

Från distrikt och föreningar

Har det hänt något därhemma, i föreningen, distriktet eller intresseorganisationen? Kanske något som skulle vara roligt att dela med sig av till övriga Sverige? Nog sas det väl något intressant på mötet, och hur var det med uppvaktningen hos kommunalrådet?

Skriv till Landet runt, Reumatikertidningen, Box 12 851, 112 98 Stockholm. Och glöm inte bilderna, ibland säger de mer än tusen ord!

Skåne:

Fångade in en politiker

Reumatikerdistriktet i Skåne har en aktiv arbetsgrupp, som kallas Medicinpolitiska gruppen. Denna brukar regelbundet bjuda in landstingspolitiker från Region Skåne till distriktets lokaler för att på informell nivå informera om reumatikers situation och ta upp problem inom sjukvården. Vi tror mycket på denna form av kontakt med politikerna. Om de lär känna oss, är det lättare för dem att fatta för oss viktiga beslut. Vi har mycket positiv respons på dessa möten!

Uppmuntrade av detta beslöt vi

att, i samband med Folkpartiets Landsmöte i Lund i oktober i år, inbjuda partistyrelsen till vårt kansli.

Inbjudan mottogs positivt och torsdagen den 18 oktober fick vi besök av Bo Könberg. Vi informerade honom om hur en reumatisk sjukdom kan påverka en människas liv och lyfte fram viktiga frågor som rehabilitering, bilstöd och småhjälpmedel. Vi hade även tagit med småhjälpmedel (som fyllde ett helt bord!) och en av våra medlemmar demonstrerade hur hon använde fyra olika hjälpmedel för att ta på strumpor och skor.



Kostnaden för småhjälpmedel är ju mycket hög för den enskilde - och varierar beroende på bostadsort, vilket vi upplever som orättvist. Det vore bättre om kostnaden omfattades av högkostnadskortet.

Bo Könberg visste inte mycket om reumatikers situation innan han kom till oss. Han verkade uppriktigt intresserad och vi tror, att vi lyckades ge honom en hel del insikt - och kanske "ett ansikte på reumatism".

Christer Hugoson

Linköping:

Temadag om artros

Reumatikerdistriktet Östergötland har tillsammans med ABF och LRF anordnat en temadag om ARTROS. Lördagen den 27 oktober 2001 träffades ett 100-tal intresserade deltagare på Terrassen, SAAB i Linköping för att börja dagen med kaffe och ostfralla.

Vice ordförande Anita Falk önskade välkommen, därefter berättade Ragnar Eriksson om sin uppgift som diagnosombudsansvarig. Från Centrala artrosrådet hade Ulf Nersäter kommit och han redogjorde om Reumatikerförbundet och Artrosprojektet.

Bengt Waldebring, LRF och Solvig Pettersson ABF talade om sina organisationers deltagande.

Efter lunchen höll Docent Magnus Odensten ett mycket väl genomarbetat föredrag om artros och visade bilder på hur man opererar olika former.

Sjukgymnast Margret Laessker-Good talade om olika behandlingar och gav många bra råd om hur man hanterar sin sjukdom. En panel med Ragnar Eriksson, Anita Falk, Ulf



Nersäter, LRFs ombud Bengt Waldebring samt Britt-Marie Gustavsson från Reumatikerföreningen Åtvidaberg, besvarade många intressanta frågor från deltagarna.

Birgitta Hilding visade delar ur Artrosskolans bildmaterial om möjligheter att delge kunskaper om ett bättre "Artrosliv" vilket resulterade i stort deltagarintresse från hela

distriktet.

Intresset för denna sortens Temadag var stort så alla fick inte plats pga lokalens begränsning och flera önskingar framfördes om en upprepning, ev. i Norrköping.

Birgitta Hilding
Artrosombud i Distriktet Östergötland

Mälarsjukhuset:

kontrollsamarbete startat

Mottot "utan utsikt - ingen insikt" beskriver orsaken till att representanter för de reumatologiska klinikerna från Örebro, Västerås och Falun bjöds in till Mälarsjukhuset sista veckan i september.

Deltagarna enades under mötet om att inleda en ömsesidig regelbundet återkommande utvärdering av olika delar av verksamheten.

