

Vår konsumentreporter Joakim håller koll på marknaden. Skriv eller maila till honom om du har några tips, stora som små. För att nå Joakim, skriv till Sett på marknaden, Box 128 51, 112 98 Stockholm eller **e-mail hjalpmedel@reumatiker.se**



Tipsa Joakim

Tipsa

Hjälpmedelsmarknaden kan vara snårig och det är inte alltid lätt att hitta, eller ens veta vad man letar efter. Därför uppmärksammar vi på dessa sidor både nya och beprövade produkter. På plats har vi vår konsumentreporter Joakim som håller koll.

Skriv eller maila till honom om du har några tips, stora som små. Och glöm inte bort Reumatikertidningens hjälpmedelsforum på Internet **www.reumatiker.se/forum**.

För att nå Joakim, skriv till Sett på marknaden, Box 128 51, 112 98 Stockholm eller e-mail **hjalpmedel@reumatiker.se**

Här finns grejerna

Produkterna på detta uppslag finns att köpa i specialhandeln om inget annat sägs. Några postorderfirmor är Homeshop.se, Etac, Vobis Livskvalitet, Varsam, Uriform, Lundin & Schönberg, Hjälpmedel SAM och Apoteket. Priserna ligger generellt på ungefär samma nivå i de olika specialhandlarna, men samma varor är nästan alltid betydligt billigare om man hittar dem i dagligvaruhandeln. Som ett exempel på det kan nämnas vitlöksskalaren för 45 kronor som vi tipsade om tidigare i år som finns att köpa för endast 13 kronor på Biltema.

I telefonkatalogens Gula Sidorna kan man hitta flera företag som säljer hjälpmedel. På Internet hittar man lättast det man söker efter genom att gå in på www.google.se eller andra sökmotorer och söka.



Hudsmörjare

Hudsmörjaren Climi är ett 33 centimeter långt skaft som man kan fästa vanliga runda bomullsbitar på. Den är väldigt liten och lätthanterlig och passar kanske bäst för ansiktsvård, för den som har svårt att lyfta armarna så högt. Bomullsbitarna kan förstås bytas ut och köps i dagligvaruhandeln. Climi finns hos de flesta specialhandlarna, bland annat Varsam och Activa. **Pris: 90 kronor. Bild från www.varsam.se.**

Trappgående shoppingvagn

Man önskar att alla allmänna platser skulle vara helt handikappanpassade vid det här laget, men tyvärr är det som bekant inte fallet. Om du är tvungen att gå mycket i trappor så är denna shoppingvagn ett bra hjälpmedel. Vagnen är utrustad med två par "kran-sar" med tre hjul vardera och när du går upp för en trappa så kan vagnen bara dras efter, hjulen klättrar då automatiskt uppför trappan. Den trappgående shoppingvagnen finns bl. a. på www.sakta.se (08-650 25 20) där det även finns många fler bra vagnar.

Pris: 749 kronor.



Vinklad måttbägare

Den här måttbägaren löser två vanliga problem med hjälp av vinklar. Hela bägaren är vinklad för att underlätta hällning och det finns dessutom en vinklad måttskala för att man lättare ska se måtten (även "koppar" anges). Bägaren finns i tre storlekar: 250 ml, 500 ml och 1 liter. Finns bland annat hos Activa i Solna (www.activaergonomi.se, 08-730 32 45) och Varsam (www.varsam.se, 019-12 55 05).

Pris: 70, 85, 130 kronor. Bild från www.varsam.se.



Stegräknare

Det verkar som om alla ska ha stegräknare numera och eftersom den här spalten ständigt premierar produkter med fler användningsområden än ett så passar NexxTech Pedometer Pen in bra i sammanhanget. Det är något så praktiskt som en bra fungerande penna med inbyggd stegräknare som klarar att visa upp till 99 999 steg på den inbyggda displayen. Finns att köpa på www.amazon.com. **Pris: 30 kronor.**

Gå gärna in på vårt internetforum!

Hjälpmiddelsavdelningen på Reumatikertidningens internetforum blir mer och mer populär. Saker som diskuterats den senaste tiden är bland annat hjälpmedel för att trycka ut tabletter, spikmattor, handtoser med tumstöd och handkapsersättningar. Ta del av dessa och många andra diskussioner, eller dela med dig av dina egna bästa tips på www.reumatiker.se/forum



Automatisk pepparkvarn

Ingen kock med självaktning skulle kunna tänka sig att köpa färdigmalen peppar, den ska krossas på plats. Men för den som har svårt med vridmomentet i en pepparkvarn finns det elektroniska alternativ. Produkten på bilden kräver bara ett enkelt knapptryck för att omvandla pepparkornen till nymalen peppar. Elektroniska pepparkvarnar finns ofta att köpas där köksredskap säljs.

Just denna kvarn är köpt på Blå Boden i Valdemarsvik.

Pris: 40 kronor.



