

LIVSGLEDE

2/2022

**NYTTIGE
DINGSER TIL
FERIEN!**

Side 16

**Herlig Momentum-
helg i Strömstad!**

Side 18

**25-ÅRSJUBILEUM FOR
REVOLUSJONERENDE PROTESE**

Side 26



SØKER PERSONER TIL NY SMERTESTUDIE

Side 24

I DENNE UTGAVEN:

Første steg mot osseintegrasjon

Villy gleder seg til et liv uten hylse

4

Amp Camp på Tenerife

Les om Benedicte og Celines fantastiske reise

8

Petter tester

Hvor god er egentlig rullestol-bagen Phoenix Instinct?

14

Festhelg i Strömstad

Strömstad bli aldri helt den samme etter at Momentum inntok byen

18

Søker personer med smerter

Stor studie om smertelindrende kirurgi i gang i Sverige

24

En proteserevolusjon

I år er det 25 år siden C-Leg ble lansert.

26



OM FORSIDEN:

Britiske Hilton Jones bor i Stockholm og er et av de nye medlemmene i Momentum Sverige. Han er dessuten utrolig sprek!
Foto: Kurt Gaasø.

4



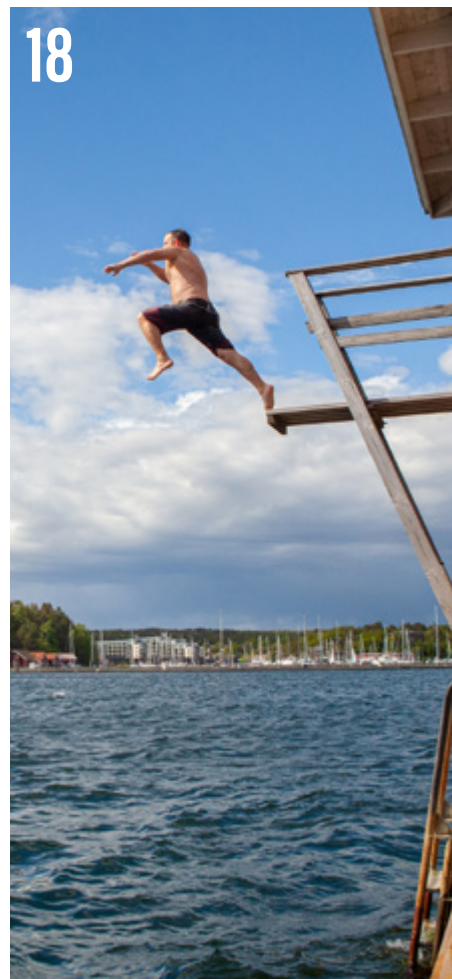
8



26



18



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

Layout: **BOLT**

Trykk: **Wisa Grafisk AS**

Redaksjonen i denne
utgaven av Livsglede:

Ingunn Solli
Redaktør
Ingunn.solli@hyper.no
Tlf: 90 18 70 31

Marte Nordahl
Journalist og fotograf

Petter Thime
Nestleder

Mark Miller
Styremedlem

momentum.nu

Annonser:
Petter Thime
petter.thime@momentum.nu
Tlf: 90 01 90 95

ISSN: 1891-3040

Livsglede redigeres
etter Redaktørplakaten
og Vær Varsom-plakaten.



Momentums æresmedlem:
Prinsesse Märtha Louise.
Foto: Hans Hekneby
Reinertsen

En forening i vekst



FORNØYD NESTLEDER:
Petter Thime.
Foto: Kurt Gaasø.

Vi er nå godt i gang med 2022, og heldigvis har vi i år fått arrangert de fleste aktiviteter vi har planlagt. Vi har arrangert skiturer til Hovden og Venabu, simulatorgolf, seminarer for tillitsvalgte, deltatt på Ridderuka, Kiel-tur, Danmarks-tur, Momentum Weekend og diverse andre turer. Hundekjøring på Dovre måtte dessverre avlyses på grunn av været, og rafting i Sjøa som skulle arrangeres senere i sommer hadde for få påmeldte

Hovedstyrets Geir Bornkessel og jeg har dessuten deltatt på verdens største ortopedmesse i Leipzig, OTWorld, som du kan lese om i et senere nummer av Livsglede.

Momentum Weekenden i Strømstad har i skrivende stund nettopp gått av stabelen, med rundt 150 medlemmer og firmadeltakere. For meg var det travle dager med organisering, men det virket som om alle koste seg og nøt langhelgen med nye og gamle bekjenskaper, for det meste fint vær og gode temperaturer, og noen hoppet til og med i fjorden og tok et bad. Du kan lese mer om weekenden lenger ute i Livsglede.

“MEDLEMSTALLET VÅRT ØKER JEVNT OG TRUTT, OG NÆRMER SEG NÅ 800! OM LAG 60 AV DISSE ER MEDLEMMER I VÅR NYE AVDELING I SVERIGE.

Hovedstyret jobber tett med regionslagene for å ivareta våre medlemmer på best mulig måte, og om noen har forslag til aktiviteter eller andre ting vi kan gjøre for medlemmene våre, er det bare å ta kontakt med vår sekretær eller sport- og aktivitetsutvalget.

Økonomien er for tiden god, og vi har en stabil likviditet. Søknadsportalen som vi er medlem av gir oss nye muligheter til å søke om midler og få inntekter fra stiftelser og andre som vi tidligere ikke visste om, dette gjør igjen at vi kan arrangere mer og andre aktiviteter enn det vi har gjort tidligere og holde egenandelene nede for medlemmene.

Livsglad hilsen

Petter Thime
Nestleder

– Jeg gleder meg til å gå uten hylse

Som låramputert har Villy Andresen opplevd at protesebruk har vært smertefullt og lite stabilt. En osseointegrasjon vil lette hverdagen hans betraktelig.

Tekst: **MARTE NORDAHL**

Etter at den planlagte osseointegrasjonen ble utsatt som følge av pandemien, fikk Villy utført den første operasjonen av totalt to i begynnelsen av april i år. Neste operasjon utføres i september.

– Den første operasjonen gikk veldig bra. At de var fornøyde på Rikshospitalet, gir meg god grunn til å være tilfreds, sier Villy, som var ute med traktorgraver bare to dager etterpå. Han er fornøyd med å få operert bort vonde muskler og sener.

– Det er godt å komme i gang etter operasjonen og plages ikke av smerter.

USTABIL PROTESE

Villy fikk utført en høy låramputasjon som i 2019, og synes det har vært utfordrende å bruke hylse. Den har ikke vært stabil nok på stumpen, det har vært vondt og det har begrenset ham i hverdagen. Dermed startet han en prosess for osseointegrasjon ved Rikshospitalet i 2020.

– Mest av alt gleder jeg meg til å begynne å gå igjen uten hylse, slippe smertene og plunderet. I tillegg blir det enklere å kjøre traktor og holde på med praktisk arbeid på gården. Osseointegrasjonen vil lette



AKTIV HVERDAG: Villy er helst mest mulig i aktivitet i hverdagen. Kort tid etter operasjonen tok han en tur med traktoren. Foto: Privat.

hverdagen veldig og øke livskvaliteten. Jeg kommer til å kunne bruke begge beina mer aktivt i hverdagen, sier Villy. Mens han venter på neste operasjon vil han gå med en ny hylse på grunn av hevelsen etter det første inngrepet.

TRINN EN AV TO

Avdelingsleder og professor ved Ortopedisk avdeling på Rikshospitalet, Magne Røkkum, er veldig glad for at pandemien er over og at de har fått satt i gang behandlingen.

– Det har stor betydning for de pasientene som er aktuelle for en slik behandling. Vi er svært godt fornøyde med å ha innført tilbudet i Norge. Vi har planer om å gjennomføre flere inngrep fremover, og har god kapasitet til å ta imot flere pasienter. Samtidig er vi i en situasjon hvor vi holder på å bygge opp tilbudet. Derfor gjør vi dette med støtte fra våre kollegaer i Sverige, som har lang erfaring med osseointegrasjon. Professor Rickard Brånemark og flere har vært til stede og hjulpet oss for å sikre at operasjonen blir utført best mulig.