Granskar varandra

Temat för den första revisionen i början av nästa år blir dagvård. Under en dag kommer representanter med olika yrkestillhörighet – läkare, paramedicinare, sköterskor och sekreterare - att besöka en av de andra klinikerna och granska grannen utifrån sitt perspektiv och efteråt rapportera sina synpunkter och ev. lämna förslag till förändringar. Därefter samlas alla representanterna för att försöka värdera resultaten gemensamt.

Ska ge ökad insikt

Under processens gång får man förhoppningsvis en ökad insikt i hur

man bäst sköter sina respektive uppgifter och leda till förbättrad kvalitet i patientomhändertagandet. Att ha väl fungerande rutiner är av stor betydelse för att vården ska vara anpassad till patienternas behov av adekvat medicinskt omhändertagande, personalen trivsel på sin arbetsplats och allmänhetens krav på kostnadseffektivitet.

Teamet måste fungera

Liknande projekt har framgångsrikt prövats inom infektions- och hudspecialiteterna och de informerade även om sina erfarenheter under mötet. Verksamheterna skiljer sig dock på väsentliga punkter. Hela reumateamet med sjukgymnast, arbetsterapeut, kurator, sköterska och läkare måste fungera som en integrerad helhet för att slutresultatet ska bli bra, vilket ställer stora krav på samarbete. Unikt för modellen mellan de reumatologiska klinikerna kan bli även patientrepresentanter erbjuds delta i processen.



Östersund:

Utbildning av hemtjänsten

Genom ett samarbete mellan landstinget och kommunen har utbildning av personal inom hemtjänsten, ägt rum. Utbildningen handlade om Reumatoid Artrit.

Det var undersköterskor som var inbjudna. I två olika dagar har ett 25-tal deltagit. Det var personal från reumateamet som höll i undervisningen.

Dagen började med att Margit Birkl som är sjuksköterska informerade om sjukdomen, symtom och olika behandlingar, även artros togs upp. Därefter tog Georg Witthoff som är sjukgymnast vid och pratade om normal ledrörlighet -ledrörlighet hos personer med reumatoid artrit. Vardagsproblem för reumatiker, handproblem samt hjälpmedel höll arbetsterapeuten Eivor Westerlund i.

Efter lunchen fick Inger som

patient komma med. Georg visade med hjälp av Inger hur man med kuddar, kan få bra viloställningar i sängen. Hur man lättast kan hjälpa reumatiker i och ur sängen demonstrerades också, under hela tiden fick deltagarna ställa frågor kring det praktiska.

Inger som varit reumatiker sen många år tillbaka, fick nu berätta om hur sjukdomen upptäcktes och hur det är att leva med en kronisk sjukdom. Inger började med att tala om hur livet såg ut innan hon drabbades av reumatoid artrit, därefter allt som förändrades. Vid 39-årsålder fick hon sluta sitt arbete som undersköterka på akutmottagningen, hon hade då arbetat på sjukhuset sen 18-årsåldern.

Hon betonade att det är av största vikt att man har det bra socialt, det får helst inte vara negativa saker och ting

som man går och grubblar på för då försämras sjukdomen. Även att familjen och vännerna blir drabbade berättade Inger om.

Att man som personal ska vara lyhörd för hur vi som patienter eller vårdtagare vill ha det, är viktigt. Efter att Inger berättat klart fick deltagarna ställa frågor, det blev allt från vilka mediciner som hon använde till behandlingar och operationer som gjorts.

Innan dagen avslutades fick alla fylla i en utvärdering av dagen. Till våren 2002 planeras just nu nya utbildningsdagar men då för distriktssköterskor. Utbildningsdagarna är till för att både personal och patienter ska få en bättre helhetssyn när det gäller reumatiker.



Anders Gidlund informerar om medlemsregistret.



Deltagarna från Centrala-Råden



Västerbottendistriktets Diagnosombud



Lena L om projektet VÄRKSTADEN "Värkmästare över vår Värk"



Sten-Olof Erikssons genomgång av Riktlinjerna för Diagnosombuden.



Alice vår Alice. Studieorganisatören som fixar allt.

Västerbotten:

Diagnosombuden och Föreningsrepresentanter på utbildning

Reumatikerdistriktet Västerbotten genomförde informations- och utbildningsdagar på Medlefors Folkhögskola i Skellefteå 17-18 november 2001.

