

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!

Göteborg: – Ett utmärkt initiativ! – Mycket positivt!

Superlativen var många när ett 60-tal läkare i Västra Götaland lämnade Hotel 11 torsdagen den 11 mars. En utbildningsdag var till ända.

BERIG i samverkan med reumatikerdistriktet i Västra Götaland och Halland stod som arrangörer av denna utbildning för läkare inom primärvården. Med fokus på Mb Bechterew och Psoriasisartrit presenterade överläkare Dick Sahlberg respektive docent Björn Svensson symptom, prognoser, kännetecken för diagnos, komplikationer och behandling. Deltagarna fick dessutom ett rikt informationsmaterial att ta med sig till sina mottagningar.

Nu ska arrangörerna ta del av enkäten - som avslutade dagen - för att kunna förbättra nästa utbildningsdag. Det här var ingen engångsföreteelse! Att döma av kommentarer från några av läkarna hoppas också de på fler utbildningsdagar, och kom med en del förslag till förändringar. "Låt allmänläkare delta tillsammans med specialister" var en kommentar. "Mer praktiska anvisningar" en annan.

Reumatikertidningen talade med två av deltagarna, vilka visade sig ha lite olika uppfattningar om utbildningen.

Birgitta Örtelind, distrikts- och försäkringsläkare, tycker att hon fått information som kommer till nytta i båda hennes roller.

– Till vårdcentralen kommer många patienter med ledbesvär som kan vara svåra att skilja ut, menar

doktor Örelind. Jag tycker nu att kunskapen har stärkts för exempelvis remitteringar, och jag har fått hjälp med diagnostiska kriterier. Som försäkringsläkare har man ofta att ta ställning till intyg med oklara symptom, varför frågor måste ställas till behandlande läkare för att få diagnosen bekräftad. Nu har jag fått information som gör att det kommer att bli lättare, jag kommer att bli säkrare i mina frågeställningar.

Birgitta Örtelind ser fram emot ett samarbete mellan öppenvård och specialister och tycker att det är mycket bra att dagen tillfört henne spetskompetens.

En något annorlunda syn har Charlotte Barouma, allmänläkare på en husläkarmottagning.

– Jag anmälde mig direkt när jag fick inbjudan, berättar hon. Vi har ständigt patienter som undrar om deras onda, svullna leder är reumatism och nu skulle jag få en chans att lära mig mer! Men det var lite för djupt, låg på medicinsk undervisningsnivå, är hennes uppfattning.

– Det var bra med diagnoskriterier, men jag hade också velat ha mer praktisk information, t ex om man ska ta prover och i så fall vilka. Vad ska man skriva på röntgenremiss, livsstilsråd, möjligheter till rehab, praktiska råd vad gäller undersökningsteknik, hur man kan hjälpa patienten och hur man utfärdar olika intyg. Jag tror att många skulle kunna skötas inom allmänvården bara det fanns en



Birgitta Örtelind



Charlotte Barouma

snabbkanal mellan allmänläkare och specialist.

Charlotte Barouma berömmar dokumentationen, som hon tycker är handfast och bra med konkreta anvisningar om vart folk kan vända sig och avslutar med att hon är mycket intresserad av en fortsättning, men med även allmänläkare som medverkande.

Ulla Svanteson

Botkyrka - Huddinge: Skaparglädje

Vi är ett glatt gäng som har hittat en fritidssysselsättning som passar både för fibro och RA.

Vi träffas en gång i veckan under Gunilla Lagerqvists överinseende och gör bland annat tygtryck, målar med pensel på både tyg, porslin och lera. En del av oss var lite skeptiska när vi startade och trodde oss inte klara av att måla, men det visade sig vara helt fel.

Från början hade vi tänkt oss en termin, men vi har nu funnit en fin gemenskap och en bra sysselsättning, och framför allt vi kommer ut och blir inte sittande passiva hemma.

Vi är nu inne på den andra termen och skapandet blir mer och mer avancerat. Så till hösten har vi tänkt



försöka oss på att måla lite enklare tavlor.

Kanske något för en annan förening att ta efter.

Vi har kommit underfund med att man kan och klarar av mer än man tror.

