

## 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 uppvakningen hos kommunalrådet?

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

Katrineholm:

### Rullstolsrally för politiker

Som en aktivitet i Reumaåret, men också som ett inslag i Valdebatten anordnade vi detta "Rally" kring Torget i Katrineholm.

Vi ville göra våra lokalpolitiker uppmärksamma på en del av de problem som en rullstolsburen person stöter på p.g.a. dålig handikappanpassning av offentliga lokaler.

Alla 7 riksdagspartierna var inbjudna och alla sände lokala representanter med Kommunallråd och Oppositionsråd i spetsen. Vi startade vid Handelsbanken och fortsatte över torget till SE-Banken. Ingen av dessa lokaler var tillgänglig med rullstol.

På vägen över torget stannade vi till vid valstugorna för diskussioner och förfriskningar. När vi sedan passerade Nordea-banken testade vi bankomaten. Den var åtkomlig från rullstolen om man sträckte sig ordentligt.

När vi därefter skulle besöka Turistinformationen blev det problematiskt. Fjärrkontrollen till dörröppnaren var placerad ~7 meter från dörren i en uppforsbacke så att när man kom fram, hade dörren gått igen.

Nästa uppgift blev att besöka en rullstolstolett i anslutning till Turistbyrån. För att läsa upp den måste en 5-krona användas. Någon automatisk öppnare fanns ej, däremot en fjäderbelastad stängningsanordning som gjorde att man ej kunde öppna dörren från rullstolen utan att få hjälp av en medhjälpare. När dörren väl öppnats visade sig nästa hinder i form av en 5 cm hög tröskel. Dessutom var dörren så smal att man riskerade att klämma fingrarna, varför det ej blev något toalettbesök, däremot en missad 5-krona.

Nästa uppgift var att ta sig till SJs biljetthall. Via hiss ned i gångtunneln, vidare upp med hiss till väntsalen och in genom automatöppnad dörr till biljettförsäljningen, som var försedd med en hög och framförallt sänkbar disk, så upplystes vi om att man vid förhandsbokning kunde få assistans till och upp på tåget. SUVERÄNT,SJ.

Dagens sista uppgift var att via gångtunneln besöka en Handikapptolett belägen vid parkeringsplatsen bakom Sparbanken. Uppfarten från gångtunneln utgörs av en 30 meter som cyklister kallar "slakmota", vilket innebar att mjölksyran sprutade vid slutet av uppfarten. En del deltagare gav upp och gick skjutande rullstolen, andra fick assistans medan de mest envisa klarade sig. Väl framme vid handikapptoletten upprepades problematiken från Turistinformationen, så nödigheten fick bestå.

Vi, och framförallt politikerna, hade fått en lärorik inblick i hur tillgängligheten är för en rullstolsburen. Alla tyckte det varit en intressant och givande dag. Från politikernas håll utlovades förbättringsåtgärder. Att så sker



kommer vi att bevaka efter valet.

Under tiden som rullstolsrallyt pågick, hade våra övriga medarbetare utfört 101 enkäter bland torgbesökare och delat ut plastpåsar, bärhandtag och "Reumatikergodis" samt värvat en del nya medlemmar.

Vi avslutade den soliga dagen med en gemensam måltid.

## Halmstad:

### Vi reste till Bornholm

Reumatikerföreningen Halmstad var på en tredagars bussresa till Bornholm i början av augusti. Vi var 38 som åkte med.

Vi reste från Halmstad kl 10 och var i Ystad så att vi kunde ta middagsfärjan till Bornholmska Rönne. Vid ankomsten gjorde vi en rundtur och tog en titt på Bornholms huvudort Rönne sedan åkte vi ut till Ryttagården och checkade in mycket fina rum. Vi fick en mycket god buffé på kvällen.

Dag två var det rundtur på Bornholm med en mycket duktig lokal



guide. Vi började vid ett stenbrott för att se hur ön är uppbyggd. Vi tittade på en av de vackra rundkyrkorna, besökte fiskebyn Gudhjem där vi åt en Bornholmare och åt deras underbara mjukglass som hette "kröllebölle".

På kvällen underbar mat på hotellet sedan tog vi bussen för att se en underbar solnedgång.