VELLYKKET OPERASJON

Røkkum bekrefter at operasjonen av Villy Andresen har gått som forventet. Trinn en av totalt to er gjennomført.

– Vi har satt inn en skrue i margkanalen på beinet i amputasjonsstumpen. Skruen skal sitte inne i tre til fire måneder, slik at beinet får vokst inn i skruen og blir solid forankret.

– I trinn to åpner vi opp inn til skruen og plasserer en bolt som skal stå ut



Avdelingsleder og professor ved Ortopedisk avdeling på Rikshospitalet, Magne Røkkum. Foto: Privat

FAKTA

Hva er osseointegrasjon?

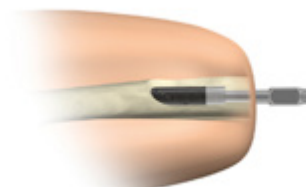
Metoden ble oppdaget på 80-tallet, av forskningsmiljøet i Göteborg. Dersom de skrudde fast titan i skjelettet, vokste det fast uten at det dannet seg bindevevsmembran mellom metallet og beinet.

Den kjente metoden, som kalles for "svensketenner", har blitt stor business.

I Sverige utfører de årlig rundt 30- 40 proteser med osseointegrasjon. I Norge vil de etter hvert kunne utføre operasjon på rundt 15-20 pasienter per år.



1.



2.

1. En bolt skrues inn i margkanalen på beinet i amputasjonsstumpen.

2. Deretter lukkes hud og bløtdeler igjen. Etter en tid monteres det inn en ny bolt som går ut gjennom huden.

gjennom huden. Til denne bolten skal selve protesen festes.

ENKEL OG FLEKSIBEL PROTESETYPE

Han framhever at siden bolten er koblet direkte på skjelettet deres, opplever brukeren å få bedre styring og kontroll på protesen.

– Det er også mye enklere og raskere å smekke på denne protesen enn en tradisjonell hylse. Likedan er protesen plassert helt stabilt på skjelettet. Særlig yngre amputerte vil oppleve at denne løsningen gir mange nye aktivitetsmuligheter, sier han.

Hils på våre dyktige medarbeidere i Rygge.

Ikke bare har vi en ny avdeling i Rygge, vi har flere dyktige spesialister på plass. Det er enkelt å ankomme med bil og buss – fra hele Østfold.



ORTOPEDI
TEKNIKK

tlf: 23 03 56 00

ortopediteknikk.no



EN PROTESEFUNKSJON

Røkkum legger vekt på at målet med operasjonene er å få til en protesefunksjon hos pasienter som har problemer med å bruke de tradisjonelle protesene. Særlig på lår- og overarmamputasjoner kan en tradisjonell protese være besværlig. Løsningen kan også brukes på tommelamputasjoner, underarm og legg. En osseointegrasjon er mest velegnet for pasienter med korte amputasjonsstumper.

– Metoden er også egnet for pasienter som har problemer med å bruke tradisjonelle proteser av annen årsak, for eksempel de med arrvev og tendens til sår dannelse. Noen pasienter har også utfordringer med at amputasjonsstumpen varierer litt i størrelse, slik at protesen både kan oppleves for stor og for trang. En del pasienter klager også over smerter og annet ubehag ved bruk av tradisjonelle hylseproteser. De kan også bli hjulpet av slike skjelettforankrede proteser, sier han.

STRENGE KRITERIER

For å få osseointegrasjon må du ha prøvd vanlige konvensjonelle proteser med hylse, (med ulike former for festeanordning) og hatt problemer med å bruke dette.

– Løsningen kan være aktuell for folk som er amputert på grunn av skader eller svulster. Formen og almenntilstanden må ellers være god, sier Røkkum. Han opplyser at en osseointegrasjon ikke egner seg for folk som har blitt amputert som følge av diabetes eller dårlig sirkulasjon.

– I tillegg må man være oppmerksom på risikofaktorer ved slike proteser. De hyppigste sykdomsforløpene er overflattisk infeksjon som kan behandles uten operasjon. En sjelden gang forekommer det også infeksjoner som kan gå inn i beinet, som kan få alvorlige konsekvenser.

↑ INTEGRERT:

Osseointegrasjon vil kunne være aktuelt for mange protesebrukere. Foto: Leverandøren.

→ STOLT PROTESEBRUKER:

Villy Andresen har utført trinn en av totalt to av osseointegrasjonen ved Rikshospitalet. Han ser fram til å få seg en ny tilpasset protese som han skal bruke fram til neste operasjon. Foto: Privat.



Missed OTWorld? Become a digital visitor now!

Discover the **free of charge** digital programme:

- 27 Innovation Talks of selected OTWorld exhibitors
- explore more than 400 exhibitors from 32 countries in the digital Product and Exhibitor World

Or experience the high-class World Congress recordings with a **Congress-On-Demand** ticket!



Photo: AdobeStock: Robert Kneschke

**ONLY AVAILABLE
UNTIL 31ST JULY!**



International Trade Show
and World Congress

**10 – 13 May 2022
Leipzig, Germany**

www.ot-world.com



STOR OPPLEVELSE: Benedicte og Celine fikk en tur de akldri vil glemme. I midten Mr. Amp Camp selv, Ben Lovell. Foto: Privat

Foto: **BENEDICTE FINNEMA OG CECLINE SAPKLIN HALVORSRUD**

En reise for kropp og sjel

Benedicte Finnema og Celine Sapklin Halvorsrud har vært på Amp Camp på Tenerife. Det ble en uke som skulle vise seg å bli viktigere enn noen av dem ante på forhånd. Her er deres opplevelser, fortalt av Benedicte.

Tekst: **BENEDICTE FINNEMA**

Det startet med et intenst søk på nettet i midten av januar i år, med søkeord som «trening for amputerte», «treningsleir», «treningsopphold England, USA og Sveits». Men så helt tilfeldig spurte jeg Petter Thime i Momentum om han visste om et treningssted for amputerte. Og ja, det gjorde han: Amp Camp Tenerife Retreat.

Et kjapt søk på nettet, og der lå det. En vakker villa med velholdt hage, terrasse og basseng. Et hus omgitt av frodig natur, et hus som oste «velkommen til oss». Jeg ville melde meg på, og det tok ikke mange minuttene fra jeg sendte forespørsel til jeg fikk svar. Gode svar. Mange svar! Det ble en telefonsamtale dagen etter, og vipps - det var to plasser ledige 11. mars. Jeg meldte meg på. Og da jeg ringte jeg Celine og spurte om hun ville være med, fikk jeg et rungende «ja» til svar.

BRITISKE ILDSJELER

Amp Camp er et privatdrevet aktivitets- og treningstilbud for amputerte med engelske, innovative, oppmerksomme og fremtidsrettede eiere: Ben Lovell, som er leggamputert, hans kone Laura Lovell og ekteparet Rick og Paula Dawson.



Scann QR-koden med mobilkameraet ditt og se filmen fra Benedictes og Celines opphold her.



MR. AMP CAMP: Ben Lovell er hjernen og ildsjelen bak Amp Camp. Foto: Kurt Gaasø.

Det ble en god del research i ukene før avreise, og vi lærte at Amp Camp er en del av det såkalte Tenerife Retreat. Retreatet har, i tillegg til Amp Camp, fitness-camp og yoga- og helse-camp. De kunne dessuten skilte med imponerende menyer, dagsplaner, turer og mye fokus på det sosiale. Vi fikk inntrykk av et gjennomtenkt og godt organisert konsept med inngående kunnskap om trening og ernæring.

