



Livsglede

MOMENTUM NYTT 2/2002
MOMENTUM
FORENINGEN FOR ARM- OG
BENPROTESEBRUKERE
WWW.MOMENTUM.NU
INFO@MOMENTUM.NU


MOMENTUMnytt nr. 2/2002

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

Layout og sats: Anita Baastad
Trykk: Wisa Grafisk as

Styret:
Styreleder: Nils-Odd Tønnevd
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

Redaktør : Anita Baastad
Tlf.: 67 14 79 42
E-post info@momentum.no

Medlemsansvarlig: Anne-Grethe Jensen
Tlf.: 64 93 15 55
E-post annegrethe57@sensewave.com

Økonomiansvarlig: Ola Kvisgaard
Tlf.: 98 21 11 37
E-post olak@europay.no

Styremedlem: Kristin Lesser
Tlf.: 22 29 71 75
E-post fred.lessner@c2i.net

Styremedlem: Geir Liang
Tlf.: 72 83 47 47
E-post liangdoc@sensewave.com

Styremedlem: Tor Dalsheim
Tlf.: 61 29 56 29
E-post tor.dal@frisurf.no

Internett:
<http://www.momentum.no>

Årskontingent:

- Hovedmedlemskap for protesebrukere kr 200.-
 - Støttemedlemskap for pårørende og fagperonell kr 100.-
 - Støttemedlemskap bedrift kr 500.-
- Gaver mottas med takk!

Annonser:

Vennligst kontakt
Nils-Odd Tønnevd tlf. 22 44 87 97,
faks 22 44 33 19 eller nils@connectum.no
for nærmere informasjon.

Bankforbindelse:
BNbank, kontonr. 9235.17.01406



Nils-Odd Tønnevd
Styreleder



Anita Baastad
Redaktør

Kjære Leser

Med sommeren like rundt hjørnet og en aktiv Momentum-vår bak oss er det tid for en oppsummering. "Livsglede" – de fantastiske fotografiene av Thorenfeldt har gått som en farsott over store deler av landet til glede og inspirasjon for mange.

I dette nummeret kan du lese om den fabelaktige mottakelsen "Livsglede" har fått under årsmøtet til Norsk Ortopediteknisk Forening på Lillehammer, i Hamars nye rådhus, i Tromsø og i Ullensvang i Hardanger midt under fruktblomstringen. Lokalpressen har vært full av lovord og det er vi glade for. Vi er med på å snu holdninger gjennom å stå for det positive.

Weekendsamlingene i Tromsø og i Hardanger i mai var både krevende og givende. Krevende fordi det handlet å være likemann og det er følelser med i bildet. Givende fordi det sosiale samværet og mulighetene til å utveksle erfaringer og lære av hverandre gir ny kunnskap og nye muligheter.

Det er med stor glede vi registrerer den store interessen blant medlemmene for å ta ansvar og være noe for andre brukere og pårørende i sitt nærmiljø. Det stiftes nå lokale ressursgrupper i Nordland, Troms & Finnmark, Hordaland, Rogaland, Sogn og Fjordane, Trøndelag, Hedmark, Oppland, Buskerud, Telemark, Oslo & Akershus, Vestfold, Aust-Agder og Vest-Agder. Ikke dårlig – en stor takk til alle dere som nå viser vilje til å trå til!

Enda en gladnyhet: Etter tre års nitidig lobbyvirksomhet har styret fått Sosialministeren i tale. 28. mai skal vi treffe henne og snakke om fjerning av 18-årsregelen (det at man kan få spesialprotese frem til fylte 18 år, men ikke etterpå). Vi kommer tilbake i neste nummer med hvordan det gikk. Det er også mange andre utfordringer å ta tak i. Vi venter spent på resultatet fra den store landsdekkende Fantomsmereteundersøkelsen vi holder på med sammen med Smerteklinikken på Aker Universitetssykehus og flere andre tiltak for å bedre forholdene for oss protesebrukere. Mer om alt dette utover høsten!

