

## Jag och kassan

Hej, här kommer ett försök till en kortfattad "historia" om hur Försäkringskassan behandlat mig (och säkert många fler före mig som kanske ej orkat agera).

Jag är sjuksköterska och har haft en 75 procentig anställning. Har varit helt sjukskriven sedan våren 1999 pga svår fibromyalgi. Under denna tid har jag haft hel sjukpenning.

Efter att ha arbetstränat i tre månader i år, och endast kommit upp i två timmars arbete per dag, ville Försäkringskassan ha ett läkarutlåtande av min läkare. Där konstateras att jag är arbetsför i två timmar/dag. Dessa två timmar/dag är jag nu arbetssökande på Arbetsförmedlingen för, och får förhoppningsvis ersättning från A-kassan tills jag hittar passande arbete.

Vad som då har hänt, är att Försäkringskassan har sänkt min sjukpenning till halv sjukpenning, (50%) trots att min sjukskrivning - om man räknar om den i procent - är 66 procent av min 75procents tjänst.

Eftersom F-kassan endast sjukskriver personer 1/4, 1/2, 3/4 och 1/1, så passar min sjukskrivningsnivå inte in i F-kassans system, och de avrundar nedåt till en 1/2 sjukskrivning trots att det skiljer mindre upp till 3/4 sjukskrivning.

Jag tappar helt plötsligt 16 procents ersättning!

Hade jag haft en fulltidstjänst eller en halvtid i botten hade mina 2 arbetsföra timmar/dag passat in i systemet. Hade jag varit arbetsför 1,5 timmar eller 3 timmar/dag hade jag också passat in i F-kassans system. Men min verklighet är att just nu klarar jag bara av att arbeta 2 timmar/dag, och det är ett stort steg för mig att ha kommit dit efter fem års hel sjukskrivning.

Då blir jag straffad, diskriminerad, kränkt och orättvist behandlad för att mina två arbetsföra timmar/dag inte passar in i F-kassans system. Är det bättre om jag blir heltidssjukskriven igen?

Frågan är om F-kassans system ska

anpassa sig efter verkligheten och min arbetsförmåga, eller ska min arbetsförmåga anpassa sig till deras orättvisa system?

Det skrämmer mig hur min handläggare på F-kassan bemött mig. Så kyligt och oförstående bemötande har jag aldrig råkat ut för - och det har inte gjort det lättare att hantera situationen. Nämnas kan att min handläggare inte informerade mig att denna sänkning skulle ske. (Jag tror att hon inte var medveten om detta "systemfel" då).

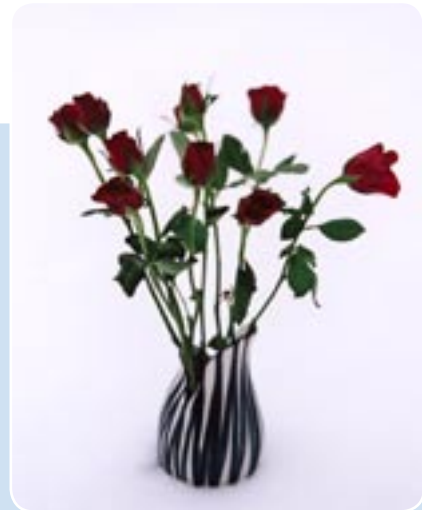
En handläggare på Faluns försäkringskassa, som min man pratade med för att få en "second opinion", erkände att det är ett stort fel i F-kassans system, att så här får det inte gå till och att detta måste lösas osv.

Jag kämpar verkligen för att komma ut i arbete igen, men jag kan inte påstå att jag mår bättre i min fibromyalgi av att ekonomin raseras.

Jeanette Artursson

## Requiem över en reumatolog

Doktorn har dött, han begravdes i fredags  
 Han skulle bli bra, säkert snart trodde jag  
 – Satans sjukhus! Jag blir så förbannad!  
 – Fattar ni inget? Han fick inte dö!  
 Förlåt mig, ni gjorde säkert ert bästa  
 Precis som han gjorde sitt bästa för mig  
 Hoppas ni även gjorde ert yttersta  
 Som han när jag var som mest illa därän  
 Och jag vet hur ni glatt er om han blivit bättre  
 Som han gladdes med mig när jag kom på benen igen  
 – Men vad hände?  
 – Vad vet jag!  
 – Och vad angår det mig?  
 Att byta läkare är trist, men sånt händer  
 Att vara sjuk är besvärligt, fast man vänjer sig.  
 Att mista en vän är bedrövligt, men jag var bara en patient  
 Kanske det, men han var min vän  
 En kär gammal vän och därtill:  
 Tog hoppet slut var han min tröst  
 Kom smärtan var han min lindring  
 Mot oro och ovisshet var han alltid min trygghet  
 Han kände mina krokiga händer och stela knän



Han kunde mina svackor och mina biverkningar  
 Han bekymrade sig över mina strapatser och önskade  
 lycka till  
 Han fanns där:  
 Respekterad och duglig  
 Okonstlad och avslappnad  
 Lättsam och humoristisk  
 Förständig och lugn

– Visst har jag rätt att sörja  
 – Visst får jag gråta en stund

Av Inga Astorsdotter, Uppsala  
 Till minne av Rolf Dahl

## Jag mår bra av Qi Gong

**Efter att i 25 år stadigt ha blivit sämre känner jag mig nu varje dag friskare och friskare med Qigong.**

**Frisk från Reumatism var mitt främsta mål då jag för tre år sedan började träna Qigong.**

Jag har haft Reumatoid Artrit i nu 25 år. Jag fick min diagnos vid 14 års ålder och har sedan 1995 varit helt eller halvt sjukskriven.