Amp Camp tar imot grupper på inntil 20 personer, og vi gledet oss stort til å reise sørover. Ifølge informasjonen vi leste så

alt fra fjellvandring til vingårder, golf, båtturer, delfin-sightseeing og spektakulær natur. Tenerife Retreat ligger idyllisk litt opp i høyden, om lag ti minutters kjøretur fra stranden. Campen startet på en fredag, og det var ingen direkte flyvninger. Vi skulle derfor fly fra Oslo med SAS til Las Palmas på Gran Canaria, og derfra fly videre med Binter, som er Kanariøyenes eget selskap. Vi gledet oss vilt!

KNALLSTART PÅ OPPHOLDET

Den 11. mars klokken 05.30 ankom vi Oslo Lufthavn Gardermoen med sommerfugler i magen. Vi kom også med, som amputerte

Dette vet vi jo fra før, at sikkerhetskontrollen er et tema for både underholdning, sårhet og mye lyd. I tillegg tar sjekken med oss litt lenger tid.

Etter fem timer i lufta landet vi i Las Palmas, og med korresponderende fly ankom vi Tenerife litt før tiden. Det var nydelig vær, varmt og fint så ja; knallstart på en uke som ville vise seg å bli mye viktigere enn vi hadde forestilt oss.

VARMT, VENNLIG OG INKLUDERENDE

Ben og hans medhjelper Bryan hentet oss, og etter 25 min var vi på Amp Camp. Det første vi fikk se var trapper. Vel, etter amputasjonen er ikke trapper min favoritt, og det begynte å sige inn at campen innebar å strekke seg litt lenger. Se muligheter, ikke begrensninger. Stille spørsmål til seg selv uten å få klare svar, og at «tilrettelegging» ikke handlet om fysikk, men om psyke.

Vi ble tatt utrolig godt imot. Varmt og vennlig, og det første vi kjente på var den avslappende atmosfæren. Stress, rutiner og hverdagsbekymringene våre ble lagt i kofferten og plassert i skapet. Det var et stort, nydelig stort rom, som Celine og jeg delte.

Vi fikk møte de andre deltakerne, og plutselig var vi en stor herlig familie der stemningen var høy fra første håndtrykk. Det skulle vise seg at hver eneste av deltakerne ble våre venner for livet, og vi har lært like mye av dem som vi har fått ny læring om oss selv.

Første kvelden var vi samlet rundt et vakkert spisebord i en åpen salong med direkte adkomst til utearealene. På bordet var det ferdig anrettet med drikkeflasker med navnene våre på, bager, t-skjorter og program.

NATURTALENT PÅ BLADES

I tillegg til 12 flotte og hyggelige britiske deltakere, var Richard Whitehead invitert til campen. Whitehead er paralympisk mester i sprint og maraton. Han har satt verdensrekord og han er dobbeltamputert og løper fort og mye på blades, selv om han slettes ikke er noen ungdom (han heller). Personlig lærte jeg mye av ham, og både Celine og jeg ble inspirert til å prøve blades. Celine fikk låne to stykker, og det viste seg at hun er et naturtalent. Jeg med min låramputasjon fikk mitt blade hos Atterås og ortopediingeniør Tom Egil Blomberg mandag 2. mai, og både Celine og jeg deltok på OCHs løpeskole torsdag 5. mai. Det handler om

“STRESS, RUTINER OG HVERDAGSBEKYMRINGENE VÅRE BLE LAGT I KOFFERTEN OG PLASSERT I SKAPET.

vi for oss at vi skulle på «bootcamp» — altså en ren treningsleir. Alle måltider var inkludert.

Tenerife er den største og mest folkerike øya av de sju øyene som utgjør Kanariøyene. Øya er grønn og frodig, og byr på

flest, en hel del bagasje, inkludert skulderbager med ekstra proteser. Celine er dobbelt leggamputert og jeg er låramputert, så det er klart det ble litt ekstra underholdning for de andre reisende da vi gikk inn i sikkerhetskontrollen.



SPREKING: Richard Whitehead er britisk paralympier og maratonløper. Foto: Privat.

å bryte egen komfortsone og overvinne egen redsel for å feile eller å falle. Andre klarer det, så da kan vi.

BORTSKJEMTE NORDMENN

Vi lærte fort at mye er annerledes i Storbritannia, og at vi ekstremt heldige og bortskjemte her til lands. Der vi får alt servert gratis i hendene (og bena), må britene betale veldig mye selv. Det er heller ikke mange avanserte proteseløsninger og valg for dem. Derfor er det helt vanlig med såkalt «fundraising» og det er en god del frivillige organisasjoner som bidrar til at flere får bedre liv og helsehjelp enn det det nasjonale helse-systemet kan tilby. I sommer arrangerer for eksempel Richard Whitehead Foundation et løp for å samle inn penger til bedre proteser og liv for barn som er amputerte - og vi er med.

I vårt møte med kunnskapen om det britiske helsesystemet og mangel av tilbud til våre venner i UK, ble vi ydmyke og takknemlige for det apparatet vi har i Norge. Det var nesten flaut å fortelle om vårt velferdssystem. Takknemlighet er et ord vi kanskje bør ta frem en gang iblant når livet butter litt og protesene våre ikke passer. Vi må legge til at vi sjelden har sett mer pågangsmot og energi enn hos gjengen vi var så heldige å dele uken og opplevelsene med. Selv med dårlige proteseløsninger og hylser som ikke passet, var de med på alt. Flere av dem er også ildsjeler i sine regioner og er med på å samle inn midler til blant annet Amp Camp Kids, som er en sommerleir for amputerte barn i familier med dårlig råd.

LÆRTE Å PUSTE PÅ NYTT

Dagene startet med pre-breakfast som

DETTE ER AMP CAMP

- Amp Camp er et aktivitets- og treningstilbud for amputerte, skapt og drevet av leggamputerte Ben Lovell, hans kone Laura og ekteparet Rick og Paula Dawson. Amp Camp arrangeres på Tenerife Retreat.
- Målet med oppholdet er å gi deltakerne økt selvtillit, bedre fysikk og erfaringsutveksling med andre i samme situasjon. Målet er også at det skal være sosialt og hyggelig, med fokus på god mat, trening og samvær.
- Tenerife Retreat ligger i landsbyen Chayofa, om lag et kvarters kjøring fra den sørligste av øyas to flyplasser.
- Gjester/deltakere hentes på flyplassen, og hele oppholdet er «all inclusive», det vil si at blant annet alle måltider er inkludert.
- Flyreise må bestilles på eget initiativ og vil komme som et tillegg til prisen for oppholdet.
- Neste mulighet for deltakelse er i november. Er du interessert? Ta kontakt med Benedicte på sport@momentum.nu
- Sjekk gjerne også ut hjemmesiden momentum.nu for oppdatert informasjon.

→ www.tenerife-retreat.com/ampcamp

bestod av smoothie. Deretter var det morgenøkt med styrketrening med den eminente treneren Emma. Etter styrke-økten, som for øvrig hadde ulike øvelser og aktiviteter hver dag, spiste vi felles frokost. Det var turer på formiddagen, boksetrening på ettermiddagen, avslapping ved bassenget med mye latter og proteseprat. Det var spill og teambuilding, Dagene ble avsluttet med yoga under åpen himmel, og jammen lærte vi ikke å puste på nytt der vi lå under en himmel spekket med stjerner. Heldige oss som også fikk oppleve feiring av St. Patricks day, og vi tenker at bildene taler for seg selv.

Det var tre, fire treningsøkter hver dag, men absolutt ikke noe stress. Det ble mye sosial omgang, erfaringsutvekslinger og moro. Jeg nevner i fleng pubtur, karaoke-kveld, disco bowling, lang tur i ulendt terreng, besøk på termal-bad med oppvarmede basseng, en dag på golfbanen og båttur med delfin-og hvalsafari. Det ble anledning til å bade, bli sjøsyk (for noen) og å bli enda bedre kjent.