En riktig lys og glad sommer ønsker vi dere alle sammen!

Aktuelle tema & reportasjer

Livsglede triumferer videre	s. 4-5
Norsk Ortopediteknisk Forening	s. 8-9
Ta kontroll over protesen din ...	s. 10-11
Leserne har ordet/Program 2002/Styret	s. 13
Likemannsseminar & Årsmøte	s. 14-15
Møt Inger Anita Pedersen	s. 16-17
"Benløse fugler" inntar Tromø	s. 18-19
Gåskolen på Aker Sykehus	s. 20-21
Momentum Kontaktpersoner	s. 23
Innmeldingsblankett	s. 25
English Summary	s. 27

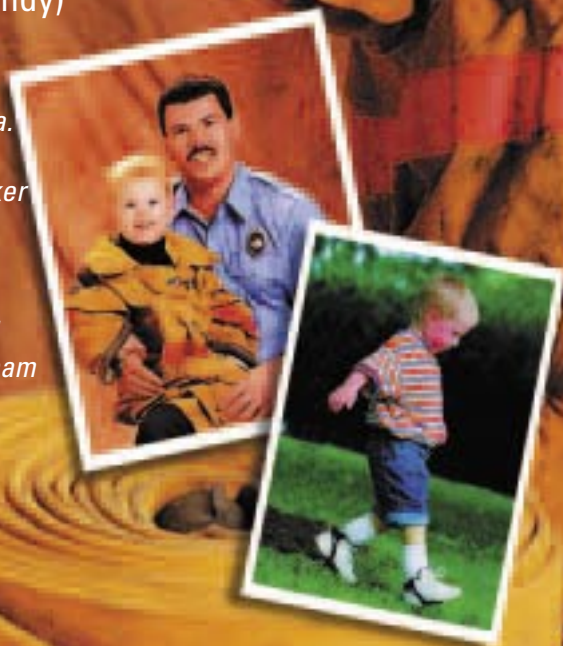
Forside - Anja og Nicolai Sækvitne
Fotograf Svein Knutsen, Hardanger Folkeblad

"Når jeg blir stor... vil jeg bli brannmann!"

"Andy er min lille villmann, fra tidlig om morgenen til sent på kvelden holder han på, ingenting kan stoppe ham. Det er flott å se ham hoppe og løpe. Han snur seg på femøringen med sitt (kick-board) uten å tenke seg om. Andy forteller til meg at han vil bli brannmann når han blir stor akkurat som sin far. Takket være College Park tror jeg han en dag kommer til å bli en kjempebra brannmann. Som Andys foreldre er vi takknemlige for Andys TruPer™ fot fra College Park som holder ham fokusert på de positive sidene av livet sitt heller enn de negative. TruPer™ foten gir ham ubegrensede muligheter."

Gordon Digby (far til Andy)

Andy har fått amputert beina. Til tross for det er han en svært aktiv krabat, som bruker College Park TruPer™ hver dag. Mens mye kommer til å forandre seg etterhvert som han vokser opp, vil TruPer™ være der hver dag og med ham hvert steg på hans vei.



Technology for the human race™

For mer informasjon kontakt din ortopediingeniør eller Steinar Knutsen, Erimed, tlf 91 68 62 72, e-post: steiknut@online.no

 **TRUPER**



erimed

18. mars skrev Hamar Arbeiderblad en reportasje om "Livsglede" og ba folk ikke ta anstøt av dens spøkefulle tittel "Benløse fugler i rådhuset" da MOMENTUM brukte den betegnelsen om seg selv. Og folk kom, så og ble begeistret! Fiolinist Stein Westgaards og Pianist Fride Skogsrud Bjørnstads vakre tolking av "Poem av Fibich" gjorde åpningen spesiell og stemningsfull. Det var flere som ga uttrykk for at kveldens opplevelse var en berikelse.



