

MOMENTUM *nytt*

Foreningen for Arm- og Benprotesebrukere



ÅRGANG 5
NR. 2/2000

Aktuelle tema & reportasjer

Årmøtet - Kysthospitalet
ved Stavern s. 4/5

Temakveld -
armproteser s. 6/7

Utseende,
hva er nå det? s. 8/9

Intervju med
Rune Søstuen s. 10/11

Presentasjon
av det nye styret s. 12

Leserne har ordet s. 15

Faste spalter

Leder
Klara Klok Spalten





LEDER

MOMENTUMnytt nr. 2/2000

Utgiver: MOMENTUM,
Grinistubben 6, 1359 Eiksmarka.
Utkommer 4 ganger årlig.

Redaktør og styremedlem:

Anita Baastad
tlf.: 67 14 79 42
E-post abaastad@online.no

Layout og sats: Anita Baastad

Trykk: Wisa Grafisk as

Styret:

Leder: Nils-Odd Tønnevold

tlf.: 22 44 87 97
E-post nils@connectum.no
fax: 22 44 33 19

Nestleder: Helge Borgevad

tlf.: 32 85 64 26
E-post helge.borgevad@c2i.net

Styremedlem: Anne Kristin Djuve

tlf.: 32 89 21 81
E-post akdjuve@sensewave.com

Styremedlem: Geir Liang

tlf.: 73 94 22 22
E-post liangdoc@online.no

Styremedlem: Tor Dalsheim

tlf.: 61 29 56 29
E-post tor.dalsheim@sensewave.com

Styremedlem: Svein Resell

tlf.: 22 33 09 99
E-post svein.resell@intercomp.no

Internett:

<http://www.momentum.nu>

Årskontingent:

- Hovedmedlemskap for protesebrukere minimum kr. 150.-
 - Støttemedlemskap for pårørende og fagfolk minimum kr. 100.-
 - Støttemedlemskap bedrift koster minimum kr. 300.-.
- Gaver utover dette beløp mottas med takk!

Annonser:

Vennligst kontakt
Nils-Odd Tønnevold på tlf. 22 44 87 97
eller fax 22 44 33 19 for nærmere
informasjon.

Bankforbindelse:

Den norske Bank ASA
Kontonummer: 0530.06.69788

Kjære Medlem

Moteverden er kjent for å gå nye veier når det gjelder fantasifulle plagg påhengt "perfekte kropp". Selv et vanlig, dødelig menneske, uten synlige lyter, kommer til kort sammenlignet med de fotomodellene vi til daglig kan se i annonsene på TV, i aviser og ukeblader. De fleste av oss ser ikke ut som fotomodeller. Vi bærer preg av at vi setter pris på god mat og sosial omgang.

Hva er så et perfekt utseende? Er det noe å strebe etter? Har vi en tendens til å se over bekken etter vann? Tror vi at gresset er grønnere på den andre siden av gjerdet? Hvis vi bare veide mindre og lignet mer på idolene, da ville vi vært lykkelige, tror vi kanskje. Hva med å gjøre det beste ut av vårt utgangspunkt? Er det ikke nettopp våre særtrekk som gjør hver og en av oss spesiell - til den vi er?

Under et tannlegebesøk nylig ble jeg, Nils-Odd, fortalt at jeg burde trekke en tann eller to og foreta en tannregulering. Dette skulle gi meg et Solidoxsmil. Men så sa tannlegen at hun egentlig ikke ville anbefale meg å gjennomføre dette, for "hvis alle retter på tennene for å få dem til se perfekte ut, blir alle like. Folk mister sitt særpreg."

Med eller uten synlige skavanker er vi med på å berike våre omgivelser. Tenk så kjedelig om alle var like. Riktignok er mange av oss litt forfengelige og ønsker å gjøre det beste ut av vårt utgangspunkt. Det er for såvidt positivt, men jeg synes vi skal vokte oss vel for ønsket om å se ut som andre fremfor å være oss selv. Som arm- og benamputerte kan vi skille oss ut fra den grå masse på en positiv måte (enten vi bruker protese eller ikke) ved å være stolte over hvem vi er, akseptere det som ikke vil gro ut igjen, men fokusere på det vi kan og være noe for andre. For de av oss som bruker protese synes jeg det er viktig at protesen ser bra ut på en eller annen måte. Det kan enten bety at den ser noenlunde lik ut det vi har tapt eller ser positivt annerledes ut, for eksempel "high tech". Begge deler har sin verdi, det dreier seg uansett om å akseptere og være stolt av sitt nye "verktøy" og slik vi er. Det handler om utstråling!

God sommer!



Nils-Odd Tønnevold
Leder



Anita Baastad
Redaktør

ALPS *Easyliner & Easysleeve* fra **erimed**



"Jeg behøver et materiale som er holdbart men allikevel komfortabelt, slik har det vært med min Easyliner og Easysleeve"

Gunnar From, Protese bruker og Idrettsutøver.



*Et utvalg av ALPS produkter som **erimed** lagerfører*



erimed international Box 5028, 141 05 Huddinge,

Tel +46 8- 449 56 50, Fax +46 8- 646 47 67, info@erimed.se

Kysthospitalet



Etter ca to timers kjøring fra Asker ankom styret 25. mars "vårblide" Stavern og Kysthospitalet hvor Årsmøtet skulle gå av stabelen. Direktør Arvid T. Holte og noen av hans medarbeidere på bildet under var gjestfritt vertskap. Kysthospitalet ligger i nydelig omgivelser, med egen strandlinje, brygge og sandstrand.