48 diagnosombud och föreningsrepresentanter från 10 föreningar hade hörsammat inbjudan.

Från de Centrala Råden deltog Christina Andersson Storuman, Sten-Olof Eriksson Härnösand och Britt-Inger Ehnmark Umeå.

Det bärande temat för dagarna var Diagnosgruppsverksamheten. Sten-Olofs information om bakgrunden till Diagnosorganisationen och genomgången av både Riktlinjerna och Handboken var mycket klara och tydliga. Han poängterade bl.a. vikten av att varje diagnosgrupp gör upp en egen verksamhetsplan och budget som skall finnas redovisas i föreningens verksamhetsplan.

Det informerades också om Reumatikerföreningarnas samarbete med Apoteken inför Reumaåret 2002. Efter grupparbetet redovisades vad vi som diagnosombud kan bidra med under Reumaåret 2002.

För att vi skall synas bättre så har alla deltagarna efter en viss komplettering, skaffats sig det gröna R:et.

Medlemsregistret är en het fråga. Anders Gidlund Umeå redogjorde för de kommande förändringarna.

En stor del av tiden var avsatt till grupparbeten under ledning av distriktets Diagnosombud Liselotte Råbom Fibro, Eva Holmlund Artrit, Gösta Lindgren Bechterew/S, Kajsa Holmner Artros och Alice Lundgren SLE/Sjögren.

Ett grupparbete handlade om: Vad vill vi förbättra/ förändra för att fungera bättre som ombud.

Värt att notera är också Lena Lindkvists presentation av "Värkstadens", en ny värksamhetsform, som går ut på att lära människor med värk och smärta, att hantera smärtan och lära sig leva med den." Vara sin egen "Värkmästare".

En intressant verklighet för oss i högan nord diskuterades också. Vi lever ju i de stora viddernas och avståndens landsända. Vad det innebär för möjligheterna komma samman, glöms ofta bort. Den sammanlagda resesträckan för deltagarna i konferensen på Medlefors var – hör och häpna – 1 582 mil och det blir i genomsnitt 33 mil per deltagare.

Att kursen uppskattats av deltagarna framgick även av utvärderingen. På en 10-gradig skala låg det samlade omdömet på mellan 8 – 9.

Maj-Britt Brusén

Blekinge:

25 år avklarade

Distriktets ordförande Arne Persson bjöd på välkomstdrink och välkomna till bords för c:a 200 medlemmar och inbjudna gäster.

Kerstin Ekbladh en bland pionjerna som var med när dåvarande Länsföreningen startades för 25 år sedan inledde med att läsa en dikt, varpå följde kort historik över distriktets 25 år. Mona Korhts Nordén från Reumatikerförbundet tackade för inbjudan och överlämnade en gåva från Förbundet bestående av en blomstergrupp och ett bidrag på 3000 Kronor, ur Bengt Viklunds minnesfond för utbildning inom distriktets och föreningarnas arbete.

Därefter talade reumatologläkarna

Bjarne Hansen, Folke Nilsson, Lars Olof Sjöstrand och Celco Penida, om sina tidigare och nuvarande arbeten inom reumatologin, väldigt intressanta föredrag från dessa fyra reumatologläkare, som efter sina framträdande förärades med en blomsterhyllning.

Mona Korhts Nordén utdelade också förtjänstplaketter i förgyllt silver till två medlemmar som varit delaktiga i distriktstyrelsen i mer än 15 år, Kerstin Ekbladh från Karlshamnsföreningen och Kjell Linde från Sölvesborgsföreningen.

Arne Persson



Mariestad:

Fibromassören på besök

Lördagen den 27 oktober 2001 var det Fibrogruppen i Reumatikerföreningen Mariestad som hade turen att få besök av massören Sefan Göthager. Det var en helklass, 31 st mötte upp, både medlemmar och anhöriga samt två inbjudna från arbetsterapin.

Stefan har en härlig förmåga äga att nå fram med sitt budskap - intressant och medryckande. De fyra timmarna som avsatts för föreläsningen gick mycket fort och lite övertid blev det dessutom.

Vid ett par trevliga bensträckarpausar - med fika och förfriskningar - fick deltagarna tillfälle att utbyta

tankar och erfarenheter samt fördjupa sig i Fibrolitteratur på ett bokbord.