Hamar har mye å være stolt av, deriblant Rådhuset som ble åpnet 1. juli i fjor og kalles "Danskeferja" på folke-munne. Dette var åstedet for åpningen av utstillingen "Livsglede" på Hamar

"Livsglede" triumferer videre

Gustav Otnæs – "The Grand old man" åpnet begivenheten og ønsket



deltakerne hjertelig VELKOMMEN og ga ordet til **ort.ing. Olav Telle, OCH Ortopedi AS** som siterte Bjørnstjerne Bjørnson "Jeg undrer meg på hva jeg får å se over de høye fjelle" - ord som kan tolkes vidt. Telle fortalte om bonden og skiløperen **Harald Lybekk** (58 år) bosatt i Bagn som ble utsatt for en ulykke for 14 år siden. Den resulterte i høy låramputasjon av det ene benet. På gården ventet store utfordringer. Hel-

digvis hadde han en god hjelper og støttespiller i kona. Men gården var ikke utfordrende nok. Han ville prøve skiene igjen og sammen med sin ort.ing. oppfant de Reodor Felgen løsningen som Beitostølen benytter i dag. Harald går hvert år det 2 mil lange Ridderrennet. "Jeg har vært hans ledsager og han har måttet vente på meg i 20 minutter ved mål!", avsluttet Telle. På oppfordring reiste Harald og kona seg opp og mottok stor applaus.

Pål Jacobsen. Bildet er fra Hamar Dagblad 19. mars s. 17 - reportasjen "Påfyll med livsglede" av journalist Tore Svensrud.



Ola Kvistgaard i hyggelig prat med Birger Hervold og samboeren Janne



Fr. Vidar Hammarsbaug, Wenche Lise Larssen, Frode Nafstad og Helge Borgevad





Varaordfører Solveig Seem



Ort.ingeniør Tomm Kristensen, varaordfører Solveig Seem, styreleder Nils-Odd Tønnevold, bruker Pål Jacobsen og ort.ing. Olav Telle

Nils-Odd Tønnevold, MOMENTUMs leder, fikk ordet og leste opp et brev fra tidligere landslagsspiller Pål Jacobsen før han holdt tale og fortalte om bakgrunnen for "Livsglede" og MOMENTUMs "smil mens det regner tenkning".

"Kjære Nils-Odd! Tusen takk for oppmuntring og fine ord i forbindelse med amputasjon av benet mitt. Det er godt å vite at andre bryr seg. Nå er jeg på et opptreningscenter for å lære å gå på protese. Jeg synes det går fint og er kjempefornøyd så langt. Bortsett fra en del fantomsmerter føler jeg at smertehelvetet er over. Et nytt liv har startet. Jeg er av den typen som ikke ser begrensninger. Bare utfordringer. Det er noen ord jeg alltid har med meg i livet. Det er – Jeg **vil**, jeg **tør** og jeg **kan**. Tar du med deg disse ordene ut i praksis klarer man det meste. Nå har jeg sendt inn så jeg blir medlem i MOMENTUM. Det lille jeg har lest av bladet deres virker veldig fint. Hilsen Pål Jacobsen".

Varaordfører Solveig Seem fikk ordet og sa: "Jeg og ordføreren ønsker dere velkommen til Hamar med denne

fantastiske og unike utstillingen. Den har både livsglede, humor og selvironi. Vi ser så lett på folk som noe annet enn det de er. Vi ser på unger som små mennesker som skal bli voksne å gjøre det voksne gjør. Vi ser på eldre som de som har gjort noe og kanskje også ofte på dem som har et handikap at de er annerledes enn oss. Det er ikke sånn at mennesker som mangler en finger eller ben skulle vært noe annet enn det de er. De er hele mennesker og har humor og livsglede og utstråler noe som vi kanskje kan lære av. Vi har en kollega her i kveld, Hans Anseth. Han er et eksempel på livsglede. Når jeg vet at han har amputert en fot, så er det ikke fordi han har sutret over det, men nettopp fordi gjennom morsomme historier har latt oss få del i det som var vanskelig. LYKKE TIL MED UTSTILLINGEN – både her og andre plasser."