I tillegg til å stille lokaler til vår disposisjon, ble det holdt engasjerende innlegg om tverrfaglig rehabiliteringsfilosofi for brukerne av stedet. De 39 fremmøtte kunne selviaktt bredden i tilbudet til personer som der "finner tilbake til livet".

Stikkord i rehabiliteringsfilosofien er;

- * aktivitet og
- * hjelp til selvhjelp

Sentralt i denne filosofien er at "brukerne har ideer og ferdigheter

selv". Ved å stimulere de personlige egenskapene gjennom gruppe- og selvtreningsprogrammer vil de lykkes i å heve sin livskvalitet. Det gjelder alle, enten det er slag, amputasjon, kreft eller annet som har ført dem til Kysthospitalet. Man har syv profesjoner, inndelt i faggrupper, som foruten helsepersonell, består av aktivtør og idrettsinstruktør - alle med en unik kompetanse i samarbeid med

- * lokale helse- og sosialtjenesteetater
- * lokale trygdekontorer
- * pårørende og
- * gode hjelpere

I sin streben etter å lykkes har teamet naturen på sin side. Det skal godt gjøres å mislykkes med disse forutsetningene.

25-30 nyamputerte i året gjennomgår et to måneders rehabiliterings-

program på Kysthospitalet. Etter at de individuelle behov er kartlagt, settes individuelt tilpasset behandling i gang. Dette inkluderer bl.a. opptrening av

- * forflytningsevne
- * balanse
- * styrke- og
- * utholdenhetstrening

Det å komme seg fra rullestol til toalett ved egen hjelp, eller ved bruk av krykker, er ingen enkel sak når man er nyamputert. Fordi kroppens tyngdepunkt er totalt endret ved amputasjonen er det særdeles vanskelig å holde balansen. Ofte blir det ikke noe greie på gåtreeningen før angsten for å falle er overvunnet. I mellomtiden gjør det godt å være under fysio- og ergoterapeutens veiledning. Styrke- og utholdnings-trening gjennom vektløfting og ergometersyssel er kanskje ikke det



Fra venstre fysioterapeut Espen Kittelsen, overlege dr. med Liv Marit Smedstad, ergoterapeut Ingrid Undstad, fysioterapeut Tor Birger Hilanmo, ortopediingeniør Jon Andersen og direktør Arvid W. Holte

Spesialsykehus for fysikalsk medisin og rehabilitering



mest spennende å holde på med, men det er nødvendig fordi en som bare har ett ben bruker 50% mer energi ved forflytning enn en som har begge ben intakt.

Kysthospitalets Venner har skjenket stedet en robåt. Styrke og utholdenhet kan oppøves ved roing når været tillater det. Stedets herlige omgivelser innbyr til trening. Den behøver ikke nødvendigvis bare foregå på treningsbenken, i gangbanen, i gymnastikksalen eller i svømmebassenget, men gjerne utendørs.

Det er en sammenheng mellom røking og amputasjon fordi nikotin tetter blodårer. Har man fjernet et ben på grunn av svikt i blodsirkulasjonen, er røykekutt så avgjørt et forebyggende tiltak, og Kysthospitalet har derfor et tilbud om røykeavvenning. Betingelsen for å være med i røykeavvenningsgruppen er forståelig

nok - motivasjon.

En ting er at de nyamputerte er omkranset av dyktige fagfolk under hele rehabiliteringsprosessen og at det lokale helseapparat er koblet inn før Kysthospitalet slipper taket i dem, noe annet er - **hva skjer etter utskrivningen?** Det blir foretatt en **kontrollundersøkelse** innen ett år er gått. Da fokuseres det på

- fungerer de foreslåtte tiltak tilfredsstillende? og - har nye behov oppstått?

Vi i MOMENTUM ble imponert over det vi opplevet på Kysthospitalet.

Natur • Glede • Samhandling.

Der er disse stikkordene en realitet. De som bor i Vestfold og kan nyte godt av dette tilbudet er heldige.

MOMENTUM retter en hjertelig takk til direktør Arvid T. Holte, fysioterapeut Espen Kittelsen, overlege dr. med Liv Marit Smedstad, ergoterapeut Ingrid Undstad, fysioterapeut Tor Birger Hilanmo, og ortopediingeniør Jon Andersen for en opplevelsrik og inspirerende dag. (Reportasje fra resten av dagen og årsmøtet står på s. 12.)
"Vi ønsker lykke til videre på ferden".



"Kysta-gutten"



Agenda - Armproteser!

Protesebrukere, fagfolk fra Sophies Minde og Kysthospitalet ved Stavern samt pårørende, utgjorde publikum på temakvelden 5. april som omhandlet armproteser. Ergoterapeut Ingrid Lesjø holdt et engasjerende foredrag om rehabilitering ved Fys.med.avdeling på Sentralsjukehuset i Hedmark og Trond P. Schonhowd, Norsk Teknisk Ortopedi A/S Hamar ga et meget interessant innblikk i armprotesenes historie. Dialogen mellom foredragsholderne og salen var livlig. Kort sagt: En vellykket temakveld.

HELGE BERGEVAD OG ANITA BAASTAD



Ingrid Lesjø er med i et tverrfaglig team, som foruten henne, består av ortopediingeniør, lege og fysioterapeut. Teamets målsetting er å bistå armamputerte til å mestre hverdagen optimalt med det handikap tap av arm(er) innebærer.

