

Livsglede

BLADET FOR AMPUTERTE/PROTESEBRUKERE 1/2016

HAN VIL TIL RIO

– FOR Å KASTE SPYDET LAAANGT 6-8

*Momentum 20 år
1996-2016*

MOMENTUM VED EN MILEPÆL 16

EN HÅNDPROTESE SØKER KUNDER 18

En slagkraftig partner

Blatchford Ortopedi AS samler 130 norske spesialister på ortopediteknikk i ett selskap. Sammenslåingen vil gi de lokale bedriftene mer kunnskap og flere valgmuligheter som vil hjelpe brukerne til en bedre hverdag.

blatchford.no





MOMENTUMS ÆRESMEDLEM:
PRINSESSE MÄRTHA LOUISE

Livsglede 1/2016

Utgiver: MOMENTUM
Postboks 49 Skøyen 0212 Oslo.
Utkommer 4 ganger årlig.

Layout: Christine Wigaard
Trykk: Wisa Grafisk AS

REDAKSJONEN I LIVSGLEDE
Nils-Odd Tønnevold
Ansvarlig redaktør
Legg- og lårprotesebruker
nils.tonnevold@connectum.no
Tlf. 92 20 16 26

Flemming Dahl
Journalist
flemmdahl@hotmail.com
Tlf. 98 62 55 96

Hans H. Reinertsen
Fotograf
hasse8@mac.com
Tlf. 90 12 29 30

Internett:
www.momentum.nu

Annonser:
Kontakt Nils-Odd Tønnevold
nils.tonnevold@connectum.no
Tlf. 92 20 16 26

Forside:
Runar Steinstad, spydkasteren
Foto: Hans Hekneby Reinertsen

ISSN: 1891-3040



«Det er bedre å tenne et lys
enn å forbanne mørket»

LEDER

Stadig senkes tersklene

Det er fantastisk å være vitne til den strømmen av innovasjon og nytenkning vi opplever som amputerte og protesebrukere.

Stadig senkes tersklene ved at nyvinninger og nye aktiviteter ser dagens lys og gjør vår hverdag lettere og bedre. Fremskritt som gjør det lettere å være menneske og lettere å delta fullt og helt.

Det krever folk som er villige til å gå motstrøms, som er dedikerte og som tror på noe. Som er kreative og ikke gir seg. Vi snakker om mennesker som endrer våre liv.

Dette bladet er proppfullt – på redaksjonell plass og annonseplass – av nyheter og aktiviteter som senker tersklene og gjør det mulig å mestre mer.

«Vi snakker om mennesker som endrer våre liv»

Jeg nevner i fleng:

Unge Christoffer Lindhe, som etter en togulykke hadde en arm og to ben mindre og ikke fant føtter som han kunne gå trygt med på ujevnt underlag – og oppfant en ny fot.

Erik Haugen, som etter leggamputasjon ville spille golf og ikke gav seg før han fikk det til og nå, ved å arrangere kurs i golf for amputerte, oppmuntrer andre til å prøve det.

Jos Poirters oppfinnelse av en helt ny håndprotese som blant annet skal gi gode gripe-muligheter og kreve lite vedlikehold – og som dessuten ikke skal bli blant verdens dyreste, dels som følge av få deler og produksjon ved hjelp av 3D-printing.

Frédéric Rauch, som etter låramputasjon ville gå overalt og svømme med sin vanlige protese og utviklet ny beskyttende ytterkosmetikk som tåler vann og er service-vennlig og slitesterk.

Firmaene Blatchford, Ortopro, Össur, Erimed, Nordic Ortopedica, Fillauer, Otto Bock – de leverer stadig mer funksjonelle løsninger for brukere.

Den låramputerte spydkasteren Runar Steinstad, som viser at det er mulig å nå helt til topps i idrett i verden, bare man satser og trener riktig.

Anestesilege og smertespesialist Finn Reiestad, som går nye veier og hjelper mange til mindre fantomsmerter.

Geir Arne Hageland, som arrangerer skisamlinger og andre aktivitetsturer som gjør at mange får prøvd og får til å gå på ski, å stake, pigge, kjøre alpint, stå på snowboard, gå i fjellet, ri på hest, padle kajakk osv.

Om alle ildsjelene i Momentum som hjelper med å sprengre grenser – som utfører likepersontjeneste, leder fylkeslag, skriver søknader, arrangerer utstillinger, deler ut priser, ordner og fikser, koker kaffe, drifter nettsidene våre, utfordrer politikerne våre og alltid er der for å hjelpe og stå til tjeneste. Du finner dem på sidene 26 og 27.

Hva med deg? Kan du bidra?

Klart du kan! Ta kontakt og meld deg til tjeneste! Ring oss på 4000 4360 nå.

Med denne oppfordringen ønsker jeg god påske og en god vår!

Beste hilsen

Dr. Nils-Odd Tønnevold
Styreleder

En rask prat med Kristin Linnes Lesser	s 4	Et slag for nye golfspillere	s 14-15
Et blikk på Runar Steinstad	s 6-8	Momentum ved en milepæl	s 16
En annerledesteori om fantomsmerter	s 10-12	En ny håndprotese	s 18

God økonomi i et samfunn for alle ...

Med en nylansert handlingsplan signaliserer regjeringen en videreføring av offentlighetens arbeid med universell utforming, til beste for enkeltpersoner – og for samfunnsøkonomien.

«Regjeringens handlingsplan for universell utforming 2015-2019» ble offentliggjort i januar.

I planen poengterer regjeringen at den vektlegger betydningen av informasjons- og kommunikasjonsteknologi samt velferdsteknologi. Den forklarer:

«Det er viktig at nettløsninger, billett-automater og annen teknologi i hverdagen kan brukes av alle innbyggere. God teknologi bidrar til å utvikle vår velferd.»

Kollektive transportmidler og holdeplasser, uteområder generelt, bygninger ... stikkordene er mange for de steder der regjeringen ser at arbeidet med universell utforming bør fortsette.

Om den samfunnsmessige betydningen av arbeidet, heter det i planen:

«At alle får mulighet til å bidra, er av stor betydning for samfunnet. Den sosiale og økonomiske bærekraften avhenger av at flest mulig får god kompetanse, kommer i arbeid og kan leve aktive og selvstendige liv. Dette gjelder også for eldre og for dem med funksjonsnedsettelse. Undersøkelser viser at universell utforming bidrar til god samfunnsøkonomi, og at statlige initiativ er nødvendig for utviklingen.»



Handlingsplanen kan leses i sin helhet på Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementets nettsider.

En rask prat med...

Kristin Linnes Lesser

Sett henne før? Hun har ikke deltatt hyppig i de senere års Momentum-samlinger. Men Kristin Linnes Lesser – bosatt i Oppegård med engelske Frederick og deres gutter på 14 og 4 – er for veteran i Momentum å regne. I foreningens tidlige år satt hun i styret, bidro til å få Momentum opp å gå. Nå er hun aktiv i foreningens likeperson-tjeneste. Kristin, i ferd med å runde 44, kom til Momentum uten høyrelegg, etter en motorsykkelulykke i Florida i 1996. Hun er opprinnelig fra Oslo, siviløkonomutdannet fra England og har tilsynelatende ikke latt seg plage voldsomt av sin amputasjon. Hun fremstår som en se-frem-til-neste-mål-type og sier at protesen «er noe jeg tar på meg om morgenen og av meg om kvelden.» Kristin poengterer at hun ser seg som litt heldig, eksempelvis fordi hun ikke har slitt med fantomsmerter. Hun har i årevis jobbet på heltid og gjør det nå som markedsrådgiver i IT-selskapet Atea. Ikke sett henne før? Kanskje i det minste i svart-hvitt – på et av de livsgledespredende fotografiene i Momentums vandreutstilling.

Som ung var du glad i håndball, langrenn, slalåm, båtliv ... Er du fysisk aktiv nå, i så fall med hva?

Jeg står fortsatt på langrenn og slalåm. Vi har hytte på en øy og er avhengig av båt dit. Båten brukes til alt fra fisking til turer langs kysten. Ellers går jeg en del turer. Elsker å være ute.



Kristin, en av dem som bidro til å få Momentum opp å gå. Bildet inngår i vandreutstillingen Livsglede. Foto: Dag Thorenfeldt

Du synes ikke å føle noe behov for stadig samvær med andre amputerte, men du snakker pent om Momentum. Hva er bra, eventuelt ikke bra, med Momentum?

Det som er meget bra med Momentum er at det gir inspirasjon til mestring. Her kan man få tips og råd på veien. Momentum er flinke til å sette opp forskjellige sosiale arrangement på sommer- og vinterhalvåret. Et sted hvor man kan veksle erfaringer med likesinnede.