Før deltakerne forlot kommunestyresalen nøt de Mascagnis Intermezzo fra "Cavalleria Rusticana".

19. mars kunne man i Hamar Dagblad lese om **Påfyll med livsglede – Man-**

gler du livsglede? Ta deg en tur innom Hamar rådhus, så får du den kanskje tilbake. I går kveld åpnet fotoutstillingen "Livsglede" og den holder det den lover. Utradisjonelle fotografier av folk med amputerte armer eller bein, viser at det er mulig å leve et godt liv - bare man har humor. Journalist Tore Svensrud hadde illustrert sin reportasje med flere bilder.

Av Anita Baastad

Morten Evenstuen fra Rena



Liv og Tor Dalsheim



Ort.ing. Olav Telle, OCH Ortopedi AS, pianist Fride Skogsrud Bjørnstad og fiolinist Stein Westgaard



Ort.tekn. Jan Skårer, Hamar Ortopediske AS, ort.ing. Erik Eriksen, ØSTO AS og ort.ing. Robert Fuglø Hamar Ortopediske AS



Norsk Ortopediteknisk Forening

MOMENTUMs styremedlem Tor Dalsheim deltok på NOTFs Årsmøte 15. mars på Lillehammer hvor utstillingen "Livsglede" ble vist. Slik opplevde han begivenheten.



Det var en lydhør forsamling (106 personer) som på 12-15 minutter fikk en innføring i MOMENTUMs aktiviteter - og da særlig LIKEMANNSARBEIDET og den nye Likemannsbrosjyren som er knyttet opp mot den grensesprengende utstillingen "LIVSGLEDE".

Det ble orientert om fantom- og stumpsmerteproblematikken blant amputerte. Slik kom man inn på det forskningsprosjektet Smerteklinikken ved Aker sykehus har gjennomført i nært samarbeide med MOMENTUM.

Hylseteknikk og komfort ble også

berørt som ett av de stadig tilbakevendende temaer blant brukere. Utviklingen av proteseutstyr og det som har skjedd de senere år ble tatt opp, slik som vektreduksjoner, elektroniske kneledd, mange nye typer ankelledd og den gryende utviklingen av høyderegulérbare proteser.

MOMENTUM påpekte viktigheten av å knytte nærkontakt med ortopedifaget. Dette fordi personene der er blant de første som kommer i kontakt med de nyamputerte. Disse vil kunne orientere om "Likemannstilbudet" og at det er opp til den enkelte bruker å

ta kontakt med MOMENTUM. Likemannsbrosjyrer bør være tilgjengelig på det enkelte ortopediske verksted.

Cato Zahl Pedersen holdt sitt inspirerende foredrag "Begrensningene finnes kun i eget hode - mulighetene likeså". Helt kjøpbar er hans: La "Impossible" bli til I'm possible"

Helt til slutt ble Årskonferansen takket for innsatsen som daglig gjøres for å holde oss protesebrukere "på beina".

*Av Tor Dalsheim
Fotograf Joseph Brunton*

Leverandør Lars Goplen og ort.tekn. Geir Finnerud



Cato Zahl Pedersen



Den nyvalgte leder for NOTF takker Cato Zahl Pedersen for inspirerende foredrag



Svårt att välja proteskomponenter?

Vi kan hjälpa er med detta problem...