Fibromedlemmarna kan ta emot hur mycket som helst, om smärtlindring och om knep som gör vardagen lättare och kanske roligare. Alla anhöriga väntade otåligt med inoljade händer att få prova fibromassagen på en tälglig medlem som ställde upp som försökskanin.

All forskning om fibromyalgi, alla framsteg och alla nyheter välkomnar vi verkligen. Vi tackar Stefan för en trevlig och givande lördag.

Inga-Britt Norstedt, Fibromyalgiombud



Oskarshamn:

Höstens cirklar igång

Nu har vi i Oskarshamn kommit igång med höstens cirklar ordentligt. Våra medlemmar är väldigt duktiga, både äldre och yngre. Åldern pendlar mellan ca 25 och 88 år. Nästan varje dag i veckan är det cirklar.

På tisdagar har vi "Lev livet" cirkel och en lappteknikcirkel plus en kallmålningcirkel. På måndag och torsdagskvällen har vi vattengymna i varmbassäng, onsdagsmorgon en gympagupp. Är inte våra medlemmar



och frivilliga ledare duktiga? Dom gör väldigt fina alster.

Jag som studieorganisatör är jättenöjd och tacksam för mina duktiga cirkelledare.

Kerstin



Sollefteå:**Fibromyalgigruppen har roligt**

Vi är en gemytlig samling som träffats en gång i månaden under det gångna året. Vi har varvat våra träffar med både skoj och allvar. VI. har bl.a. haft en astrolog på besök, varit ute och ätit, i somras gjorde vi en båttur på Ångermanälven i Ådalen 3.

Ibland har vi suttit och fantiserat om de mest galna saker. Ett är då säkert - roligt har vi. Året avslutade vid med julfika på Sollefteås nya café "Kaffe Petter".

Kristina Hallström

På bilden från vänster Gunilla Nordlander, Monika Sundström, Karin Nordin. I den bakre raden står Karin Jonsmyr-Palmer. Saknas gör Birgit Johansson, Eva Lilliesköld och Katarina Jahlitz.

**Strängnäs:****Positiv inspirationskväll**

Reumatikerföreningen Strängnäs och ABF Strängnäs arrangerade i höstas ett föredrag med Ann-Marie Lindahl från Gotland. Temat var "Se det positiva".

Ett hundratal Strängnäsbor kom för att lyssna. Ann-Marie kan konsten att inspirera människor och att ta fram det positiva i vardagen. Många skratt hördes under kvällen och det var nog många av oss som fick en tankeställare.

Att se det positiva behöver vi nog, lite till mans, påminnas om emellanåt. Vi rekommenderar varmt andra föreningar/distrikt att anlita henne. Som medarrangörer hade vi Strängnäs Hälsoråd, Strängnäs Vårdcentral, Fritid o Kultur och Kommunal avd. 1.

Birgitta Johansson, Reumatikerföreningen Strängnäs

**Varberg:****Matresa i Halland**

Den 5 september hade reumatikerföreningen i Varberg ordnat en mycket trevlig resa "matresa i Halland". Vi besökte olika lokala duktiga små företagare. Vi åt gott och ofta. Både solen och resenärerna sken ikapp. Tack för en välplanerad och trevlig resa.

Solveig Lundgren

Växjö:

Information om Spenshult

Vid reumatikerdistriktet Kronobergs medlemsmöte i Växjö höstas kom 75 medlemmar för att lyssna till Med. Dr. Ingemar Petersson. Han är verksamhetschef och forskningsledare vid Spenshult, reumatikerförbundets eget

sjukhus och det enda reumatiker-sjukhuset i landet.

Ingemar informerade om prisvärda nya mediciner för reumatiker, och om nya forskningsrön. Föredraget följdes av en frågestund. Efter en stunds

samvaro över en kopp kaffe vände mycket nöjda åhörare hemåt för att smälta all information man fått under kvällen.

Varberg:

Vårsammanträde vid lundby kvarn

För snart ett år sedan hade Reumatikerföreningen i Varberg sitt sista vårsammanträde ute vid Lundby kvarn.