Når folk åpner øynene til en annerledes hverdag etter en mer eller mindre omfattende amputasjon, hva kan hjelpe dem til å fatte mot?

Møt en jevnaldrende person som selv har amputert. En del spørsmål en sitter inne med blir besvart. Det å se hva som er mulig, gir personer som har amputert en gnist og pågangsmot videre.

Et liv fullt ut

Xtend Foot er så nær en menneskelig fot man kan komme. Gjennom sin unike fleksibilitet tilpasser den seg til ulike underlag, og gjør det lettere å gå på ujevnt underlag. Etter at jeg mistet begge bena i en togulykke, hadde jeg vanskelig for å finne en protese som fungerte utendørs. Jeg falt ofte, og følte meg utrygg. Derfor har jeg utviklet Xtend Foot. Nå kan jeg bevege meg fritt igjen!

Christoffer Lindhe



17°




LINDHE XTEND
make it possible

Hva kundene våre sier:

"Det er en forandring i livet. Jeg trenger ikke lenger å tenke når jeg går."

"Fantastisk at det kan utgjøre så stor forskjell."

"Det føles som om jeg har min egen fot igjen."

"Helt overlegen på ujevnt underlag."

Kontakt din Ortopedi-ingeniør hvis du vil prøve Xtend Foot.

Mer info på lindhextend.com

Følg oss og se oss gjerne på



ORTOPRO



Èlan protesefot,
Trygg og behagelig

Mikroprosessorstyrt
hydraulisk ankel for en
enklere hverdag.



VI FORHANDLER OGSÅ:

✓Proteser ✓Ortoser/skiner ✓Innleggsåler
✓Karbonføtter og knær ✓Kompresjonstrømper ✓Aktivortoser

Totalleverandør av
protesekomponenter.



Vi er distributør for:

Endolite:	Karbonføtter og proteseknær.
Uniprox:	Materialer, komponenter og tilbehør.
Medex:	Protesekomponenter.
PDI:	Komplett protesesystem.
Mica:	Karbonføtter.
Alps:	Linere.
Bauerfeind:	Ortoser.

Ortopro AS,
Hardangerveien 72, 5224 Nestun, NORGE.
Tlf.: +47 55 91 88 60 - Fax.: +47 55 91 88 69
E-post: post@ortopro.no

www.ortopro.no

Med spydet rettet mot Rio

Ikke helt enkelt for en 14 år gammel gutt å miste venstrebeinet gjennom låramputasjon som følge av knokkelkreft, beretter Runar Steinstad, som nå – i en alder av oppunder 50 – forbereder seg til å forsvare sin posisjon i verdenstoppen for funksjonshemmede spydkastere.

Flemming Dahl (tekst)
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

Denne mannens merittliste forteller eksempelvis at han vant bronse i spydkast under de paralympiske sommerlekene i London i 2012. Hans lengste kast der ble målt til 48,90 meter og sikret ham en ny personlig rekord – foruten pallplassen.

I idrettssammenheng er 45-åringer for aldrende å regne, men den da 45 år gamle Runar reiste ikke hjem til Norge fra London for å hvile på sine laurbær. Så sent som sist høst forbedret han sin personlige rekord – ensbetydende med norgesrekorden – ved å kaste 50,26 meter under VM i Doha.

Nå, mens vinteren snart skal gi seg til fordel for vår og sommer, gjør Runar det klart at han har tenkt seg til Rio de Janeiro i september for å delta med sitt spyd under de paralympiske sommerleker 2016.

Runars hovedmålsetting hva Rio angår er ifølge ham selv ikke å delta for deltagelsens skyld, men heller ikke å oppnå en pallplassering, skjønt han medgir at det



Trene, trene, trene. Runar Steinstad forbereder seg til hva han håper blir minst ett laaangt kast i Brasil.

ville smake med enda en gjev medalje. Nei, hør hva han sier:

«Jeg har ett mål, det er å kaste 53 meter. Det er det jeg skal gjøre, tenker jeg.»

**«Jeg har ett mål,
det er å kaste
53 meter»**

For Runar dreier det seg altså om nok en gang å vinne over seg selv, om å kaste lengre enn før – og dermed, med 53 meter inne,

gjørne komme til å figurere som tidenes nest beste, etter islendingen Helgi Sveinsson, som i fjor presterte et kast på 57,36 meter.

Om så Runar når sine 53 meter i Rio og flere andre kaster enda lengre og stikker av med medaljene ... Vel, Runar ser det slik at det er ham selv, ikke konkurrentene, han kan gjøre noe med.

Han vokste opp i Bø i Telemark, i en søskenflokk på fire, men har fra for et par tiår tilbake vært for Sandefjord-mann å regne,

skjønt han og hans kone Una samt deres Lea (nå 19) og Gard (nå 16) i årene 2007–2013 bodde i Kuala Lumpur i Malaysia. De ble ført dit av Unas arbeid i malingsprodusenten Jotun.

Runar – som representerer IL Runar (!) og finnes på Momentums medlemsliste – er både elkraftingeniør og bedriftsøkonom av utdannelse. «Det hører med til familien», sier han om ingeniørutdannelsen. «Og så ville jeg ha en tverrfaglig utdannelse, jeg har alltid vært nysgjerrig,» lyder hans



forklaring på økonomi-
utdannelsen.

Gjennom mange år hadde Runar sitt arbeid i oljerelaterede ingeniørselskaper. Men etter returen fra Malaysia skiftet han beite: Han er nå integreringsansvarlig, det vil i praksis si at han arbeider med funksjonshemmede, i Norges Friidrettsforbund.

Dette å arbeide med funksjonshemmede i idrettssammenheng ... Runar vet jo av erfaring at idretten kan bety mye for en funksjonshemmet, hør bare hva han forteller om da han for alvor var kommet med i idretten for et par tiår siden, over et tiår etter amputasjonen:

«Plutselig fikk jeg den følelsen at jo, jeg kan. Det økte selvfølelsen, og dermed selvbildet.» Runar tilføyer at «jeg har hatt sinnssykt mye glede av idretten helt siden jeg begynte med den, og jeg unner andre det samme.»

Hvordan han kom inn i idretten? Forklaringen

ligger, forteller Runar, i en mann ved navn Jon Andersen, ortopediingeniør i Teknomed i Sandefjord. «Det var han som sparket meg i rompa. Han har jeg alt å takke for, egentlig.»

**«Jeg har hatt
sinnssykt
mye glede av
idretten helt siden
jeg begynte med
den, og jeg unner
andre det samme»**

Den første tiden innen idretten drev Runar med løping og lengdehopp i tillegg til spydkastingen. Under lekene i Sydney i 2000 satte han, som et eksempel nevnt, sin personlige rekord på 100 meter, på 15,20. Den ga ingen pallplass, men en plassering litt lengre ned på resultatlisten.

Ganske snart kom imidlertid Runar til at det var spydkastingen som passet best for en

mann som ham, fysikk og alder tatt i betraktning.

Som gutt var Runar aktiv på den ene og den andre måten; han sto på ski, han løp, han sparket fotball ... Og så skjedde det noe som medførte at en til da i stillhet romsterende knokkelkreft ble påvist:

«Jeg sparket fotball, så ble jeg skadet, så ble jeg aldri god igjen ...»

Etter hvert kom leger for alvor inn i bildet og fant ut hva som var galt fatt. Deretter var ikke veien til amputasjonen lang.

Runar forteller at han på den tiden visste at kreft ikke var en bare-bare-affære. Men, presiserer han, først flere år senere fikk han høre av moren at det på medisinsk hold hadde rådet pessimisme snarere enn optimisme hva angikk hans overlevelsesmuligheter.

Uansett, etter måneder på sykehus kom Runar, nå 15, *forts.* ➔

DEN ULTIMATA PASSFORMEN

Symphonie Aqua System

Symphonie Aqua System faststiller hur stumpen kommer belastas i hylsan vid full belastning samtidigt som processen av gipsavgjutningen utförs.

Ett optimalt hydrostatiskt tryck skapas och genom den egna kroppsvikten överförs ett jämnt fördelat tryck. Oavsett vem som utför det blir resultatet bra från start och utesluter omfattande modifikationer för att uppnå en optimal passform.

Välkommen att kontakta oss för en demonstration.



Ett hydrostatiskt tryck skapas som fastställer hur stumpen belastas under verkliga förhållanden för att skapa den ultimata passformen och avgjutningen redan från start.



ut i hverdagslivet. Det fine, husker han, var å være blitt kvitt smertene. «Men det er klart at man som 15-åring er sårbar ... alle skal ha samme bukse og jakke ...», sier han.