I fjor nøy 51 brukere godt av teamets kompetanse. I løpet av to dager ble deres helse generelt, og armstumpen spesielt, undersøkt for avstøpning, tilpasning og justering av protese. Også psykiske behov ble kartlagt og en funksjonsvurdering foretatt. Sistnevnte går ut på, kort sagt, å gi et bilde av voksne armprotesebrukeres kapasitet til å mestre selvfølgeligheter, slike som;

- å ta av og på seg klær
- pusse briller
- ta på seg armbåndsuret
- benytte lommebok
- skjære brød
- personlig hygiene
-

Alle er gjøremål som normalt krever to hender. Før brukeren kan gjøre disse, må

han/hun ta på seg en kunstig arm/håndprotese!

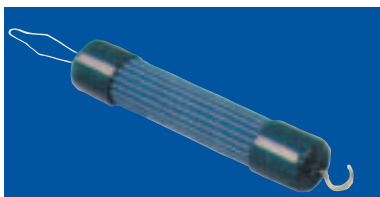
Der og da gikk det opp for mange av deltakerne at dette er en kjempeutfordring når ens naturlige arm(er) mangler. De *så* faktisk hvilket fantastisk verktøy en naturlig hånd er. Alle de tusen gjøremål hver dag består av - fra det å kneppe knapper til å knyte skosliss -! Banaliteter? NEI! UTFORDRINGER. Intet mindre.

Heldigvis finnes det hjelpemidler. Her skal kort beskrives tre.



Knappeåpneren over er en. Ved å putte ståltråden gjennom knapphullet, gripe tak i knappen og så trekke den ut, blir påkledningen ikke lenger en håpløs ugjennomførbar oppgave.

Den kombinerte knappe-/glidelåsåpneren under er praktisk og gjør at brukeren ihvertfall har ett hjelpemiddel mindre å holde styr på.



Å spise fra tallerken med én hånd uten å søle på bordet er vanskelig. Ofte tyr brukere til tommelen for å holde maten på plass. En hendig plastikkas, som vist i neste spalte, løser dette problemet.

Hvordan “vantet” kommer på plass er en annen skål.



Ingrid Lesjø hadde med seg flere hjelpemidler, bl.a. en silkepose til å tre på den kunstige armen når man skal ta på seg langermede plagg.



Silken tar nemlig “kverken” på de naturtro kunstige armer (over) motstand. Det er kosmetikken til disse som gjør det så tungt å kle på seg. Men silke er altså tingen.

Da dette gikk opp for tilhørerne lød det fra en mor, hvis sønn er armprotesebruker:

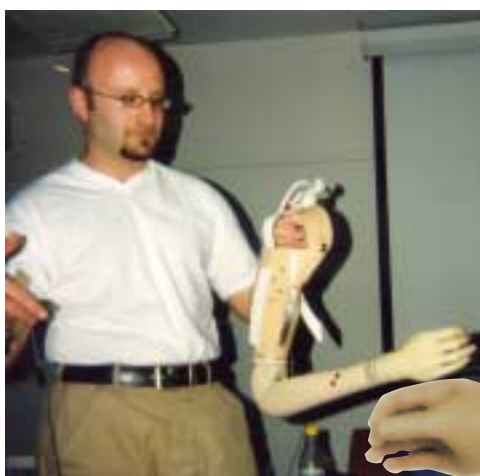
“Noe av det første jeg skal gjøre når jeg kommer hjem, er å sy en slik silkepose”.

Det var nok flere enn denne moren som fikk med seg “noe” hjem fra denne temakvelden.



Armprotesene i nær fortid

Ortopediingeniør Trond Schonhowd startet sitt foredrag med å vise armprotesen fra tidlig på 1900-tallet ytterst til høyre på "Ministanden". Hånden er av tre og har ytterst på tommel-, peke- og langfingeren et læraktig materiale (de sorte flekkene) som skulle gi en bedre funksjon når brukeren grep om gjenstander. Det sto en rapportasje om armprotesenes utvikling i MOMENTUMnytt 1-1999. For de som er interesserte, henvend dere til oss og vi sender et blad så langt beholdningen holder.



Dagens proteser

På bildet i neste spalte holder Trond Schonhowd den kjente Utah-armen i hånden. Forstørrelsen i spalte tre viser de Myoelektriske elementene som er festet på innsiden av den laminerte hylsen. Brukeren betjener armen via disse elementene med muskelkraft. Dette eksemplifiserer hvorfor det er så viktig med et tverrfaglig team i rehabiliteringsprosessen. Brukerne må lære å beherske sine muskler og forstå hvorfor. Å gripe tak i et glass er ikke det samme som å ta tak i kaffekjelen. Klemmefunksjonen på kunstige hender representerer ca. 10-12 kg styrke.

Dagens ulike armproteser

Det er mange typer armproteser på markedet i dag. De fleste har både fordeler og ulemper. Mens de **kosmetiske** ser naturott ut, er ulempene at de yter motstand ved påkledning og fungerer dårlig i forhold til **konvensjonelle/mekaniske** proteser, hvis minus er seletøyavhengig. Ellers er de robuste og brukeren har mer kontroll over åpning og lukking av hånden fordi funksjonen er waierstyrt fra

ryggmuskulaturen. De **elektriske** har mange positive trekk. Disse er; god funksjon og rotasjon, akseptabel kosmetikk og seletøyavhengighet. De kan imidlertid gi falske impulser, slik at hånden lukker/åpner seg på en utilsiktet måte. **Spesialprotese** er tilpasset en funksjon, en hånd med et hull i for skistaven er et eksempel på en slik.

Fremtidens armprotese

I stikkordform skal her nevnes hvordan ortopediingeniør Trond Schonhowd tenker seg den;

- mindre og lettere deler
- økt funksjon
- flere computerstyrte deler
- bedre kosmetiske resultater

Gode råd

En armprotesebruker bør for all del ikke lukke en kunstig hånd rundt bilrattet!!! Det kan få katastrofale følger i gitte situasjoner. For eksempel hvis man må svinge unna noe som plutselig dukker opp i kjørebanelen.