Producerat för högsta
uthållighet och flexibilitet
Testat upp till 125kg



Ett komplett och flexibelt
komponent system, till
ett rimligare pris
Testat upp till 100kg



Ortho Europe - erbjuder innovativa produkter av högsta kvalitet. Vi använder oss av det senaste inom material, teknik och design - till ett konkurrenskraftigt pris

Saknar ni en produktplansch? Ta kontakt med oss på Ortho Europe AB



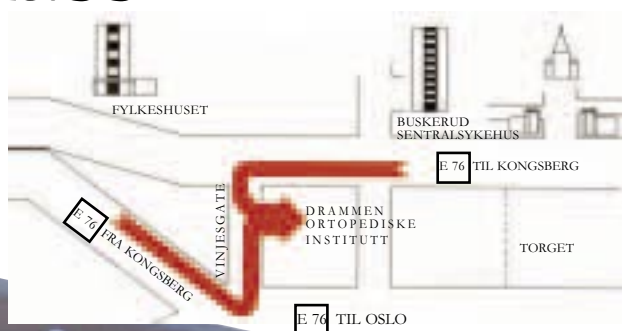
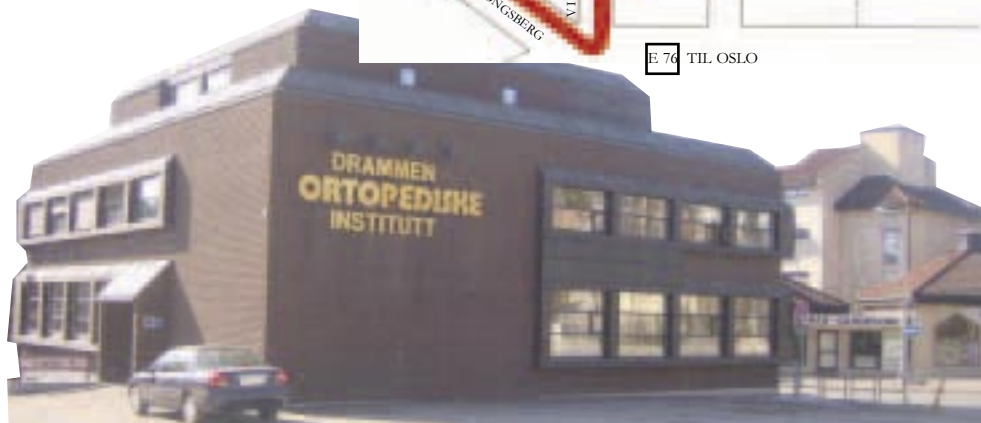
ORTHO EUROPE AB • Rubanksgatan 9 • 741 71 Knivsta • Sverige

Telephone: +46 (0) 18 34 92 91 • Fax: +46 (0) 18 34 92 90 • Email: helge.orthoeurope@telia.com

www.ortho-europe.com

En trivelig arbeidsplass

Drammen Ortopediske Institutt a/s (DOI) ble etablert i 1977. Ni ansatte yter Buskerud sentralsykehus og sykehusene Kongsberg og Ringerike samt pleieinstitusjoner, alders- og sykehjem topp service på alle ortopedibransjens områder. Verkstedet har også etablert fast besøksordning med Kommunelegekontoret på Gol.



Vel innenfor døren blir man møtt av de blide damene Eva Nielsen og Anne Karin Ask