Han husker en følelse av å ha andre bekymringer enn andre 15-åringer, og at «det tøffeste var at jeg, etter nær et år på sykehus, tenkte at hva skal jeg gjøre resten av livet?»

Enda et bilde fra den tiden: «Jeg ble veldig fort voksen,

ungdomstiden ble litt borte, for det var så mye uro rundt meg som jeg måtte forholde meg til.»

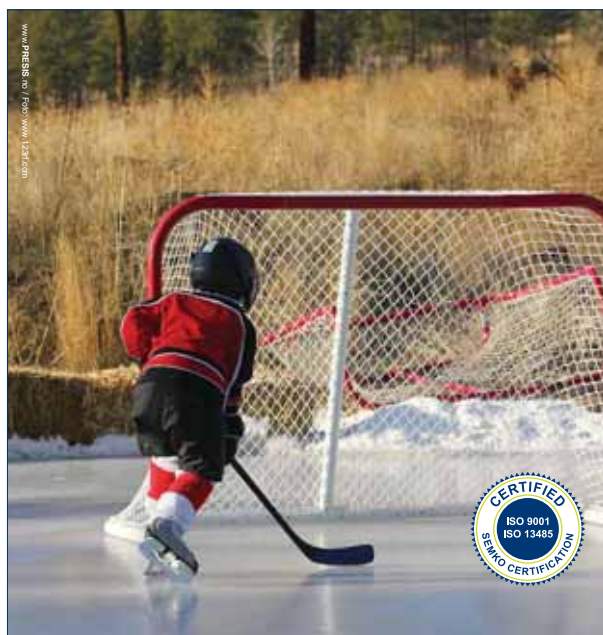
«Det jeg husker veldig godt, var at det å gå i kortbukser, det var ikke greit.»

Dessuten dette: «Det jeg husker veldig godt, var at det å gå i kortbukser, det var ikke greit.»

OK, i dag er Runar blant dem som kan gjøre seg tanker om at amputasjonen kanskje gjorde sitt til at livet ble riktig spennende, riktig utfordrende, riktig givende ...

Noe av det han sier seg glad for, utover familieliv og spydkasting, er han han har fått reist mye, at han har vært i et halvt hundre land, ikke alle i idrettssammenheng. Om familiens tid i Malaysia forteller han at «da fartet vi hele Asia rundt.»

53 meter i Rio ... Mye skal klaffe for at målet skal bli nådd, både toppidrettsfolk selv og folk på tribunen vet at sånn er det. Men de mange som heier på Runar kan jo ha i bakhodet at han så langt har vist en tendens til å gjøre det bra nettopp i mesterskap.



FRI UTFOLDELSE er vår spesialitet

Norsk Teknisk Ortopedi tenker framover. Vi vil være i forkant av kroppens utvikling og skal være klare den dagen nye behov melder seg. Målet er at unge brukere skal vokse og utvikle seg med sine armproteser. Med stadig bedre teknikk og fokus på hver enkelts personlige behov ønsker vi å gjøre hverdagen best mulig for unge brukere.

Vi vet mulighetene og har løsningene som gir en god funksjon

NTOD
I SAMARBEID MED **ORTOCARE**

Norsk Teknisk Ortopedi AS
Vikaveien 17 - Pb. 10 - 2312 Ottestad
Tlf: 62 57 44 44 - nto@ortonor.no
www.ortonor.no

BUSKERUD TEKNISK ORTOPEDI

Buskerud Teknisk Ortopedi AS
PB 3568 - 3007 Drammen

- hjelpemidler som gjør hverdagen enklere!

- Fotsenger/løpsinnlegg og spesialsko
- Ortoser og korsett
- Protoser

Besøksadresse: Ingeniør Rybergsgate 114
Tlf.: 32 80 93 93
E-post: post@bto.no
Web: www.bto.no



NY HYDRAULISK FOT Odyssey fra College Park

**Markedets laveste
bygg høyde**

**Jevn kraftoverføring
gjennom hele steget**



erimed international

Steinar Knutsen, tel: +47 91 68 62 72

Box 5028, 141 05 Huddinge

Tel +46 8- 449 56 50, Fax +46 8- 646 47 67

order@erimed.se, www.erimed.se

Et annerledes angrep på

En lege med en annerledes teori om fantomsmerter – og med tro på å lindre eller eliminere slike smerter på en annerledes måte som har vist seg å gi gode resultater...

Nils-Odd Tønnevold (tekst)
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

Noen amputerte har allerede stiftet bekjentskap med ham – Finn Reiestad, spesialist i anestesi og smertemedisin, Oslo-mann av 1944-årgang.

Reiestad understreker at hans annerledesteori gjelder smerter etter planlagte amputasjoner – ikke nødvendigvis smerter etter ulykkesforårsakete avrivninger av en kroppsdel, der det ifølge ham kan dreie seg om nervesmerter snarere enn om hva som gjerne kalles fantomsmerter.

I strid med en gjengs legeoppfatning som går på at fantomsmerter skriver seg fra den amputertes hjerne, mener Reiestad at slike smerter skriver seg fra muskulaturen ovenfor amputasjonsstedet.

En ikke udelt beskjeden mann

Han kan fremstå som ganske avslappet, ganske ujølete og ganske beskjeden. Men når det gjelder den gjengse teorien kontra annerledesteorien, er han ikke beskjeden:

«At fantomsmerter kommer fra hjernen, mener jeg ikke stemmer», sier Reiestad. «At smertesignaler sendes til hjernen stemmer, men de oppstår i muskulaturen ovenfor amputasjonsstedet.»

At også noen andre leger tror på annerledesteorien, skyldes i Reiestads øyne at de har fulgt i hans fotspor og latt seg overbevise.

Heller ikke når det gjelder sin egen evne til å lindre eller eliminere en pasients fantomsmerter, er han beskjeden:

Han sier at han, i motsetning til dem som holder på hjerneteorien, er i stand til å gjøre dette i de aller fleste tilfeller, fordi han med utgangspunkt i anner-



Finn Reiestad trykker på muskler i amputasjonsstumpen – her under en demonstrasjon i regi av Momentum Øst i fjor, med Geir Bornkessel i rollen som pasient

ledesteorien går frem på annerledes vis.

Oppsummert i svart-hvitt, ser Reiestad at det store flertallet andre leger behandler fantomsmerter med medikamenter, som inntas oralt, former for hypnose, speilbehandling eller TENS for å nevne noen av de mange behandlingsalternativ som er utbredt, mens han selv går frem med trykk på muskler i amputasjonsstumpen og injeksjoner av lokalbedøvelse i triggerpunkter i stumpmuskulaturen.

Amputerte som plages av fantomsmerter, og det gjelder ikke alle amputerte, vet helt konkret hva det dreier seg om: Smerter som kan opptre hyppig eller mindre hyppig eller praktisk talt sammenhengende i en kroppsdel som ikke lenger finnes – og som kan være plagssomme til forvillelsens ytterkant.

Ikke alltid så enkelt ...

Fantomsmerter, hvor de skriver seg fra, på hvilke måter og i hvilken grad

de kan lindres ... Dette er et vanskelig håndterbart område. Her finnes mange fagfolk og mange ulike oppfatninger.

Reiestad, fotograf Hasse og jeg er oss dette bevisst – og vi er enige om at vi ikke skal levere en rapportasje som kan skape falske forhåpninger, ingen rapportasje av typen «Dette er mannen som fikser ditt fantomsmerteproblem.»

Hva vi ønsker, er å bidra til belyse Reiestads annerledesteori, slik at den kanskje – i løpet av måneder, år og tiår – kan føre til lindring av iallfall noen flere amputertes fantomsmerter.

Reiestad selv sier: «Jeg er interessert i å formidle min viten.»

En gammel bokser

Da han i sin tid studerte i Fribourg i Sveits for å skaffe seg poeng til legestudier i Oslo, vant han et studentmesterskap i lett tungvekt. Senere la han aktiv boksing på hyllen, men i

FORTS.

fantomsmerterne

årtier har han vært i nærkontakt med boksemiljøet, på høyt og lavt plan, ved å påta seg oppgaven som tilstedeværende lege under stevner i inn- og utland. I februar i år var han eksempelvis som lege ringside et stevne i Drammen.

Reiestad har et faglig tungt CV. Han er legeutdannet fra Universitetet i Oslo og bildet av hans legekarriere er preget av anestesi og smertebehandling. Han har arbeidet ved et par sykehus på nord-vestlandet, ved Ullevål i Oslo, som «visiting professor» ved Harvard University i Massachusetts, som smerteklinikk-sjef ved Denver University Hospital i Colorado, som «visiting professor» ved Manchester University Hospital i England og er tilknyttet ved en privat smerteklinikk i Oslo som spesialist i smertemedisin.