Med den kunstige hånden på rattet er situasjonen fastlåst og en får ikke svingt unna! Redsel og gru.

Et annet råd er å sørge for at både for og bakbrems på ens sykkel er på den ene siden av sykkelrattet. Hvis de ikke er det, kan det gå syklisten ille.

Avslutningsvis vil MOMENTUM rette en hjertelig takk til ergoterapeut Ingrid Lesjø og ortopediingeniør Trond Schonhowd for deres engasjerende foredrag.



Utseende, hva er

Det kan se ut som om tre “arenaer” er i ferd med å endre syn på det som er vakkert

- * *Motebransjen*
- * *Kjendisverden*
- * *Oss vanlige*

Motebransjen

Det er ikke ofte moteblader endrer vår tenkemåte. Men en trend ved klær laget for personer med funksjonshemninger forårsaker mye røre.

Fotografen Nick Knight, moteskaperen Alexander McQueen og magasinutgiveren Jefferson Hack har samarbeidet om et prosjekt som bryter ned en av de siste bastioner hva gjelder “kroppsfascisme”.

En 14 siders artikkel i et britisk magasin viser vakre, sterke og stolte personer med “lyter” i moteklær.

I moteverden blir det som regnes som vakkert stadig snevrere. Du skal helst være ung, tynn, veltrent, blond og lyshudet.

Aimée Mullens, en blond, vakker kvinne med to kunstige ben modellerer en fritidsjakke i ull med matchende T-skjorte signert Alexander McQueen. Kortvokste Helen McIntosh har på seg et tweedantrekk kreert av Roland Mount og det skallete thalidomidofferet Mat Fraser er ikledd en plissert linningsjakke skapt av C. Blades. Hver av personenes sjarmer og humor skinner gjennom, og noen ganger er det vanskelig å oppdage hva som er deres handicap. Det finnes ingen “offerkultur”.

På slutten av 1997 besluttet McQueen seg for å lage et prosjekt

for og med funksjonshemmede. Han og hans stylist Katy England, kontaktet funksjons hemmedes organisasjoner i landet og mottok en overveldende respons. Mer enn 50 ønsket å bli med på prosjektet. Åtte av disse ble valgt ut. På grunn av folks inntrykk av moteindustrien, måtte det en del forklaringer til. De var skeptiske og lurte på hvorfor vi ville gjennomføre prosjektet. Vi måtte bryte ned deres barrierer og være helt ærlige”, forteller Katy.

Modellen Aimee Mullens i det hun fester ankelremmen rundt sine smekre, kunstige silikonben.



Andre involverte moteskaper i prosjektet var Hussein Chalayan, Philip Treacy og Commes des Garçons. For å få gjenspeilet modellenes personlighet i klærne ble hver av moteskaperne involvert med en funksjonshemmet og parhestene fikk det til.

Det er mulig at McQueens idé er toppen av kreativitet etter mange års produksjon av klær for perfekte, rike og privilegerte kvinner. Men han har alltid hatt et øye for det som er annerledes.

“Da vi startet opp, var vi bare interessert i individualitet og originalitet når vi valgte ut modeller, og dette er å gå enda lenger” sier Katy.

Fotografen Nick Knight er ikke ukjent når det gjelder sprengte motefotografiens grenser.

Han var den første som fotograferte modellen Sophie Dahl, størrelse 14, for moteverdens bibel “*Visionaire*”. Hans bilde av modellen Sara Morrisson, størrelse 16, for “*Vogue*” fikk moteverden til å stirre på denne pannekakeflate navlen i hele 15 sekunder. Han brukte også gårdbrukere i åttiårene for sin Levi’s Red Tab kampanje i 1996. Det er noen som mener at Knight gjør mote-industrien oppmerksom på kroppsfascisme selv om det ikke er hovedgrunnen. Han har vært imot

nå det?



vold og hans bilder i den spanske publikasjonen "*Big*" i mai 1997 var så livaktige fremstilt at magasinet måtte utstyres med advarselsetikett. Hva synes så folk utenfor mote-industrien om hans bilder?

"Vi ønsker å endre samfunnets holdninger ovenfor funksjonshemmede, sier Karen Edmund, leder av "Glad" (the Greater London Association for Disabled People). De har rett til å gjøre det alle andre gjør, og det er veldig bra at magasinet skaper en positiv holdning til dette. De fleste forestiller seg at en funksjonshemmet person er en person som sitter i rullestol eller må hjelpes over gaten. Folk ser ikke engang funksjonshemmede på TV, så det å se dem i en ikke stereotyp rolle i et motemagasin er fantastisk. Funksjonshemmede ønsker, som alle andre, å være så attraktive som mulig." Tim Johnsen, en 33-årig arkitekt som mistet en arm i en trafikkulykke da han var 15, sier: "Jeg synes fotografen har tatt en stor risiko, men det har lønnet seg. Jeg vet ikke hvem Alexander McQueen og Nick Knight er, men jeg synes prosjektet er svært bra".

Hverdagskvinnen

Jackie Coventry, til venstre, fikk amputert den ene leggen da hun var to uker gammel. I 38 år har hun levet et aktivt og fullverdig liv. Hun er utdannet sykepleier, er gift og har tre gutter. Det var dog en ting hun har vært misfornøyd med - sitt

image. Hun følte at det kunstige benet begrenset henne på grunn av dets utseende. Da hun hørte om silikonben som virkelig ligner et vanlig ben, bestemte seg for å få et slikt.