Efter frukost tackar vi för oss på detta sköna ställe och åker till Brände-

gårdshaven, Bornholms svar på Liseberg där vi roar oss och njuter av vackra blommor och får många goda skratt.

Efter båtresan åker vi till Stora Herrestads Gästgiveri där väntar avskedsmiddagen. Alla är överens om att vi har haft en bra resa, och om skratt förlänger livet, lär vi bli gamla.

Ann-Margret Andraey

## Eksjö-Nässjö:

### 20 år har gått



Lördagen den 25 maj firade vår förening sitt 20-årsjubileum på Eksjö Stadshotell. Föreningen bildades den 5 maj 1982 av 17 personer. Tre av dessa var nu närvarande: vår första ordförande Kenneth Johansson, som kvarstod i 19 år på denna post, Karin Wahlsten som valdes till revisor vid första årsmötet samt vår nuvarande studieorganisations Eva-Lisa Hellman-Carlsson.

Verksamheten började i liten skala med tonvikten lagd på social gemenskap. Snart var vi igång med bassängträning i föreningens regi. Sedan tog

vi tag i det intressepolitiska arbetet. År 1991 inrättades reumateamet i Nässjö.

Under åren 1994-1996 pågick arbetet med ädelprojektet, som innebar enkäter, studiecirklar, utställning, politikerkonferens mm. Syftet var att med stöd av medlemsenkäten etablera kontakter med politiker och tjänstemän i Nässjö och Eksjö.

År 1985 körde vi igång med två studiecirklar om "att vara reumatiker". Genom åren har studieverksamheten utökats och under 2001 hade vi 16 st studiecirklar. I tio år har vi haft egen

lokal och anställd kanslist.

Vid firandet närvarade ett 60-tal personer. Efter en god middag fick vi lyssna till historik över föreningens 20 år. Vi underhölls med sång och musik av gruppen Kinke-Lane-Koff från Sävsjö. Distriktsordförande Sirkka Sjögren delade ut förbundets förtjänstecken till Eva-Lisa Hellman-Carlsson, Ulla Lindberg, Heléne Jarnehammar, Göte Bernström, Mayron Lindgren, Inger Olofsson, Elly Jonsson, Ann-Sofie Kjellman och Rolf Nilsson.



Göteborg:

## Reumatiker rörde sig till Spanien

19 stycken medlemmar från Reumatikerförbundet i Göteborg gjorde tillsammans en resa till Fuengirola i sydspanien i början av sommaren.

Resan var planerad av vår aktive Anders Grahn. Lägenhetshotell nära ett behandlingscenter var bokad, flygbiljett och ett litet bidrag från förbundet var fixat. Resten och packningen fick vi klara själva.

Väl där hade vi mycket att göra. Vi fick behandling på centrat och staden var full av trevliga platser att äta och trivas tillsammans på. Resor till olika ställen fanns det möjlighet att deltaga

i. T ex lantresa där vi fick se olivodlingar och en olivoljefabrik.

En resa som alla bör åka på är till Gibraltar för att titta på aporna och se de enorma droppstensgrottorna inne i klippan.

I Fuengirola fanns det många möjligheter för den köplystna. Där var den mindre marknaden på söndagarna och den stora på tisdagarna. Dagarna gick fort och minnena blev många.

Bert Reinhardt



## PRAXIS rekryterar testpiloter

Projektet Praxis vill underlätta framtida arbete på distans för reumatiker. Målet är också att påverka system och praxis för hantering av bidrag. Nu börjar Praxis rekrytera deltagare. Redan i november 2002 kan de första piloterna vara i arbete. Du som bor i Kristinehamn, Kungälv och Luleå med omnejd kan få chansen att vara med. Vill du vara en av trettio projektdeltagare eller känner du någon som borde vara med?

Projektdeltagarna ska vara reumatiker som är helt eller delvis sjukskrivna eller har sjukbidrag. Deltagarna/piloterna får under realistiska förhållanden testa om arbete på distans kan förbättra och öka möjligheterna till arbete för reumatiker med funktionshinder.

Framöver kommer deltagarnas/

piloternas erfarenheter sammanställas till en handbok om hur man gör för att initiera arbete på distans. Handboken blir en enkel men utförlig beskrivning av nödvändiga steg och saker att tänka på.