Foruten å lindre smerter der har Reiestad i en årrekke vært tilknyttet Porto Santo GeoMedical Centre på den portugisiske øya Porto Santo i Atlanterhavet (omtalt i forrige utgave av Livsglede) som lege og spesialist i forhold til sandbehandling, og deltar på behandlingsturer dit. Det er den høye konsentrasjonen av Strontium 88 i sanden der som gir lindring for blant annet fantomsmerter og andre smerter i muskler og ledd. Behandlingen der skjer ved at pasienter ligger i sandkasser og «pakkes inn» i oppvarmet sand.

Reiestad poengterer at det er kroppen, ikke hodet og hjer-

nen, som der blir dekket av sand, og han ser dette som en klar indikasjon, nok en indikasjon, på at fantomsmerter ikke skriver seg fra hjernen.

To amputerte onkler

Hva som i sin tid fikk Reiestad til å interessere seg for anestesi, smertebehandling, fantomsmerter? Hør hva han beretter:

«Grunnen til at jeg har vært interessert i det hele tiden er at to av mine onkler var med under krigshandlingene i Norge og ble såret slik at de måtte amputere et bein.»

Han viser til at han i unge år var på ferier i Romsdal, hvor onklene bodde, og han forteller:

«Der fattet jeg interesse, for de fortalte om smertene, jeg fikk se disse gamle protesene de brukte. Jeg ble veldig opphengt i å prøve å utdanne meg sånn at jeg kunne hjelpe folk med etteramputasjonssmerter.»

Hvorfor Reiestads annerledesteori ikke har slått gjennom rundt om i verden?

Ikke godt å si, utover

FORTS.



Finn Reiestad – her, av alle steder, ringside et boksestevne i Drammen.

ÖSSUR
LIFE WITHOUT LIMITATIONS

RHEO KNEE® 3

Stabilitet og dynamikk –
Uansett vær



f t i YouTube in

WWW.OSSUR.SE

© Össur, 02.2016

at Reiestad selv kanskje ikke har gjort veldig mye for å stikke nesen frem for alvor, han har for eksempel ikke skrevet noen doktoravhandling om temaet. Han har riktignok gjort noen forsøk i enkelte land, forteller han, bare for å bli møtt av hva han ser som sterk skepsis og motvilje fra eksperter som har holdt fast ved hjerneteorien.

Kanskje flere vil lytte ...

I 2012 skrev han artikkelen «Role of myofascial trigger points in

post-amputation pain: causation and management» om behandling av fantomsmerter i det internasjonale vitenskapelige tidsskriftet *Prosthetics and Orthotics International* sammen med den britiske legen Jai Kulkarni. Ifølge Reiestad bidrar Kulkarni til at den nye teorien vinner terreng.

Reiestad selv er nylig blitt invitert, forteller han, og det via Momentum, til å redegjøre for teorien overfor ekspertise ved Göteborg-baserte og internasjonalt kjente Sahlgrenska Universi-

tetssjukhuset, og han aner at det kan gi gode resultater i form av økt oppmerksomhet om og aksept av teorien.

«Det er viktig at det stilles spørsmål og samles ny erfaring, slik Reiestad gjør,» sier Momentum-leder Nils-Odd Tønnevold. Han peker på at «det er naturlig at inngrodde oppfatninger skapt gjennom tidligere publiserte studier og doktorgrader utfordres. Slik har det alltid vært med ny kunnskap - utviklingen står ikke stille.

Beste funksjon og livskvalitet for den enkelte!

For deg som protesebruker gjør vi en forskjell – det er ditt valg



Vestfold: Skolmar 13, 3232 Sandefjord,
Tlf. 33 45 45 33, e-post: info@teknomed.no

Telemark: Storgata 118, 3921 Porsgrunn,
Tlf. 33 45 45 35, e-post: info@teknomed.no

www.teknomed.no

TOV AS

Trøndelag Ortopediske Verksted AS
St. Olavs Hospital, 7006 TRONDHEIM

Ditt behov - vår utfordring

Les mer om vår virksomhet på
www.tov.no

SERVICE MED ORTOPEDISKE OG TEKNISKE HJELPEMIDLER

Produkter

- Ben- og armproteser
- Ben- og armortoser; støtteskiner
- Korsetter
- Ortopediske spesialsko
- Innleggsåler og fotsenger
- Varmehjelpemidler for kuldeintoleranse
- Kompresjonshjelpemidler for brannskadet hud
- Sitteskall

Tjenester

- Vurdering av behov
- Måltaking og avstøpning
- Produksjon
- Trening og opplæring
- Justeringer og reparasjoner
- Etterkontroll og oppfølging
- Forskning og utvikling

Trøndelag Ortopediske Verksted Besøksadresse: Elgesetergate 10 v/ innkjørselen til St. Olavs Hospital - Telefon: 73 84 56 30 - E-post: post@tov.no

RHEO KNEE® 3

Stabilitet og dynamikk –
Uansett vær

Utviklet for mange ulike brukere og forhold, nå også "weatherproof".
RHEO KNEE gir deg større selv-sikkerhet og stabilitet og en bedre dynamisk opplevelse for den som vil få så mye som mulig ut av protesen sin.

Nå med iOS-funksjon.



Uteaktiviteter inngikk i Momentum-weekenden i Fevik i mai 2014, og John Arne Rosenlund var blant dem som med begeistring prøvde noe nytt.



Momentums weekend i Molde i september 2010 bød på mye – inklusive en busstur langs den spektakulære Atlanterhavsveien. Her en stopp underveis.



Molde-weekenden i september 2010 bød naturligvis også på en festmiddag, og forut for denne fant fire damer anledning til å nyte et glass, foruten utsikten til de formidable Romsdals-alpene. Fra venstre: Wenche Sebjørnsen, Kanutte Hansen, Lillian Perret og Barbro Tønnevoold.



Han slår et slag for n

Mange idrettsaktiviteter er godt utbredt blant amputerte her i landet, men golf er ikke en av dem – ikke ennå. Dette vil venstrelegamputerte Erik Haugen gjerne forandre på.

Hans Hekneby Reinertsen (foto)
Flemming Dahl (tekst)

Hjemme på Hamar, mens vinteren fortsatt råder og bakken er dekket av snø, tar han med seg Livsgledes medarbeidere inn i en golfsimulator og slår et solid slag – for riktig å understreke at han inviterer andre amputerte til golfkurs for nybegynnere.

Kanskje noe for deg ...

Kurset skal holdes på banen Atlungstad, ved Mjøsa like syd for Hamar, i løpet av en forsommer-weekend som ventelig vil bli nøyaktig tidfestet før påsken er omme. Deltagerne skal bo på et nærliggende hotell.

Kurset skal arrangeres i regi av lokallaget Momentum Innlandet, der Erik selv er leder. Han regner med å sende ut invitasjoner til Momentum-folk over hele landet like etter påsken, og han håper at femten personer vil si ja, dette er noe for meg.

Han understreker at det ikke er snakk om avansert golfspilling, bare om de helt grunnleggende tingene.

«Deltagerne skal lære å oppføre seg på golfbanen», sier Erik. Han minner om at opphold på en golfbane, der ballene suser gjennom luften, kan være farlig hvis folk ikke oppfører seg i henhold til reglementet.



Erik Haugen har venstreleggprotese, og siden han er blant de mange som slår golf, har han også fått en egen plass i Livsglede. "Hadde jeg spilt links (slått mot hullet) hadde jeg vært ute av landet."

Erik, et aktivt medlem

Etter at han ble amputert for fem-seks år siden, som følge av en motorsykkelulykke mange år tidligere, er Erik blant de mer aktive Momentum-medlemmene. Foruten å være lokallagleder, er han en sentral mann i Momentums likepersontjeneste, og han er aktiv i skisport og kjelkehockey foruten golf.

Erik, 55 av alder, kan vise til en mangslungen karriere, ikke minst i Forsvaret. Han arbeider nå i

NAV på Hamar, byen der han holder hus med samboer og to barn (mer om Erik i Livsglede nr. 1/2014 og nr. 1/2015).

Det var rent tilfeldig, ifølge Erik, at han kom bort i golfsporten etter amputasjonen. «Jeg ville lære meg å gå igjen, med protese, og jeg kjente noen friske, holdt jeg på å si, altså funksjonsfriske, som spilte golf.»

Noen forbinder golf med dyrt utstyr, dyre reiser rundt omkring i verden ...

ye golfspillere



Når mot venstre, er det protesen han hviler på under slaget. (høyre, red. anm.), hadde jeg stått på høyre bein", sier han.