Hun sier: "Jeg viser det frem med stolthet. Før forsøkte jeg å skjule "benet", særlig de klumpete delene. Nå går jeg gjerne i shorts, korte skjørt og sandaler. Det nye benet har forandret livet mitt på flere måter. Jeg håper at alle som ønsker det kan få silikonben".

Kjendisverden

Heather Mills, bildet øverst til venstre, mistet venstre ben under kneet i en ulykke. I følge media er hun nå modell for undertøy. Inntektene for modelloppdragene kommer andre amputasjonsofre til gode. Hun har startet "The Heather Mills Trust" til inntekt for landmineofre i den tredje verden.

På et veldedighetsmøte i fjor traff hun Paul McCartney. Han ble sjarmert av henne og foruten å gi tjue millioner til det gode formålet ga han henne telefonnummeret sitt. I ettertid har de to sett mye til hverandre og søt musikk er oppstått. Paul uttaler at han er stolt av Heather og beskriver henne som en tapper kvinne.



Rune Søstuen, møbeltapetserer og armprotesebruker

For elve år siden mistet Rune Søstuen, 41 år, venstre hånd i forbindelse med en arbeidsulykke.

Han deler her sine erfaringer med MOMENTUMs lesere.



Den enarmede møbeltapetseren Rune Søstuen i ferd med å stoppe stol. Han bruker protesen til å stramme tråden.

“Rune, hvordan har livet artet seg for deg siden ulykken? Har det vært tøft?”

“Nei. Jeg godtok situasjonen fra første dag.”

“Er det virkelig tilfelle?”

“Nåja, det var et problem. Hvordan få fisk nå? Men det gikk greit. Andre dag etter ulykken fisket jeg i Glomma.”

“Det er jo helt utrolig”.

“Ja, men så har jeg vært heldig. Bortsett fra de to første årene. Da var jeg plaget med at det klodde og stakk i armstumpen. Det var som om en nål stakk inn under tommelfinger-neglen. Men siden det har jeg ikke vært plaget med fantomsmerter eller andre smerter. Det som har plaget meg er at jeg fryser en del i armstumpen. Du vet, proteser leder kulde. Varmetrådene i protesen fungerte ikke bra nok, men jeg har funnet opp et botemiddel.”

“Hva da?”

“Jeg bruker en elgmuffe foret med fiberpels, og med innsydd varmetråder som ekstra forsikring. Den gir en veldig god varme. I vinter var jeg i Femundsmarka og pilket en

bel uke uten å fryse. Varmetråden ble brukt totalt i en time. Muffen er varm nok i seg selv når man først er blitt varm.”

“Men Rune, livet kan da ikke bare ha gått rett fram etter fisketuren i Glomma to dager etter ulykken?”

“Vel, Jeg måtte gjennom noen operasjoner fordi jeg mistet hånden rett over håndleddet. Benstumpen ble så kjegleformet at det var vanskelig å få protesen til å sitt på. For å løse problemet ble et stykke ben på størrelsen med en “sukkerbit” tatt fra hoftekammen og festet ytterst på benstumpen. Dette tok tid og var både plagsomt og smertefullt. Etter ca. et år gikk det betennelse rundt skruene som var blitt benyttet. Disse måtte fjernes. I den forbindelse ble det forsøkt å sprøyte bedøvelse rett inn i armens blodårer. Men det gikk ikke fordi blodårene hadde “krympet” slik etter amputasjonen at det var umulig å finne dem. Det gikk greit med vanlig lokalbedøvelse, heldigvis, bortsett fra de tre/fire første stikkene da. De var skikkelig vonde. Det bør vel også nevnes at etter fem/seks år ca. hadde kroppen absorbert så mye av “sukkerbiten” at protesen ikke lenger ville henge på. Dette er noe som kan forekomme i enkelte tilfeller. Løsningen ble en rem ovenfor albuleddet. Men

den grodde da til omsider. Og etter det har det gått greit.”

“Helt greit?”

“Ja, det har faktisk det. Nå bruker ikke jeg protese hver dag. I arbeid må jeg, men ikke ellers, hvis jeg ikke må. Jeg bærer helst ikke småbarn med protesen på - den er hard og føles nok ikke helt behagelig å bli løftet opp med. Men dette er jo ikke et permanent problem. Ungene mine på fem og åtte har snart vokst fra bærestadiet. Nei, helt ærlig, jeg føler meg ikke handikappet. Jeg klarer det jeg vil, bortsett fra å kneppe igjen knapper på høyrearmet med venstre arm.”

“Kanskje noen av leserne har lignende erfaringer som de gjerne deler med deg. Vi ser frem til å høre fra dere”.

Klara Klok Spalten



Geir Liang Jensen er lege, kne-ex amputert og styremedlem i MOMENTUM. Han svarer gjerne på spørsmål vedr. protesebruk og annet av medisinsk art.

Spørsmål sendes til: MOMENTUM v/redaktør Anita Baastad, Grinistubben 6, 1359 Eiksmarka eller epost: abaastad@online.no

Kjære Geir,

Eg fekk høgre legg amputert mai 99 p.g.a. manglende blodsirkulasjon. Etter å ha kjent en del fantomsmerter første tida, ser det ut som dette har gått over.

Spørsmål 1

Er muligheten tilstede for at fantomsmerter kan dukke opp igjen i framtida, etter 4-5 mnd. med fråvær?

Ein del smerte og ømheit i stumpen har eg fortsatt og må vel kanskje leve med det. Så vidt eg veit er dette så individuelt at det er lite aktuelt å spørje om enkelttilfelle.