VEKST UTENFOR KOMFORTSONEN

Vi som har vært på rehabilitering har erfart hvordan det er å være på et sted der alle er av samme grunn, gjør det samme, spiser sammen, ler sammen og gråter sammen. Vi vet at det kan være intense uker der vi føler at vi er sårbare og går med følelsene utenpå, omtrent som å gå med genseren på vranga. Men vi har også lært at i et fellesskap går det mye bedre. Vi oppholder

oss i «bobler», og har tiden og energien rettet mot oss selv. Vi vil bli bedre.

Slik var det også på Amp Camp. Vi innså kjapt at for å bli bedre, må vi gjøre jobben selv. Vi må pushe egne grenser, tørre å prøve nye ting og utfordre komfortsonen vår. Vi ble blant annet introdusert til løpingens verden, fikk prøve oss på boksing, testet ny styrketrening og ikke minst yoga, der vi fikk ny lærdom og kunnskap om vår egen pust og pusteteknikk. Vi ble påminnet om at all vekst foregår når du er utenfor komfortsonen, og den som vil får det til, selv om det blir famling i begynnelsen.

NY STYRKE OG ENERGI

Da vi dro til Amp Camp trodde vi at vi skulle på bootcamp, men vi oppdaget at oppholdet ga oss mental styrke og var en etterlengtet pause. Vi dro hjem med ny kunnskap, mer energi og venner for livet.

Så hva venter du på? Eventyret og kickstarten på din nye hverdag venter på Tenerife. Bruk muligheten og kom deg av gårde. Reis med åpent sinn og en varm genser (til kjøligere kvelder). Vi kommer til å reise tilbake til høsten, og håper flere vil være med - gammel som ung. Vi sitter igjen med erfaringer og opplevelser som er unike og kunnskap og lærdom vi ikke ville vært foruten.

Hilsen Celine Sapklin Halvorsrud og Benedicte Finnema



AKTIV UKE: Celine og Benedicte med yoga-instruktøren.

“**VI INNSÅ KJAPT AT FOR Å BLI BEDRE, MÅ VI GJØRE JOBBEN SELV.**”



Bevegelse – Helse – Glede

ØSTO Ortopedisenter AS

Innlandet: Gartnervegen 10 | 2312 Ottestad | Tlf.nr: 62573900 | E-post: post@osto.no | www.osto.no
Trøndelag: Vestre Rosten 79 | 7075 Tiller | Tlf.nr. 90701400 | E-post: post@osto.no | www.osto.no



VI BEVEGER MENNESKER

- Vårt fokus er at du oppnår optimal hylsekomfort og best mulig protesefunksjon
- Vi strekker oss langt for at du skal føle deg trygg
- Vi er en kvalitetsbevisst organisasjon med fokus på hele mennesket



OCH

ORTOPEDI

Oslo og omegn, Innlandet, Østfold (Viken),
Møre og Romsdal, Rogaland og Nord-Norge

www.och.no



 **ÖSSUR**
LIFE WITHOUT LIMITATIONS

ICEROSS®

En trofast følgesvenn

ICEROSS ble oppfunnet av Össur Kristinsson, som selv er amputert og ortopediingeniør, for mer enn 35 år siden. I dag er ICEROSS en trofast, daglig følgesvenn for tusenvis av amputerte over hele verden.

ICEROSS silikonliners tilbyr Aktiv Hudpleie ved å integrere Aloe Vera og vaselin i silikonet og muligheten for et "bølgeformet mønster", s.k. Wave, for økt komfort og mindre trykk over kneskål når du bøyer kneet.

Med ICEROSS får du komfort, stabilitet og sikkerhet.

Kontakt din ortopediingeniør eller besøk vår nettside www.ossur.se for mer informasjon!



WWW.OSSUR.SE

PETTER TESTER



HENGER PÅ: Kjøredoningen med trillebagen festet på. Krykkene fikk fint plass under stroppene. Foto: Petter Thime.

Leipzig-tur med Phoenix Instinct trillebag

Det kan være noe herk å få med seg bagasjen når man reiser med rullestol. Petter Thime har testet den nye trillebagen Phoenix Instinct på reise til OTWorld-messen i Leipzig. Holder den mål?

Tekst: **PETTER THIME**

PETTER THIME



Bosted:
Sandnes
**Favoritt-
reisemål:**
Sitges utenfor
Barcelona.
Også glad i
USA.

Turen startet for min del fra Stavanger lufthavn Sola. Alltid god hjelp å få både i innsjekk og av folkene på assistanse. Videre gikk reisen til Frankfurt og endte i Leipzig. Men med fotoforbud i sikkerhetskontroll og andre steder på flyplassen, var det jammen ikke bare enkelt å få tatt bilder av alt...

TRØBLETE BAGASJE

Nå, ja. Jeg bestiller alltid assistanse, og på «små» flyplasser innebærer det at

personalet tar rullestolen ned fra gaten til flyet, ellers klarer jeg meg selv. Det er likevel praktisk å reise med rullestolen for å ha energien i behold når en kommer frem. Men så var det dette med bagasjen, da.

Tidligere har jeg reist med en vanlig koffert med hjul eller en trillebag, og det er jo en utfordring å dra med seg. Er den liten nok kan jeg legge den på fanget, men da er den i veien. Jeg kan også trille den foran meg, men det er jo ikke så lett

når du samtidig skal trippe rullestolen. Eventuelt kan du få assistansetjenesten til å ta den.

SOM EN LYDIG HUND

Nå hadde jeg altså med meg en ny type trillebag til å klippe fast bak på rullestolen. Det ser jo ved første øyekast greit ut, men holder den mål? Ja, så sannelig!

Faktisk merkes den nesten ikke der den henger etter rullestolen som en lydig hund. Hjulene på trillebagen går nemlig alle veier, designet av en engelsk rullestolbruker som vet hva som behøves. Riktignok blir ekvipasjen litt lengre, så du dulter nok borti noe underveis de første gangene. Det lærer du fort å unngå.

EKSTRA SEKK PÅ KJØPET

Baggen er ellers ikke superstor, men holdt i massevis til en ukes tur om du ikke tar med halve garderoben! Jeg fikk plass til fire par sko, tolv t-skjorter/piquéskjorter, fire shorts, tre par bukser, toalettveske og litt andre småting.

Har jeg med meg krykkene kan jeg og klippe dem fast med klipsene som er der for å feste den ekstra lille sekken som følger med på det settet jeg har kjøpt.

Ved mellomlanding i Frankfurt ble det litt kluss. Jeg ble kjørt i egen assistansebuss til terminalen, men sjåføren satte meg av ved hall B i stedet for hall A, så da ble det en lang trilletur til korrekt hall. Så ble det hele tre gateskifter, men heldigvis ikke så stor avstand mellom dem. Deretter viste det seg flyet ikke skulle inn til gaten, så da

ble det ny trilletur for å komme til bussen som kjørte oss ut til flyet. Baggen ble sjekket inn hele veien, så den trengte jeg ikke tenke på før jeg kom fram.

MÅTTE STÅ PÅ KRAVA

Vel fremme i Leipzig kom det en gjeng fra flyplassens brannvesen for å hente oss. De prøvde å nekte meg å få rullestolen ved gaten, selv om jeg hadde «delivery at gate»-tag på den, men etter litt murring kom nå rullestolen min opp på gaten. Dette er ikke et ukjent problem har jeg skjönt, så mange kvier seg for å reise i rullestol. Men stå på kravene og kjenn rettighetene dine, så løser det seg som regel.

Så var det bare å finne bagasjen og komme seg til hotellet. Assistansefolkene plukket bagen opp fra bagasjebåndet og jeg festet den på rullestolen og trillet ut. Må du mellomlande og ta ut trillebagen, er det heller ikke noe problem. Den triller superlett igjennom flyplassen!

TESTRESULTAT

Så var det taxi til byen og bare å nyte Leipzig, OTW-messen (mer om den i neste utgave av Livsglede) og 27 herlige varmegrader! Og dommen over trillebagen Phoenix Instinct? Jo, den kommer her:

Et kanonbra produkt, litt dyr, men verd prisen syns jeg! Du får jo både en trillebag og en sekk til reisen i prisen. Etter at jeg kjøpte min er det og kommet en mindre utgave og flere andre produkter fra samme leverandør. Terningkast 6 fra meg!