Är detta något för dig? Hör då av dig till någon av kontaktpersonerna.

Luleå: Per Lanhede Tel: 0920-27 66 15  
E-mail: per.lanhede@sema.se

Kungälv: Anki Dahl Tel: 0706-92 49 92  
E-mail: anki.dahl@svg.abf.se

Kristinehamn: Ewa Wiklander Tel: 0550-39281  
E-mail: ewaw@kps.liv.se

Stockholm: Rolf Greiff Tel 08-692 58 13  
rolf.greiff@reumatikerforbundet.org

Spenshult:

## Fredagen 13 turdag

Fredagen den 13 september blev en högtidsdag på Spenshult. Då invigdes sjukhusets nya bentätthetsmätare, ett nyförvärv som blivit möjligt tack vare en donation från Margot Larsson från Falkenberg. Hon hade testamenterat en stor aktiepost, och hennes önskan var att pengarna skulle användas till forskning vid Reumatikerförbundets sjukhus Spenshult.

En bentätthetsmätare har stått på sjukhusets önskelista länge. Nu blev det alltså möjligt att investera i en helkroppsmätare till sjukhusets röntgenavdelning.

Spenshults forskningschef, överläkare Ingemar Petersson berättar att bentätthetsmätaren ska användas till klinisk forskning bland annat för att utvärdera metoder att förebygga benskörhet hos reumatiker. Först i tur står en klinisk prövning av ett nytt läkemedel.



Donatorns syster Britt Larsson förrättade invigningen av den nya bentätthetsmätaren som här provas av Spenshults styrelseordförande Berit Rollén. (Foto: Staffan Sjöberg)

– För reumatiker med inflammatoriska sjukdomar, som till exempel reumatoid artrit, RA, är risken för benskörhet och de konsekvenser som sjukdomen för med sig ett stort problem, men vi känner bara delvis till omfattningen. Samtidigt finns det effektiva sätt att förebygga benskörhet, och vi behöver utvärdera dessa för att kunna utveckla metoder och system som kan användas rutinmässigt i vården, säger Ingemar Petersson.

Lotta Tillström

Norrköping:

## Friskvårdsdagar i Östergötland

För sjunde året i rad anordnade reumatikerdistriktet i Östergötland en friskvårdskurs.

Det är en imponerande insats som görs av de aktiva, men det är också imponerande av de medverkande som satsar så helhjärtat på de aktiviteter som bjuds.

Dagarna är hårt subventionerade för att inte kostnaden ska avskräcka, 500 kr per person för helpension under 4 dagar kostar det. Ett 60-tal reumatiker i åldrarna 30-80 år deltog, varav ett barn. Under alla år har friskvårdsdagarna förlagts till Marieborgs Folkhögskola i Norrköping, och det har fungerat utmärkt. Föreläsningar på förmiddagarna varvas med olika aktiviteter och behandlingar på eftermiddagarna.

Margaretha Karlsson informerade om bemötande inom sjukvården,

relationer och samlevnad, anhörigsituationen m m. Hon berättade även om de olika reumatiska diagnoserna, och Jessica Andersson berättade om SLE.

Det är en hel rad med aktiviteter som deltagarna kan pröva på, allt efter intresse och fysiska möjligheter. Ett stående inslag har varit Brith Bolin-Persson, som är ett fullkomligt energiknippe när det gäller fötter och fotvård. Kön till hennes fotvårdsbehandlingar ringlar sig lång. Brith gav även energimassage tillsammans med Alli Hint och Anna Lejon. Anne Ramsten utövade healing, Elisabeth Ek gav rosenterapi. Hos Maj Jonsson fick deltagarna lära sig sidenmålning, Maria Bengtsson lärde ut line dans, Marianne Tuveesson var ledare för Qi gong, Anne Gullberg hade hand om bassängträning, Rune Danielsson

instruerade boule, Mona Karlsson gav massage och hos Gunn Karlsson kunde man få ansiktsbehandling. Sjukgymnast Eva Hallert från Vrinnevisjukhuset berättade om smärta i dess olika skepnader.

