

RTP-S
aktuell



FÖR TRAFIK & POLIOSKADADE

NR 4 • 2005



*God Jul
och
Gott Nytt*

Innehåll

Ledare

Ledare.....	2
Södertälje lokalförening	3
Baden	5
Aktiviteter	6
Aktuell information	10
Kalendarium	12
Färdtjänst	14
Intressepolitik	17
Rapporter	18
Poliokliniker	18
Hjultorget	21
Polioseminarium	26
Medlemmarna har ordet	27

RTP-S Aktuellt utges av:
Riksförbundet för Trafik- och
Polioskadade i Stockholms län,
RTP-S

Adress: Starrbäcksgatan 11, 172 74
Sundbyberg

Telefon: 08-545 622 60

Fax: 08-545 622 75

E-post: rtp-s@telia.com

Postgiro: 82 59 87-1

Postgiro för gåvor: 90 10 20-8

Org.nr: 816000-2054

Annonser:

Björn Svedheim 08-545 622 66

Ansvarig utgivare: Rolf Andersson

Redigering: Inga Borggren

Nästa nummer utkommer: Feb 2006

Manusstopp:

Måndagen den 9 januari 2006

Layout och Tryckeri:

Globalt Företagstryck AB

Omslagsbild: Inga Borggren/HHH

Tänk om skrönorna är sanna?

Hur många gånger har vi inte hört hårresande historier om hur folk har behandlats i primärvården. Man vill inte tro på dessa historier för vore de sanna skulle det vara bedrövt hur vår sjukvård fungerar. Naturligtvis är det bara skräckvarianterna man hör talas om. Alla gånger det fungerat bra hör man inte så mycket om. Det blir ju ingen historia att berätta för kompisarna.

När bäste kompis, som är känd för att inte överdriva sakers tillstånd, med enfas berättade att han vid ett besök hos en primärvårdsläkare var så dålig att han svimmade och ramlade tvärs över läkarens skrivbord. När han kom till sans meddelade läkaren att han tyvärr inte kunde hjälpa honom! Då börjar man bli rädd eller kraftigt oroad. Hur fungerar det egentligen?

Ett annat exempel är primärvårdsläkaren som sänder en patient på en undersökning som inte gav någon klar indikation på vad det kunde vara för fel varvid patienten fick informationen att då kunde läkaren inte hjälpa till med någon bot. Förlåt, får det gå till så?

En primärvårdsläkare ska ju vara den läkare som man med förtroende ska vända sig till och som dessutom skulle ha ett samlat grepp om patientens hälsotillstånd. Detta bör innebära empati och professionellt engagemang i ens hälsotillstånd.

Primärvårdsläkaren remitterar till specialister och olika undersökningar som är nödvändiga. Det intressanta

och obehagliga blir då att man tycks hamna i en undersökningskarusell där ingen känner och tar ansvaret. Patienten vet inte varifrån hon ska få svaren på undersökningarna och vilken läkare som ska föreslå en behandling. Eventuell vårdgaranti gäller inte heller under denna tidsperiod.

Ur sjukvårdens synvinkel tar denna karusell så lång tid att mindre allvarliga krämpor självläker. Är detta en medveten strategi? De allvarligt sjuka blir tyvärr ännu sämre vilket medför att många får gå månadsvis och må dåligt. Vad värre är man kanske inte får en bra och effektiv smärtlindring ens i de allvarligaste fallen.

Det borde ske en seriös dialog med läkarna – även om sjukdomen inte går att bota – om hur man skall göra inför framtiden. Det gäller även kronikergrupperna.

En bilverkstad som meddelar att man inte vill/kan hjälpa till och inte lämnar något råd får inga kunder och har ingen framtid. En seriös bilverkstad letar fel tills de hittar något och rättar till det om det är möjligt eller upplyser om att det inte går att reparera bilen. Vad gör sjukvården?

Skrönorna har tyvärr visat sig inte vara skrönor utan en beskrivning av verkligheten i alltför många fall. Har man tappat bort självklara ord som UPPFÖLJNING, EMPATI OCH ENGAGEMANG INOM SJUKVÅRDEN?

**Björn Svedheim
RTP-S kanslichef**

Redaktionskommittén har ordet

GOD JUL och GOTT NYTT ÅR !

Alla bidrag stora som små är välkomna till vår medlemstidning. Tänk på att det du läst eller hört kanske har gått andra förbi. Bilder är mycket välkomna.

Skriv till oss i redaktionskommittén om du har idéer, uppslag eller bilder? Du har kanske vackra höst- och vinterbilder till nästa nummer. Kom ihåg att ange namn, adress och telefonnummer. Sänd materialet i god tid före manusstopp.

Redaktionskommittén förbehåller sig rätten att redigera insända bidrag.

MANUSSTOPP: MÅNDAGEN DEN 9 JANUARI 2006 är absolut sista dagen att lämna material till tidningen.

Nummer 1 / 2006 utkommer omkring 10 februari.

Skriv till RTP-S, Starrbäcksgatan 11, 172 74 Sundbyberg eller skicka fax 08-545 622 75 eller e-post till rtp-s@telia.com.

Ange "Ämne: RTP-S Aktuellt".

Telefonnummer till RTP-S och RTP-StS

Distriktets kansli, RTP-S

Telefontid 09.00 – 15.00

Växel	08-545 622 60	Karl-Axel Stenqvist
Fax	08-545 622 75	
E-post till RTP-S		rtp-s@telia.com

Björn Svedheim	08-545 622 66	bjorn.rtp-s@telia.com	kanslichef
Anders Lissegårdh	08-545 622 68	anders.rtp-s@telia.com	
Christer Olsén	08-545 622 63	christer.rtp-s@telia.com	
Eva Ruiz	08-545 622 67	eva.rtp-s@telia.com	
Joanna Bachorz	08-545 622 62	joanna.rtp-s@telia.com	
Lena Ericson	08-545 622 73	lena.rtp-s@telia.com	
Maude Stenberg	08-545 622 65	maude.rtp-s@telia.com	
Yvonne Andersson	08-545 622 70	yvonne.rtp-sts@telia.com	

StorStockholms lokalförening

RTP-StS	08-545 622 70	
E-post till RTP-StS		rtp-sts@telia.com

Nordvästra Lokalföreningen informerar!

Vi planerar för följande aktiviteter under 2006:

- ♥ Medlemsträff på Mälargården 9 februari. Läs mer under Aktiviteter
- ♥ Caféträffar 30 januari, 27 februari, 27 mars, 24 april 18.00 – 18.45 på Dragongården 88
- ♥ Upplands Väsby i Vinterträdgården
- ♥ Uppsala Domkyrka med guide. Resa med egen bil
- ♥ Gustav Vasas födelsehem Rydboholm, studiecirkel
- ♥ Gustav Vasa fortsättningskurs, studiecirkel
- ♥ Advokatmöte i oktober
- ♥ ABF-kurs PC-körkortet
- ♥ Avslappningsaktivitet
- ♥ "Sömn, mat och hälsa" med föreläsare på Sigtunahöjden

Norrtälje Lokalförening informerar!

Norrtälje lokal förening har flyttat under hösten. Vi har nu kontorsutrymme i föreningslokalen på Stockholmsvägen 57 tillsammans med andra handikappföreningar. Vi har ingen fast telefon men ett mobilnummer 0703-385 26 30 där du kan lämna ett meddelande så kan vi ringa tillbaka. Du kan alltid nå oss i styrelsen på våra hemnummer.
Ordförande Marie Kärllin
0176-23 99 90 och 0703-16 10 07.

Res till Teneriffa



Gör så här:

Vänd dig till Humlegården på telefon 08-505 553 55. (Eller per e-mail till: humlegarden@swipnet.se) Berätta vid vilken tid du vill resa på rehabilitering. Vi skickar en remiss som du tar med till din läkare. Han/hon skriver en ansökan som skickas vidare till Landstingets handläggare. När du fått besked från Landstinget är du välkommen till en stimulerande rehabiliteringsperiod på Teneriffa.

Betalar du själv din resa kan vi erbjuda flera olika boendeanternativ.

Vid strandpromenaden i Los Cristianos ligger Vintersol. Här erbjuds ett komplett rehabiliteringsprogram för neurologiskt sjuka och skadade.

Vi har svensktalande personal, individuell sjukgymnastik och arbetsterapi, vattengymnastik, matgymnastik, handgrupp, fotgrupp och pinngrupp.

Vi har kurator, psykolog, läkare och sjuksköterskor. Två stora pooler, gymnastiksal och gym för egen träning. Egen restaurang och fritidsverksamhet.

Vi har avtal med Landstinget och kan erbjuda stabilt barometertryck och många timmars solsken.