Från höger Inger Söderström, Gunnilla Lagerquist, Birgitta Flognfeldt, Gun Lidström och Maj-Britt Andersson

Göteborg: Kabaret höjde festen

Så här inför sommaren kan det vara på sin plats med en rapport från i julas. Om inte annat så för att återigen liva upp minnet av en oförglömlig kabaret som förhoppningsvis blir ett stående inslag, inte bara på julfester. Nära 200 personer gottade sig åt julbord och underhållning när föreningen i Göteborg hade sin julfest den 19 december. För första gången var kväll bytt mot dag - för att också barn och barnbarn skulle kunna vara med.

En matgrupp hade förberett ett välfyllt julbord med allt från heminlagd sill till hemmalagad ris å la Malta. Traditionenligt och alltid lika uppskattat bjöd föreningens kör på kända julsånger. Innan dansen kring granen började var det dags för en premiär: föreningens cabaret. Sång, sketch och poesi framfört av sex medlemmar under ledning av Gullveig Sköld, också medlem.

Premiären för föreningens cabaretgång var ett uppskattat inslag på julfesten i Göteborg.

Ulla Svantesson



Göteborgsföreningens sångkör spred julstämning under ledning av Anna-Karin Orrbeck.





Mjölby:

Rätt kost lindrar värken

200 personer kom till församlingshemmet i Mjölby söndagen den 28 mars rör att närvara när Reumatikerföreningen Mjölby - Skänninge och Life, Hälsobutik i Mjölby anordnade en föreläsning i ämnet Nya rön i behandling av led - och muskelsmär.

Föreläsningen inleddes med att Sven Törnqvist från Reumatikerföreningen hälsade publiken välkommen och presenterade föreningen samt talade om de fem råden som bildades i år. Sven nämnde också hur viktigt det är med samarbete över

diagnosgrupperna.

Föredrag hölls av Dr. Karl - Otto Aly som är legitimerad läkare och specialist allmänmedicin. Dr. Aly har även tjänstgjort som chefsöverläkare på hälsohemmet Tallmogården under åren 1972 -1995.

Sedan 1996 är han ledamot i Reumatikerförbundets grupp för alternativmedicinsk behandling.

Dr. Aly berättade att rätt sammansatt kost, motion och vitaminer samt att sköta sin mage är viktiga ingredienser för att lindra värken för reumati-

ker. Undvika griskött och nötkött men äta mycket fisk, undvika fett och använda matolja vid matlagning, att rådfråga hälsokostbutiken om alternativa mediciner för att undvika magsår vid led - och muskelsmär.

Publiken fick även ställa frågor och det var många som fick kloka svar av en mycket nöjd Dr. Aly som avtackades med blommor.

Sven Törnqvist.

Linköping:

Ögonkomplikationer vid reumatiska sjukdomar

Reumatikerdistriktets ordförande Thor-Björn Prütz hade nöjet att hälsa ett stort antal medlemmar välkomna till en kanske något annorlunda temadag. Det är nog inte ofta som vi reumatiker får tillfälle att ägna ett antal timmar åt de ögonproblem som kan uppstå p g a sjukdom eller av medicinering.

Ögonläkare Malan Holm från Universitetssjukhuset i Linköping hade bjudits in. Hon är inte bara en lysande läkare, utan även en duktig pedagog. Under denna eftermiddag belyste hon hur sinnrikt ögat är uppbyggt, berättade på ett begripligt sätt om olika ögonsjukdomar samtidigt som hon använde sig av all den moderna teknik för information som finns idag.

Vi föds med den storlek av ögonen som vi sedan behåller resten av livet. Det är därför som vi tycker att barn har stora ögon.

3,5 barn/100 000 invånare/år insjuknar i reumatisk sjukdom. Av dessa får 16 % ögonkomplikationer. Barnens uveit är förrädisk, då den är symtomfattig och kan om den ej upptäcks leda till synnedsättning. Det är därför viktigt att reumatiskt sjuka barn blir kontrollerade av ögon-specialist.

Av Bechterepatienterna får 30% s k irit, d v s regnbågeinflammation, men efter behandling med t ex cortisondroppar så läker den ut. Viss risk finnes dock att den återkommer.

