdt et godt og opplysende innlegg med tittelen "Jobbstrategi for personer med nedsatt funksjonsevne." Hun forklarte om de forskjellige ordningene som regjeringen har satt i verk og som kommer som skal bidra til at flere mennesker med funksjonsnedsettelse skal kunne være i arbeid. Blant annet forklarte hun om ordningen for at funksjonshemmede skal sikres jobbreiser. - Forsøksordningen som gir funksjonshemmede rett til transport til jobb og skole, skal gjøres permanent og landsdekkende fra og med neste år. Dette innebærer at ordningen også utvides til å omfatte Oslo. Det foreslås å styrke budsjetttrammen med 33 millioner kroner i 2013. – For å sikre at funksjonshemmede kan ta utdanning og stå i jobb, er det avgjørende at de kommer seg til og fra hjemmet, sa Tove. Forsøksordningen med Arbeids- og utdanningsreiser ble evaluert

i 2011, og evalueringen viser at den bidrar til at flere personer med funksjonsnedsettelse kommer i arbeid og kan arbeide mer og lengre enn de ellers hadde kunnet gjøre. På bakgrunn av dette foreslår Regjeringen at forsøksordningen omgjøres til en permanent, landsdekkende ordning. Tove kunne og informere om at FN-konvensjonen for personer med nedsatt funksjonsevne skulle implementeres for ratifisering i løpet av året, og det er veldig bra. - Det var et flott og opplysende innlegg som Tove hadde, hun deltok også i plenumsdiskusjonene senere på første dagen av samlingen.

Tormod Omholt Kinge, som er ryggmargsskadet, holdt et flott innlegg med tittel "Erfaringer fra en ryggmargsskadd." Tormod forklarte om sine erfaringer fra han skadet ryggmargen som ungdom og hans videre målsettinger for utdanning og jobb.

Han forklarte om vurderinger for studiested, tilrettelegging for studier og hvor lang studietid han så for seg. Han forklarte og om ordninger fra det offentlige. Tormod endte opp med å ta sivilingeniørutdanning i Trondheim, som han fullførte på normert tid, til jobbsituasjon i dag. Et veldig bra innlegg som og viste hvor viktig det er å prioritere utdanning som man ønsker om man har muligheter til det.

Dag to begynte med at undertegnede holdt innlegg om Landsforeningen for Ryggmargsskadde. Hva LARS står for, rammeplanen, hvordan LARS er organisert med et sentralt ledd og forskjellige lokallag. Informasjon om de forskjellige prosjektene til LARS ble gitt, om likemannsarbeid, om de forskjellige samlinger og konferanser LARS har og om hvordan en som enkeltperson kan involvere seg i landsforeningen. Forøvrig var også flere

fra LARS hovedstyret tilstede på denne flotte samlingen i Trondheim. Minner og da samtidig på LARS Landskonferansen 2013 som vil finne sted i tidsrommet 3.-5. mai på Rica Nidelven Hotel i Trondheim. Så vel møtt der også!

Professor Knut Gjesdal, som er ryggmargsskadet, holdt et flott og engasjerende innlegg med tittelen "Betraktninger fra en medisiner med ryggmargsskade." Knut forklarte om sin ryggmargsskade, hans møte med helsevesenet og sine erfaringer med det offentlige med hensyn på hjelpemidler og tilrettelegging. Her var det mange interessante vinklinger som Knut fikk frem på en veldig god måte i sitt foredrag. Knut er professor og lege med hjerte som hovedfelt og han jobber fortsatt på Ullevål universitetssykehus.

På slutten av dag to var det lagt opp til spennende gruppediskusjoner som tok opp viktige emner.

LARS samarbeidspartnere Boots, Coloplast og Wellspect HealthCare var og tilstede, samt flere utstillere av tekniske hjelpemidler.

Et flott arrangement av folkene på St. Olavs og LARS Trøndelag! ●

*Tekst og bilder:
Leif Arild Fjellheim.*



Leif Arild Fjellheim.
Foto: Arne Olav Hope.



Stortingsrepresentant Tove Linnea Brandvik.



Tormod Omholt Kinge.



Knut Gjesdal.



Demonstrasjon av rullestol med stå-funksjon.



Eilin Reinaas (nestleder i LARS hovedstyret), Terje Roel og Marit Kvangardsnes (St. Olavs).

Tips om feriemål

Vi har vært i Barcelona i tre høstferier og vært utrolig fornøyde. Jeg bruker en manuell rullestol og har svak armfunksjon, men triller fint i Barcelona. Fortau og gater er veldig godt tilpasset. Vi bor på et hotell litt over Place de Catalanuya og da er det hele tiden en liten helling mot sjøen som gjør det lett å trille. Så tar vi buss tilbake på kvelden. Alle busser er tilpasset og bussjåførene profesjonelle. Bussen stopper der den skal, en rampe kommer ut og man triller inn. Vi tok buss 59 til stranden og den går like nedenfor på La ramblas. Turistbussene er også tilpassede og fine. T-banen også, men ikke alle stasjoner har heis - så det må man være oppmerksom på.