SMART TRANSPORT

- Trillebagen Phoenix Instinct er kompatibel med de aller fleste manuelle rullestoler.
- Sving 360°, kjør bakover eller forover, på to eller fire hjul - bagen henger på.
- I tillegg til bagen følger det med en ekstra ryggsekk. Og så ser den da ganske kul ut?

Forhandler:

Hjelpemiddelspesialisten,
→ www.hm-spes.no



Se bagen i bruk her.



DITT ORTOPEDISKE VERKSTED PÅ SØRLANDET
RING OSS PÅ TELEFON 4000 4808
WWW.DREVELIN.NO



Nytt & nyttig

Nyttige dingser når du er på ferie!



Ultralett og kompakt

Daypack Ultra-Sil fra Sea to Summit er en ultralett og kompakt 20 liters ryggsekk, perfekt til handleturer, utflukter, storbyferie, på stranden eller i skog og mark. Sekken er vannavstøtende og svært solid, og når den foldes sammen i den lille pakksekken, passer den akkurat på nøkkelknippet. Vekten er på beskjedne 68 gram, og du får tak i den i de fleste sportsbutikker.

Din venn i stormen

Paraplyen Gustbuster skryter av at den kan takle vind opp til orkan styrke, uten å vrenge seg. Det skyldes at den er laget av to overlappende lag med solid nylonstoff, det det innerste laget har store ventiler som slipper vinden rett gjennom. Paraplyen er dessuten stor, hele 101 centimeter i diameter. Her kan to gode venner søke ly. Du finner den på Enklere Liv.



→ enklerelev.no

For sykkelentusiaster

Er du glad i å sykle langt eller vil bevege deg ut i røft terreng, men trenger litt ekstra hjelp? Da kan Jeetrike Off-Road håndsykkel være noe for deg. Den har en oppreist sittestilling, full uavhengig fjæring på alle tre hjul og hjelpemotor. Ifølge produsenten har sykkelens et helt nytt fjæringssystem som gjør at akselavstanden kan være veldig kort. Det øker bakhjulets grep og rammens stivhet, samtidig som svingradiusen er bedre enn på standard håndsykler. Forhandles av Hjelpemiddelspesialisten.

→ www.hm-spes.no



Lading på farta

Den nye USB-laderen fra Ottobock gjør lading av deres proteser og ortoser enklere enn noen gang. Ikke minst er den superpraktisk på reise. Alt du trenger er et USB-ut-tak, som nå finnes en rekke steder der folk ferdes. Både busser, tog og flyplasser har for eksempel gjerne slike ladepunkter. Til Kenevo og Genium er det en magnetisk induksjonslader (se bildet) som legges rett på protesen. På andre komponenter som f.eks. ortose C-Brace og C-Leg er det pinlader som stikkes inn i protesen.

→ www.ottobock.com





Vi gjør det mulig!

Blatchford Ortopedi AS er en av Norges ledende ortopediske klinikker. Vi er eid av Blatchford Group som har sitt hovedsete i Storbritannia. Vårt selskap har over 130 års erfaring innen rehabiliterende tjenester.

I Blatchford Ortopedi er vi mer enn 170 medarbeidere innen ortopedi-teknikk. Vår visjon er at alle våre kunder kan få et bedre liv. Enten du trenger en avansert protese, ortose eller en tilpasset innleggssåle, kan du være trygg på at vi leverer deg høy kvalitet og individuell service.

Blatchford Norge består av seks avdelinger som holder til i:
Arendal, Kristiansand, Bergen, Bodø, Harstad og Tromsø.

I tillegg har vi satelittklinikker på følgende plasser:
Alta, Finnsnes, Stokmarknes, Narvik, Mo i Rana, Gravdal, Førde, Flekkefjord, Sørlandet Sykehus Arendal og Nordås AFMR.



blatchford.no

Blatchford
Ortopedi

Herlig Momentum- helg i Strömstad!

For 26. gang gikk Momentum Weekend av stabelen i mai, og denne gang gikk turen til Strömstad. Det er første gang arrangementet krysser riksgrensen, til stor glede for både norske og svenske deltakere.

Tekst: **INGUNN SOLLI**
Foto: **KURT GAASØ**

Fra 26. til 29. mai var det faglig oppdatering og hæla i taket i Strömstad, med om lag 150 glade deltakere. I år var for første gang svenske medlemmer til stede, etter at Momentum stiftet en svensk avdeling i august 2021 – Momentum Sverige. Om lag 20 svenske medlemmer hadde tatt turen til Strömstad og sin første Momentum Weekend. Nestleder Robban Lång i Momentum Sverige forteller om stor begeistring blant de svenske deltakerne.

– Mange ble forbauset over hvor påkostet arrangementet var. Folk ble inspirert, og nå i ettertid har det vært mye aktivitet og diskusjon i våre ulike fora. Mange vil gjerne ha tilsvarende treff i Sverige, og jeg håper og tror at mange vil delta på de ulike aktivitetene i regi av Momentum Norge.

MOMENTUM WEEKEND

Sted: Strömstad i Sverige

Dato: 26.-29. mai

Et årlig arrangement med faglig innhold, leverandørutstilling og hyggelig sosialisering.



SVENSK DELEGASJON: Momentum
Sverige stilte med om lag 20 deltakere.
Her nestleder Robban Lång (t.v.) og
Andreas Pransjö.



FOR DE TØFFESTE: Det var mange ulike tilbud for deltakerne. Bading og sauna var populært, selv om vannet var kaldt.





“DET SOSIALE ER SELVSAGT DET ALLER VIKTIGSTE FOR DE FLESTE. FOR MANGE ER DETTE ET ÅRLIG HØYDEPUNKT.

↓ **GOD STEMNING:** Aslapende og hyggelig i badstua med nydelig utsyn over sjøen.

I dag er det om lag 60 svenske medlemmer, men målet er å dra i gang aktiv rekruttering.

– Vi har jo ikke hatt denne type slagkraftig organisasjon i Sverige tidligere, og det er en utfordring at det kun er jeg og Christoffer Lindhe som hittil har vært aktive pådrivere. Vi håper å få med mange flere. Men så må man også huske at for den svenske organisasjonens del er dette år én, mens Momentum Norge er inne i sitt tjuesjette år! Det som er så fantastisk, er at nå har vi noen med lang erfaring å støtte oss på. Det har vi savnet. Nå er det bare å lyfta på luren og ringe Petter eller Liv Karin eller noen andre i Momentum i Norge for å få hjelp, sier en entusiastisk Robban.

ÅRLIG HØYDEPUNKT

Administrasjonssekretær Liv Karin Søstuen i Momentum betegner helgen som en viktig møteplass. Her var mange «veteraner» som har deltatt en rekke ganger, men også mange «førstegangsreisende».

– Det sosiale er selvsagt det aller viktigste for de fleste. For mange er dette et årlig høydepunkt, der de får komme sammen med andre i samme situasjon, knytte nye kontakter og snakke med likesinnede og pårørende, sier Liv Karin.

Derfor stod både båttur i den svenske skjærgården, bading i sjøen (11,5 grader!) for de tøffeste og tilbud om omvisning i Stadshuset i Strömstad på programmet. I løpet av helgen ble det også tid til mingling i baren, festmiddag og grillaften.



I tillegg var det 12-15 utstillere til stede og viste fram sine produkter, og det var flere godt besøkte faglige foredrag. Tilhørerne fikk presentert ny forskning, ble introdusert for aktuelle studier og fikk demonstrert nye proteser og løsninger.

– Oppslutningen om foredragene var veldig bra, og tilbakemeldingen fra deltakerne er at dette var nyttig og interessant, sier Liv Karin.