Men Erik er blant dem som poengterer at det ikke er nødvendig å bruke masse penger for å drive med denne sporten.

«Jeg har et golfsett jeg kjøpte brukt for tusen kroner», sier Erik, som tilføyer at Sverige er det eneste landet i tillegg til Norge der han har vært på golfbanen.

Trening – og hygge

Golf, mer utbredt blant amputerte i eksempelvis USA enn i Norge, spilles på ulike nivåer av yngre og eldre av begge



Erik Haugen: "Golf er innmari bra. Sporten gir balansetrening, og gangtrening på bløtt underlag."

kjønn, av folk i rullestol, av benamputerte og armamputerte ...

«Golf er innmari bra. Sporten gir balansetrening, og gangtrening på bløtt underlag. Når du dette, har det ikke noe å si», sier Erik.

«Jeg brukte vel en hel sommer før jeg greide å gå rundt hele banen», tilføyer han og viser til Atlungstad-banen, som er ganske typisk i den forstand at den byr på 18 hull og dermed en fire-fem timers vandring på åtte-ti kilometer.

Erik minner om at elektriske golfbiler gjerne er disponible for de som måtte foretrekke det.

Under det forestående nybegynnerkursset, som skal by på en velkvalifisert kursleder, skal deltagerne kunne benytte utstyr som lånes ut på stedet. Men Erik ser gjerne at den som måtte ha eget utstyrt, tar det med.

Det finnes mange historier om folk som er blitt fullstendig hektet på golf – på selve sporten og det sosiale samværet som følger med. Så hvis du er redd for å bli hektet, tenk deg om to ganger før du sier ja takk til Erik Haugens invitasjon.

RHEO KNEE® 3 MED PRO-FLEX®

En **dynamisk** kombinasjon



RHEO KNEE 3 er en del av Össurs Dynamic Solutions. Dette er protese komponenter som er beregnet på lite til middels aktive brukere som ønsker å beholde en høy livskvalitet og fortsatt nyte livet fullt ut.

WWW.OSSUR.SE



En milepæl passerer

*Momentum 20 år
1996-2016*

MOMENTUM fyller 20 år, og det skal vi feire den siste helgen i april på Strand Hotel Fevik.

Av Nils-Odd Tønnevd
Styreleder, Momentum

Fem protesebrukere møttes våren 1996 for å finne ut av hvor det var mulig å finne svar på alt de lurte på: Inger Groven, Trond Helland, Anita Baastad, Lars Torp og Nils-Odd Tønnevd.

De lurte på om det fantes en forening for protesebrukere hvor de kunne finne støtte og hjelp, men det gjorde det ikke. Dermed startet de en forening for arm- og benprotesebrukere og gav den navnet Momentum.

Momentum er latin og betyr bevegelse fremover – så vel fysisk som mentalt, og det er nettopp det rehabilitering etter tap av arm eller bein handler om. Formålet var å samle og dele erfaringer og inspirere hverandre til å takle livet bedre slik at den enkelte skal slippe å behøve å finne opp kruttet på nytt.

I løpet av 20 år har Momentum bygget opp en landsdekkende organisasjon med tilstedeværelse og fylkeslag over hele landet samt tverrfaglig samarbeid med sykehus, rehabiliteringsinstitusjoner og ortopediske verksteder. Momentum utfører likepersontjeneste, skaper møteplasser gjennom

arrangementer, inspirerer gjennom medlemsblad samt informasjon via nett og trykket materiell, forbedrer hverdagen til amputerte og pårørende gjennom prosjekter for å skape økt forståelse for våre synspunkter hos politikere og andre beslutningstakere, bidrar til å endre holdninger gjennom ulike former for påvirkningsarbeid i Norge og internasjonalt.

Et godt eksempel på arbeidet med å endre holdninger er vandrestillingen Livsglede, med fotografier av protesebrukere som sprudler av livsgnist og livsglede. Utstillingen ble åpnet av

«Dermed startet de en forening for arm- og benprotesebrukere og gav den navnet Momentum»

Prinsesse Märtha Louise og har deretter gått sin seiersgang landet rundt.

I 20 år har Momentum spredd livsglede gjennom inspirasjon, muntrasjon og informasjon. I løpet av 20 år har Mo-



Nils-Odd Tønnevd. Foto: Hans H. Reinertsen

mentum hjulpet tusener av amputerte og pårørende til å ikke gi opp, men se fremover og gjøre det beste ut av det – innforstått med at «det er bedre å tenne et lys enn å forbanne mørket».

Uten mange ildsjeler hadde Momentum ikke sett dagens lys, og vi hadde ikke kunne hjelpe så mange. Jeg vil derfor uttrykke en dyp og stor takk til alle Momentums ildsjeler, som har gjort dette mulig.

Dette utgangspunktet gir meg tro på at Momentum vil fortsette sitt gode og viktige arbeid til glede for mangfoldige amputerte og personer med dysmeli i minst 20 nye år. Jeg takker for muligheten til å ha vært en del av det og ønsker Momentum lykke til med de neste 20 år!



- et datterselskap av Oslo universitetssykehus HF

*Vårt mål er å skreddersy
den beste løsningen
til hver enkelt.*

Sammen skaper vi muligheter.

Sophies Minde Ortopedi AS

Besøksadr: Trondheimsvn. 235, bygg 79 · Postadr: Postboks 493 Økern, 0512 Oslo · Tlf: 22 04 53 60 · E-post: post@sophiesminde.no · Hjemmeside: www.sophiesminde.no



Real Technology - Real People

AllPro

Uansett om du er på jobb, går tur eller løper maraton tilpasser AllPro seg etter deg. Gjennom fotens unike design får du både en myk og følsom fot til hverdagsbruk og en energifylt fot til mer krevende aktiviteter. Foten finnes i flere ulike utførelser og bygghøyder for å passe til deg uansett om du vil gå behagelig til jobben eller vil ta en ordentlig tur til fjells.

For mer informasjon besøk: www.fillauer.eu/feet/wave-activity/wave-activity-allpro

Join the team #AllProAllStar

Fillauer®

En egenutviklet håndprotese

Dagens marked byr på mange typer håndproteser – mer eller mindre avanserte, og til ulike priser. Ikke desto mindre håper Jos Poirters, en nederlander bosatt i Norge, at en håndprotese han selv har utviklet vil komme i salg og finne kunder i både Norge og andre land.

Flemming Dahl (tekst)
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

Protesen har vært under utvikling i flere år og foreligger nå i form av en prototyp, i 10 eksemplarer.

Den har høstet lovord fra både teknisk og ortopedisk ekspertise, dessuten støtte i form av en håndfull millioner kroner i forsknings- og oppstartsmidler fra EU og Forskningsrådet i Norge – noen av dem betinget av at mer privat kapital enn hittil blir satt inn i protese-prosjektet.

Arbeidet med å bringe prosjektet frem til kommersiell lansering skjer i regi av norskregistrerte Hy5 Pro AS, som ble etablert i fjor. Poirters og tre nære medarbeidere har eierandeler i selskapet og står for den daglige driften.

En pasjonert mann

Poirters fremstår som en pasjonert mann, nær sagt som den klassiske oppfinner, og han sier selv at ja, sånn er det, og at dette med kommersiell lansering ikke helt er hans greie. «Det er derfor jeg må ha de andre til å hjelpe meg», sier han.

Arbeidet med en nødvendig godkjenning og med å få inn mer privat kapital er i gang. Hy5 Pro AS ser at alt i beste fall kan være klart for å dra i gang produksjon og salg tidlig i 2017.

Men pr. i dag, mens veien videre ikke nødvendigvis fremstår som enkel og grei, hva er det som gir Poirters håp om å lykkes i konkurranse med internasjonalt veletablerte leverandører?

Poirters sier i en samtale med Livsglede at hans elektrisk-hydraulisk drevne protese bør være interessant for mange fordi den – målt mot håndproteser som i dag finnes i markedet – tilbyr en kombinasjon av brukervennlighet, lav pris, gode gripemuligheter, riktig vekt, riktig hastighet samt robusthet og dermed lang levetid.

Han forklarer at et forholdsvis lite antall deler og planlagt produksjon ved hjelp av 3D-printing er medvirkende til den forholdsvis lave prisen.

En nisje i markedet

Få land har like gode offentlige ordninger for finansiering av proteser som den Norge skilter med, og selv den norske ordningen åpner ikke for at en protesetrengende kan velge på øverste hylle uten behovsprøving. Dette er en hovedårsak til at Hy5-protesen i Poirters øyne bør være attraktiv for opptil store antall kunder rundt om i verden.