Humlegården 

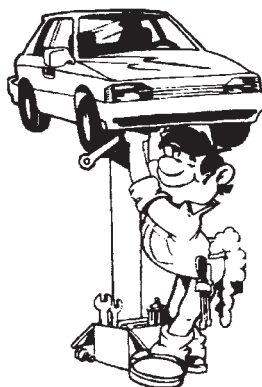
Stiftelsen Humlegården, Box 36, 193 21 Sigtuna, Tfn: 08-505 553 00, Fax: 08-505 553 99, e-post: humlegarden@swipnet.se.

Ska du byta bil?

Kontakta oss för rådgivning före bilköp. Vi erbjuder fri årlig funktionskontroll av de ombyggnader vi utför. En viktig säkerhetsrutin!
Vi är godkända av försäkringsbolag att åtgärda försäkringsskador.

Vi kan anpassning av handikappfordon!

Rörvägen 57, 136 50 Haninge
Telefon: 08-500 128 38
Mobil: 070-836 04 57
Fax: 08-500 128 17



Särnmark

- personlig assistans på ett sätt som passar dig

Behöver du ett bollplank i att hitta de lösningar som passar dig bäst? Kanske vet du redan precis vad du vill.

Hos Särnmark får du en egen kontaktperson, redovisning, administration och kompetensutveckling. Du kan ha egen firma eller Särnmark som arbetsgivare.

Du avgör vad som passar dig!

Erfarenhet sedan 1992, kunnande och bemötande med respekt.

Välkommen in på vår hemsida www.sarnmark.se eller ring oss på 08-505 920 00

Gymnastik • Simning • Bastu

BAD	KONTAKTPERSON	BADTIDER	VÅRSTART
Danderyds Sjukhus (1+2)	Åsa Orrgård 08-755 69 93	Måndag 17.30–18.30 Bad eller matta	9/1
Nacka Sjukhus Rehab avd (2)	Ruth Lindberg 08-570 241 80	Måndag 17.00–19.00	9/1
Liljeholmsbadet (1+3)	Else-Britt Österberg 08-32 37 08 kvällstid 0733-78 26 64	Onsdag 17.00–20.00	11/1
Långbrobadet (1+3)	Sonja Pettersson 08-97 33 10 Lennart Kämpe 08-91 17 10	Söndag 09.00–11.00	15/1
Dragongården (2) UpplandsVäsby	Rolf Andersson 08-580 178 21	Måndag 17.00–18.00	inget uppehåll ej röda måndagar
R.O.S omsorg & service (2) Norrtälje	Marie Kårlin 0176-23 99 90	Onsdag 17.00–20.00 2 grupper	11/1
Södertälje (Lotsen) (2)	Marita Jansson 08-550 149 48	Onsdag 17.15–18.15 1 grupp	11/1
Aktiva Re Åkersberga vårdcentral (1+2)	Åsa Fagerström 08-587 521 40	Tisdag 14.30–15.00	10/1
1) sjukgymnast finns	2) 32 – 34 grader i vattnet	3) 27 - 30 grader i vattnet	

Är Du Trafik-, Polio- eller Olycksfallsskadad och medlem i RTP ?

Vill Du få guldkant på tillvaron? Vill Du må bättre? Vill Du få motion i en bassäng med 34° vatten? Det finns hjälpare vid våra bad!

Kontakta någon av personerna ovan så försöker vi ordna en plats åt Dig.

Aktiviteter

MEDLEMSAKTIVITETER för RTP-MEDLEMMAR

- ♥ Alla medlemmar i RTP Stockholms län bjuds in till samtliga temakvällar och föreläsningar. Många aktiviteter är av intresse för flera skadegrupper oberoende av vilken skadekommitté som initierat aktiviteten.
- ♥ Erfarenhetsgrupperna är av naturliga skäl skadespecifika aktiviteter.
- ♥ Öppna Hus för alla högst två gånger per år för att samla nya och gamla medlemmar oberoende av skada.

JULFEST

- Onsdag 14 december 18.30 – 20.30 cirka
R.O.S. Roslagens sjukhem

Se hit alla medlemmar i Norrtälje Lokalförening!

Vi kommer i år att ordna Julfest med julbuffé på R.O.S. Roslagens sjukhem, Hamnvägen 12, Norrtälje. Kostnad 225 kronor.

Anmälan senast **lördag 10 december** till Nann 0176-161 44 eller Siv 0176-104 94.

BOULE PÅ DJURGÅRDEN

– intresseanmälan

Kom och spela inomhus på Prins Bertils Boulebana på Djurgården höst- och vårterminer på fredagar 12.00–14.00. Det finns plats för flera deltagare. Om du använder käpp, rullator eller rullstol spelar mindre roll men du måste ha lite styrka i armarna.

Anmäl dig till Britt Ljunggren 08-85 94 50.

Välkommen!

SPELA BRIDGE?

– intresseanmälan

Vi planerar att starta en bridgegrupp i februari med en kunnig person som ledare. Du behöver inte vara en fullfjädrad bridgespelare. Tanken är att du som är intresserad ska få lära dig. Vi kommer att spela en gång i månaden i RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 i Sundbyberg.

Kaffe med bröd till självkostnadspriset 15 kronor.

Anmäl ditt intresse **snarast** till RTP-S växel 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com. Kontaktperson

RTP
Norrtälje

• son är Björn Svedheim 08-545 622 66 eller e-post:
• bjorn.rtp-s@telia.com

• Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan
• 11 Sundbyberg!

STADSPROMENADER

– intresseanmälan

• Vi återkommer med promenaderna med vår guide Jerker Thorén i nummer 1.

• Observera att promenaderna är tillrättalagda för våra medlemmar. Du kan delta om du klarar dig utan hjälp för vi har i nuläget ingen hjälpare med men vi har undersökt tillgängligheten på toalett och eventuellt café.
• Anmäl gärna ditt intresse att ingå i ett promenadgång så kontaktar vi dig när vi har ett promenadmål på gång.
• Kontaktperson är Yvonne Andersson 08-545 622 70, e-post yvonne.rtp-sts@telia.com

KOM OCH SJUNG

med Bofinkarna

- Tisdag 10 januari, 7 februari, 7 mars,
4 april, 2 maj och 6 juni
18.00 – 20.30

• **Kören Bofinkarna** träffas första tisdagen i månaden.
• Du som tycker om sång och musik, kom och sjung med Bofinkarna! Hör gärna av dig till RTP-S för mer information. RTP-S kansli 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
• Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan
• 11 Sundbyberg!



AKVARELLMÅLNING

Vill du vara med i vår grupp och måla akvarell på RTP-S kansli? Vi målar tillsammans och lär av varandra och du som är nybörjare är också väldigt välkommen.

Gruppen går också på olika konstutställningar och gör en del resor till självkostnadspris.

Ta med papper, penslar och färger om du har samt eget fika för att vi ska ha ännu trevligare tillsammans.

- **Onsdag** 11 januari, 8 februari, 8 mars,
5 april, 3 och 31 maj
13.00–15.30

Anmäl dig gärna till RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com

Kontaktperson är Åsa Fagerström, 08-732 93 11, 0704-84 38 13 eller e-post asafagerstrom@hotmail.com

Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

STUDIECIRKEL I DATAKUNSKAP FÖR NYBÖRJARE!

- **Tisdag** 10 januari cirkelstart
12.00–14.30

RTP-S erbjuder sina medlemmar en studiecirkel i datakunskap. Kursen vänder sig till nybörjare och ger praktisk vardagskunskap i *windows, word, internet, att surfa m.m.* Datacirkeln kommer att pågå åtta tisdagar i januari 10, 17, 24, 31 och i februari 7, 14, 21, 28.



Lokal: ABF:s datalokal i Sundbyberg, Landsvägen 52, 5 trappor (hiss finns).

Tillgänglig: Fungerar för rullstolsburna.

Lärare: Ali-Reza Azarbad, en av våra medlemmar som arbetat som datalärare hos bl.a. TBV. Han ingår i StorStockholms styrelse och i distriktets polio kommitté. Han bidrar nu med sin lärarkompetens i en datacirkel.

Kostnad: Datacirkeln är kostnadsfri.

Kaffe: 5 kronor kostar kaffet i kaffeautomaten och kaffebröd tar man med själv.



- **Anmälan senast torsdag 5 januari** till RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com.
- Kontaktperson är Lena Ericson 08-545 622 73 eller lena.rtp-s@telia.com
- **Välkommen till ABF:s datalokal i Sundbyberg på Landsvägen 52!**

FRISKVÅRDSCIRKEL MED FOKUS PÅ MAT OCH MOTION – OCH LITE TILL!

- **Torsdag** 19 januari cirkelstart
13.00–15.00

Under de senaste två åren har poliokommittén intresserat sig för friskvård och sökt efter träning som man som funktionshindrad kan ta del av vid sidan av den rehabilitering och sjukgymnastik landstinget erbjuder. Många medlemmar har också visat ett intresse för kostfrågor.