Eg har veldig sympati for dei som plagast

med fantomsmerter, og forsetter difor "spørrebrevet" mitt: MOMENTUMnytt nr. 4/99. s. 4: "Rosèn påpekte at pasienten bør holdes smertefri før operasjon og inntil 4-5 døgn etter for å forebygge fantomsmerter. Dette praktiseres ikke i dag på sykehus grunnet manglende vitenskap".

Spørsmål 2

Korleis kan det vera mulig at det er tilsynelatende umulig å få Rosèn's informasjon ut til landets sykehus??

På forhånd takk for svar, og med helsing Otto Solnørdal

Kjære Otto

Spørsmål 1

Fantomsmerter er uberegnelige og kan dukke opp når som helst uten forvarsel. Det er en tendens til at man er mest plaget de første ukene etter operasjonen og at problemene blir mindre etter hvert. Som oftest er det slik at de som har mest smerter til å begynne med også har større risiko for hyppigere og mer intense smerter senere i forløpet. I ditt tilfelle er det mest sannsynlig at du vil få relativt beskjedne plager med fantomsmerter framover, men jeg understreker usikkerheten med en slik prognose.

Spørsmål 2:

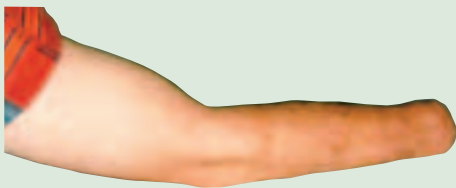
Dette er et godt spørsmål det ikke er så enkelt å svare på. Til sammenligning tar det flere år før et nytt medikament lanseres til det oppnår et slags konsensus enighet. Med andre ord er det en viss "treghet i systemet". Hvor raskt nye behandlingsformer tas i bruk, avhenger av hvordan de blir markedsført. Det er strenge vitenskapelige kriterier som skal være oppfylt før man "godtar" nye medisinske prosedyrer. Alle medisinske nyheter blir som regel offentliggjort i anerkjente medisinske tidsskrifter. Dette materialet blir etter hvert diskutert på store såkalte konsensuskonferanser innen det enkelte fagfelt. Fra konsensuskonferansene kommer det såkalte "guidelines" som da blir en slags fasit. Hele denne prosessen kan ta flere år. Til sammenligning tar det ca. 20 år å forske frem et nytt legemiddel, og legemiddelprodusentene bruker milliarder av NOK på markedsføring. Likevel kan det altså gå flere år før medikamentene blir allment kjent.

Jeg håper du ble litt klokere av disse svarene.

Med vennlig hilsen

Geir

Runes arm uten protese.



Runes arm uten protese. "Sukkerbiten" ble påsatt ytterst på stumpen. Men ble absorbert av kroppen i løpet av 5/6 år og protesen ville ikke henge på. Løsningen ble en rem som sitter ovenfor albuledet på arbeidsprotesen.

Runes arbeidsprotese.



Den brukes alle yrkedager og får hard medfart. Dette medfører slitasje og ca. to til fire ganger i året er den inne på Norsk Teknisk Ortopedi A/S Hamar til reparasjon og overhaling. Heldigvis for Rune bor han ikke langt

unna så det går ikke så mye arbeidstid til spille. Han har også et godt forhold til verkstedet og han får topp service. Det er svært viktig i Runes og alle andre protesebrukeres livssituasjon.

Runes arm ikledd elgmuffen.



Dette er Runes alfa og omega mot frost og ubehag.

Arbeidsprotesen ikledd muffe.



Det som slår meg er at elgmuffen også er noe for meg. Som benprotesebruker fryser jeg på de bena jeg ikke har og

langt oppover lårene og underkroppen. Det tar lang tid før varmen kommer tilbake etter at protesene er tatt av.

ÅRSMØTETS GLEDESSPREDER!

Etter at programmet, som inkluderte lunsj, tid for spørsmål, omvisning, kaffe og kaker, presenterte adm. direktør Karl-Erik Stenberg, OrthoEurope AB

ULTIMATE KNEE

Han hadde et lydhørt publikum.

Det unike ved kneet, er alle dets innstillingsmuligheter. På grunn av dette kan protesebrukere gå med det samme protese-kneet under hele rehabiliteringsprosessen, fra de lærer å ta sine første skritt til de har full kontroll. Dette fordi kneleddet kan innstilles fra å være helt stivt under gang til å svinge helt fritt. Når man begynner å trene seg opp med lårprotese, oppleves det ofte skummelt at protese-kneet kan knekke sammen når man ikke ønsker det. ULTIMATE KNEE gjør det mulig å justere knefunksjonen slik at kneet



svinger fritt under gang, men "låser" kneet når hælen får kontakt med underlaget. Etterhvert kan dette justeres fra låsning til seig treghet som gjør det mulig å "gå over" protesen,

steg over steg ned trapper og bakker.

Det skal vel ikke store fantasien til for å forstå at det er en stor avlastning for en person som nettopp har fått snudd opp ned på sin tilværelse. Fra tidlig morgen til sengetid er hverdagen full av nye ting hun/han må venne seg til. Men å å venne seg til stadig nye kneledd under gåopplæringsprosessen slipper man, hvilket sparer tid og penger!

MOMENTUM vil rette en stor takk til Karl-Erik Stenberg og OrthoEurope.

39 personer fant veien til årsmøtet - en blanding av protesebrukere, pårørende og fagfolk. Vi hadde stort utbytte av det faglige og den sosiale delen av weekenden og ser frem til neste med forventning og glede.