Kvarnen ägs av föreningens revisor Jan Torson och hans konstnärliga fru. Vi samlades och hade vårt möte, som hade en diger dagordning. Många saker som skulle vara lösta inför sommarens stängning av vår lokal som skulle genomgå en total renovering.

Allt var nu klart vilka som skulle bära och vilka som skulle packa ner, det var en hel del planering av höstutskicket som gjorde att det kunde vara lite trångt med tiden för att kunna kopiera upp utskicket, bestämma tid för pekning och utskick men med samlade viljor så skulle detta gå bra. Vi planerade också hur

upptaktsmötet skulle se ut och var. Uppackning i lokalen samt öppet hus till hösten så att vi fick visa vår nya lokal och bjuda våra medlemmar på kaffe.

Det var en trevlig kväll och Jan Torson skötte grillen med bravur. Jan berättade lite grand om kvarnen historia och hur länge den hade varit igång. Numera håller kvarnen på att sakta och finstämt renoveras.

Vad som var trevligt var att det årligen hålls hantverksdagar vid jultid av ortens hantverkare, så även denna jul. Resmålet ligger knappt en mil från Varberg. Planering pågår nu för fullt för våravslutningen år 2002 .

Roza Gunnerås



Malung:

Föredrag om forskning idag

Kjell Algotsson hälsade välkommen till föreläsningen och det tidiga öppnandet av reumaåret 2002, som sker i samarbete med apoteket. Han presenterade också de två som är föreningens representanter under reumaåret, Anna-Lisa Rossäng, Vansbro och Tommy Olsson, Malung. Kjell välkomnade också apotekaren Lennart Gallon, Malung, som fick informera om temaåret. Han nämnde bl.a. hur man delat upp reumaåret och att ett gott samarbete redan börjat med reumatikerföreningen.

Kjell hälsade sedan förbundsstyrelseledamoten, forskaren, cheföverläkaren docent Bo Ringertz varmt välkommen till Malung.

Föreläsningen var uppdelad i två avdelningar. I inledningen berättades att det finns ca 80 olika arter av reumatiska sjukdomar. På olika håll i landet forskas det kring flera av dessa. T.ex. i Linköping pågår forskning kring Fibromyalgi och i Lund bl.a. om brosk och SLE.

På Karolinska, där Bo Ringertz arbetar, har man ägnat sig åt forskning kring matens betydelse för reumatiker. Här nämnde han också både gamla och nya behandlingsmetoder. Bo Ringertz talade om hur man flera gånger av rena tillfälligheter hittat mediciner som har en bra inverkan på reumatopatienter.

Tyvär har många av de effektivaste medicinerna ofta svåra biverkningar. Det idealiska läkemedlet ska gå mot en enda moleky. Numer börjar man använda TNF-blockerare som även är

bra mot tarminfektioner, TNF-preparaten hotar inte, men håller sjukdomen under kontroll. Tyvärr har även dessa en bieffekt, patienten blir lättare mottaglig för infektioner.

Riktad verkan

Biologiska läkemedel är morgondagens medicin, med en riktad verkan. Dyra att framställa och det är önskvärt att läkemedelstillverkarna försöker få fram billigare alternativ.

Arvet har också betydelse för utveckling av reumatism. Genom enkäter med många olika frågor, kan man kartlägga vissa samband. 15-20% är ärftligt betingat. Resten är miljön och kosten. En rökare löper 3-4 gånger större risk att utveckla en reumatisk sjukdom än en icke rökare. Man har to.m. kunnat se ett visst samband mellan syntetiska oljor och reumatism.

Nu pågår en studie med en grupp som helt ska avstå från smink eftersom det ofta innehåller olika sorters oljor.

Artros är en förslitningssjukdom. Om man röntgar alla 50-åringar, skulle det visa sig att nära hälften har någon form av artros även om man är helt besvärsfri. Artros kan inte botas men man kan dämpa symtomen. Till slut är brosket helt bortnött, och då återstår bara operation.

I Göteborg har man man provat att återskapa brosket genom att ta brosk från andra delar i kroppen, odla detta i laboratorium för att sedan operera in brosket i den

skadade leden.

Ett hälsokostpreparat, Glucosamin, har marknadsförts som återuppbyggande av brosk. Men läkemedelsverket har reagerat mot detta, då det inte finns något belägg för det. Preparatet klassas nu som livsmedel. Däremot finns det forskning bl.a. från USA, som visar att cortison skyddar något och kan uppskjuta broskförstörelsen.