Du som är intresserad att arbeta med din egen friskvård har möjlighet att sätta igång efter jul. Du sätter själv ditt mål! Gruppen hjälper dig att hämta kraft och stöd. Det som ska förena oss är tanken att **VÅGA BLI BÄTTRE** som att uppnå en positiv förändring, en viktnedgång eller att komma igång med egen träning. Du blir så aktiv du själv vill. Om gruppen önskar kan exempelvis en dietist bjudas in till någon träff.

Vi träffas en gång i veckan under åtta veckor, 19 och 26 januari, 2, 9, 16 och 23 februari, 2 och 9 mars. Cirkeln är kostnadsfri. Du betalar för den förtäring gruppen önskar, exempelvis frukt eller ingredienser till en sund och god måltid som vi äter tillsammans.

- **Anmälan senast måndag 16 januari** till RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
- Kontaktperson är Lena Ericson 08-545 622 73 eller lena.rtp-s@telia.com
- **Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!**



ERFARENHETSGRUPP FÖR HJÄRNSKADADE

- **Tisdag** 17 januari, 14 februari, 14 mars,
18 april, 16 maj och 13 juni
13.00–15.00

Erfarenhetsgruppens möten är öppna för alla med erfarenhet av att leva med en hjärnskada. Deltagarna tar upp aktuella ämnen eller problem och diskuterar lösningar. Kaffe med bröd till självkostnadspriset 15 kronor.

Anmäl dig gärna till RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
Kontaktperson är Christer Olsén 08-545 622 63 eller e-post christer.rtp-s@telia.com
Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

ERFARENHETSGRUPP POLIO

- **Tisdag** 24 januari, 28 februari, 28 mars,
25 april och 30 maj
13.00–15.00

Erfarenhetsgruppens möten är öppna för alla med erfarenhet av att leva med polio. Deltagarna tar upp aktuella ämnen eller problem och diskuterar lösningar. Kaffe med bröd till självkostnadspriset 15 kronor.

Anmälan senast måndagen före mötesdagen till RTP-S växel 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
Kontaktperson är Inga Borggren 08-754 43 02.
Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

ERFARENHETSGRUPP WHIPLASH

- **Onsdag** 18 januari, 15 februari, 15 mars,
19 april, 17 maj
14.00–16.00
- **Torsdag** 19 januari, 16 februari, 16 mars,
20 april och 18 maj
18.30 – 20.30

Erfarenhetsgruppen för whiplashskadade träffas under



- dagtid onsdagar eller på kvällstid torsdagar. Kaffe med bröd till självkostnadspriset 15 kronor.
- **Anmälan senast måndagen före mötet** till RTP-S växel 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
- Kontaktperson är Maude Stenberg 08-545 622 65 eller e-post maude.rtp-s@telia.com
- **Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!**

STUDIECIRKELN "FÄRG, FORM OCH HÄLSA" I HANINGE



- **Måndag 19 december Julavslutning**
13.00–16.00
- **Måndag 27 februari, 27 mars, 24 april, 22 maj och 19 juni**
13.00–16.00

- Alla intresserade medlemmar oberoende av skada kan anmäla sig till studiecirkeln "Färg, form och hälsa".
- Välkomna till Moränvägen 3, ABF-lokalen i Jordbro i Haninge. Ingen deltagaravgift! Kaffe med bröd till självkostnadspriset 15 kronor.
- **Anmälan** till RTP-S växel 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
- Kontaktperson är Yvonne Andersson 08-545 622 70 eller e-post yvonne.rtp-sts@telia.com

SPELKVÄLLAR



- **Torsdag** 15 december, 26 januari,
23 februari, 23 mars och 20 april
16.00–19.30

- **Kortspel och samvaro!** Kaffe med bröd till självkostnadspriset 15 kronor.
- **Anmälan senast tisdagen före mötet** till RTP-S växel 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com. Kontaktperson är Yvonne Andersson 08-545 622 70 eller e-post yvonne.rtp-sts@telia.com
- **Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!**

HANDIKAPPRÅD



- **Torsdag** 19 januari
16.00 – 18.00

Välkommen till första träffen efter juledigheten. Vi som är representanter i handikappråden träffas sex gånger per år för att byta erfarenheter. Hur ser tillgängligheten ut och vad vill du förbättra i ditt område. Kontaktperson är Yvonne Andersson 08-545 622 70 eller e-post yvonne.rtp-sts@telia.com

Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

ÖPPET HUS FÖR NYA MEDLEMMAR

hos Storstockholms lokalförening



- **Tisdag** 31 januari
16.00 – 18.00

Du som är ny medlem inbjuds till öppet hus hos RTP-StS med lättare tilltugg. Vi informerar om RTP och du har möjlighet att komma med frågor. Utnyttja tillfället att träffa övriga nya medlemmar.

Anmälan senast tisdag 24 januari till RTP-S växel 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com. Kontaktperson är Yvonne Andersson 08-545 622 70 eller e-post yvonne.rtp-sts@telia.com

Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

MEDLEMSTRÄFF PÅ MÄLARGÅRDEN

RTP
NV

- **Torsdag** 9 februari
18.30–20.30 Mälargården, Sigtuna

RTP-NV inbjuder till medlemsträff på Mälargårdens Rehabcenter där Suzanne Bergman, ny verksamhetschef, presenterar sig och verksamheten och hur hon tänker sig behandlingsformerna i framtiden.

Lennart Silverstolpe talar om djupa smärtor i det 3:e nervsystemet samt visar bilder.

Kaffe serveras utan kostnad.

Anmälan senast torsdag 2 februari till RTP-S växel 08-545 622 60 eller rtp-s@telia.com

Färdtjänst

Brev från medlemmar

Ett stort tack till medlemmar som hört av sig och skickat brev till RTP-S angående färdtjänstproblem. Detta är till stor hjälp för färdtjänstkommittén för att kunna gå vidare och belysa de problem som finns inom färdtjänsten för tjänstemän och politiker, både när det gäller tillståndsgivning och ej fungerande resor. Kommittén tar gärna emot flera brev från medlemmar.

I skrivande stund (i början av november) finns det inte så mycket att informera om, eftersom landstingsbudgeten tas först 22-23 november i landstingsfullmäktige. I färdtjänstens budgetförslag för 2006 föreslås oförändrad resettilldelning samt oförändrad egenavgift. Information om vad som beslutats i landstingsfullmäktige kommer i RTP-S Aktuellt nr 1 2006.

Sjukresor

Landstinget ändrade reglerna för sjukresor fr.o.m. den 1 september 2005. För de som har färdtjänstillstånd har det inte skett någon förändring. Det räcker alltså att visa upp sitt färdtjänstkort för vårdgivare för att få resor inlagda på sitt sjukreskort. Det ska finnas nya "sjukresebroschyrer" ute hos vårdgivare – om inte kommer dessa att distribueras hem inom kort. Nytt telefonnummer till beställning av sjukresor finns fr.o.m. den 16 oktober 2005. Detta gäller enbart taxi-kunder. I skrivande stund går det fortfarande bra att ringa det vanliga numret till resebeställningen. Om taxin inte kommit inom 20 minuter efter avtalad tid, så ringer man som vanligt till resegarantin. Det nya **telefonnumret till beställning av sjukresor är 077-570 00 57.**

Färdtjänstkommittén önskar alla

*God Jul
Gott Nytt År.*

**För Färdtjänstkommittén
Birgitta Flognfeldt**

Aktuell information

Bildsymboler för många fler

Hjälpmiddelsinstitutet har inlett samarbete med fem organisationer för arbetet med att skapa en bred förankrad policy för bildsymboler genom ett flerårigt projekt under namnet *Bildsymboler för många fler*. Målet är att öka tillgängligheten och orienteringsbarheten i samhället. Projektledare är Lis Klöve på Hjälpmiddelsinstitutet.

Rullstolsburna kan inte ta sig ombord på pendeltågen

Rampen mellan perrong och vagnen har monterats nästan en decimeter för lågt på SL:s nya pendeltåg. Resultatet blir att rullstolens hjul fastnar. 20 vagnar av totalt 55 beställda vagnar har tillverkats alla med samma fel. Felet ska åtgärdas men någon känd tidsplan finns ännu inte.

Trängselskatt

Ansökan om befrielse från trängselskatten måste göras hos skatteverket. Från 1 september finns blanketter tillgängliga på skatteverkets webbplats. (<http://skatteverket.se>).

Du som har ett giltigt parkeringstillstånd för rörelsehindrad kom ihåg att ansöka om skattebefrielse

Ny myndighet för handikappfrågor 2006

Den 1 januari 2006 börjar Handisam, myndigheten för handikappolitisk samordning sitt arbete. Myndighetens huvuduppgift blir att bistå regeringen med underlag som ska leda till en effektiv handikappolitik.

Vad gör RTP för att påverka?

Rigmor Söderlind ställde den frågan i förra numret av RTP-S Aktuellt i *"Tio dagar i Wien"*.