Anita Baastad og Nils-Odd Tønnevold

MOMENTUMs nye styre, valgt 25.mars 2000



Redaktør
Anita Baastad
benprotesebruker
gjenvolgt



Nestleder
Helge Borgevad
armprotesebruker
gjenvolgt



Leder
Nils-Odd Tønnevold
benprotesebruker
gjenvolgt

Medlemsansvarlig
Anne Kristin Djuve
benprotesebruker gjenvolgt



Styremedlem
Geir Liang lege &
benprotesebruker gjenvolgt



Styremedlem
Tor Dalsheim
benprotesebruker nyvalgt



Styremedlem
Svein Resell
benprotesebruker nyvalgt



Vi takker for tilliten!

ORTOPEDITEKNISKE VERKSTEDER I NORGE

Det finnes 22 steder i landet vårt hvor du kan få laget proteser og få dem reparert.

Vi har laget en oversikt over hvem de er og hvor du finner dem:

OCH Ortopedi AS

Jerikovn. 20
1067 Oslo
Tel: 23 28 82 00

OCH - Ortopedi AS

Hans Jacob Nilsensgt. 7
1601 Fredrikstad
Tel: 69 31 74 52

OCH - Ortopedi AS

Storgaten 117
2600 Lillehammer
Tel: 61 25 93 55

OCH - Ortopedi AS

Moflata Sykehjem
3704 Skien
Tel: 35 52 99 00

OCH - Ortopedi AS

Sundgata 12
6003 Ålesund
Tel: 70 10 06 70

Ortopediteknikk AS

Ryensvingen 6
0680 Oslo
Tel: 22 19 13 20

Ortopediteknikk AS

Sentralsykehuset i Rogaland
4003 Stavanger
Tel: 51 53 41 11

Ortopediteknikk AS

Sandnes Sjukehus
4003 Sandnes
Tel: 51 66 44 83

Ortopediteknikk AS

Kilen 15 B
3117 Tønsberg
Tel: 33 31 90 10

Ortopediteknikk AS

Loftesnes
6856 Sogndal
Tel: 57 67 28 65

Ortopediteknikk AS

Nordland Sentralsykehus
8002 Bodø
Tel: 75 50 49 50

Ortopedi Service AS

St. Olavsgate 6
4005 Stavanger
Tel: 51 56 12 70

Norsk Ortopediforum

Løkketangen 12B
1300 Sandvika
Tel: 67 56 42 01

Ortopedi Service AS

Postboks 1038 Lundsiden
4602 Kristiansand
Tel: 38 09 24 40

Ø.S.T.O. AS

Gartnerveien 10
2312 Ottestad
Tel: 62 57 39 00

Nord-Norges Ort. Verksted AS

Mellomveien 23
9000 Tromsø
Tel: 77 60 08 10

Buskerud Teknisk Ortopedi

Vinkelvegen 2
3027 Drammen
Tel: 32 82 55 00

Drammen Ort. Institutt

Vinjesgate 10
3000 Drammen
Tel: 32 83 04 15

Norsk Teknisk Ortopedi AS

Postboks 10
2312 Ottestad
Tel: 62 57 67 00

Sophies Minde Ort. Senter

Trondheimsveien 132
0570 Oslo
Tel: 22 04 53 60

Trøndelag Ort. Verksted

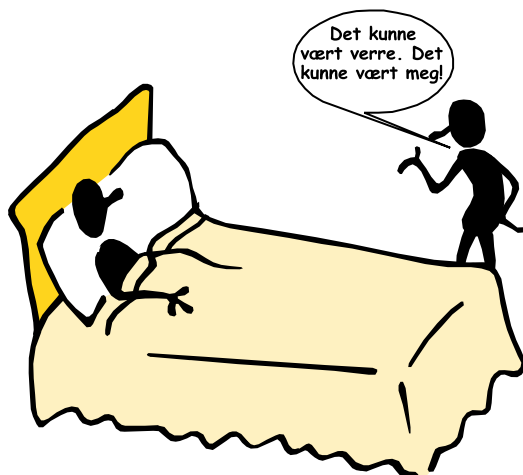
Regionsykehuset
7006 Trondheim
Tel: 73 99 88 31

Drevelin AS

Møllendalsvn. 1
5009 Bergen
Tel: 55 29 93 23

Atterås Ortopediteknikk as

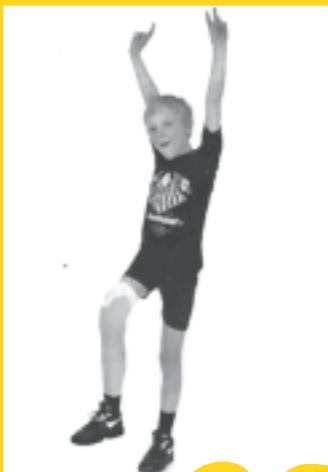
Fjøsangerveien 215
5073 Bergen
Tel: 55 27 11 00



Porto

VELKOMMEN!

"VI GIKK OSS OVER SJØ OG LAND - DER MØTTE VI EN GAMMEL MANN..."



"VI HØRER
HJEMME

I
STREKKE
SEG
LAND



I
HOPPE-
LAND



I
BALLSPILL-
LAND"

Medlemskap i MOMENTUM kan være nøkkelen til informasjon, inspirasjon og muntrasjon!

Vi ønsker arm- og benamputerte, venner, pårørende, ortopediingeniører, teknikere, fysio- og ergoterapeuter, medisinsk fagpersonell og leverandører hjertelig velkommen i MOMENTUM for å fremme saker av alles interesse.