Flyplass:

Assistansefolkene på flyplassen i Barcelona er veldig bra - profesjonelle og flinke - så evt. løfting og hjelp er ikke noe problem. Bare sørg for at flyselskapet legger inn hjelpebehovet i flybilletten. De er godt synlig og har en skranke rett ved innsjekking hvor man får tilordnet en assistent - som følger til gaten - eller man kan avtale at man kommer til gaten selv. Assistenten sørger også for at man kommer gjennom sikkerhetskontrollen etc. Alt har gått på skinner.

Taxi:

Vi har brukt en pålitelig taxi i flere år og brukte nå Antoni Martinez - tonimar2336@gmail.com - T. 00 34 93 518 06 27/ 00 34 664 247 195.

Det er bare å sende en epost.

De kommer før tiden og har god kontroll. Vi har bare hatt behov til og fra flyplass - ellers så har vi brukt buss. (Han sa at på disse taxiene kan man kjøre rett inn i bilen.)

Hotell:

Vi bor på NH Calderon som ligger litt ovenfor Place de Catalunya i et hyggelig strøk:

<http://www.nh-hoteles.es/nh/es/hoteles/espana/barcelona/nh-calderon.html>

Hotellet er veldig fint, med svømmebasseng og de tilpassede rommene er bra. På badet er det ingen terskler inn til dusjen og toalettet er plassert bra. Det samme er vasken.

Strand:

Stranden er veldig godt tilpasset med ramper som går ut til ca. 10 m fra vannet - noen ganger helt ut til vannet.

Hilsen tetraplegiker C5 komplett

FunkisBil

Eneste firma i Norge som leier ut biler med håndgass/rullestolheis!

Jan-Ole Linnerud står bak firmaet FunkisBil. Han har tidligere jobbet hos Harald A. Møller i 10 år med biltilpassning for funksjonshemmede og har fagbrev som bilmekaniker. Han har siden 1988 brukt rullestol og kjørt bil med håndbetjent gass/brems. Han har også jobbet som rådgiver ved Sunnaas sykehus i noen år.

Her er hva Jan-Ole Linnerud sier:
Jeg bruker av min erfaring og kompetanse på å bygge opp leiebil med riktig utstyr. FunkisBil bruker kun de godkjente bilombyggerne ved tilpassing av biler.

Hos FunkisBil kan du leie tilpasset bil mens din bil er på verksted, eller når du er på ferie et annet sted i landet, og ikke vil kjøre din egen bil dit. Vi leverer leiebil på Gardemoen. I noen perioder vil vi også ha brukte tilpassede biler til salgs. Jeg har et fokus - at mine kunder skal være fornøyde!

Ta kontakt på telefon:
928 67 296.

FunkisBil, orgnr. 991 368 760MVA,
Hushagasvingen 9,
1820 Spydeberg.

<http://funkisbil.no>

Rullestoltilpasset fritidsleilighet ved Vänern vurderes solgt

Adresse: Allmänna vägen 29, 547 72 Otterbäcken, Västra Götaland.

Norskeid bostadsrättsförening i velholdt blokk fra femtiårene. Leiligheten ligger i første etasje, med 12 trinn opp fra gårdsplassnivå til entredør.

Gullspång kommune tilrettela denne leiligheten for en av sine eldre beboere, før huset med i alt 19 leiligheter ble gjort om til fritidsboliger for nordmenn. 58 kvadratmeter boflate bestående av entre med "walk-in-closet", kjøkken med spisekrok, romslig soverom og stue med balkong. Bad med rullestoltilpasset dusjområde. Alle dørterskler er fjernet mellom rommene. To kjellerboder medfølger.

Pent opparbeidete omgivelser, gode parkeringsmuligheter utenfor huset. Fellesvaskeri i kjelleren, mulighet for vaktmestertjenester. Fra balkongen ser man ned mot Vänern og Badängens grill og kiosk. Du bør disponere bil, for nærmeste matbutikk er i Gullspång, åtte minutters biltur unna. Gode daglige bussforbindelser med Oslo og lokal buss til Gullspång på ukedager. Nær Amnehärad Båtförenings gjestehavn. Flere av husets beboere har båten sin liggende her. Leiligheten er fullt brukbar også som helårsbolig.

Kabelfjernsyn med to norske kanaler i tillegg til de svenske, men i løpet av høsten vil det bli lagt inn bredbånd fra Telia, med IP-telefoni, et stort antall kanaler og god internettilkobling.