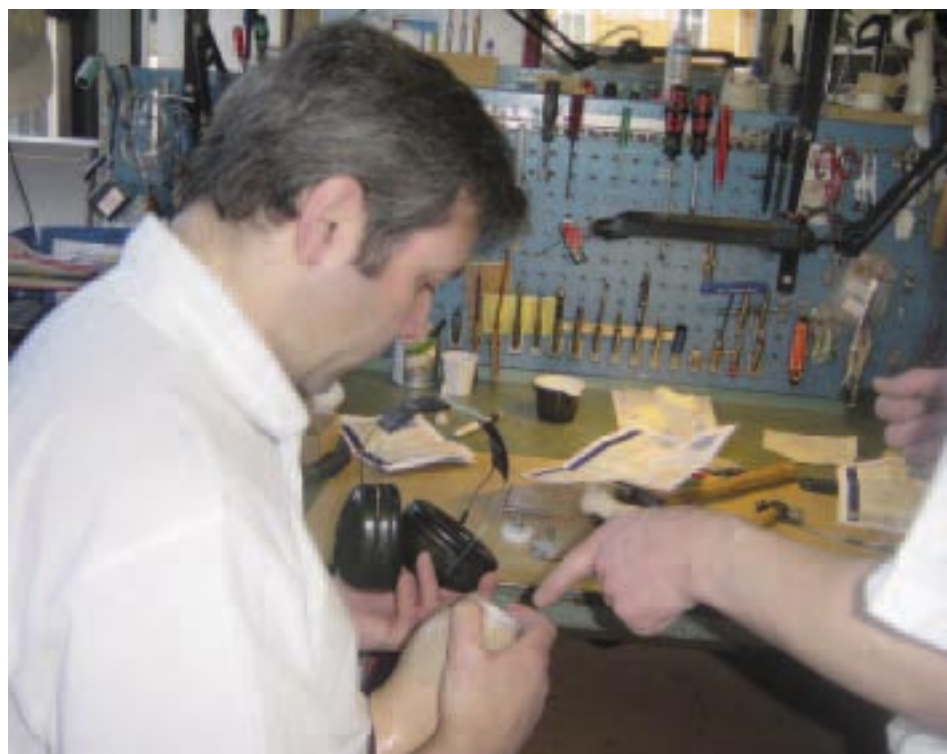


DOI ligger svært sentralt til i Drammen og det er ikke bare institusjoner innenfor fylket som nyter godt av verkstedets kompetanse. Også personer fra østlandsområdet får laget sine proteser der. Ortoser, fellesbetegnelsen for skinner/bandasjer med støttende og/eller korrigerende effekt, har DOI et bredt utvalg av. Her nevnes

kun dynamisk fingerstrekkortoser som benyttes ved rehabilitering av nerve-, sene- og brannskader. Når det gjelder prefabrikkerte produkter fører DOI et bredt spekter av disse og brukerne for de spesielt tilpasset.

For øvrig er kunnskapen om hva som foregår på ortopedibransjens

Her konsentrer ortopeditekniker Jan Sandberg seg og får tips fra kollega Arvid Johansen



Ortopediingeniør Inger Wiklund, mon tro hvilken historie hun ler så godt av?





Verkstedet er på ca. 150 kvadrater og her arbeides det med proteser, ortoser, korsetter og fotsenger. Ortopeditekniker Per Knudsen er ivrig opptatt ved symaskinen



Brukeren er svært fornøyd med det arbeidet som er gjort

marked alltid oppdatert og brukerne informeres om hva som skjer da det er brukernes behov som står i sentrum.

Enkelte brukere har behov for proteser til forskjellige aktiviteter, for eksempel jakt, idrett og svømming. De ansatte bestreber seg på å imøtekomme disse behovene.

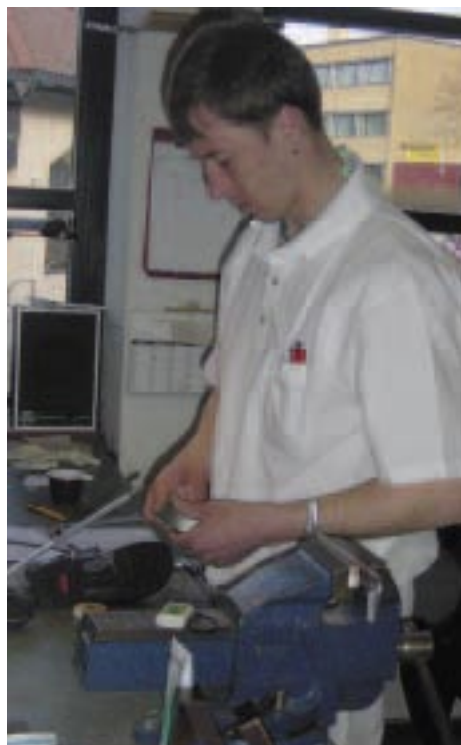
Ortopediingeniør Anne Katrine Hjermann i ferd med å forme en gips



De virkelig gjør det som gjøres kan for at brukeren skal få et optimalt produkt i henhold til funksjon, vekt og utforming og derigjennom forhøyet livskvalitet.