Mange var også veldig interessert i Benedicte Finnema og Cecline Sapklin Halvorsruds foredrag om sine opplevelser på Amp Camp på Tenerife. I den anledning hadde dessuten stifteren av AmpCamp, britten Ben Lovell, og hans kumpan Rick Dawson tatt den lange turen til Strömstad.

– Helt fantastisk! Jeg har truffet så mange hyggelige og spennende mennesker, sier Ben Lovell om sin første Momentum Weekend. Du kan for øvrig lese mer om Amp Camp på side 8.

EN KJEMPEJOBB

På ett unntak nær har Momentum Weekend vært arrangert hvert eneste år i de 26 årene foreningen har eksistert. I 2020 måtte arrangementskomiteen kaste inn håndkledet og avlyse på grunn av pandemien, men ellers har arrangementet vært avholdt på ulike steder av landet hver sommer.

Liv Karin kan fortelle at det er litt av et apparat som er i sving for å lage et vellykket arrangement.

– Ja, det gjør seg ikke selv, akkurat, ler hun, og fortsetter:

– Sport- og aktivitetskomiteen gjør en kjempejobb med å kartlegge hotell og konferansesentre som egner seg. De skal jo være en viss grad av tilrettelegging for mennesker med funksjonsnedsettelse, blant annet. Faktisk er det vel slik at komiteen allerede har startet arbeidet med å finne ut hvor vi skal være neste år!

↓ **GOD OPPSLUTNING:** De senere år har det blitt flere foredrag og faglige innslag. Disse er populære.



↑ **VETERANER:** Bjørn Røhne, Liv Karin Søstuen og Rune Søstuen har vært på Momentum Weekend en rekke ganger tidligere.

ETTERLYST: Søker personer

Forskere ved Sahlgrenska Universitetssjukhuset er i gang med en stor studie som skal avdekke hvilken kirurgisk teknikk som gir best resultat mot smerter etter amputasjon. Nå søker de nordmenn og svensker som vil delta, både arm- og beinamputerte.

Tekst: **INGUNN SOLLI**
Foto: **KURT GAASØ**

Når en nerve kuttet over i forbindelse med amputasjon, vil den etter hvert vokse ut igjen og danne en smertefull nerveknute, et nevrom.

– Det finnes i dag tre ulike kirurgiske teknikker for å hindre at nerven vokser ut igjen og danner et nevrom, men vi vet ikke om den ene teknikken virker bedre enn den andre. Vi vet heller ikke om noen av teknikkene egner seg best for visse typer amputasjoner. Det er dette studien skal finne svar på, forklarer forskningskoordinator Emily Pettersen ved Center for Bionics and Pain Research ved Sahlgrenska Universitetssjukhuset. Det er dette senteret som skal gjennomføre studien, og Pettersen opplyser at det foregår en tilsvarende stor studie i Italia. Det vil gi forskerne et solid grunnlag til å si noe om hvilken teknikk kirurgene bør velge.

GOD SMERTELINDRING

Nå etterlyser forskerne derfor personer over 18 i Sverige og Norge som ønsker å delta i studien. De som deltar vil få gjennomført et kirurgisk inngrep der man rekonstruerer muskler og nerver, men med helt tilfeldig valgt teknikk. Selve inngrepet foretas ved Sahlgrenska Universitetssjukhuset i Göteborg. Deltakerne vil ikke få vite hvilken teknikk som er valgt før etter et år.

– Vi vet av erfaring at mange får god hjelp mot smertene gjennom kirurgi. Det håper vi kan motivere til å delta i studien, sier Pettersen.

ENKEL OPERASJON

Forskningskoordinatoren opplyser at de søker både bein- og armamputerte som opplever nevromsmerter, stumpsmerter eller fantomsmerter. Deltakerne som blir valgt ut vil gjennomgå en forundersøkelse,

som tar en dag. Deretter følges man opp i en til to uker for å kartlegge smertenivåer og annet, slik at man har et sammenligningsgrunnlag.

– Selve operasjonen er relativt enkel og tar mellom en og tre timer. Du kan forlate sykehuset samme dag, opplyser Pettersen.

Etter operasjonen vil du bli kalt inn til oppfølgingssamtaler seks ganger over de neste fem årene. Alle reiser blir kompensert.

– Det er viktig at de som deltar er villige til å gjennomføre hele løpet, og at de møter opp til alle oppfølgingssamtalene. Det er slik vi kan få et godt datagrunnlag og sørge for enda bedre smertelindring for amputerte, sier Emily Pettersen. Hun håper nå at mange både i Norge og Sverige har lyst til å delta i studien.

– Dette er en stor studie og vi trenger mange deltakere. Er det ikke aktuelt for deg, så tips gjerne en venn. Send meg en e-post, så tar vi kontakt!, oppfordrer hun.

FOR Å DELTA I STUDIEN MÅ DU:

- Være bein- eller armamputert og oppleve smerter.
- Ha fylt 18 år.
- Ha generelt god helse.
- Være villig til å reise til Göteborg for kartlegging, operasjon og oppfølging.

**Kontaktinformasjon til
Emily Pettersen:**
emily.pettersen@vgregion.se

SØKER DELTAKERE:

Forskningskoordinator Emily Pettersen håper mange er interessert i å delta i studien, og oppfordrer til å ta kontakt.

til ny smertestudie



LINDHE XTEND

xtend your life

Xtend Foot®

Feet on any ground.



Prov protese foten med sideflexibilitet sammenlignbar med en menneskefot.



Følg vår norske ambassadør Kjell Løvik på Instagram @lovikkjell

Skann koden og se filmen der Kjell prøver ut Xtend Foot i bløt sand og grus for første gang.



Skann QR-koden for å komme til filmen på vår Youtubekanal

Start reisen din på lindhextend.com

Følg oss gjerne på



En protese-revolusjon

Da Ottobock lanserte protesen C-Leg, var det rett og slett en revolusjon. Den aller første dobbeltamputerte i Europa som fikk C-Leg var sannsynligvis nordmannen Geir Arne Hageland. Det skjedde i 1997.

Tekst: **INGUNN SOLLI**

En medfødt defekt gjorde at Geir Arne Hageland (50) måtte amputere begge beina gjennom knærne da han var fem år. På syttitallet var protesene ganske annerledes enn i dag, kan han fortelle.

– Den gang var jo protesene mekaniske. Min fordel er at jeg tåler mye belastning på stumpene. Jeg kan faktisk gå rett på dem.. Mine først proteser hadde et kneledd som låste seg når jeg reiste meg opp. Jeg måtte dra i en snor for å løse ut leddet når jeg skulle sette meg igjen. Det var upraktisk for en aktiv gutt. Derfor fungete det best med et par korte proteser. Hele nabolaget hørte når lille Geir Arne kom løpende nedover gata på protesene sine, forteller han med en latter.

Geir Arnes lange proteser var verken spesielt komfortable, avanserte eller praktiske.

– Protesene som var tilgjengelige den gang gjorde at jeg måtte gå med stive bein. Med alt hva det førte til av belastning på hoftene og så videre. Derfor begynte jeg etter hvert å søke etter andre løsninger.

NY FUNKSJONALITET

Og søket bar frukter. Ottobock hadde nylig utviklet sin nye protese C-Leg, med elektronisk kneledd og revolusjonerende funksjonalitet. Geir Arne fikk teste, og så at dette virkelig var noe for ham.

– Det var stor forskjell! Her er det din egen bevegelse som løser ut kneleddet slik at du ikke må gå med stivt bein. Leddet er utstyrt med hydraulikk og computerchips, og programmeres ut fra din vekt og ditt bevegelsesmønster slik du holder deg sikkert oppe. Med C-Leg funket det fint å gå i nedoverbakker og i trapper, selv

med denne tidlige versjonen, forteller han.

FIKK NEI TIL PROTESE NUMMER TO

Men da Geir Arne gjerne ville prøve en C-leg til på det andre beinet, var svaret nei. Ottobock hadde ikke nok kunnskap og var bekymret for Geir Arnes sikkerhet. Ville det være stabilt nok med ikke bare ett, men to C-Leg?