45 % av dem som har sklerit, d v s inflammation av ögats senhinna, har någon form av reumatisk sjukdom och personer med ledgångsreumatism kan drabbas av just sklerit. Behandlingen består av NSAID-preparat samt cortison. 14 % av personer med ledgångsreumatism får också besvär med torra ögon.

Har man Sjögrens Syndrom så

förknippas det ofta med torra ögon, trötthet i ögonen, ljuskänslighet och skavande känsla. Här gäller det att använda ögondroppar, höja luftfuktigheten inomhus, undvika blåst och starkt soljus samt att dricka mycket vatten.

Grå starr drabbas de flesta av mer eller mindre i livet. Men även cortisonmedicinering under lång tid kan ge starr. Användandet av klorokinfosfat kan påverka gula fläcken i ögat med synnedsättning som följd.

Avslutningsvis fick deltagarna se hur en gråstarroperation går till. Det är onekligen imponerande att se hur skickliga läkarna är, och hur snabbt en sådan operation går.

Ett stort tack till Ragnar Ericsson och Inga-Lill Jansson som tagit initiativ till den här dagen.

Greta Thorén

Umeå:

Reumatologen blöder

Det är mycket obekvämt att vara reumatiker i upptagningsområdet kring Umeå Universitetskliniks reumatologklinik. Det är dessutom förenat med livsfara att bli riktigt sjuk och i behov av vård 24 timmar om dygnet.

Själva upptagningsområdet runt Umeå inbegriper 250 000 människor och tittar man på ansvarsområdet i regionen så handlar det om 1 miljon människor. Detta utgör alltså en sjundedel av Sveriges hela befolkning.

Idag köper reumatologen 10 platser på medicinsk veckoavdelning. Det betyder i klartext att under helgerna finns det inte några vårdplatser utan de som inte har vett nog att bli friska före fredag eftermiddag aktioneras ut på övriga avdelningar.

Under många år har patienterna oroligt följt politikernas spariver med stigande förvåning. 1974 fanns det två hela avdelningar för ineliggande reumatiker. Sedan har tydligen behovet att vårda denna kategori av patienter sjunkit successivt tills idag då man hyser in de svårast sjuka över helgerna där det finns en säng ledig. Gud förbjude att det är fullt överallt! Förutsatt att man inte vårdas på intensivavdelningen förstås.

I praktiken betyder det att du som sjuk patient körs iväg till en annan avdelning kanske med dropp och säkert med säng, sängbord och telefon som kopplas om till den nya platsen, för att sedan kopplas tillbaka till den gamla när måndag morgon kommer. Medicinen ska delas och följa med och det ska till en hel del administrerande från vårdpersonalens sida.

En gång i tiden fanns det väl utbildad och erfaren reumatologpersonal samlad på reumatologens avdelningar. Idag är den kompetensen spridd över sjukhuset. Att ha en reumatisk sjukdom betyder inte enbart att man har synliga felställningar. Även om det kan vara nog så besvärande så kan andra komplikationer vara direkt livshotande. Ta en SLE-patient med multipla inre organproblem. Är den patienten inne i ett rejält skov så är det inte något man leker med. Att då skjutsa runt den samme på sjukhuset, lämna den i händerna på säkert duktig personal men ändå inte specialister på just dessa områden, att i en akut situation larma reumatologläkaren till någon del av sjukhuset för att därefter kunna behandla. Patienterna och deras anhöriga mår inte väl av den här

behandlingen och det gör inte heller läkarna och den övriga vårdpersonalen. Det inger en osäkerhetskänsla att inte riktigt ha kontroll över var man har sina patienter.

Det är inte enbart enskilda patienter som tagit en aktiv del i debatten utan det har även reumatikerföreningarna i t ex Västerbotten. Reumatikerna känner sig som en oprioriterad grå massa, en mängd folk med varierande grad av problem från vår största folksjukdom som de beslutande föredrar att inte se. En grupp som det går bra att spara på. Enligt en ruff beräkning skulle det faktiska behovet av slutenvårdsplatser vara 26 enbart för Västerbottens reumatiker.