Hovedmedlemskap koster minimum	kr. 150.- pr. år.	Beløp utover
Støttemedlemskap koster minimum	kr. 100.- pr. år.	dette mottas
Bedriftsmedlemsskap koster minimum	kr. 300.- pr. år.	med takk!

Vennligst klipp ut denne slippen og legg den i posten til:
MOMENTUM, Grinistubben 6, 1343 Eiksmarka
Eller send den per fax 22 44 33 19.

MOMENTUM respekterer taushetsplikten nedfelt i «lov om personregistre» m. m..



Vennligst kryss av det som passer.

_____ Ja, jeg ønsker å bli medlem i MOMENTUM, Foreningen for Arm- og Benprotesebrukere

Navn:

Adresse:

Postnr. og poststed:

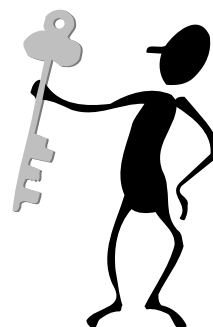
Tlf.: Mobil: Fax:

Fødselsår:

Dato og signatur:

Medlemstype (vennligst sett kryss):

Hovedmedlemskap (for arm- og benprotesebrukere)
Støttemedlemskap (for venner, pårørende og fagpersonell)
Bedriftsmedlemskap (for verksteder og leverandører)



Leserne har ordet

Kjære Anita

Temaet "Utseende versus funksjon" var spennende lesning. Det ga meg virkelig noe og tenke på, og da jeg fant en spennende artikkel i en engelsk avis koblet jeg og lurte på om dette ikke var stoff for MOMENTUMs lesere. Det ville glede meg - og sikkert mange andre om dere tok den inn.

Med vennlig hilsen
Dobbeltamputert

Kjære Dobbeltamputert

Mange takk for artikkelen og din interesse for å dele den med andre. Joda, vi tar den inn i dette nummeret. Ja, vi gjør den faktisk til hovedsak som du vil se.

Med vennlig hilsen
Anita Baastad

Til MOMENTUM

Jeg må bare fortelle at det siste nummeret av MOMENTUM var meget innholdsrikt. Særlig interessant var reportasjen "Utseende versus funksjon". Brukernes ulike synspunkter ga meg noe å tenke på. Reportasjen om Søkekonferansen like så. Intervjuet med de to unge ortopediingeniørstudentene var oppmuntrende lesning. Flotte jenter!

Med vennlig hilsen
H.F.

Til MOMENTUM

Mange takk for koselig besøk, og ikke minst takk for de fine bladene dere gir ut. Mannen min har nylig amputert det ene benet. Han er blitt en flittig leser. Vi takker for god informasjon.

Hilsen Gerd Brekke

Hei Nils-Odd!!

Først vil jeg gjerne takke for et fint årsmøte. Det var svært interessant å høre hva Kysthospitalet er i gang med, men aller mest hadde jeg utbytte av foredraget til Karl-Erik Stenberg om ULTIMATE KNEE. Som du jo så, var det mye som manglet for at kneet mitt skulle fungere perfekt. Jeg er derfor utrolig takknemlig for den hjelpen jeg fikk av deg og Karl-Erik. Etter den hjelpen jeg fikk til å etterjustere kneet, føler jeg meg tryggere på å gå.

For øvrig synes jeg vi hadde en utrolig hyggelig kveld. Nydelig mat og mange hyggelige mennesker. Det var og er en kjempeinspirasjon å se så mange dyktige protesebrukere. Jeg føler meg veldig glad når jeg tenker på at med tiden vil jeg også være en av de som kan gå godt og kanskje være til inspirasjon for andre.

Det er godt at det finnes mennesker som deg som gir så mye av seg selv for å gi oss protesebrukere en bedre hverdag. Tusen takk!

Vennlig hilsen
Åse Jakobsen

Kilder vedr. Utseende, hva er nå det?

"The Independent 28 August 1998"
"STEP forward" Vår 1998
"STEP forward" Vår 2000
"SE OG HØR" NR. 12-2000

STOPP PRESSE!!!

Det islandske firmaet Össur (bl.a. kjent for ICEROSS protesehylser og MASTERSTEP proteseføtter) ble for ca. et år siden børsnotert. Med betydelig tilført kapital gjennom børsnoteringen kjøpte Össur det amerikanske selskapet FLEX-FOOT INC (Bl.a. kjent for verdens største spekter av energilagrende proteseføtter). Såvidt MOMENTUM har fått brakt på det rene betalte Össur ikke mindre enn USD 75 millioner for FLEX-FOOT.

Vi ønsker lykke til og ser frem til mange nye, innovative protesenyheter!

Total ConceptTM

- med enkel justering av hælhøyden

Endelig en fot med ENKEL justering av hælhøyden!

Enkel justering av hælhøyde uten verktøy

Brukeren stiller selv inn ønsket hælhøyde for å passe til sko med forskjellig hælhøyde ved å trykke på en knapp.

Dynamisk og energilagrende

Total Concept er en dynamisk og energilagrende fot til bruk i hverdagen for personer som veier inntil 80 kg (testet iht. ISO 10328 for A80).

Tilpasses individuelt

Foten tilpasses individuelt av ortopediingeniør ved hjelp av separate, støtdempende gummielementer for hæl og tå.

Pi Medical har Total Concept i to utgaver; Model 8000 Dame og Model 8001 Unisex i størrelse 22 - 26.



*Kontakt din ortopediingeniør eller
Gøran Garbergs, Pi Medical, for
ytterligere informasjon!*

 **Pi Medical**

Box 67, S-751 03 UPPSALA

Tel + 46 18 15 21 15. Fax +46 18 13 06 09 email: fm@pimedical.se