Poirters ser at det i dagens marked finnes noen billige håndproteser med lav funksjonalitet – og noen avanserte proteser som er dyre i innkjøp og vedlikehold. «Mellom de to finnes det nesten ingenting, og jeg tenker at her passer vi veldig godt inn», sier han.

En tidligere tivoliarbeider

Av utdanning er Poirters mekanisk ingeniør. I mange år arbeidet han i en stor fornøylespark i Nederland, og



Jos Poirters (t.h.) viser frem sin håndprotese. Michael Holland (t.v.) er en av Poirters nære medarbeidere. Holland, en australler bosatt i Norge, poengterer at Poirters er "hjernen" bak protesen.

arbeidet medførte at han ble bedt om å forbedre noen tivolidokkers robotarmer, som lenge hadde krevet vel mye vedlikehold.

«Jeg ble bedt om å komme med en idé. Det var da jeg tenkte at bruk av hydraulikk måtte være en bedre måte å gjøre det på.»

Utviklingen av protesehånden kom for alvor i gang etter at Poirters flyttet til Norge, som følge av at han hadde truffet en norsk kvinne som han snart ble gift med. Han bor nå med sin familie på Fåberg nær Lillehammer.

I Norge fikk han etter hvert et stipend fra offentlig eide Innovasjon Norge for å arbeide videre med robothender og kanskje mer i tillegg. Poirters sier at det var nettopp Innovasjon Norge som ga ham ideen til å gå i gang med det som gjennom flere år har tatt det meste av hans tid – utviklingen av en håndprotese.



Rehabilitering av benamputerte ved Betania Malvik



Avdeling for døgnerhabilitering

- Primær – og reopphold
- Gruppeopphold for aktive benprotesebrukere

Avdeling for poliklinisk rehabilitering

- Primær – og sekundæropphold
- Ukentlig gåskole

7563 Malvik | Tlf. 73 98 08 00 | firmapost@betaniamalvik.no | www.betaniamalvik.no

Alt innen
ORTOPEDISKE
hjelpemidler

ORTOPEDITEKNIKK
er en totalleverandør av ortopeditekniske løsninger. Dyktige medarbeidere på lokale klinikker, samhandling med brukerne og kompetanse på både moderne og tradisjonelle metoder gir våre brukere trygghet på at de beste løsningene velges.

www.ortopediteknikk.no
Ryensvingen 6, 0680 Oslo

ORTOPEDITEKNIKK

Oslo, Lillestrøm, Gran, Mo i Rana 23 03 56 00. Sandvika 67 80 50 50.
Horten 33 01 76 02. Tønsberg 33 01 76 00. Sandefjord 33 01 76 03. Stavern 33 01 76 04.
Sandnes 51 66 44 83. Stavanger 51 88 56 60. Sogndal 57 67 28 65. Førde 57 72 24 84.

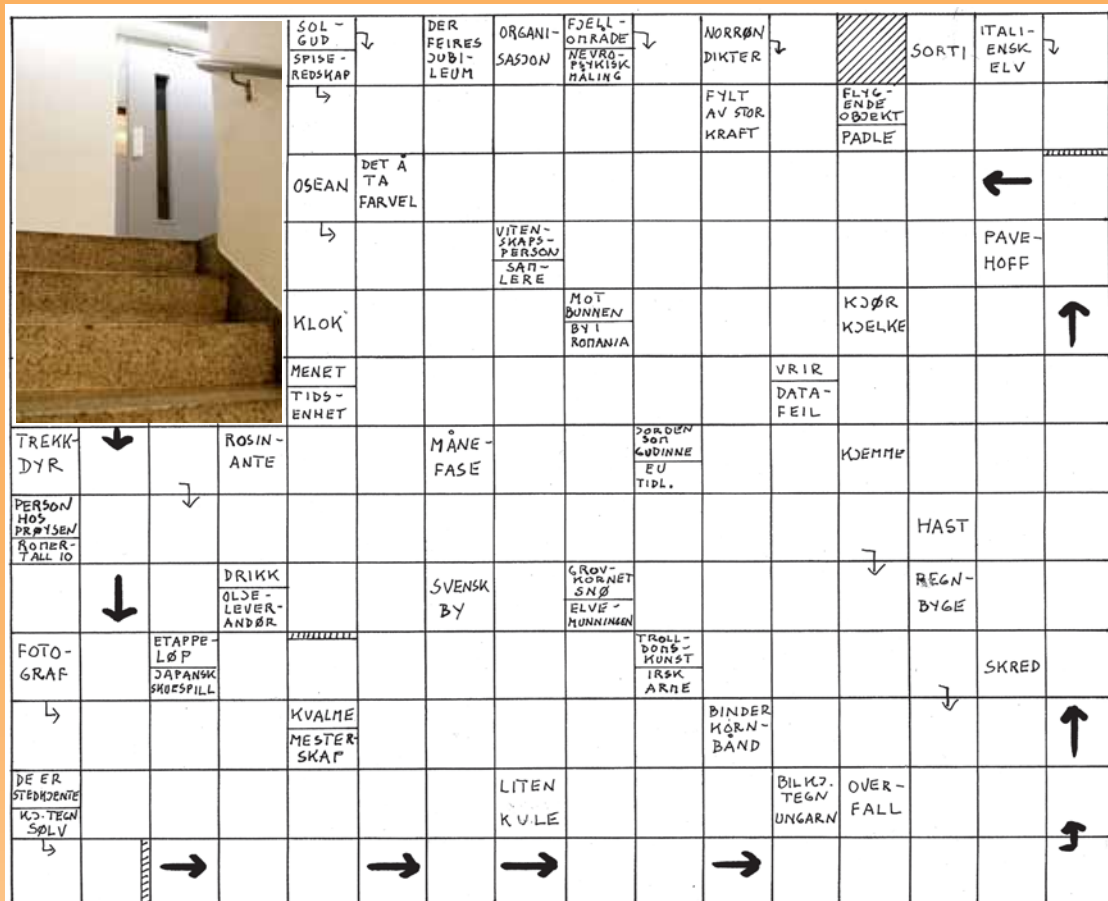
østo Ortopedisenter as



Kvalitet-Mestring-Livsglede

ØSTO Ortopedisenter AS

Gartnervegen 10 | 2312 Ottestad | Tlf.nr: 62573900 | E-post: post@osto.no | www.osto.no



Kryssordprodusent: Rolf Bangsøid

Finner du kryssord-løsningen?

Send den inn - og vinn Momentum-krus eller t-skjorte.

Tre vinnere trekkes ut blant dem som sender inn riktig løsning. Navn på vinnerne offentliggjøres i neste utgave av Livsglede.

Send løsningen til:

Kryssordløsning,
Momentum,
Pb 69 Skøyen
0212 Oslo

Løsning
kryssord
nummer 4 - 2015



individuell behandling



aktivitetspark

Rehabilitering av benamputerte på Fram helserehab

Kort ventetid

Døgn eller dag

Gåskole

Fram helserehab tilbyr individuell behandling, gruppetrening, aktiviteter, undervisning, samtaler og veiledning. Våre tilbud tilrettelegges for den enkelte.

Kontakt tlf. 67 15 29 28 (kl. 9-14) Henvising sendes fra din fastlege, manuell terapeut, kiropraktor eller sykehuslege.

Fram helserehab
Rykkinnveien 100
1349 Rykkinn
www.framhelse.no





Hamar Ortopediske AS

Vi tilbyr individuelt tilpassede hjelpemidler.

- Protoser
- Ortoser
- Ortopediske sko
- Fotsenger
- Spesialsko
- Innleggsåler
- Korsetter
- Oppbygg mm.

*Vår kunnskap
– din helse*



Besøksadresse: Grand Helsesenter,
Torggata 1, 2317 Hamar
Telefon: 62 51 19 50
E-post: post@hamar-ortopediske.no
Web: www.hamar-ortopediske.no

Ortopedisk Service

Servicen omfatter vurdering,
måltaging, tilpassing og kontroll
av ortopediske hjelpemidler som
fotsenger, løpsinnlegg, såler, sko, protoser,
støtteskiner, korsetter m.m.

Timebestilling:
32 83 04 15



**Drammen
Ortopediske
Institutt a.s**

ROSENKRANTZGATEN 17, 3018 DRAMMEN - T: 32 83 04 15

www.och.no



OCH
OCH ortopedi AS

Å være et
helt menneske,
er å føle seg
som et

Bevegelseshemming skal ikke stå i veien for livskvalitet.