Föreningarna upplever att politikernas ord ibland låter väldigt bra men att sedan verkligheten inte speglar det som sagts. Frågan är om samhället genom att öka oron och osäkerheten, samt känslan av att inte vara betydelsefull i slutändan får någon besparing. Troligen utvecklas problemen i stället och kommer i förlängningen att kosta mångdubbelt mer.



Mellanskåne:

Blommor till buketten

Ett jättefång av rosor till den härliga "bukett" av Fibro-tjejer som kallar sig "Vi 10" i Reumatikerföreningen Mellanskåne. Här är vi samlade hemma hos cirkelledaren hösten-98. Då jag själv blev opererad i slutet av oktober och fick tråkiga följder efter operationen, har de varit till en oerhörd uppmuntran i form av blommor, kort och telefonsamtal, som hjälpt mig under min sjukdomstid.

Tack härliga Fibrogrupp "Vi 10"

Gunnel, Cirkelledare

Mölndal: Föreningen firade 20

Reumatikerföreningen i Mölndal firade sitt 20-årsjubileum med en festlighet på Lärarhögskolans restaurang. Föreningens Ordförande Lillian Ohlsson inledde med att hälsa 70 medlemmar och gäster välkomna. Föreningen har under de tjugo åren vuxit till Bohusdistriktets största med drygt 400 medlemmar. Föreningen är mycket aktiv i olika vårdfrågor och medlemmarna mycket aktiva och deltar på medlemmöten, kurser, cirklar, gymnastik och bassängträning. Det mesta av verksamheterna bedrivs på "Träffpunkten Åby".

Ordförande i Reumatiker-

föreningen i Härryda, Margaretha Pantzar, var gäst och bidrog till underhållningen med ett mycket personligt och roligt framträdande.

Föreningen uppvaktade åtta förtjänta styrelseledamöter för deras arbete under åren, med en vacker Ljusstake i mässing.

Roy Nilsson	Sekreterare i 20 år.
Siv Vesterberg	Kassör 17 år.
Lillian Ohlsson	Ordf. o Kassör 15 år.
Doris Pettersson	Ordf. o Ledamot i 15 år.
Tage Angin	Ordf. o Ledamot i 15 år.
Ulla Bäckberg	Ledamot o Socialombud i 11 år.
Henrik Lundell	Ledamot o revisor i 10 år.
Ewa Berntsson	Ledamot o Badledare i 9 år.

En historik över de gångna åren hade framtagits och utdelades till alla gäster. Flera lotterier med av medlemmar skänkta fina vinster såldes, och det var många glada gäster som lämnade festlokalen.

Mariestad: Höstmöte i kyrkan

Skaraborgs Reumatikerdistrikt har hållit höstmöte i Marieholmskyrkan i Mariestad. Det skedde i Församlings-salen som var vackert dekorerad med grönsaker och höstblommor och frukter.

Mariestads Reumatikerförenings ordförande Lars Hugo Norstedt

hälsade välkommen och därefter tog ordföranden i Reumatikerdistriktet över och berättade om verksamheten. Så var det dags för dagens gäst, Staffan Setterberg som är chef för Spenshults Reumatikersjukhus, att berätta om verksamheten där, att en ombyggnad snart skall starta samt att de har sju

reumatologer och 101 vårdplatser. Något som vi reumatiker från Skaraborg kan få nytta av eftersom det öppnas nya möjligheter för oss att komma till Spenshult.

Ragnhild Ljungkvist

Örebro: Distriktet fyllde 30

Reumatikerdistriktet i Örebro län firade nyligen 30 årsjubileum på Stora Hotellet i Örebro.

Ett hundratal medlemmar och inbjudna gäster bjöds på god mat och fin underhållning av Hönsa Karin & Co samt av Gubbstrutters. Barbro Edvärn berättade om hur Reumatikerdistriktet en gång bildades på initiativ av eldsjälerna Elsa Maria Nyström som genom sina personliga kontakter, sin energi och med stöd från direktör Einar Engellau och

docent P O Gedda lyckades bilda Reumatikerdistriktet. Bland initiativtagarna fanns också ingenjör Eddy Nilsson.

Under 1980-talets första år blir distriktet mycket aktivt. Man börjar synas allt mer ute i samhället och hålls information till inläggande patienter på reumatologen.