Tablettöppnare

Att få ut små tabletter ur sina förpackningar kan vara svårt ibland. Därför tipsade signaturen "ullis_p" på Reumatikertidningens internetforum (www.reumatiker.se/forum) om detta praktiska hjälpmedel. Det är en praktisk tablettöppnare som passar många olika typer av förpackningar. Öppnaren är lättanvänd och ingen träning krävs för att lära sig använda den. Ett litet kläm så ligger tabletten i öppnaren, färdig att tas. Öppnaren finns bland annat hos Euforia (www.euforia.se, 08-591 292 50). **Pris: 105 kronor.**

Mångsidig öppnare

På temat mångsidiga produkter hittar vi denna öppnare med inte mindre än fyra användningsområden. Öppnaren ser inte mycket ut för världen men trots den nätta formen kan den öppna skrubburkar, vridkorkar, läskburkar och vanliga kapsyler. Greppet är gjort av vadderad plast och ger ett stadigt grepp. Produkten kommer från det amerikanska företaget Evriholder och säljs bland annat på den stora apotekskedjan Duane Reade i New York. **Pris: 20 kronor.**



Solglasögon ovanpå glasögonen

Soltimmarna blir färre och färre ju längre året går, men när solen väl är framme kan det vara bra med ett par bra solglasögon. För dig som har vanliga glasögon så är dessa solglasögon väldigt praktiska. De kan sättas på ovanpå dina befintliga glasögon, som ett alternativ till clip-ons. Solglasögonen uppfyller alla kända standarder världen över och ger ett heltäckande skydd. Finns bland annat på www.friluft.se och Sky City på Arlanda. **Pris: 329 kronor.**

LÄSARTIPSET:



Hej! Jag vill bara tipsa om ett jättebra verktyg. Det heter Progressive multiöppnare och jag fick den som en vinst i ett lotteri. Nu äntligen har jag hittat den på Internet så att andra har möjlighet att införskaffa den. För mig är verktyget perfekt till att öppna olika literförpackningars plastlock, t ex juice och Oatly-mjölk.

Kring 50-lappen kostar den på www.smartstuff.se och det tycker jag att den är värd mer än väl!

Med vänliga sommarhälsningar från Inger Westman i Skellefteå

PROSOX®

PROSOX® är en specialstrumpa utvecklad för ömtåliga fötter. Strumpan sitter uppe utan tryck och har inga sömmar eller veck som orsakar skavsår.

Helt utan krage. Inget tryck.

"Gångjärns" mönster hindrar veckbildning.

Sitter uppe, inga klämmärken.

Sömlös tåförlutning. Inga skavsår.

Frankenas ej. Mottagaren betalar portot.

ELLGRE

SVARSPOST
600165500
511 20 KINNA

Ankelstrumpa

BOMULL

BOMULL

Tunn sula					Frotté sula				
XS	S	M	L	XL	XS	S	M	L	XL
34-36	37-39	40-42	43-45	46-47	34-36	37-39	40-42	43-45	46-47

Svart									
Marin									
Sand									
Vit									
Antracit									
Ljusgrå									

BOMULL:
75% Bomull

ULL:
60% ull

ULL

ULL

Tunn sula					Frotté sula				
XS	S	M	L	XL	XS	S	M	L	XL
34-36	37-39	40-42	43-45	46-47	34-36	37-39	40-42	43-45	46-47

Svart									
Marin									
Antracit									
Ljusgrå									

Knästrumpa

BOMULL

Tunn sula			
S	M	L	XL
37-39	40-42	43-45	46-47

Svart			
Antracit			

ULL

ULL

Tunn sula			
S	M	L	XL
37-39	40-42	43-45	46-47

Svart			
Antracit			

ULL

ULL

Frotté sula			
S	M	L	XL
37-39	40-42	43-45	46-47

Svart			
Antracit			

OBS!

Inga extra avgifter. Inbetalningskort bifogas med leveransen.

Kvalitätsstrumpan för dam och herr

Namn

Adress

Postadress

Telefon

För mer information ring 0301-429 80

Bättre klimat för rehabilitering



På södra Teneriffa ligger Los Cristianos. Här erbjuder Humlegården och Vintersol ett komplett rehabiliteringsprogram för dig med reumatiska besvär.

Vi har svensktalande personal, individuell sjukgymnastik och arbetsterapi, vattengympa, mattgympa, handgrupp, fotgrupp och pinngrupp. Vi har kurator, psykolog, reumatolog och sjuksköterska.

Uppvärmd pool, gymnastiksal och gym för egen träning. Egen restaurang och fritidsverksamhet. Vi har avtal med Landstinget och kan erbjuda stabilt barometertryck och många timmars solsken.

Vi erbjuder boende på Vintersol vid strandpromenaden eller på Mar y Sol i Los Cristianos.

GOR SA HAR: Vänd dig till Vintersol på telefon 0034 922 77 79 00 (vi talar svenska).

Eller per e-mail till: siri.saveros@vintersol.com

Din läkare skriver en ansökan om rehabilitering som skickas vidare till Landstingets handläggare.

När du fått besked från Landstinget är du välkommen till en stimulerande rehabiliteringsperiod på Teneriffa.

Ansökan och remissblankett hittar du på vår hemsida.



CLINICA VINTERSOL

www.vintersol.com

Clinica Vintersol,
C/. Nordica 1,
386 50 Los Cristianos,
Teneriffa, Spanien.