– Ortopediingeniøren og jeg måtte derfor ta oss noen friheter, forteller Geir Arne. Så da Geir Arne fikk tilsendt et ekstra service-bein, satte ingeniøren rett og slett dette på det andre beinet. Og plutselig hadde han C-Leg på begge.

– Etter hvert fikk vi overbevist dem om at denne løsningen fungerte, og jeg fikk mine to C-Leg. Det var en overgang, for nå fikk jeg plutselig proteser som måtte lades. Du kan si jeg var tidlig ute med



FØRST I EUROPA: Geir Arne Hageland har i dag gått over til Genium, men var overlykkelig da han fikk C-Leg på begge bein i 1997. Foto: Kurt Gaasø.



Hamar Ortopediske AS

Vi tilbyr individuelt tilpassede hjelpemidler.

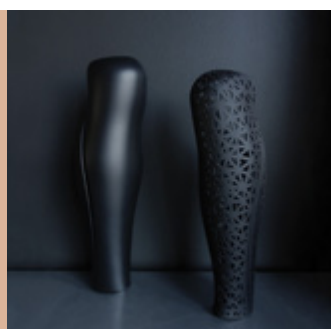
- Proteser
- Ortoser
- Ortopediske sko
- Fotsenger
- Spesialsko
- Innleggsåler
- Korsetter
- Oppbygg mm.

*Ortopediteknikk
i sentrum*

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



ANATOMIC STUDIOS



Prosthetic Fashion
for Everybody &
Every Body

anatomic-studios.com



MEKANISK KNELEDD: En ung Geir Arne med gammeldagse proteser. Foto: Privat.

det grønne skiftet – jeg var en av de aller første til å kjenne på rekkeviddeangst, sier Geir Arne med glimt i øyet.

NOE HELT NYTT

Ortopeditekniker og Account Manager for Ottbocks proteser i Norge, Helge Bjørnstad, opplyser at C-Leg både har gyroskop og akselerometer. Det vil si at den tilpasser seg underlaget og terrenget du beveger deg i. Dette var noe helt nytt på midten av nittitallet.

– Mikroprosessen i protesen vil kjenne igjen om man beveger seg oppover eller nedover, på skrått og i trapper og så videre. Det var en kjemperevolusjon i sin tid! Bare tenk på hvor viktig det var for å unngå belastningsskader. Uføretrygdede kunne komme seg ut i jobb og gå mye lengre avstander uten å bli like slitne. Det er viktig for livskvaliteten at du kan gå på jobb og fortsatt ha energi til å leke med barna når du kommer hjem, sier Helge.

KJENT OVERALT

Helge er selv amputert på grunn av dysmeli. Han var bare et og et halvt år da amputasjonen ble utført, og fikk protese i toårsalderen.

– Den gang var det enkle saker. Det var rett og slett et trebein med noe strikk og greier. Du hørte hvordan det klikket når man løp. Og hvis kneleddet gikk i stykker, tok bestefar fram teiprullen og fikset det, haha! Det har virkelig vært en fantastisk utvikling på disse årene, en utvikling som bare kommer til å fortsette. Det hadde vært interessant å vite hvordan neste generasjon proteser blir.

Helge forteller at C-Leg-navnet er kjent for alle som jobber med ortopediske hjelpemidler over hele verden.

– Jeg tør å påstå at det ikke finnes noen mikroprosessorstyrte kneledd som er i C-Leg-, Kenevo- eller Genium-segmentet.



VARIERER: Geir Arne velger ofte de korte protesene når han vil være mest mulig stabil. Foto: Privat.

Det står inne jeg for, sier Helge, men skynder seg å tilføye:

– Det er likevel ikke slik at C-Leg passer for alle. Mennesker er ikke like, og du må ha en protese som er tilpasset din livsstil og dine behov. Det er helt avgjørende at brukeren føler seg trygg, og man må teste ut produktet hjemme et par uker. Først da vet du om du har riktig protese, sier han.

«STUTT SJÆF»

I årenes løp er C-Leg oppgradert og forbedret en rekke ganger, i takt med den teknologiske utviklingen. Senest i mai kom siste oppgradering. Ikke minst er batterikapasiteten blitt bedre, og «rekkeviddeangsten» mindre.

Geir Arne Hageland har gått videre til Genium-protoser, som passer bedre til hans svært aktive livsstil. Men han bruker fortsatt ofte korte protaser. Da rager han 150 centimeter over bakken. Med de lange er han en åttifem høy. Han kaller seg derfor

gjørne Norges mest fleksible mann, og titulærer seg dessuten «stutt sjæf» for sitt eget selskap, Funkibator.

– De lange protesene kan være praktiske når jeg skal holde følge med folk og i andre sammenhenger. Men ofte passer de korte best. Skal jeg for eksempel bruke motorsaga på et tre på småbruket mitt, vil jeg være mest mulig stabil, sier Geir Arne.

Han sender likevel gjerne en takknemlig tanke til sine gode, gamle C-Leg-protaser.

– De gjorde en stor forskjell for meg!



STOLT: Helge Bjørnstad i Ottobock mener alle må finne protesen som passer til sin livsstil. Foto: Stian Hagebakken.



LINDHE XTEND

xtend your life

Xtend Connect®

er en hurtigadapter som gir deg mulighet til å bytte protesedeler etter livssituasjon og aktivitet!



Hvorfor er det komplisert å bytte bukser?

Buksene setter seg fast i protesen

35 %

Det tar lang tid

23 %

Jeg kan bare bytte bukse da protesen ikke er festet til leggen

15 %

Annen

10 %

Jeg synes ikke det er komplisert

17 %

Har du lignende utfordringer?

Du er ikke alene!

Les våre brukerbehovsstudier og se hvilke behov amputerte brukere har som førte til at vi utviklet Xtend Connect.



Skann QR-koden for å få tilgang til våre brukerbehovsstudier

Mer info på lindhextend.com

Følg oss gjerne på



YouTube





Atterås

Totalleverandør av ortopediske
hjelpemidler

Vi skaper bevegelse!

Atterås lager og tilpasser alle typer benproteser, enten du er amputert gjennom hoftededd, lår, kneledd, legg, ankel eller forfot.

Vi har lang erfaring og høy kompetanse innen tilpassing av benproteser. Her ser du ortopediingeniør Tom Egil Blomberg og fysioterapeut Gyöngyvér Molvær i tett tverrfaglig samarbeid ved tilpassing av lårprotese.

Lurer du på om vi kan hjelpe deg?

Ta kontakt med oss på:

93 68 60 00

post@atteraas.no

www.atteraas.no

Møllendalsveien 1, 5009 Bergen



Freedom Quattro Microprocessor Knee

Quattro har 20 programmerbare moduser som kan tilpasses basert på livsstilen du lever slik at du ikke trenger å inngå kompromisser.



Kinterra™ Foot anbefalt fot til Quattro

Fordelen med Quattro MPK i kombinasjon med Kinterra-foten skyldes bevegelsesområdet; fotturer i bakker og kupert terreng er derfor mykt og naturlig.



nordiCrtopedica

To find out more, please visit www.nordicortopedica.se or contact us at info@nordicortopedica.se

••• TRØNDELAG ORTOPEDISKE VERKSTED

SERVICE – ENGASJEMENT – RESPEKT - KVALITET

TOV tilbyr:

Tilpasning av alle typer arm – og benproteser.

Gåskole – Ukentlig treningstilbud for aktive benprotesebrukere.

Aktivitetsdag for benprotesebrukere planlegges våren 2023.



VELKOMMEN TIL VÅRT PROTESETEAM

MØLLENDALSBAKKEN 6 - TLF 55206460

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

ETAB



1927

SOPHIES
MINDE

Frihet til bevegelse
og til i større grad å
kunne bestemme
over eget liv.