De som inte riktigt orkar med kan ta det lite lugnare, och kanske lägga krafterna på social samvaro. Och det är helt upp till var och en att välja eller avstå. Ingen ifrågasätter varför någon drar sig undan för en stunds vila i stället. Förståelse finns. Och för några reumatiker är friskvårdsdagarna i Norrköping den enda semester de har, eftersom en vanlig "Svenssonsemester" kräver så mycket mer. Här träffas reumatikerna, anpassning sker efter deras behov, önskemål och förmåga.

Jessica Andersson

## Reumatikerförbundet drabbas av börsens nedgång

Det kraftiga börsraset tvingar Reumatikerförbundet till omfattande sparåtgärder för att få balans i ekonomin. Ett åtgärdsprogram har inletts, med följd att personal på förbundets centrala kansli i Stockholm kan komma att sägas upp.

Det är de fallande börskurserna som gör att Reumatikerförbundet måste anpassa verksamheten till nya ekonomiska förutsättningar. Enligt det senaste tertialbokslutet har värdet av förbundets kapital minskat med 35 procent sedan årsskiftet. Kapitalet, som i huvudsak är placerat i aktier, utgörs av dels en forskningsfond och dels en verksamhetsfond.

Arbete pågår nu för att värdesäkra hela kapitalet. Ett antal åtgärder har också genomförts i den del som rör verksamheten. Anställningsstopp gäller sedan i januari, ett investerings- och inköpsstopp infördes i somras och i en

reviderad budget har kostnaderna för årets verksamhet minskats med drygt två miljoner kronor.

Men detta har inte räckt. Reumatikerförbundet räknar också med att säga upp anställda på förbundskansliet i Stockholm. Hur många tjänster som försvinner är inte klart, men det kan röra sig om ungefär en tredjedel av de 30 fasta tjänsterna.

MBL-förhandlingar har inletts mellan parterna. Den ekonomiska krisen kommer samtidigt som Reumatikerförbundet genomför sin största informationskam-

panj någonsin, Reumaåret 2002, bland annat i samarbete med Apoteket.

Utöver den tillsvidareanställda personalen har Reumatikerförbundet även visstidsanställda, motsvarande 17 tjänster. Av dessa är flertalet projektanställda en viss tid med anledning av Reumaåret. Övriga arbetar med externt finansierade projekt, som inte finansieras via reumatikerförbundets fonder.

Sätra Brunn:

## Livet rullar på trots konkurs



Efter konkursen hösten 2001 drivs Brunnen, i väntan på en köpare, av en konkursförvaltare. Den "vanliga" rehabiliteringsperioden kom därför av sig i år. (Dock har det i maj/juni varit en fyra-veckorsperiod, för enbart ett 15-tal patienter med Bechterews sjukdom, som har initierats av personal vid Brunnen.)

För att bibehålla kontinuiteten av rehabiliteringen på Sätra Brunn ordnades några rehabiliteringsdagar av tre eldsjälar. Det var den tidigare chefsjuksköterskan Karin Fall, som tjänstgjort i 32 år på Brunnen! Vidare bidrog sjukgymnasterna Elisabet Schell och Birgitta Sörén, som har ansvarat för Bechterew- respektive Fibromyalgi-programmet. De har också en mångårig tjänstgöringstid på Brunnen bakom sig. De ställde alla upp gratis denna helg och deltagarna behövde bara betala kost och logi. Vilket initiativ!

Inbjudan till dessa dagar hade sänts ut till samtliga reumatiker som hade varit brunngäster de senaste åren. Den hörsammades av ca 30 personer, som denna helg samlades för trivsam

tillvaro, musikupplevelser, härlig miljö och en massa träning förstås.

Ett väl komponerat program med många träningstillfällen fanns under dessa tre dagar. Bl a vattengymnastik och gymnastik med olika svårighetsgrader, självträning med redskap, QiGong och stresshantering/avspänning. Det fanns även utomhusaktiviteter med stavgång, bågskytte, badminton och boule. Det var bara att välja det som passade bäst.

Tre inspelade TV-program om Sätra Brunn stod också på programmet liksom en "workshop" om stress/smärta/mental träning samt med föreläsning i ämnet av "den gamle Sättradoktorn" själv, Nils-Johan Höglund, som i 30 år var intendent och medicinskt ansvarig på Brunnen.