Reumatikerdistriktet utökar sin vattengymnastik och har 1985 tillgång till 9 badanläggningar runt om i länet, 1998 är det 32 grupper/vecka.

Man anordnar temadagar, deltar i kurser och konferenser, man gör studiebesök och studieresor. I slutet på 80-talet startade studieprojektet i syfte att aktivera studierna ute i Reumatikerföreningarna. Från att 1969 haft 860 medlemmar har distriktet vuxit och hade vid 1997 års slut 1908 medlemmar.

Gunilla Juhlin

Söderköping:

Nytt SLE/Sjögren-ombud

Man kan ju undra hur det är att vara relativt ung, nyligen fått diagnosen SLE och tacka ja till att bli kontaktombud i lokalföreningen, där man för övrigt, är den enda medlemmen med den sjukdomen? Fråga Ulrika Runkvist, hon vet.

Ulrika ska snart fylla 30 år, och har upplevt den här sjukdomstiden som jobbig, minst sagt. Men så bestämde hon sig för i somras, att så här kan det ju inte fortsätta. Hon tog kontakt med lokalföreningen och samtidigt som hon blev medlem tackade hon också ja till att bli kontaktombud. Ulrika fick en kanonstart i sitt föreningsarbete,

eftersom hon blev inbjuden till en fyradagarskurs i Leksand inom projektet "Ett bättre liv tillsammans".

De kontakter hon nu fått med ombuden i distriktet har verkligen gett henne ett lyft. Hon visste väldigt lite om SLE tidigare, och hade heller aldrig mött någon med liknande sjukdom, och självklart kände hon sig isolerad.

För Ulrikas del kommer hennes arbete till att börja med bestå av att delta inom distriktets olika kurser, träffar och arrangemang. Men hon har också tänkt sig att på vårdcentraler och liknande ställen försöka sprida



information om sig själv, om föreningen och om distriktet.

Greta Thorén

Ljusdal:

Premiär för boccia-KM

Ljusdals reumatikerförening har anordnat sina första klubbmästerskap i boccia.

Föreningen har i flera år varit medlemmar i förbundet för handikappidrott i Gästrikland och Hälsingland, men först i år var föreningen mogen att hålla klubbmästerskap.

Premiärsegrare blev ett lag bestående av Ebba Hedlund, Ove Franzén och Bibbi Persson. Silvret togs av Eva Hedlund-Jonsson, Ann-Mari Franzén och Cina Persson medan bronset gick till Martin Nord samt Evy och Sigvard Kanon.

7 lag var anmälda.

Diplom utdelades till de som kom efter de tre som fick plaketter vilka var skänkta av en bocciadeltagare.

Ordförande i Reumatikerföreningen Ljusdal
"Bibbi"

Rättvik:

Sol och värme här med

Efter lång planering för resan, startade 17 reumatiker med olika krämpor, samt 3 medhjälpare från Rättviks reumatikerförening, en efterlängtd resan till Alcudia, Mallorca. En lång resa med buss, flyg och buss, med flera uppehåll och förseningar kom vi fram till Ving-hotellet Tropic Garden, där vi tilldelades lägenheter in mot gården.

Vi blev bekanta med en grupp reumatiker från Skåne, de hade ett tufft program med morgongymnastik

vid Poolbaren och i havet på eftermiddagarna, varje dag.

Vi inbjöds att vara med på deras gymnastik, några från vår grupp prövade deras övningar, men 1 timme i havet blev för jobbigt, och mycket.

Vi tog promenader ner till hamnen, gamla stan och dess marknad. Några "friskusar" - som hade möjlighet, kunde och tordes, hyrde cyklar och grjorde längre eller kortare turer i och omkring Alcudia.

Den långa fina stranden lockade de

flesta av oss, varm fin sand att gå/trampa i, en solstol med parasoll, härligt. Det varma Medelhavet med 28-30 gradigt vatten, bada, simma, plaska i vattnet och njuta i flera timmar.

Efter två veckor härligt varma, soliga och underbara, kom vi så åter hem till ett "som vi tyckte" kyligt Rättvik och våra vanliga problem och bekymmer.

En lycklig och tacksam Mallorca-resenär.