Svaret är att RTP är vad medlemmarna gör föreningen till. RTP är medlemmarna och utan medlemmar inget RTP och inget kansli.

RTP arbetar med påverkansarbete riksövergripande via förbundet, mot landstingen via distrikten och kommunalt via lokalföreningarna. I Stockholm län finns sedan årsskiftet en arbetsmodell som innebär samverkan mellan handikapporganisationerna och landstingets verksamheter inom respektive förvaltning eller bolag. RTP har 5 samverkansråd som är utnämnda av HSO (Handikappföreningarnas Samarbetsorgan). Personerna arbetar med påverkafrågor för HSO: samtliga föreningar.

Samverkansråd, Stockholms Läns Landsting

- Geografiska beredningar, beställaravdelning Stockholm: Ulf Garpenbeck
- Medicinska programberedningar – närsjukvård, äldre frågor mm: Maude Stenberg
- Samverkan med förvaltningar och bolag, färdtjänsten: Arne Nylander/ Birgitta Flognfeldt
- SL AB: Anders Lissegårdh, Marianne Björkander
- Regionplane- och trafikkontoret (RTK): Marianne Björkander

Utöver samverkansråden är RTP representerat i ytterligare samarbetsorgan nämligen:

- NTF:s råd för oskyddade trafikanter: Christer Olsén
- SL:s Handikappgrupp: Anders Lissegårdh
- Representant i samverkansgrupp för Södersjukhuset: Joanna Bachorz
- Vägverkets regionala råd för handikappfrågor i Stockholms län: Catalin Westenheim
- NTF (Nationalföreningen för Trafiksäkerhetens Främjande) Stockholms län: Catalin Westenheim

Distriktet, RTP-S, lämnar också remissvar till landstinget inom olika ämnesområden vilket också är en typ av påverkansarbete.

Utöver vad distriktet gör finns även handikappråd som arbetar mot olika kommuner. Inom Stockholms olika kommuner finns RTP representerat med 12 personer.

RTP gör således en hel del för att påverka på olika sätt för att förbättra situationen för våra medlemmar. Ytterst är det Du som medlem som genom egna insatser formar vad RTP som förening kan göra inom olika områden.

Inga Borggren och Björn Svedheim

Brännpunkt Whiplash

Visionen med konferensen Brännpunkt whiplash i Örebro är att ingen skall få höra att de skall lära sig leva med sina besvär för att det inte finns något att göra åt whiplashrelaterade skador.

Årligen utsätts tiotusentals svenskar för "whiplashvåld" i trafiken, genom andra olyckshändelser eller våldsbrott. Ett antal av de drabbade ådrar sig kroniska besvär som starkt begränsar deras möjligheter till ett normalt liv med arbete och sociala kontakter. Detta leder till både mänskligt lidande och samhällliga kostnader.

Inom den traditionella vården efterlyser man ofta mer kunskap för att hjälpa dessa patienter på bästa sätt och många av de som drabbas söker intensivt efter vägar till förbättring.

Whiplashkommissionen

Ingvar Carlsson, ordförande i Whiplashkommissionen berättade i korta drag vad de kommit fram till. De har kunnat visa att de allra flesta av dem som upplever initiala besvär inte riskerar mer långvariga symptom, tvärtom den bild som ibland dominerar den offentliga debatten. En viktig del av lösningen ligger i de nya, effektiva whiplashskydd som allt fler biltillverkare erbjuder. Kommissionen har också bidragit till utformningen av ett svenskt konsensusdokument för whiplashdiagnosen. Dokumentet innehåller enkla och effektiva råd för tidigt omhändertagande. De har också konstaterat att bland det stora utbudet av behandlingar för mer långdragna besvär, är det en multimodal smärtrehabilitering som visat sig ge bestående resultat. Man har uppmärksammat nya lösningar på problemet med dagens

långa handläggningstider av trafikskadeärenden, både inom det allmänna försäkringssystemet och inom trafikförsäkringen. De förordnar att schabloner inom trafikskadelagstiftningen används i ökad utsträckning, då detta kommer att avsevärt påskynda skadereglering och göra den mer förutsägbar för den enskilde.

Om kommissionens förslag till åtgärder realiseras, är det vår förhoppning att konsekvenserna för personer med whiplashrelaterade skador kommer att minska i Sverige.

Nina Rehnqvist M.D., Ph.D., direktör för SBU, Statens Beredning för Medicinsk Utvärdering talade om hur viktigt det är att få behandlingsmetoder bedömda av SBU innan de tas i bruk av vårdens doktorer och vårdare. Det känns bra att man måste, för att kunna utföra behandlingar i Sverige, ha lämnat ifrån sig dokumentation på metoden som man tänker påbörja.

Nya diagnosmetoder och behandlingsmetoder

Christina Doctare, MD., författare, samhällsdebattör framförde några intressanta frågeställningar.

"Hjärnstress" har vi det och i så fall hur?"

"BOT- avdrag. Varför får man göra avdrag för att reparera ett risigt hus, men inte en risig kropp?"

Taktil massage kan göra underverk för smärtpatienter!

Hur är det med bemötande i samhället? Vi lär säkert få höra mer om Christina när hon idag arbetar med olika framstående forskare kring hjärnstress.

Carl-Göran Hagert, MD, PhD
Objektiva fynd hos patienter genom en WAD- validerad klinisk under-

sökning över extremitetens nervträd genom topografisk och funktionell anatomi.

Han visade att genom en enkel undersökning av patienter med whiplashrelaterade skador kunde man fastställa om det föreligger kliniskt nervpåverkan eller ej.

Åke Nyström, M.D PhD, är en läkare som använder sig av en unik operationsmetod som han berättade om. Metoden innebär att operationen utförs medan patienten är vaken under mild narkos.

Han skär igenom översta hud- och fettlagret som omger det smärtsamma området. Identifierar nerverna i området som kan tänkas generera smärta genom att trycka på möjliga nerver/nervtrådar och frågar sedan patienten om det återskapar något av den upplevda skadan.

Om svaret blir: "Ja" så skär han bort omgärdande fascia/skadad ärrvävnad som omsluter/omgärdar nerven/nervområdet han trycker på.

Han kan inte svara på vad det är som hjälper genom hans operationsmetod.

Men enligt honom så blir 80% av de patienter som genomgått denna operation bättre genom att deras smärta helt eller delvis signifikativt/rejält reduceras/minskar i omfattning.

I entrén fanns också ett antal utställare, bl.a. RTP, Stockholm Rehab Station, smärtenheten och ALFTA men också lokala aktörer.

Något som jag fann nytt och intressant var något som heter Miroflex och är ett unikt hjälpmedel för nacken. Titta gärna in på deras hemsida www.miroflex.com

Maude Stenberg

Kalendarium

Obs! Till dig som ska delta i våra kvällsaktiviteter:

På kvällarna kan det vara svårt att parkera intill kansliet på Starrbäcksgatan 11 i Sundbyberg.

Har du möjlighet att ta färdtjänst är detta att rekommendera.

December

Lördag	10		Anmälan, Julfest i Norrtälje	Sid 6
Onsdag	14	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid 6
Onsdag	14	18.30 – 20.30	Julfest i Norrtälje	Sid 6
Torsdag	15	16.00 – 19.30	Spelkväll	Sid 8
Måndag	19	13.00 – 16.00	Studiecirkel i Haninge, julavslutning	Sid 8

Januari

Torsdag	5		Anmälan till datacirkel	Sid 7
Tisdag	10	12.00 – 14.30	Datacirkel	Sid 7
Tisdag	10	18.00 – 20.30	Bofinkarna	Sid 6
Onsdag	11	13.00 – 15.30	Akvarellmålning	Sid 7
Måndag	16		Anmälan, Friskvårdscirkel	Sid 7
Tisdag	17	12.00 – 14.30	Datacirkel	Sid 7
Tisdag	17	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Hjärnskadade	Sid 8
Onsdag	18	14.00 – 16.00	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid 8
Torsdag	19	13.00 – 15.00	Friskvårdscirkel	Sid 7
Torsdag	19	16.00 – 18.00	Möte med handikappråden	Sid 9
Torsdag	19	18.30 – 20.30	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid 8
Tisdag	24		Anmälan, Öppet hus, nya medlemmar	Sid 9
Tisdag	24	12.00 – 14.30	Datacirkel	Sid 7
Tisdag	24	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Polio	Sid 8
Torsdag	26	13.00 – 15.00	Friskvårdscirkel	Sid 7
Torsdag	26	16.00 – 19.30	Spelkväll	Sid 8
Tisdag	31	12.00 – 14.30	Datacirkel	Sid 7
Tisdag	31	16.00 – 18.00	Öppet hus, nya medlemmar	Sid 9