SOPHIES MINDE ORTOPEDI AS er totalleverandør
av ortopediske hjelpemidler, og tar i mot
pasienter fra hele landet.

sophiesminde.no

BUSKERUD TEKNISK ORTOPEDI

Buskerud Teknisk Ortopedi AS
PB 3568 - 3007 Drammen

- hjelpemidler som gjør hverdagen enklere!

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

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



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 brukere skal vokse og utvikle seg med sine hjelpemidler. Med stadig bedre teknikk og fokus på hver enkelts personlige behov ønsker vi å gjøre hverdagen best mulig for våre brukere. Vi vet mulighetene og har løsningene som gir en god funksjon.



Norsk Teknisk Ortopedi AS
Vikavegen 17, 2312 Ottestad
Tlf: 62 57 44 44
nto@ortonor.no
www.ortonor.no

Oppnå bedre livskvalitet med en hydraulisk protesefot

Menneskefoten er kompleks og perfekt designet for at vi skal kunne bevege oss trygt i variert terreng og på ulike typer underlag - vanligvis uten å tenke over det.

En hydraulisk protesefot er laget for å fungere så likt den biologiske menneskefoten som mulig. Ved hjelp av hydraulisk damping justerer foten seg selv og tilpasser seg terrenget og miljøet du beveger deg i.

På flatt ujevnt underlag vil en hydraulisk protesefot sørge for en jevnere balanse mellom protesebenet og den friske siden.

Gange i oppover- og nedoverbakke vil kreve mindre energi.

Siden tåen holder seg løftet igjennom svingfasen reduseres risikoen for å snuble og falle.

Hydraulisk damping gir en mer naturlig ankelbevegelse som gjør at du kan bevege deg lettere, friere og tryggere i alle typer miljø og terreng.



ElanIC - en datastyrt hydraulisk protesefot

ElanIC er en datastyrt hydraulisk protesefot fra Blatchford med integrerte sensorer som gjenkjenner brukerens aktivitet og miljø.

Ved rask gange og i oppoverbakke vil foten gi god fremdrift og bidra til å redusere din energibruk.

I nedoverbakke vil foten bremse for å sikre en trygg og kontrollert gange. Når du står stille vil foten raskt gå i lås og du vil oppnå god stabilitet og balanse.

ElanIC er en allsidig, vanntett og robust protesefot for deg som ikke vil gå på akkord med dine favorittaktiviteter.

Les mer:



Kontakt din ortopediingeniør for å få vite mer om hvordan du kan få prøve en av Blatchford's hydrauliske proteseføtter.

Studier viser at en hydraulisk protesefot kan bidra til:

- Raskere, mer naturlig og mindre energikrevende gange
- Mindre belastning på skjelettet og det friske benet, og redusert risiko for å utvikle slitasjegikt og ryggplager
- Mindre trykk og belastning i protesehylsen
- Redusert risiko for å snuble og falle
- Bedre kroppsholdning
- Økt komfort og bedre langsiktig helse



EchelonER - en ny hydraulisk protesefot med økt ankelbevegelse

EchelonER er en ny hydraulisk protesefot fra Blatchford med økt ankelbevegelse som gir mulighet for både barfotgange og bruk av sko med ulike hælhøyder.

Foten er vanntett og robust, og spesielt utviklet for å gi deg større fleksibilitet og frihet i hverdagen.

Les mer om EchelonER:



Ortopro

Distribueres i Skandinavia av Ortopro AS
t: 55 91 88 60 • e: post@ortopro.no
Følg oss på sosiale medier: @ortoproas

A close-up photograph of a person's lower leg and foot. The person is wearing a black athletic sock and a black prosthetic running blade. The blade is a curved, metallic-looking structure that connects to a black Salomon sneaker. The sneaker is positioned on a rough, grey rock. The background is a blurred, natural landscape with warm, golden light, suggesting a sunset or sunrise. The overall image conveys a sense of outdoor activity and performance.

Xtra Torsion. Xtra Shock.

The **AllPro XTS** combines the AllPro performance you have come to expect with an even smoother rollover and forgiveness on rough terrain or around town. The XTS unit provides adjustable torsion and vertical shock reduction without sacrificing build height.

Fillauer®

Momentum landet rundt. Vi er til for deg og dine. Ta kontakt!

ØST

Oslo, Akershus og Østfold



Regionleder:
Hans Petter Børresen
hansp@hellumdiamant.com
T: +47 95 11 93 64

ØST

Oslo, Akershus og Østfold



Likepersonkontakt:
Kristin Holter Sørensen
kriholtesor@hotmail.com
T: +47 99 71 97 56

INNLANDET

Hedmark og Oppland



Regionleder:
Oda Solhaug Kokslien
oda_solhaug_kokslien@hotmail.com
T: +47 99 25 01 63

INNLANDET

Hedmark og Oppland



Likepersonkontakt:
Roar Olafsen
borgolafsen@gmail.com
T: +47 93 69 73 30

SØR-VEST

Rogaland og Agder



Regionleder:
Arild Bergstrøm
katuliz57@gmail.com
T: +47 95 09 70 60

SØR-VEST

Rogaland og Agder



Likepersonkontakt:
Terje Tobias Finnsådal
ttfinsaadal@icloud.com
T: +47 91 59 54 66

VEST

Hordaland, Sogn og Fjordane



Regionleder:
Mariann Vestbøstad Marthinsen
mariann_ve@hotmail.com
T: +47 99 22 53 15

VEST

Hordaland, Sogn og Fjordane



Likepersonkontakt:
Marit Havre Nilssen
hnmarit@frisurf.no
T: +47 92 03 06 16

SØR-ØST

Buskerud, Telemark og Vestfold



Regionleder og likepersonkontakt:
Merete Linde-Nielsen
kongsberg.vita1423@vita.no
T: +47 90 41 07 13

MIDT-NORGE

Trøndelag, Møre og Romsdal



Regionleder og likepersonkontakt:
Tor Aalberg
toraal@hotmail.com
T: +47 46 63 06 42

SVERIGE



Styreleder:
Christoffer Lindhe
christoffer.lindhe@momentum.nu
T: +46 728 57 13 00

SVERIGE



Nestleder:
Robert Lång
robert.lang@momentum.nu
T: +46 707 43 05 71

HOVEDSTYRET I MOMENTUM

Kjetil Bragstad



Styreleder:
kjetil.bragstad@momentum.nu
T: +47 48 60 19 74

Petter Thime



Nestleder:
petter.thime@momentum.nu
T: +47 90 01 90 95

Morten Berg



Styremedlem/
økonomiansvarlig:
morten.berg@momentum.nu
T: +47 90 16 30 66

Mark Miller



Styremedlem/
Likepersonkoordinator:
mark.miller@momentum.nu
T: +47 92 88 76 60

Silje Bjerga Nesland



Styremedlem/sport og aktivitets ansvarlig:
silje.bjerga.nesland@momentum.nu
T: +47 40 24 10 81

Geir Bornkessel



Varamedlem:
geir.bornkessel@momentum.nu
T: +47 97 15 58 78

Roar Olafsen



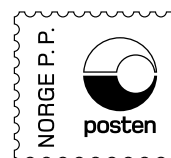
Varamedlem:
borgolafsen@gmail.com
T: +47 93 69 73 30

Liv Karin Søstuen



Adm. sekretær:
info@momentum.nu
T: +47 40 00 43 60

Returadresse:
Momentum
pb. 49 Skøyen
0212 Oslo



Din aktivitet. Din utvikling. Protesen gir deg unik innsikt

Brukere med benprotesene Kenevo, C-Leg 4, Genium og Genium X3 har mulighet til å få unik innsikt og måling av aktiviteter direkte i sin smarttelefon. I tillegg til MyModes-funksjonene er gangtid samt aktivitetsdata som måler antall skritt både på flatt underlag og også antall skritt oppover og nedover. Du kan koble din profil til ortopediingeniøren du bruker for digital interaksjon og komponentstatus.

Lag en myOttobock i Cockpit-applikasjonen på din smarttelefon og følg med på utviklingen.