Att kunna må bättre med Qigong-träning är ett mirakel. Samtidigt är det mycket enkelt. Kanske inte alltid lätt, snabbt och smärtfritt, men enkelt!

Jag började som sagt träna för tre år sedan, Vi tränar en Qigongform som heter Lingtong/Zhineng Qigong. Nu bor jag i Kina och tränar varje dag tre timmar med en kinesisk grupp.

För mig tog det långt tid innan jag började se några resultat. Från 1995 till 2001 hade jag sakta och stadigt blivit sämre och sämre. Mina händer och armbågar hade blivit deformerade.

Höfter, knän och vristar var ofta inflammerade, svullna och det gjorde mycket ont att gå. De första 1,5 års träning var därför ganska motiga milt uttryckt. Skoven med sjukdoms aktivitet kom och gick och jag tyckte inte att jag blev något bättre, annat än tillfälligt.

Hade jag inte i detta läge haft min lärare som enträget uppmanade att ändå fortsätta så hade jag förmodligen givit upp. Detta är en så otroligt viktig roll som läraren spelar att den kan inte nog understrykas. Vi som har haft en sjukdom länge har så mycket sjukdomshistoria att gå emot.

Flera gånger sedan jag började träna har jag upplevt perioder och stunder då det känns som jag har blivit sämre. Jag har fått mer ont, varit mycket trött och därför tappat modet. Symptomen kände jag väl igen sedan tidigare.

Vad jag inte visste var att smärtorna nu istället var ett tecken på att Qi arbetade i min kropp för att läka den. Mina tankar och tro att jag blev sämre

gjorde att jag motarbetade läkandet.

Detta är mycket märkligt, hur starkt våra tankar om en situation styr våra upplevelser av den.

Jag har efterhand märkt att skoven blev mindre och mindre svåra och varade kortare tid. Jag känner mig stadigt bättre och bättre, starkare och starkare.

Jag kan gå längre sträckor, smärtorna i höfter, knän och vristar minskar stadigt. Mina händer har inte varit inflammerade och onda på länge och jag börjar återfå rörligheten.

Jag har mer energi. För mig är detta chansen till ett nytt liv.

Rörelserna som sätter Qi i rörelse är enkla och lätta att lära sig. Det svåra är att träna vårt sinne, vår vilja att träna varje dag.

Att bygga upp en kunskap och inre styrka att gå emot alla våra egna argument och förklaringar varför vi mår som vi mår, att släppa dessa och börja tänka i nya banor är den verkliga Qigongträningen.

## Politiker – rädda Spenshult

Just hemkommen efter en 3 veckors vistelse på Spenshults Reumatiker-sjukhus, sitter jag hemma med en klump i magen, och oro i själen.

På Spenshult finns kunskap, intresse, bra bemötande, innanför samma väggar finns allt som du som patient är i behov av, och det viktigaste, du blir tagen på allvar och lyssnad på.

Ska vi som behöver Reumavård, utredning, behandling, rehabilitering låta politiker plåga livet ur oss, för det

är ju det som händer.

Många som kommer till Spenshult har trots många års smärta ingen diagnos, utan har kastats runt i ett sjukvårdssystem som ser oss smärtpatienter som pesthärdar.

Din egen läkare står maktlös, att få en remiss är nästan omöjligt, komma in akut, glöm det.

Snälla politiker, Spenshults reumatikersjukhus behövs, förstå det!

Jag har med egna ögon sett under-

verk ske med människor som varit där, så sluta tänk pengar, tänk livskvalitet. Plåga inte livet ur oss, det har vi inte förtjänat.

Många reumatiska sjukdomar utvecklas under lång tid, gång, det kan vara din tur nästa gång, vart vänder du dig då om inte Spenshult finns kvar.

Eva Lundby Hjo

## Sammanläggningen blev en försämring

Hälso- och sjukvårdsnämnden i Västra Götaland har beslutat att samtliga reumatikerföreningar i Västra Götaland skall betala för att få utnyttja sjukhusens bassänger på kvällstid då det inte förekommer egen verksamhet där.

Detta beslut för att det skall vara lika för alla i regionen, det skall vara s. k. rättvist, men det är bara Falköpings Reumatikerförening i hela Skaraborg som fått krav, och det är inga låga krav heller.

Vi skall betala 20 700 kr per år för

att få bada 30 gånger. Vi skall till och med betala när bassängen står utan vatten sommartid och vid jul.

Vi skall även betala en städavgift trots att städningen sker på morgonen och våra första grupper alltid får börja med att städa i omklädningsrummen för att kunna vara där.

Det första kravet kom i juni och avsåg badet för 15 gånger under första halvåret (alltså i efterskott) med förfallodag omedelbart.

Det verkar vara ett riktigt virrvarr

angående baden i Västra Götaland och ingen ansvarig på regionen har riktig koll på något. Skaraborg var ett rikt landsting och hade råd att låta reumatikerna utnyttja bassängerna på kvällstid, men sedan det blev storregion har allt försämrats.

Ingen vill förstå hur viktiga baden är för reumatiker, det gäller bara att tjäna pengar.

Gärna på sjuka människor.

Ragnhild Ljungkvist