Kalendarium

Februari

Torsdag	2		Anmälan till Mälargården	Sid 9
Torsdag	2	13.00 – 15.00	Friskvårdscirkel	Sid 7
Tisdag	7	12.00 – 14.30	Datacirkel	Sid 7
Tisdag	7	18.00 – 20.30	Bofinkarna	Sid 6
Onsdag	8	13.00 – 15.30	Akvarellmålning	Sid 7
Torsdag	9	13.00 – 15.00	Friskvårdscirkel	Sid 7
Torsdag	9	18.30 – 20.30	Medlemsträff på Mälargården	Sid 9
Tisdag	14	12.00 – 14.30	Datacirkel	Sid 7
Tisdag	14	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Hjärnskadade	Sid 8
Onsdag	15	14.00 – 16.00	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid 8
Torsdag	16	13.00 – 15.00	Friskvårdscirkel	Sid 7
Torsdag	16	18.30 – 20.30	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid 8
Tisdag	21	12.00 – 14.30	Datacirkel	Sid 7
Torsdag	23	13.00 – 15.00	Friskvårdscirkel	Sid 7
Torsdag	23	16.00 – 19.30	Spelkväll	Sid 8
Måndag	27	13.00 – 16.00	Studiecirkel i Haninge	Sid 8
Tisdag	28	12.00 – 14.30	Datacirkel, avslutning	Sid 7
Tisdag	28	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Polio	Sid 8

Mars

Torsdag	2	13.00 – 15.00	Friskvårdscirkel	Sid 7
Tisdag	7	18.00 – 20.30	Bofinkarna	Sid 6
Onsdag	8	13.00 – 15.30	Akvarellmålning	Sid 7
Torsdag	9	13.00 – 15.00	Friskvårdscirkel	Sid 7
Tisdag	14	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Hjärnskadade	Sid 8
Onsdag	15	14.00 – 16.00	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid 8
Torsdag	16	18.30 – 20.30	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid 8
Torsdag	23	16.00 – 19.30	Spelkväll	Sid 8
Måndag	27	13.00 – 16.00	Studiecirkel i Haninge	Sid 8
Tisdag	28	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Polio	Sid 8

Kalendarium

April

Tisdag	4	18.00 – 20.30	Bofinkarna	Sid 6
Onsdag	5	13.00 – 15.30	Akvarellmålning	Sid 7
Tisdag	18	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Hjärnskadade	Sid 8
Onsdag	19	14.00 – 16.00	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid 8
Torsdag	20	16.00 – 19.30	Spelkväll	Sid 8
Torsdag	20	18.30 – 20.30	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid 8
Måndag	24	13.00 – 16.00	Studiecirkel i Haninge	Sid 8
Tisdag	25	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Polio	Sid 8

Maj

Tisdag	2	18.00 – 20.30	Bofinkarna	Sid 6
Onsdag	3	13.00 – 15.30	Akvarellmålning	Sid 7
Tisdag	16	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Hjärnskadade	Sid 8
Onsdag	17	14.00 – 16.00	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid 8
Torsdag	18	18.30 – 20.30	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid 8
Måndag	22	13.00 – 16.00	Studiecirkel i Haninge	Sid 8
Tisdag	30	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Polio	Sid 8
Onsdag	31	13.00 – 15.30	Akvarellmålning	Sid 7

Juni

Tisdag	6	18.00 – 20.30	Bofinkarna	Sid 6
Tisdag	13	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Hjärnskadade	Sid 8
Måndag	19	13.00 – 16.00	Studiecirkel i Haninge	Sid 8

OBS!

Anmäl ditt deltagande genom att ringa, faxa eller skicka e-post till distriktskansliet, telefon 08-545 622 60, fax 08-545 622 75 eller e-post rtp-s@telia.com

OBS! Adressen är RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11, Sundbyberg om inget annat anges!!

Postpoliomottagningen Huddinge beräknas flytta till Danderyd

Postpoliomottagningen vid Karolinska universitetssjukhuset, Huddinge beräknas flytta till Danderyds Sjukhus 1 februari 2006.

Vi tillhör organisatoriskt sett Danderyds Sjukhus sedan 1 januari 2005 men i februari 2006 tar vi steget fullt ut och flyttar hela verksamheten till Danderyds Sjukhus.

Medicinskt ansvarig för verksamheten kommer även i fortsättningen vara **dr Kjell Kullander**. **Teamsamordnare** är sjukgymnast **Lotta Krossén**.

Under flytten kommer verksamheten ligga nere under någon vecka men vi hoppas kunna ge vanlig service så snart som möjligt. Vi vet i nuläget inte exakt var på Danderyds Sjukhus mottagningen kommer att vara belägen. Hoppas kunna återkomma med mer information i nästa nummer av RTP-S Aktuellt.

**Teamsamordnare för polio/
postpolio Danderyds Sjukhus
Lotta Krossén**

Poliokliniker i Stockholms län

DANDERYDS SJUKHUS

Geriatriska kliniken

Poliomottagningen

Tidsbeställning och information

08-655 58 08

Tala med Britt-Marie eller Gunilla

HUDDINGE SJUKHUS

se separat information

Rehabiliteringsmedicinska kliniken

Tidsbeställning och information

08-585 822 97

hos Helena Ekelund

mån - tors 08.00–16.00.

Information om polio

Vi måste fortsätta att vaccinera oss så länge som polio finns kvar någonstans i världen även om det inte någon har insjuknat i polio i Sverige sedan 1977. Polioepidemierna i Sverige upphörde redan 1962 när cirka 80 % av Sveriges befolkning hade vaccinerats mot sjukdomen.

Europa är numera förklarad poliofritt (2002), men så sent som år 2001 rapporterades något fall från Östeuropa.

Sjukdomen håller på att utrotas med hjälp av vaccin men förekom-

mer fortfarande i en del länder i Afrika och Asien. 1988 var antalet fall 350.000 och 2004 insjuknade 1.267 personer. De länder med flest poliofall är Nigeria, Yemen och Indonesien. Världshälsoorganisationen WHO har listat de länder där utbrott av polio fortfarande förekommer: Afghanistan, Angola, Burkina Faso, Cameroun, Centralafrikanska Republiken, Chad, Elfenbenskusten, Egypten, Eritrea, Etiopien, Guinea, Indien, Indonesien, Mali, Niger, Nigeria, Pakistan, Sudan och Yemen.

Kontrollera att ditt polioskydd är fullgott innan du reser till något av de listade länderna.

Är du och din familj vaccinerad mot polio?

Observera att barn i Sverige inte längre vaccineras utan att du själv tar initiativet.

Stöd utgivningen av ^{RTP-S} aktuellt genom att sätta in lägst 50 kronor på pg 2 94 10-8.

Rapport

Det är mycket roligare att träna i grupp



Ann-Christine och henne dotter Johanna i full fart med boxningsträning

Under hösten har ett tiotal medlemmar med ryggmärgsskada tränat på onsdagskvällar i Rehab Stations Stora sporthall. De har haft stöd och hjälp av sjukgymnast Carl Mullally, som dagtid arbetar på Spinalis. Var och en har tränat som det passar den enskilde bäst, exempelvis ståträning, boxning, skytte,

arm- och bencykling, pingis eller badminton. Ibland avslutar gruppen träningspasset med gemensam ballongvolleyboll där skratt och skoj får stort utrymme. (Skratt är också träning!)

- Om jag tränar i en grupp ger det så mycket mer än att träna

ensam, säger Ann-Christine Sandhammar som har en ryggmärgsskada sedan 9 år. Dels blir det svårare att hoppa över träningen när jag vet att gruppen väntar, dels fyller gruppen en social funktion för mig. Fikat efteråt är också en viktig bit. Ju fler gånger vi träffas desto mer lär vi känna varandra, vilket leder till fler positiva effekter, fortsätter Ann-Christine.

Träningen har gjorts möjlig under hösten som ett pilotprojekt med hjälp av medel från Stiftelsen för Trafik- och polioskadade i Stockholm län. Ryggmärgskadekommittén ska vid årsskiftet utvärdera höstens träning. Det är i dagsläget osäkert på vilket sätt en fortsättning ska ske. Du som inte har deltagit under hösten men är intresserad av att delta i en träningsgrupp kontakta Lena Ericson på RTP-S kansli, 08-545 622 73 eller lena.rtp-s@telia.com.

Reserapport från Normandie och Paris

RTP-S resekommitté hade arrangerat en resa till Frankrike och Normandie i början av september. Vi som deltog i resan (25 personer) mötte upp på Arlanda för att ta ordinarie morgonflyg till Paris. Väl i Paris blev vi mötta på flygplatsen av guide, hjälpare och en handikappanpassad buss. Buss och hjälpare hade rest ner i förväg för att kunna vara oss behjälpliga under hela Frankrike-resan.