De komplementära behandlingsmetoderna

Efter en kaffepaus korn Ringertz in på området Komplementära behandlingsmetoder.

Dessa indelas i;

Kroppsriktade behandlingar:

- Chiropraktik
- Naprapati
- Osteopati

Påverkan av fysiologiska processer

- Laserterapi
- Magnetterapi
- Vacuumterapi
- Fotzonerapi
- Feldenkraismetoden
- Akupunktur
- Lerbehandling

Naturenliga metoder:

- Antroposofisk medicin
- THX

Vitamin- och mineralterapi

- Fasta
- Kostterapi

Strängnäs:

Reumatikerföreningen firar 25 år

Som många andra föreningar har vi uppnått 25 år som varit fyllda av verksamhet. En sådan sak måste firas - vi tog vår ordförande, Lena Öhrsviks, fem R på allvar. Det är viktigt att ha roligt också!

Drygt 100 medlemmar infann sig uppklädda och på festhumör till jubileet.. Efter en stund av gemytlig trängsel i garderober och andra

biutrymmen bjöds vi in i en festdukad sal där entrédrink serverades följt av en festlig trerätters meny. Vi underhölls av en lokal musiker som lyckades låta som en hel orkester och han lyckades dra med oss alla i allsång.

Vidare underhölls vi av en lokal showgrupp som sjöng och uppmärksammade vad som i kommunen händer. Under eftermiddagen uppvak-

tades föreningen av samarbetspartners och andra. Många lovord kom föreningen till del vilka manar till fortsatta tag för att förbättra våra medlemmars situation. Det var enligt många mening en mycket lyckad fest.

Bo Tiderman, Ordförande

Malung/Vansbro:

Stor Lucia- och julfest

I december höll Reumatikerföreningen Malung Vansbro sin årliga julfest med hundratalet gäster. En tillställning med härlig underhållning av Johan "Ted Gärdestad" och Jan Hars. De bjöd på flera fina Ted-låtar bl.a. "Satellit", "Sol vind och vatten" och "Jag vill ha en egen måne."

Dessutom bjöds på luciatablå av

elever från Utsjö skola. De fick också sjunga några julsånger tillsammans med Johan och Jan, bl a "Nu tändas tusen juleljus", "Jingle bells". Förutom den fina underhållningen serverades man ett förstklassigt julbord. Efter mat och kaffe kom tomten och ett par nissar med paket till alla.



Vännäs-Bjurholm:

Resa till Thailändska paviljongen

Under en tid har vi i Vännäs-Bjurholms reumatikerförening planerat för en gemensam aktivitet där olika försloag stötts och blötts. Så enades vi om en resa till den Thailändska paviljongen i Utanede i Jämtland. Planeringen satte igång för den ca 60 mil långa tur och returresan. Allt måste klaffa. Buss, mat, kaffe, inträden, pris för resan, inbjudan till medlemmarna och sedan oron för att för få skulle anmäla sig.

Våra farhågor om uppslutning visade sig vara obefogade och långt före "dead line" var bussen full. Så var dagen inne.

Det kan ha sina problem för en reumatiker att vara färdig för avfärd kl 7 på morgonen. Ni vet, att vakna, sätta sig upp, räta på stelnade leder, söka reda på reumatofflorna och sedan alla övriga ritualer vid köksbord och i badrum. Men på utsatt tid stod vi alla förväntansfulla vid busshållplatsen.

Resan gick söderut förbi för oss kända platser som Gräsmyr, Nordmaling och Örnsköldsvik där vi påmindes om att det finns en ishockeyspelare vid namn foppa. Tankarna flög tillbaka till den ungdomstid när skridskoåkning på blanka isar var ett återkommande nöje och som man även nu skulle vilja prova på och nog skulle det väl vara underbart att se minen på en ortopedtekniker om man kom och beställde ett antal par reumatikeranpassade skridskor.

Så vek vi då av för att över Skuleskogen ta vägen mot Sollefteå.

Efter ett tag märkte vi att detta

inte var en väg som vägverket prioriterat vilket vår chaufför också beklagade. Men till Sollefteå kom vi och första besöket gjorde hos Yngve Sundqvist och hans tomteverkstad. En mycket intressant, både rolig och allvarlig, information gavs om det arbete som utfördes för att glädja barn som har det besvärligt och svårt.