På verstedet formelig oste det av arbeidsglede og da jeg kommenterer det sa daglig leder og ortopediingeniør Dag Jørstad:

Ortopeditekniker Arvid Jobansen i arbeid på benken

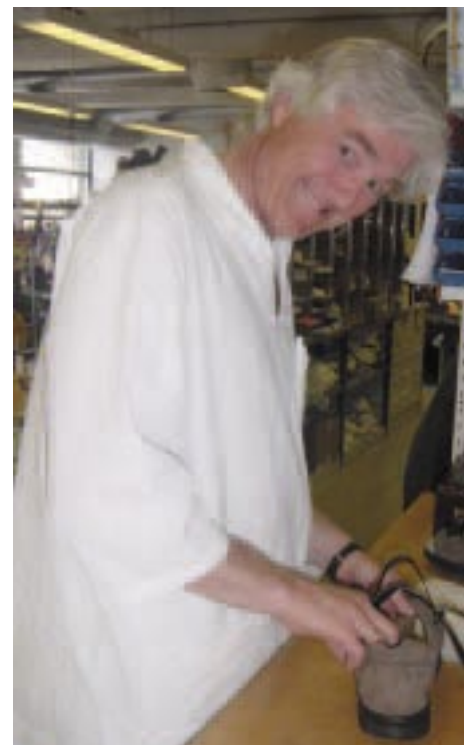


"Ja vi er heldig med staben. Men vi vil ha behov for en ingeniør til i nær fremtid".

Heldig er den som får jobb der! Meningsfylt arbeid og godt arbeidsmiljø venter vedkommende.

Av Anita Baastad

Daglig leder Dag Jørstad skal ordne med en sko som er litt velbrukt



Ta kontroll over protesen din...

... å få et bedre liv var det det handlet om på Ullevål Stadion 19. april hvor Dennis Oehler og Todd Schaffhauser delte sine erfaringer med brukere og fysioterapeuter.



Todd og Dennis starter sjarmeoffensiven og har straks publikums fulle oppmerksomhet

"Fitness for everyone" hadde jeg hørt om og nå skulle jeg endelig få delta. Det er 9 år siden det ene benet mitt ble amputert midt på låret. Siden da har målet vært å kunne løpe. Tenk om jeg igjen kunne få oppleve gleden løpingen gir?

Entusiastene Dennis og Todd fortalte om seg selv og sine opplevelser som ambassadører for LIVS-KVALITET. Dennis var 24 da han var i ferd med å skape seg en fotballkarriere, men en bilulykke satte en stopper for den da han måtte amputere det ene benet under kneet. Han ble imponert over andre

idrettsutøvere i paralympics og bestemte seg for å bli aktiv idrettsutøver igjen og være med på å inspirere andre amputerte. I 1988 tok han verdensrekord på 11,73 på 100 meter i paralympics i Korea.

Todd fikk benkreft og måtte amputere over kneet da han var 15. Han var heldig og fikk delta i et forskningsprogram hvor han ikke bare lærte å gå, men også å løpe og endte opp som verdens raskeste lår-amputerte på 100 m i Seoul med tiden 15,77.

På deres første treningsprogram var

det 4 personer på over 40 år. Av disse deltok 2 senere i paralympics. Et ektepar skulle feire gullbryllup. Mannen hadde mistet det ene benet. Han ville ikke delta på noe "fitness for everyone-kurs" og kastet programmet i søppelkassen. Men kona tok det opp igjen og på den store dagen danset de sammen. En annen dame hadde ikke rørt sin mann på 3 måneder etter at han ble amputert. Etterat de var på treningsprogrammet involverte Dennis henne i øvelsene, og de fikk begynne en prosess sammen for å komme videre.