Färden gick direkt från Paris mot Normandie där ett första stopp var den extravaganta badorten Deauville vid atlantkusten. Vår första övernattnings och bas för vidare utflykter runt Normandie blev Caen. Normandie skulle utforskas enligt tvenne huvudlinjer, *invasioner och god mat* och vi gick omsorgsfullt tillväga.

Vårt första mål var Bayeux där en

70 meter lång tapet gav en fullständig redogörelse för bakgrund och förlopp då Vilhelm Erövraren 1066 besegrade kung Haralds trupper vid Hastings. Vårt andra mål blev att besöka den invasionskust där andra världskriget slutskede inleddes. Vi besåg de delar av den konstgjorda hamn som de allierade byggde upp i Arromanches och Omaha beach samt den amerikanska krigs kyrkogården. Vi besökte

även resterna av de starka tyska befästningsanläggningarna vid Le Point du Hoc. Våra observationer på plats knöts ihop i en helhet på minnesmuséet, Le Memorial de Caen, över andra världskrigets alla fasor. Inflikt mellan alla mäktiga invasionsupplevelser utforskade vi det Normandiska köket, det robusta och det havsnära och det till allmän och angenäm förtjusning. När vi efter några alltför få dagar i Normandie drog vidare mot Paris hade vi varit med om mycket tänkvärdt och angenämt när det gäller maten.

Åter till Paris

Efter tre dagar i Normandie återvände vi till Paris och inkvartering i Montmartre. Väl i Paris besökte

vi de stora turistmålen bl.a. Eiffeltornet, Montmartre, Sacré Coeur, Versailles, Grand Trianon. Vi besökte Rodin-parken och begrundade "Tänkaren" och vi besökte Moulin Rouge med den galanta showen med lättklädda damer och smidiga herrar och gratis champagne.

Hemresan gick med den anpassade bussen genom Holland, med stopp i Brugge och Antwerpen, Tyskland och Danmark och slutligen via Öresundbron innan vi var i Sverige. Sista övernattningen var i Lund innan färden gick norrut till Stockholm som vi nådde 10 dagar efter vår utresedag.

RTP-S resekommitté, som arrang-

erat resan, hade återigen gjort det möjligt för oss med varierande funktionshinder att klara en rundresa. Att det fungerade beror på anpassad buss och alerta hjälpare utan vars medverkan detta inte hade varit möjligt. För många av oss är det här det enda sättet att resa. Att kunna få hjälp i och ur sängen, på muggen om den är avig, att rullas om avstånden långa, få stöd om vägen är knagglig. Den tryggheten är endast möjlig med våra förträffliga hjälpare på resor av den typen som RTP-S ordnar. Bevara den möjligheten!

En mer utförlig reseberättelse kan erhållas från RTP-S kansli.

Bengt Eklund

RTP-S konferens

RTP-S anordnade en konferens i augusti för styrelse, personal, två personer från varje lokal-förening och sammankallande i skadekommittéerna. Syftet med konferensen var att samordna styrelsens, kansliets och kommittéernas ansträngningar att engagera medlemmarna i RTP-arbetet och att förbättra servicen mot medlemmarna.

Vad vill våra medlemmar? Vad kan föreningen göra för medlemmarna? Hur kan vi intressera nya medlemmar? Hur får vi medlemmar med whiplashskada att stanna i föreningen för att hjälpa nya olycksamrater?

Styrelsens mål är också att öka vår gemensamma kompetens och därför hade RTP-S bjudit in intressanta gäster till konferensen. Deltagarna hade haft möjlighet att förbereda frågor till gästerna.

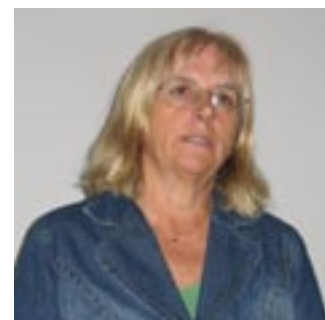
Rehabilitering av polio-, whiplash- och hjärnskadade i ny organisation

Karin Rudling, nyutnämnd verksamhetschef på rehabiliteringsmedicinska universitetskliniken i Stockholm, Danderyds sjukhus, informerade om den nya organisationen som för vår del omfattar Hjärnskaderehabilitering, Smärtprocessen WAD avseende whiplash och övrig neurorehabilitering som postpolio.

På frågan *kan man tänka sig att poliomottagningen tar över helhetsansvaret för patientens hälsa* var svaret nej.

Aniella Beser talade om smärtprocessen WAD för whiplashskadade.

Aniko Bartfai neuropsykolog inriktad på vården av hjärnskadade, beskrev var verksamheten finns inom DS samt om begreppet NPM neuropsykologmottagningen.



I den nya organisationen finns professuren på plats vilket är mycket ovanligt. Kristian Borg talade om en länsövergripande poliomottagning. Poliomotagningen på Huddinge, Karolinska och Danderyd slås ihop och flyttar troligen även fysiskt till Danderyd.



Kerstin Brunberg Squires, kanslichef på HSO i Stockholms län, talade om erfarenheterna av Samverkansråd. Påverkansarbetet har gått från tidigare *informationsstadie* till *dialogstadie*. Samverkansråden kan vara en kanal vid det lobbyarbete RTP-S i likhet med andra funktionshinderorganisationer bedriver.



Suzanne Bergman
Verksamhetschef på Mälargården med bakgrund inom vården och läkemedelsindustrin.
Frågan *vad vill kunden ha* måste besvaras av den skadade,

av landstingen och arbetsgivare, samtliga är intressenter. Suzanne är öppen för synpunkter och samarbete med oss i föreningen.



Inger Roos
Sjukvårdslandstingsråd med ansvarsområdet Hälso- och Sjukvårdsfrågor, sitter också i landstingsstyrelsen och i Landstingsfullmäktige, styrelsen för KI, hälso- och sjukvårdsutskottet. Till Inger Roos ställdes många frågor om rehabilitering och uppbyggnad av kompetenscentrum för whiplashskadade. En konkret fråga ställdes: *Anser man att tillräckliga ekonomiska resurser finns för utvärderingsforskning angående Xepol-behandling*. Enligt Inger Roos är det inte en ekonomisk fråga om tillräckligt vetenskapligt underlag anses föreligga för en bredare Xepol-behandling av polioskadade.



Deltagarna framförde att livskvalitebegreppet borde värderas mer.

Tips

Whiplash – operation i Tyskland

Angående undersökningar och eventuella operationer i Tyskland har Riksförsäkringsverket beslutat att avslå alla ansökningar till Dr. Volle och Dr. Montazem. I ansökan från whiplashskadade är det viktigt att man söker för instabilitet i nacken. RFV:s beslut gäller tills dom fallit i kammarrätten.

Maude Stenberg

Smärta

Läs mer om Smärta på www.smarta.nu Astra Zeneca har en webbplats om smärta och smärtlindring: Smärt-skolan där smärta indelas i olika typer som *Nociceptiv smärta*, *Neurogen smärta* etc.

900 olika databokstitlar med rabatt

Ett riktigt bra kursmaterial är en viktig förutsättning för en lyckad utbildningsinsats. Docendos långa erfarenhet, breda sortiment och anpassningsförmåga gör att kursmaterialet kan vara av intresse för RTP-S medlemmar. I Docendos webbshop, www.docendo.se kan du välja bland ca 900 olika databokstitlar för alla

kunskapsnivåer. Du hittar både Docendos egna titlar och Microsoft Press stora utbud av databöcker. Enskilda medlemmar i RTP-S får en rabatt på listpriserna upp till 40%. Ange koden *rtp-s* vid beställning (gäller till den 1 mars 2006). Ta kontakt med Docendo, Göran Berntling 08-507 040 05 eller e-post goran.berntling@docendo.se för mer information.

RTP-S hemsida – www.rtp.se/rtp-s

Besök RTP-S hemsida för att läsa senaste nytt om vad som händer på distriktet i Stockholms län. Har Du synpunkter på RTP-S hemsida ta kontakt med Christer Olsén på RTP-S kansli.

Öka ditt vätskeintag

Drick vatten direkt på morgonen, gärna två glas. Fyll en karaff med vatten och drick upp det under dagen. Förvaras i kylskåpet om du tycker bättre om kallt vatten. Det är färre kalorier i vatten än i juicer. Ät frukt med hög vattenhalt. Om man dricker vatten har man lättare att hålla sin vikt, blir piggare och har mindre ont i huvudet. Huvudvärk kan utlösas av vätskebrist.

Valberedning!

Valberedningarna behöver din hjälp med förslag på lämpliga personer till lokalföreningarnas styrelser och distriktets styrelse?
Kontakta valberedningen i din lokalförening eller i distriktet!