Salgssum: Nkr. 200 000.- eller høstbydende. Fellesutgifter: Nkr. 1856.- pr. måned. Dette dekker varmt vann og grunnvarme, ca. 12 grader.

Visning etter avtale. Overtakelse i løpet av høsten 2012.
Tel. 98889 683, eller
tone@borchgreivink.biz



Behov for kateterutstyr? Ring **67 02 44 40**

KATETER Vi har alt innen kateter og inkontinensutstyr på lager. Vi tilbyr veiledning og hjemmebesøk fra urologiske sykepleiere.

Ta kontakt og få varene levert kostnadsfritt over hele landet.

Vi dekker også områdene:

- Inkontinens
- Kateter
- Stomi
- Diabetes
- Sårprodukter
- Ernæring

...når kunnskap er viktig



Mediq Norge AS, Dyrskuevn. 13, Pb. 113, N-2041 Kløfta
Tlf: (+47) 67 02 43 00, Fax: (+47) 67 02 44 00
kundeservice@mediqnorge.no, www.mediqnorge.no

Oslo
Medicus Plesner
Pilestredet 7
Tlf. 815 55 300

Hamar
Medicus Plesner
Torggt. 1
Tlf. 62 53 34 88

Strømmen
Medicus Plesner
Strømsveien 61
Tlf. 63 81 56 98

Gjøvik
Remed
Strandgt. 17
Tlf. 61 17 16 95

Tønsberg
Helsehuset
Kammegt. 4
Tlf. 33 31 91 35

Fana
Mediq Norge
Apeltunveien 2
Tlf. 55 13 75 40

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.

facebook

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

**Her vil en kunne finne forskjellige nyheter om saker samt at
alle er velkomne til å ta del i diskusjoner**

INNMELDING I LANDSFORENINGEN FOR RYGGMARGSSKADDE

Innmelding i Norges Handikapforbund

Medlemstype (velg én)

- ☐ Hovedmedlem - kr 300
- ☐ Husstandmedlem - 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
- ☐ Interessesmedlem

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

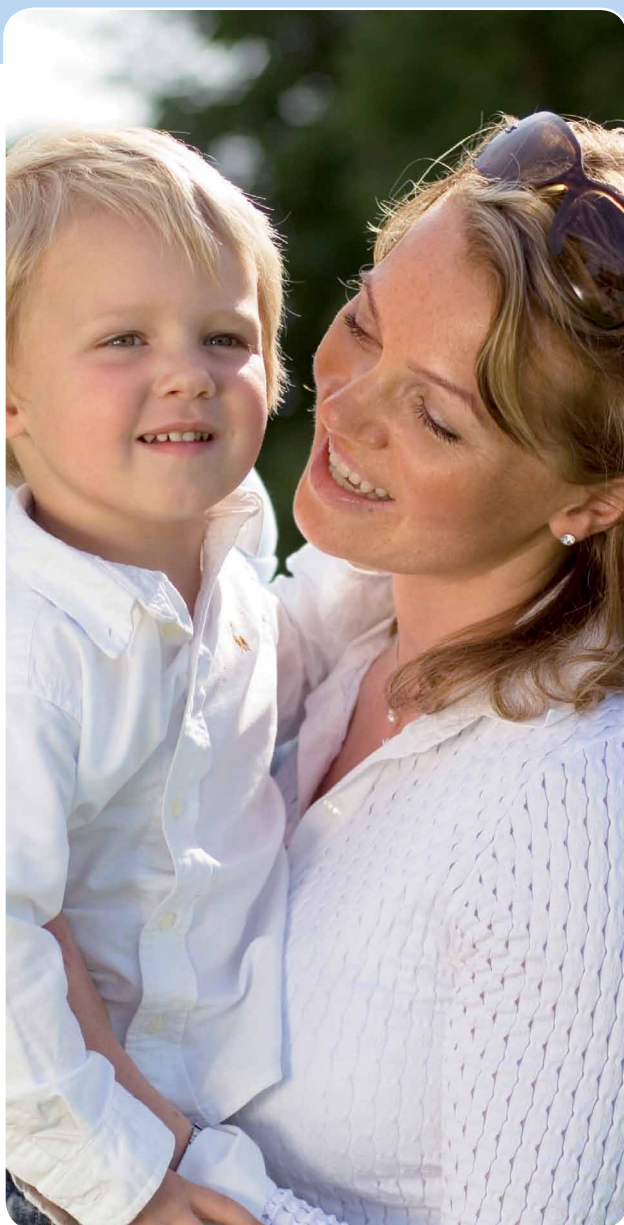
Distribueres av Posten Norge



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