Sen bar det av på slingrig väg genom ödslig skog med namnet Chulalongkorns väg. Bara att uttala namnet hade vi i bussen vissa problem med. Allt mellan Chou en lai och Chili con carne användes. Men så plötsligt stod det där. "King Chulalongkorn memorial building" med tinnar och torn glänsande i guld och utsmyckning.

I den imponerande vackra byggnaden med den vackra och utsmyckade inredningen fick vi god information om varför denna kung med sina söner besökte Sverige, Ådalen och Utanede.

Så var det dags för mat. Det sägs att hungern är den bästa kryddan, men i denna thailandsinspirerade måltid saknades inga kryddor men smakade alldeles förträffligt vilket förnöjsamt konstaterades av alla.

Humöret var på topp. Viss information om Reumatikerförbundet avlöstes med historier, muntrationer och lotterier.

Vid södra fästet av Sandöbron var det kaffepaus och där skulle även avgiften regleras. Vi hade bestämt att subventionera våra medlemmar men den som gick med som medlem fick samma subvention exkl medlemsavgiften vilket renderade i elva nya medlemmar.

Färden gick vidare och runt åtta på kvällen kunde de sista lämna bussen, trötta men glada över denna dags utbyte.

Georg Eriksson



Älmhult: Sagolik grillkväll

När vintermörkret nu sänker sig kan medlemmarna i Älmhults Reumatikerförening se tillbaka på en helt sagolik grillkväll i mitten av augusti. Vi hade samlats vid Gustavfors friluftsanläggning som ligger naturskönt vid Helge å i Älmhults- Kommun.

Tidigare har här funnits en liten bruksort bestående av en herrgård samt med tillhörande anläggningar för ortens försörjning, sågverk, garveri papperstillverkning, ladugård mm. Många människor hade bott och

arbetat på gården. Ruinerna efter dessa verksamheter finns fortfarande kvar.

En grillplats samt utrymme för diverse fritidsaktiviteter finns anlagt här där deltagarna grillade medhavd korv och köttbitar. Till kaffet tog Sven fram sitt dragspel och underhöll med musik. samt ackompanjerade allsången. Kvällen var varm och fin och myggen hedrade deltagarna med sin frånvaro.

Siw Nordin



Varberg: Gårdarna runt sjön

Vi startade i Varberg och himmeln var grå av regntunga moln, men vi kommer ombord med medhavd kaffekorg i bagaget. Vi kör genom Viskadalen upp i ett oerhört vackert landskap, far igenom ett ovanligt tyst Borås på väg till Ulricehamn. I stadens centrum plockar vi upp vår guide Meje Josefsson, och hamnar mitt inne i ett lädbilsrally och veteranbilsrally. Aldrig har vi väl fått se så många RollsRoyce som då 150 st stog det i lokaltidningen dagen efteråt.

Vår guide Meje Josefsson fängade oss alla med sina intressanta

berättelser.

En guidad visning ingick i vårt besök av Torpa stenhus. Där fick vi en grundlig historiektion om Gustav Vasa. Historien om den inmurade unga kvinnan i Torpa stenhus var inte trevlig, men frågan är om man tar till moderna metoder för att se hur det stämmer.

Den unga kvinnan lär ha varit smittad av pesten och då lät man mura in henne i en stenvägg för att på så sätt inte sprida smittan inom landet.

Vi lämnade Ulricehamn och for mot Limmareds glasbruk. En rundtur

i glasbruket gjorde vi och vi fick veta att man producerar 1,2 milj. glasburkar per dygn till livsmedelsindustrin. Efter glasbruket for vi till Limmareds glasmuseum där vi drack eftermiddagskaffe och fick samtidigt höra historien om och omkring glashanteringens ifrån den tid då glastillverkningen startade.

När hemresan till Varberg börjar då är vi faktiskt ganska trötta de flesta av oss.