Valberedningen i Nordvästra Lokalföreningen:

Mia Svensson 08-512 991 27

Valberedningen i Norrtälje Lokalförening:

Anita Knutsson 0176-179 80

Tjädervägen 22

761 63 Norrtälje

Bengt Bergqvist 0176-183 34

Tjädervägen 1

761 63 Norrtälje

Valberedningen i Storstockholms Lokalförening:

Inga Borggren 08-754 43 02 sammankallande

Elsie Martinsson 08-93 72 19

Catalin Westenheim 018-34 04 13

Valberedningen i Södertälje Lokalförening:

Sture Johansson 08-550 177 96

Bruno Stockinger 08-552 40 556

Valberedningen i Distriktet, RTP-S:

Kjell Ivarsson 08-540 66 114 sammankallande

Birgit Peterson 0176-140 36

Mia Svensson 08-512 99 127

Leila Haukkala 08-551 505 67

ÅRSMÖTE 2006 för Norrtälje Lokalförening

onsdag 22 februari 19.00 – 20.30 ca

Lokalen är Samlingssalen R.O.S. Roslagens sjukhem Hamnvägen 12 Norrtälje.
Kaffe och smörgås serveras efter mötet omkring 20.00.

Anmälan senast 15 februari till Anita 0176-179 80 eller Nann 0176-161 44.

ÅRSMÖTE 2006 för RTP-StS

torsdag 23 februari 19.00 – 20.30 ca

Lokalen är RTP-S, Starrbäcksgatan 11 i Sundbyberg.
Efter årsmötet serveras enklare måltid samt ett glas vin eller alkoholfri dryck.

Anmälan senast 14 februari till Yvonne Andersson,
telefon 08-545 622 60 eller e-post: yvonne.rtp-sts@telia.com

Rapporter från Hjultorget

Seminarium om polio och postpolio på Hjultorget

Intresset var mycket stort för det seminarium om polio och postpolio som arrangerades på Hjultorget torsdagen den 22 september. Tre ämnen stod på programmet: rehabilitering, medicinsk behandling med immunglobulin samt fortsatt forskning.

Jeanette Mellvig Lind hälsade välkommen och höll samman seminariet som moderator. Först ut var *Jan Lexell*, överläkare vid Rehabcentrum Lund-Orup, Universitetssjukhuset i Lund. Han gjorde en genomgång av vad polio är och polions historia i Sverige. Sena effekter av polio är känt inom medicinen sedan slutet av 1800-talet. I Sverige började det uppmärksammas först på 1980-talet när allt fler polioskadade började få symptom på postpolio. 80-90 % av dem som en gång haft polio får postpolio långt efter det akuta sjukdomstillfället. Personer som hade svår akut polio och sedan haft god återhämtning under många år verkar drabbas svårast, sa Lexell.

Poliomottagningen i Skåne, som var Sveriges första, startade 1986 men lades ner i slutet av 90-talet av besparingskäl. Nu har den kommit igång igen – inte minst efter krav från patienter och påverkansarbete av RTP. Den nya poliomottagningen startade 2003 i samverkan med RTP. Lund-Orup är nu den enda internationellt kvalitets-säkrade rehab-kliniken i Sverige och en av de få som finns i Europa.

Rehabilitering handlar om att så



långt möjligt försöka tillfredsställa patientens egna mål när det gäller familjen, yrkeslivet och fritiden. Det är en process där man syftar till att öka kunskapen om den sjukdom eller det funktionshinder patienten har och hjälpa till att ta fram den egna förmågan – en hjälp till självhjälp. En viktig del är att försöka öka entusiasmen hos patienten, motivationen och viljan att göra vad man själv kan.

Rehabilitering modell Skåne

På poliomottagningen Lund-Orup finns läkare, sjukgymnast, arbetsterapeut, kurator och psykolog. Man har även tillgång till logoped vid behov. Patienterna har själva stort inflytande. Rehab-teamet gör en bedömning av patientens hälsotillstånd och möjligheterna till rehabilitering. Förutom en klinisk undersökning kan EMG, blodprover och röntgen ingå i utredningen. Patienten gör sedan själv sin rehabiliteringsplan i samverkan med rehab-teamet. Behandlingen genomförs och utvärderas. Man har såväl rehabilitering i grupp under ett antal veckors tid som individuella program. Alla patienter följs upp efteråt och de som så önskar får livslång uppföljning genom regelbundna återbesök.



Det handlar i mycket om en livsstilsförändring, att lära sig leva så att man så gott det går motverkar den negativa utveckling som är på gång. Bättre kunskaper om postpolio, anpassning av de dagliga aktiviteterna, friskvårdsinsatser, utprovning av hjälpmedel, ortopedi, läkemedel, icke-farmakologisk smärtbehandling och att tillgodose att man får del av samhällets stödinsatser var några av de inslag Jan Lexell nämnde. Ett enkelt exempel som han tog upp var stretching. Poliomykler är väldigt strama – värre än musklerna hos de värsta fotbollsspelarna. Men genom att lära sig att stretcha på rätt sätt kan man mjuka upp musklerna.

För oss med postpolio i Stockholmsområdet har det länge varit oklart hur rehabilitering ska gå till här när poliomottagningen på Huddinge flyttar till Danderyds sjukhus. Många har nog varit oroliga för minskad kapacitet när Huddinge "försvinner". Man har nu beslutat att det även i fortsättningen ska vara två poliomottagningar, och båda ska från 1 februari nästa år finnas på Danderyds sjukhus. Utbudet ska enligt uppgift inte minska utan vara detsamma som tidigare med utredning, polioskola, sjukgymnastik, bassängträning m.m.

Immunglobulin kan bromsa postpolio

På seminariet berättade *Henrik Gonzalez*, läkare vid Danderyds

sjukhus, om metoden att behandla postpoliopatienter med immunglobulin intravenöst. Metoden har tagits fram i ett stort forskningsprojekt och är ännu inte en etablerad metod mot postpolio. Men eftersom resultaten är så goda har medlet getts på s.k. klinisk indikation på Huddinge sjukhus under våren – dock i blygsam skala. Forskningsresultaten har nu presenterats vetenskapligt i och med att Henrik Gonzalez, lagt fram sin avhandling om metoden. Disputationen ägde rum dagen efter seminariet på Hjultorget.

Utgångspunkten i forskningsprojektet var att undersöka om det finns en immunologisk förklaringsmodell till den nedbrytning av motorneuroner (nervceller i ryggmärgen som styr muskelcellerna) som sker vid postpolio. De tre frågor man ställde sig var:

- Finns det en inflammation i centrala nervsystemet eller ute i kroppen?
- Kan man påverka inflammationen?
- Kan patienten bli bättre om inflammationen försvinner?

Postpoliopatienter har en inflammation i ryggmärgsvätskan. Det kunde man konstatera med ryggmärgsprov. Intravenös behandling med immunglobulin visade sig sedan få ner halterna av inflammatoriska ämnen, s.k. cytokiner, betydligt – till nästan 0 i vissa fall. Muskelstyrka och livskvalitet påverkades. I den fjärde och största delstudien i projektet deltog fyra sjukhus. 67 patienter fick immunglobulin, 68 fick placebo. För varje patient valde man här att också studera en särskilt utvald muskelgrupp för att se procentuell förändring per patient i den utvalda muskeln.

Uppföljning av behandlingsgruppen och placebogruppen gjordes efter ett halvår. Hos behandlingsgruppen ökade muskelstyrkan under halvåret medan den minskade i placebogruppen. Behandlingsgruppen fick också en markant sänkning av smärta, placebogruppen låg kvar i stort sett oförändrat. Vitalitet och aktivitetsnivå ökade också i behandlingsgruppen. Henrik Gonzalez sammanfattade slutsatserna av forskningsprojektet med att

- postpolio har en inflammatorisk komponent
- inflammationen går att få ner med immunglobulin
- muskelstyrka, vitalitet, smärta och aktivitetsnivå påverkas av behandlingen.

Forskningen går vidare

Kristian Borg, professor på Karolinska institutet, berättade om den forskning om polio och postpolio som bedrivs vid KI. Några av de frågor man söker svar på genom ytterligare forskning är: Varför får människor polio – finns det en ökad mottaglighet hos vissa? Är risken för postpolio olika beroende på vilken av de tre virusstammarna man drabbades av när man fick polio? Och varför får postpoliopatienterna inflammation i centrala nervsystemet? Finns inflammationen där ända från den akuta polion eller börjar den först när postpoliosymptomen visat sig? Hur länge sitter effekten i av behandlingen med immunglobulin? Kommer inflammationen tillbaka sedan?

Det är också viktigt att se över och förbättra definitionen på postpolio och bättre ta reda på hur vanligt förekommande sjukdomen är.

Kristian Borg sa också att polio och postpolio inte är ett geriatriskt

problem. Hälften av dem som haft polio är under 65 år gamla. Och poliopatienterna är en ganska stor grupp. När det gäller neurologiska sjukdomar är det bara strokepatienterna som är fler.