OCH ortopedi har siden 1846 vært en ledende aktør i utvikling av ortopediske hjelpemidler. Vi er stolte over å være ISO-sertifisert. For deg som pasient innebærer dette at vi kan tilby spesialtilpassede hjelpemidler av høyeste kvalitet og standard.

Oslo og
Akershus
23 28 82 00

Møre og
Romsdal
70 14 50 40

Østfold
69 30 17 70

Oppland
61 24 73 30

Spar penger

**- få rabatt på overnatting
og møterom**

Ta kontakt med hotellet du ønsker å benytte eller direkte med oppført kontaktperson - oppgi avtalekoden.

God tilgjengelighet til hotellene er ett av FFOs mål med avtalene.

Mer informasjon

Les mer om hotellavtalene på - www.ffa.no/hotellavtaler

Rabattene gjelder både private opphold og Momentum-arrangementer.

HOTEL

Hvordan bestille?

Choice Hotels - tlf 22 34 42 00
Kontaktperson: Karen Fischer
Telefon: 93 00 16 02 eller e-post:
karen.fischer@choice.no
(avtalekode CH14660)

Scandic Hotels - tlf 23 15 50 00
Kontaktperson: Mads Eliassen
Telefon: 90 50 19 11 eller e-post:
mads.eliassen@scandichotels.com
(avtalekode D000004481).

Thon Hotels - tlf 815 52 400
Kontaktperson: Line Raaen
Telefon: 92 69 77 56 eller e-post:
line.raaen@thonhotels.no
(avtalekode FFO).

En turvei langs Oslofjorden

Mellom Holmestrand og Sande har toget gjennom årtier benyttet hva mange ser som en sjarmerende trasé langs Oslofjorden ...

Og slik er det fremdeles – i påvente av at en ny og mer rettlinjet jernbanetrasé om noen måneder skal være klar for bruk. Hva da med den gamle?

Til glede for mange

Jo, det ligger an til at den blir omgjort til en turvei – til glede for både spreke og mindre spreke mennesker.

Holmestrand kommune, én av flere interesser som står bak planen, har presisert at turveien «skal være tilgjengelig for alle, uansett funksjonsnivå.»

Enda et utslag, altså, av alt arbeidet med å gjøre samfunnet tilgjengelig for alle, gjennom det som kalles universell utforming.

Den aktuelle strekningen er rundt syv kilometer lang og, naturligvis, uten store stigninger, uten bratte svinger.

Raskere togtur, men ...

Den nye jernbanetraseen inngår som ett av mange ledd i en omfattende jernbanefornyelse som nå er i gang på Østlandet.

Mellom Holmestrand (som for øvrig får ny stasjon inne i fjellet) og Sande skal togpassasjerene komme raskere frem, for en stor del i tunnel. Men sjarmen ved å kjøre langs Oslofjorden vil de miste.



Det ligger klart i dagen at dette kan bli en fin turvei. Foto: Fra Holmestrand kommunes nettsider.

Vi er Drevelin



Her møter du førsteinntrykket hos Drevelin.

Anne, Ingrid, Lene, Hege og Christine tar hjertelig imot deg når du besøker Drevelin.

De sørger for at du får den bistand du forventer å få, også fra andre fagavdelinger.

Dette er jenter som elsker dialogen med kundene, og som gjør alt for at et besøk hos Drevelin skal være noe mer enn en konsultasjon.

Det skal være en opplevelse.

Du finner oss i
Møllendalsbakken 6, 5009 Bergen

Tlf. 55 20 64 60
drevelin@drevelin.no



Ortopedisk merkevare på Vestlandet i 156 år

A detailed image of a prosthetic leg, specifically a vacuum-actuated model. The leg is shown from the thigh down to the foot, which is submerged in water, creating a splash. A large, vertical cutaway on the side of the thigh and calf reveals the internal mechanical components, including a piston and fluid lines, demonstrating the vacuum technology. The leg is mounted on a grey prosthetic foot with a blue sole. The background is a plain, light grey surface.

Ekstrem beskyttelse for
ekstrem bruk

Høy motstand mot rift,
slitasje og punktering

Servicevennlig og Slitesterk

En protese for
alle aktiviteter

Uten skum under

Tåler vann

Forbedrer funksjon
av vakuumproteese

Aqualeg kan tilpasses på en eksisterende protese (elementene må være kompatible), eller som et nytt ben laget med utvalgte komponenter. Aqualeg har flere viktige funksjoner. Den virker som en beskyttelse for protesen - Aqualeg er utrolig sterk mot oppskraping og rivskader på selve overflaten, og forhindrer sand og jord å komme i kontakt med protesedelene. Den virker også perfekt for svømmeprøteser da den ikke synker eller flyter - den er nøytral i vannet. Aqualeg kan også brukes sammen med vanttette kneledd og vannbestandige deler slik at en protese kan gjøre alt. Overtrekket (Aqualeg) har et kosmetisk fint utseende og beskytter kneleddets mikroprosessorer og hydraulikk mot overoppheting. Dette er viktig på ekstra varme sommerdager - spesielt i direkte solskinn. Aqualeg-kosmetikk forhindrer luftlekkasje i vakuumprotese ved at sleeveen kan festes direkte på protesehylsen og Aqualeg-kosmetikken kan ruller på over sleeveen (fremfor å feste sleeveen på protese-kosmetikken som gjør at det slipper inn luft og vakuumpet fungerer sub-optimalt)

For informasjon og bestilling kontakt:

ORTOPRO



Hardangerveien 72, 5224 Nesttun, Norge
Tlf. +47 55 91 88 60
E-mail: post@ortopro.no eller kenneth@ortopro.no

Fine forhold på fjellet med Momentum

Gode spor, fint søndagsvær og vilje av stål. Rammene var gode for Momentum sin skisamling på Venabu i januar.



En munter gjeng på fjellet.

Geir Arne Hageland (tekst) og Tatjana Breda-Gulbrandsen (fotos), som begge representerer arrangøren Funkibator AS, har oversendt Lesertorget denne beretningen.

Anette Syversen er et godt eksempel på stålviljen hos deltakerne. Hun har amputert arm og ben på venstre side og har ikke erfaring med ski etter amputasjonen. Likevel kom hun til fjells og leide ski for helgen.

Perfekt for nybegynnere

Naturlig nok preget usikkerheten henne i starten. Men noe av kvaliteten med Ringebu-fjellet og Venabu er at det er lett å finne terreng for alle. Og vannet rett ved hotellet er paddeflatt. Et perfekt sted for nybegynnere å kjenne på balanse og gli uten å møte utfordringer med bakker.

Lørdagen brukte Anette godt i nærområdet. Og søndag tok

hun utfordringen. Hun ble med piggerne på en fire kilometer lang runde.

Innsats etter evne

Gruppen telte 23 stykker med stort og smått. Kjartan Nesbakken Haugen var kyndig instruktør og viste fram både diagonalgang, staking og hvordan forsere bakker. Alle orket ikke å bli med på samtlige økter, men alle gjorde en god innsats etter evne. Det blir det godt miljø av.



Kjartan viser hockeystilling for nedoverbakker.

Sett av en langrennshelgen med Momentum neste vinter. Været er bestilt!



Anette Syversen tok utfordringen og ble med Helge Viken (t.v.) og Geir Arne Hageland på tur.



Bjørn Røhne i fint driv.

Et underdekket globalt behov for rullestoler



Langt fra alle land har et like godt rullestoltilbud som det Norge har. Foto: WHO/Satish Mishra.

Over 70 millioner mennesker rundt om i verden har behov for rullestol, anslår Verdens helseorganisasjon, som samtidig ser at bare mellom fem og femten prosent av disse trengende har tilgang til rullestol.

Organisasjonen (World Health Organization, WHO) ser samtidig at en velfungerende rullestol er langt å foretrekke fremfor en som fungerer dårlig, og sammen med andre krefter driver den et program for opplæring av folk i leveringskjeden for rullestoler, nettopp med tanke på at de skal bli godt i stand til å tilpasse rullestoler i henhold til brukernes behov.

En dag i desember ble eksempelvis rundt 40 personer fra Tadsjikistan og Kasakhstan gitt opplæring i tilpasning av rullestoler.

WHO poengterer at ulike hjelpemidler – som rullestoler, krykker, høreapparater og briller – gir mange mennesker forbedrede muligheter til å delta i utdannessystemet, arbeidslivet og sosialt samvær, og at mulighetene styrkes ytterligere når hjelpemiddelet er tilpasset den enkeltes behov.

Samtidig minner WHO om at antallet mennesker med ulike funksjonshemninger, og dermed behovet for hjelpemidler, ligger an til å øke, ikke minst som følge av aldrende befolkninger.

