

## **Minnesanteckningar förda vid SPF Seniorerna Glanshammar medlemsmöte 2018-04-20 kl. 14.00-ca 16.00.**

Efter en lång och kall vår så var det idag rena sommarvärmen med ca 20°. Trots detta så var det ca 100 personer, varav några nya, som ordf. Börje Gustafsson kunde välkomna. Han uttryckte sin glädje med att så många kommit trots de yttre förutsättningarna.

Därefter välkomnade han dagens föredragshållare: Gunnel Lindgren. Ämnet var "Att tänka på kring läkemedel". Länsansvarig apotekare för information om läkemedel om jag inte uppfattade det hela fel. Ämnet är ju ganska torrt och lite tråkigt men viktigt!

Olika mediciner är ett nödvändigt ont för att vi skall må gott. Kroppen åldras och inre organ påverkas på många olika sätt .SPF, PRO och Apoteket har gjort en gemensam undersökning, som heter "Koll på läkemedel". Ett av målen var att alla över 80 år skall minska sin dagliga tablettförbrukning till max 10 tabletter/dag. Undersökningen har pågått i sju år men är ännu inte klar. Vad man sett är att förbrukningen av "okloka" läkemedel minskat med 20%.

Idag kan man av kostnadsskäl få alternativa fabrikat mot vad läkaren föreskrivet. Man har dock själv valet om man accepterar detta eller vill ha originalet. Om det inte finns på Apoteket för tillfället, är det skyldigt att ta hem originaltillverkning. Läkaren kan i receptet föreskriva ett bestämt fabrikat/tillverkare.

Gunnel poängterade att man har ett eget ansvar tillsammans med läkaren att förstå varför och till vad och hur länge man skall använda läkemedlet mm.

Begär alltid ut en ny lista vid uthämtning av medicin! Där framgår mängd som återstår. Hur länge receptet gäller och hur man ligger till i förhållande till högkostnadsskydd.

Man bör alltid ta reda på villkor för hur läkemedlen skall förvaras. Läs alltid Bipacksedeln!

Doseringen är viktig att följa, speciellt för flytande mediciner.

Vikten av att hålla reda på sina mediciner poängteras av att 30% av alla inläggningar på sjukhus orsakas av läkemedelsbehandlingsfel!

När man läser Bipacksedeln så kan man förfäras av alla uppräknade biverkningar! Om man märker något konstigt skall man alltid kontakta ansvarig läkare! Hörseln kan exempelvis påverkas av antibiotika. Biverkningar upphör i regel ganska snart efter att man avslutat en behandling. Tänk också på att vissa läkemedel kan vara beroendeframkallande!

Det är bra att upprätta en lista på mediciner, som man använder! Glöm inte naturmediciner som i kombination med läkemedel kan ge förändrade verkningar av läkemedlen.

På nätet kan man göra en egen "kollisionskoll" på "Koll på läkemedel" och även på EES, Elektroniskt läkemedelsstöd.

Gunnel nämnde ett antal skrifter där mera information finns.

Ett par andra saker hon nämnde är också att den röda triangeln är borta ( man har eget ansvar ) och att vi idag inte har några nödlager. Det senare har uppmärksammats och det kommer antagligen att bli ändringar på detta så att det igen kommer att finnas någon typ av nödlager.

Ordf. Börje tackade Gunnel för föredraget och överräckte en blomsterbukett vilket var den enda ersättningen hon fick.

Därefter följde reseinformation framförd av Lotta Gustafsson. Man var 49 som var med till Krakow. Resan med Cinderella 3-4 juni är full. Kostar 695:- per par och skall vara betald senast 15 maj. Dalhalla 1-2 september har idag 39 anmälda. Betalning skall vara inne senast 18/8 ( 3.200:- ). Lotta delade ut program till resan under mötet.

Resan till Hjalmar's revy 26/10 är fullbokad.

Listor låg framme till julbordet på Cinderella.

Den 18/9 har distriktet en resa till Rehn och Mosel.

Några informationer från Börje:

- Han rapporterade från det årsmöte som Samorganisationen haft för de 7 föreningarna som ingår. Deltog från vår förening gjorde Börje, Sören Hjalmarsson och Kenneth Emanuelsson. På möte var Tomas Nilsson från Nerikes Brandkår med och höll ett informativt och lättamt föredrag om brandfaror i hemmet. Prat blandat med frågor och filmsnuttar. De flesta bränderna, 34%, orsakas av spis. Ljus kommer längre ned på skalan. Väsentliga saker är brandvarnare och godkänd brandsläckare.
- Måndagen 23/4 18.30 är det PUB-afton på Coco Thai. SPF Glanshammar är värd. Sjögrens garageband underhåller.
- Onsdag 25/4 kl. 18.00 är det PUB-afton på Tango i Glanshammar. Jonny "Kungen" underhåller.
- Korpen Örebro, som bl.a. drivit Ässundet, har gått i konkurs. En lösning för sommars verksamheter har dock kommit. Det innebär att Fritid- och Turistförvaltningen i Örebro kommit överens med Samverkarna i Glanshammar att driva verksamheten i princip lika tidigare inklusive Åbäket.
- Nästa möte är Vårfesten 23/5. Anmälan till Anita Pettersson. Betalning 150:- inbetalt senast 14/5!

Efter detta kaffe med smörgåsar och muffins på trevligt dukade bord med vide och tulpaner i vaserna.

Lottdragningen kom därefter med 8 ringar plus en korg.  
Vinnare av korgen blev Lotta Gustafsson på lott nr 06.

Efter lottdragningen var det så dags för Börje att tacka alla besökare för att de kommit och även framföra tack till kommitté och övriga funktionärer.

Berit Blomberg ledde som vanligt avslutningen med **Du gamla du fria**.

Vid anteckningarna : Kenneth Emanuelsson.