Viktigt väga kostnader mot nytta

Den avslutande diskussionen kom framför allt att gälla behandlingen med immunglobulin. Jan Lexell betonade att det inte är en behandling för alla och att det är viktigt att se vad man får ut av det man satsar. Behandlingen är dyr. Kostnaden och nyttan med att behandla patienter med immunglobulin måste vägas mot möjligheten att i stället anställa ytterligare en sjukgymnast eller arbetsterapeut på poliomotagningen. Kristian Borg sa att vi kanske har för trubbiga instrument i dag och att man kommer att arbeta vidare med att få fram en mer skräddarsydd behandling. Han påpekade också att resultaten från forskningsprojektet är mycket goda. I grova drag fick 1/3 av de patienter som behandlades med immunglobulin mycket bra resultat, 1/3 fick bra resultat och 1/3 fick inga resultat alls. Denna grad av effekt är densamma som för de nya MS-medicinerna och mediciner mot reumatoid artrit. Det måste ses som ett ganska gott betyg.

Jag hoppas att när resultaten av Henrik Gonzalez forskning nu presenterats ska det bidra till att metoden så snart som möjligt blir accepterad som en behandling mot postpolio. De som vill ha behandlingen och som har förutsättningar att tillgodogöra sig den borde kunna få den – såväl i Stockholm som runt om i landet.

Gabrielle Roland Waldén

Stort och smått på Hjultorget – och mycket hjul!

Hjultorget, som arrangeras vartannat år av RTP-S tillsammans med Rekryteringsgruppen, gör verkligen skäl för namnet. På Stockholmsmässan vimlade det av hjul – hjul hjul hjul på allehanda åkdon. Här fanns manuella och elektriska rullstolar, rullstolscyklar, elmoped, stora fyrhjuliga terrängmotorcyklar – ja, här fanns även bilar för att åskådliggöra handikappanpassning eller hur man får in en rullstol. Mycket var stort men det fanns även mindre saker – som joystick, sittselar och andra tillbehör.

Aldrig tidigare har jag sett så många olika slags rullstolar på en gång, men så var det här också mitt första Hjultorg. Lite kan jag undra över hur det kan finnas en marknad för så många olika modeller av rullstolar. Men det gör det tydligen.



Cykelframdel till rullstolen

Jag vandrar runt bland vackert blänkande åkdon i krom och rött eller svart när jag träffar Jonny Borg på Arm-bike. Han visar mig en armdriven rullstol och naturligtvis vill jag prova. Jag tar en tur runt några montrar. Cykeln går fort och lätt och har många växlar. På min fråga om vad det är som är så bra med den här jämfört med en vanlig rullstol säger Jonny att den inte alls

sliter på axlarna på samma sätt som när man kör rullstol. Istället får man god träning för armar, axlar, rygg, magmuskler m.m. Men tanken är inte att den ska ersätta rullstolen utan vara ett komplement. Ska du ut på en längre åktur kopplar du lätt på cykelframdelen på din rullstol och far iväg. Cykelrullstolen finns även i småbarnsmodell.

I en annan monter visar Primed AB olika träningsredskap för personer med minskad rörlighet. Här sitter Fred och tränar på en "MOTomed", timme ut och timme in. Apparaten drivs av en motor och går att

variera för att träna ben eller armar eller både och. Den går att använda och träna upp konditionen med även om man har mycket liten egen muskelstyrka.

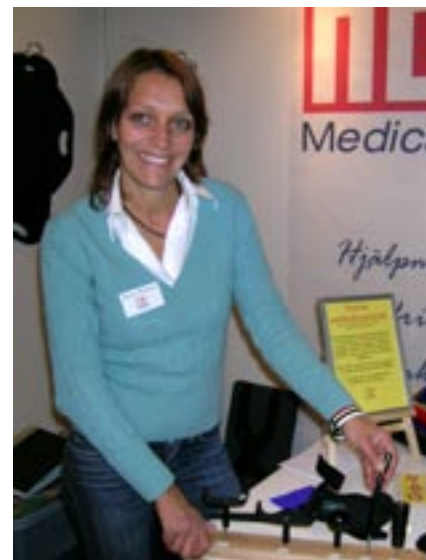
Trappor är besvärliga hinder för rullstolsburna. Även till villor finns det ofta ett antal trappsteg. Hos Trappklättraren AB provar jag "Trappklättraren", en batteridriven maskin med vilken en person mycket lätt kan förflytta en annan person i rullstol uppför eller nerför en trappa. Det är lätt att ta isär maskinen i ett par delar om man ska iväg och hälsa på en kompis som bor i ett hus med trappor.

Rekryteringsgruppen ordnade allehanda aktiviteter på Hjultorget – rullstolsbasket, bordtennis, boxercise m.m. Man hade också med sig en kajakergometer, ett redskap för att kunna träna paddling inomhus. Här kunde man få prova sina krafter och vinna en pannlampa om man körde en viss sträcka på kortast möjliga tid. Jag provar, livligt påhejad av Linda Wijkander från Rekryteringsgruppen. Jag kämpar på av alla krafter men någon pannlampa vinner jag inte. Upphettad och utmattad vacklar jag vidare bland montrarna på utställningen.

På ett ställe fastnar jag för ordet "positioneringshjälpmedel" på en affisch. Vad är det? Jo, det är specialdesignade selar som hjälper rullstolsburna att sitta på ett bra och bekvämt sätt i sin rullstol. HEA Medical AB visar dessa och andra



Fred är en docka



Rullstolstillbehör

rullstolstillbehör i sin monter. Man har även glidbrädor för att förflytta sig mellan rullstolen och en vanlig stol, regnkläder för rullstolsburna, åkpåse för vintern m.m.

Ulla Lindeberg på reklambyrån Svart på Vitt reklam AB gillar att resa. Men det har sina sidor när man är rullstolsburen. Ulla har utvecklat en mjuk lyftsele i tyg som hon visar på Hjultorget. Själv har hon alltid med den i rullstolen. Selen kallas "Lätta lyft" och har fyra handtag för två personer att lyfta i. På så sätt kan man enkelt bära en person upp på ett tåg, in i ett flygplan eller någon annan förflyttning.

Bland de riktigt stora sakerna på utställningen finns fyrhjuliga motorcyklar som Woodstar AB visar upp. Vissa modeller går att utrusta så att även gravt föräldrade personer kan köra dem. Man styr då genom små huvudrörelser och gasar och bromsar med hjälp av en sug- och blässlång i munnen.

Det var många intryck på en gång på Hjultorget. Här har jag bara kunnat beröra en bråkdel. När jag vandrar ut i den vackra höstdagen efter Hjultorget första dag känner jag mig ganska glad och upplyft, trots att lite trötthet finns kvar i kroppen efter "kajakturen". Det är något kraftfullt och livsbejakande över denna utställning med alla de hjälpmedel och andra möjligheter som finns för människor med funktionshinder – hjälpmedel för det dagliga livet, för arbete och fritid,

friskvård av olika slag, möjligheter till aktiviteter, träning m.m. Det handlar ju om att hjälpa människor med funktionshinder att få ett så bra liv som möjligt och hjälpa dem att göra det de vill göra - kanske t.o.m. förverkliga några drömmar.

Gabrielle Roland Waldén

En reflektion över Hjultorget 2005

Så är åter ett Hjultorg till ända. Årets Hjultorg blev mycket uppskattat av både besökare och utställare. Ca 3 600 personer besökte årets "torg" varav ca 900 var brukare. Besökare kom från hela landet. Man kan tycka att det är samma utställare med samma gamla manuella rullstolar och elstolar och anpassningar av bilar. Gav man sig tid i montrarna upptäckte man många nyheter.

För att bara nämna några produkter som visades var en ny mycket lätt aktivrullstol från företaget VAAB C&T AB. Mälardalens Högskola visade små modeller på tänkta sportrullstolar. En ny idé på sittsele från visade företaget Svart på Vitt. Rehabilitering i Thailand förevisades av företag ThaiCare – tänk värme och sjukgymnastik. Efter det måste man må bra. På Aktivitetstorget spelades basket, Friskis & Svet-tis-uppvisning, rullstolsboxning och mycket mer. Det fanns ett stort utbud av seminarier att besöka och de var välbesökta.

Anders Lissegårdh



Posttidning B

Kontrollera att Din adress är korrekt! Om inte
– meddela ändring till kansliet, telefon 08-545 622 60

Retur till: RTP-S
Starrbäcksgatan 11, 172 74 Sundbyberg



- **Arbetslivsinriktad rehabilitering**
- **Spetskompetens inom postpolio rehabilitering och trafikskador, sedan 1970-talet**
- **Lång erfarenhet av rehabiliteringsinsatser – multidisciplinära team**
- **Helhetstänkande – gästen i centrum**



Stiftelsen Mälargården Rehab Center

Box 46 • 193 21 SIGTUNA • Besöksadress: Hertigvägen 5

Tfn 08-592 501 55 • Fax 08-592 518 22 • www.malargarden.se