Anslagsvis over 70 millioner som trenger rullestol ... Verdensbefolkningen er på godt over syv milliarder mennesker, så det vil si at rundt én av hundre kan sees som rullestoltrengende.

Gi noe tilbake!



Rundt 5000 personer i dagens Norge mangler arm og/eller bein som følge av dysmeli, sykdom eller ulykke. Momentum driver et omfattende landsdekkende arbeid for å gjøre deres hverdag bedre. Ved å støtte oss økonomisk hjelper du oss i dette arbeidet.

PENGEGAVE

Overfør din gave til Momentums konto – 9235.17.01406 – og oppgi "Gave" samt ditt personnummer under "Beløpet gjelder", oppgi også ditt navn og din adresse.

MOMENTUMS ARBEID

Blant Momentums arbeidsoppgaver:

- Besøktjeneste/likepersonstjeneste ved sykehus og opptreningscenter
- Store og små sammenkomster samt sports- og aktivitetssamlinger

- Kurs og opplæring av frivillige og tillitsvalgte
- Lobbyvirksomhet overfor politikere
- Spredning av livsglede og fjerning av barrierer gjennom visning av vandrestillingen Livsglede
- Utgivelse av medlemsbladet Livsglede
- Drift av organisasjon nasjonalt og i fylkene

VIL DU BLI LIKEPERSON?

Husker du ...

- Alle spørsmålene du hadde?
- Alle utfordringene du trodde var for store?
- At du lurte på hvor du kunne få ordnet med det ene og det andre?
- Følelsen av å være den eneste som har det slik?

Å møte deg kan inspirere og motivere en nyamputert til å se mulighetene fremfor begrensningene.

Enten du er amputert eller pårørende til en som er det, vil vi gjerne ha kontakt med deg.

Har du spørsmål? – kontakt

Kontakt Momentums administrasjonssekretær Liv Karin Søstuen.

Tlf.: 4000 4360

E-post: info@momentum.no



Foto: Dag Thorenfeldt

Momentum landet rundt

Vi er til for deg og dine. Ta kontakt!

MOMENTUM ØST



Østfold, Oslo og Akershus
Leder:
Steinar B. Hansen
steinar@regnskapsnett.no
T: 91 38 22 21



Likepersonkontakt:
Helge Viken
helge_e_viken@hotmail.com
T: 41 31 10 35

MOMENTUM INNLANDET



Oppland og Hedmark
Leder:
Erik Haugen
erik@928.no
T: 90 04 23 79



Likepersonkontakt:
Rune Søstuen
runesostuen@yahoo.no
T: 95 96 52 42

MOMENTUM SØR-ØST



Vestfold, Buskerud og
Telemark
Leder og likepersonkontakt:
Hans Emil Møller-Hansen
h-moelle@online.no
T: 90 18 38 10



Aust-Agder og Vest-Agder
Leder og likepersonkontakt:
Terje Tobias Finnsådal
ttfinsaadal@marnardal.com
T: 91 59 54 66

MOMENTUM VEST



Hordaland, Rogaland og
Sogn og Fjordane
Leder og likepersonkontakt:
Anniken Jahnsen Kvaal
jahnsenkvaal@hotmail.com
T: 95 80 58 42



Sør-Trøndelag, Nord-
Trøndelag, og Møre og
Romsdal
Leder og likepersonkontakt:
Tor Aalberg
toraal@hotmail.com
T: 46 63 06 42

MOMENTUM NORD



Nordland, Troms og
Finnmark
Leder:
Jan-Henry Søberg
jan_henry48@hotmail.com
T: 91 32 65 70



Likepersonkontakt:
Per Meby
per@meby.no
T: 93 41 33 88

UTVALGSKONTAKTER



**Likeperson- og
pårørendeutvalget**
Arne Wilberg
Tlf.: 41 52 40 80
E-post: awilberg@bbnett.no



IT/Web-utvalget
Kjetil Bragstad
Tlf.: 48 60 19 74
E-post: k.brag@online.no



Studieutvalget
Kjetil Bragstad
Tlf.: 48 60 19 74
E-post: k.brag@online.no



Samfunnspolitisk utvalg
Ola Kvisgaard
Tlf.: 45 47 67 70
E-post: ola.kvisgaard@
oslobystyre.no



Sports- og aktivitetsutvalget
Geir Arne Hageland
Tlf.: 90 97 26 82
E-post: gah@funkibator.no



Informasjonsutvalget
Nils-Odd Tønnevd
Tlf.: 92 20 16 26
E-post: nils.tonnevd@con-
nectum.no



Redaksjonen
Nils-Odd Tønnevd
Tlf.: 92 20 16 26
E-post: nils.tonnevd@con-
nectum.no



Momentumprisutvalget
Hans Emil Møller-Hansen
Tlf.: 90 18 38 10
E-post: h-moelle@online.no



Livsgledeutstillingsutvalget
Rune Søstuen
Tlf.: 95 96 52 42
E-post: runesostuen@
yahoo.no

Hverdag i vinterlandet

Gjengitt fra nettstedet Samferdsel.toi.no, med tillatelse:

Det sies at nordmenn er født med ski på bena. Kanskje burde de heller vært født med pigger under føttene.
 Foto: F. Dahl.



Det kan bli et hyggelig middagsselskap, men ...

Eksempelene er mange på at samfunnet de senere tiårene er blitt bedre tilrettelagt for funksjonshemmede. Men veien er fremdeles lang frem til et samfunn som er tilnærmet ideelt tilrettelagt for alle – funksjonshemmede eller ikke.

Nylig publisert statistikk fra Statistisk sentralbyrå (SSB) forteller sitt om noen av utfordringene i så måte:

Statistikken, som tar for seg bolig og boforhold, viser at seks av ti husholdninger her i landet, slik SSB selv skriver, «har hindringer som gjør det vanskelig for en rullestolbruker å komme seg fram til inngangsdøra.»

Eksempelene kan sette tankene i sving. Tenk at du selv er uavhengig av rullestol, men gjerne vil ha en rullestolavhengig bekjent på besøk – vil et slikt besøk enkelt og greit la seg arrangere?

En bekjent i rullestol

En familie holder til i en leilighet i en boligblokk; det er aktuelt å invitere noen bekjente – en rullestolbruker inkludert – på en lørdagsmiddag. Men ...

OK, det finnes en rullestolrampe opp til boligblokk-

kens inngangsdør, som har en medgjørlig lav terskel, og rullestolbrukeren kan deretter enkelt komme seg med heisen opp til leiligheten, deretter enkelt komme seg over den lave terskelen inn til leiligheten og over den like lave terskelen mellom entreen og stuen ...

Men hva hvis rullestolbrukeren skal avlegge et toalettbesøk? Terskelen til badeværelset er heller høy, og døren inn dit er for smal for en rullestol.

Utenfor det gode selskap

Vil familien for enkelthets skyld stryke rullestolbrukeren fra listen over dem som skal inviteres – og dermed holde denne bekjente utenfor det gode selskap?

f.



En rullestolrampe til boligblokkens inngangsdør. Men oppe i leiligheten er ikke alt tilrettelagt for en rullestolbruker.
 Foto: F. Dahl.

Hovedstyret i Momentum



DR. NILS-ODD TØNNEVOLD
 Styreleder
 nils.tonnevold@connectum.no
 T: 92 20 16 26



KJETIL BRAGSTAD
 Nestleder/IT-ansvarlig
 k-brag@online.no
 T: 48 60 19 74



GEIR ARNE HAGELAND
 Styremedlem/
 økonomiansvarlig
 gah@funkibator.no
 T: 90 97 26 82



ARNE WILBERG
 Likepersonsansvarlig
 awilberg@bbnett.no
 T: 41 52 40 80



KRISTIN HOLTER-SØRENSEN
 Styremedlem
 kriholtesor@hotmail.com
 T: 99 71 97 56



MARIT HAVRE NILSSEN
 Varamedlem
 hnmarit@frisurf.no
 T: 92 03 06 16



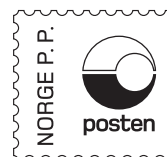
MERETE LINDE-NIELSEN
 Andre varamedlem
 kongsberg.vita1423@vita.no
 T: 90 41 07 13

Momentum
 T: 40 00 43 60
 info@momentum.nu



LIV KARIN SØSTUEN
 Adm. sekretær
 info@momentum.nu
 T: 47 02 10 94

Returadresse:
Momentum
pb. 49 Skøyen
0212 Oslo



ottobock.

Triton smart ankle

Reclaim your choice.

Automatisk justering til
skråninger og bakker

Hælhøydejustering
opp til 5 cm

Smartphone app kontroll

Quality for life

ottobock.se