Roza Gunnerås

Bergslagen:

Temavecka i Lindesberg

Reumatikerföreningen Bergslagen anordnade en temavecka på Lindesbergs lasarett under vecka 43. Vi hade en skärmställning, där varje diagnosombud gjorde i ordning varsin skärm och vi hade även två skärmar om föreningen i allmänhet. Vi visade också på de böcker som Reumatikerförbundet har tagit fram och i den roterande entrédörren hade vi ställt ut hjälpmedel.

Temaveckan avslutades på söndags-eftermiddagen med ett medlemsmöte i entrén och cafeteria Regnbågen på lasarettet. Ordföranden Winnie Lindkvist började med att presentera gästerna och diagnosombuden, som visade och sålde de trycksaker som finns för olika diagnoser. Vi hade bjudit in personer från de centrala diagnosråden och Greta Thorén från SLE/Sjögren-rådet och May-Britt Brätner från fibromyalgirådet gästade oss. Så gjorde även lasarettets ordförande Marie-Louise Forsberg-Fransson.

Greta började med att berätta lite om sig själv och gick sedan över till att tala om vikten av information och att lyfta upp medlemmarna. Hon fortsatte att beskriva sitt råds arbete och planer inför framtiden. Bland annat har man en arbetsgrupp som håller på att ta fram ett material till en studiecirkel för SLE-Sjögren.

Det finns en önskan att någon borde jobba för sjukpensionerna. De är en skandal, eftersom det kostar så mycket att finnas till och ha någorlunda livskvalitet. Till exempel man kan inte baka sitt bröd själv utan måste köpa det. Man kan inte sy sina gardiner själv utan måste köpa dem. Ska man bjuda vänner på middag, kan man inte laga maten utan måste köpa färdigt.

Greta avslutade sin fullödiga information med att hjältarna i vår vardag är de kroniskt sjuka som för en kamp varje dag för att få rehabilitering och vård. Hon har också 2 extra budord och det elfte lyder: Gud välsigne cortisonet och det tolfte: Tack och lov för sminket.

May-Britt började också med att berätta lite om sig själv och fortsatte att tala om hur centrala fibromyalgirådet jobbar. Hon konsta-



Ordförande Winnie Lindkvist tackar Greta Thorén.



Lasarettstyrelsens ordförande Marie-Louise Forsberg-Fransson i samspråk med Greta Thorén.

terade att det finns många underliggande sjukdomar och många gånger får man inte bara en utan allihop.

Rådets uppgifter är bland andra att vara ett rådgivande organ till förbundet, stötta distrikt och lära upp ombuden. Man bevakar också all forskning både nationellt och internationellt.

Hon fastställde även att förbundet profilerar sjukdomen som reumatisk och att det är mer som föreningar än skiljer oss åt. Det är likaså många män som drabbas av fibromyalgi och de är ej väl sedda, därför har man startat en samtalsresurs för män med män.

May-Britt tog också upp vikten av tvåvägskommunikation. Rådet måste få veta vad medlemmarna och diagnosombuden vill att rådet ska arbeta med.

Lindesbergs lasarettets styrelseordförande Marie-Louise Forsberg-Fransson började med att påstå att det är en förmån att få vara ordförande på lasarettet. Det var även bra att vi vill lägga vårt möte i sjukhusentrén, då man vill öppna upp dörrar och väggar



May-Britt Brätner och medlemmar ur reumatikerföreningen Bergslagen i Cafeteria Regnbågen på Lindesberg lasarett.



Greta Thorén och May-Britt Brätner redogör för centrala rådets verksamhet.

för att få ett öppet sjukhus.

Hon fortsatte med att konstatera att det är dåligt med reumatologer och vi har haft förmånen att ha en i Lindesberg, men att det just nu är svajigt. Från ledningens sida vill man ha en reumatologmottagning på 10- 15 % av en läkares tid och med ett reumatologteam och kopplat till den medicinska rehabiliteringen.

Marie-Louise fortsatte med att styrelsen nu tagit ett beslut om en ny bassäng då den nuvarande endast kan ta emot 40 personer per dag samtidigt som behovet uppgår till 90 per dag.

Hon avslutade med dikten "Detta skall du veta" av Gunnar Ekelöf.

Vår ordförande Winnie tackade Greta och May-Britt med varsin forskarnyckel, som regionsjukhuset Örebro säljer och som går till sjukhusets forskning och Marie-Louise avtackades med Maeve Binchys bok "Sveda och värk".

Kristina Gustafson