### Musikstunder

Musikstunderna avnjöts mestadels i kyrkan. Förutom gudstjänst med sommarsalmer rymmer denna kyrka så mycket mer av musik. Första kvällen stod folkmusik, med Enäkers spelmän, och danssuppvisning på programmet. Andra kvällen var det

pianokonsert med Matthias Nilsson, en ung begåvad pianist, tidigare elev till bl a Staffan Scheja, och nu verksam vid Stadsteatern i Stockholm. Den traditionella grötlunken är ett måste när man är på Sätra Brunn. Denna gång bars standaret av Dr Nils-Johan Höglund. Han har mycket att berätta om Brunnen, så bland mycket annat fick vi veta grötlunkens historia. Grötlunken avslutas alltid i Brunns-huset med en gemensam skål i det hälsobringande vattnet.

Vi fick sagolik mat under dessa dagar, men höjdpunkten kom ändå på lördagskvällen. Då dukades långbord och en del tidigare anställda anslöt sig och det blev många samtalsämnen om kära minnen.

Sätra Brunns vänförenings årsmöte fick avsluta vår vistelse för denna gång och när vi alla skildes åt var vi mycket nöjda med programmet och hela helgens arrangemang. Vi hoppades förstås att rehabiliteringen på Brunnen kommer att återuppstå i någon form, för allt detta fina får bara inte försvinna.

Anita Elb-Jorde (mångårig brunngäst)

Stockholm:

## Kunskapscentrum för fibromyalgi kan minska långtidssjukskrivningar

Nyligen uppvaktade Reumatikerförbundet regeringen med förslag att inrätta ett nationellt kunskapscentrum för fibromyalgi i Sverige. Fibromyalgi och kroniska smärttillstånd drabbar hundratusentals kvinnor och är extremt dyra för samhället. Men trots att det finns kunskaper om rehabilitering, som skulle kunna minska ohälsan och de långa sjukskrivningarna, praktiserar dessa inte i vården.

I Sverige finns ungefär 150 000 personer, mest kvinnor, som lider av den reumatiska sjukdomen fibromyalgi. Men mörkertalet är stort. Räkna man dessutom andra kroniska smärttillstånd, blir siffran långt mycket högre. Smärta är en av de främsta orsakerna till besök i primärvården.

Fibromyalgi, inklusive kroniska smärttillstånd kostar samhället 12,8 miljarder varje år, nästan hälften av

den totala samhällskostnaden för samtliga reumatiska sjukdomar. 87 procent är indirekta kostnader till följd av sjukskrivningar och förtidspensioner.

– Den viktigaste konkreta åtgärden för att få ner långtidssjukskrivningarna och minska belastningen på sjukvården, är att prioritera rehabilitering. Vi vet att fibromyalgi oftast drabbar kvinnor och att de inte erbjuds rehabilitering. Istället hänvisas de till långa sjukskrivningar och förtidspensioner och hamnar utanför arbetsmarknaden. Så behöver det inte vara. Fibromyalgi- och smärtforskning pågår på flera håll i Sverige, men det finns ingen samordning. Med ett nationellt centrum kan forskningen samordnas och utvecklas och kunskaperna spridas ut i vården, säger Reumatikerförbundets ordförande Lena Öhrsvik.

Nyköping:

## Allmänt möte om smärta

Reumatikerföreningen Nyköping lockade fullsatt lokal när man bjudit in Carl-Ove Arvidsson (läkare) och Ulla-Britt Zetterholm (sjuksköterska), från Smärtkliniken på Nyköpings lasarett.

De presenterade sig själva och berättade hur de arbetar. De har sista året arbetat mycket med information utåt dvs till vårdcentraler och sjukhusets avdelningar om sitt arbete och vad de kan hjälpa till med. Smärtkliniker börjar att få mer acceptans och resursökningar vilket lovar gott för framtiden.

Under frågestunden kom många bra funderingar och tankar om smärta fram. Man var t ex nyfiken på hur mediciner påverkar njurar, lever mm. Tänkvärt:

Att bli sedd – Att bli lyssnad till – Det är läkning.

Marie Almquist