Her sjekkes bevegeligheten og om protesen sitter på plass når den svinges kraftig fram og tilbake



Todd sjekker om protese og fysisk form er sterke nok til å gjennomføre løping. Dennis som følger spent med



Det store øyeblikket er kommet! Dennis forbereder Elin på hva som skal komme og Todd følger oppmerksomt med



Det er ikke løping som er poenget i deres opplegg, men hvordan vi kan få mest mulig ut av beina våre og at vi ved å trene kan få kontroll over protesene våre. Siden Dennis og Todd kom på banen har ca 7 000 amputerte fått et bedre hverdagsliv og 15 000 fagfolk har hevet sin kompetanse. Deres omsorg for deltagerne er utrolig fin.

Betydningen av trening

Dennis og Todd demonstrerte hvordan vi protesebrukere skal holde musklene levende i amputasjonsstumpen, slik at vi kan kontrollere protesen. Styrkeøvelsene er enkle og avansert utstyr for å gjennomføre dem på egen hånd er ikke nødvendig. Nærmere beskrivelse av disse og flere øvelser finnes på www.fitnessforeveryone.com/

Avveiningen mellom funksjon og kosmetikk

Ortopeditekniker Geir Finnerud, som selv er protesebruker, redigerte for fordeler og ulemper med ulike typer proteser. Datastyrte knær krever f.eks. oppladning og mer av brukeren enn enkle kne-

ledd. Energilagrende føtter kan gi brukeren et høyere funksjonsnivå hvis man legger energi i gangen. For en passiv bruker betyr ofte utseende mer enn funksjon og "gammeldagse" føtter kan derfor passe bedre for dem.

Løpeopplæring

Jeg var så heldig at jeg ble plukket ut som "prøvekanin" for å lære å løpe. Først gikk vi gjennom noen styrkeøvelser for å se om jeg var sterk nok og om protesen min passet godt nok. Her skulle jeg blant annet stå å svinge protesen fram og tilbake, øve meg i å plante hælen i bakken på en bestemt måte og bruke musklene i stumpen aktivt.

Så skulle jeg lære løpeteknikken. Her måtte vi ta et steg om gangen og så sette bevegelsene sammen til løping. Dette gikk veldig bra og etter få minutter løp jeg for første gang på 10 år. En fantastisk følelse!

Avslutningsvis

ble pårørende og fysioterapeuter satt sammen med oss brukere for å holde igjen i en treningsstrikk for å

gi støtte. Rettledning i hvordan få bedre gå-teknikk fikk vi også.

Jeg tror jeg prater for alle når jeg sier at dette var en vellykket og innholdsrik dag. Jeg er i alle fall veldig glad for at jeg fikk anledning til å delta. Dette er en dag jeg aldri vil glemme!

Av Elin Holen



"Takke for oppmerksomheten " og så går Todd ned i knestående - en fantastisk prestasjon

POLIKLINIKK

Spesialister i
Ortopedisk kirurgi
tar imot pasienter
på instituttet
hver uke.

Tilbudet omfatter polikliniske undersøkelser med diagnostisering og nødvendig oppfølging.



Ortopedisk Service

Servicen omfatter vurdering, måltaging, tilpassing og kontroll av ortopediske hjelpemidler som fotsenger, løpsinnlegg, såler, sko, proteser, støtteskiner, korsetter mm.
Timebestilling: Tlf 32 83 04 15

Drammen
Ortopediske
Institutt a.s

OFF. GODKJENT — MEDLEM AV NOF

Vinjesgt. 10, 3018 Drammen
Tlf: 32 83 04 15 - 32 83 82 35

C-LEG – suksén fortsetter...



3C100 C-LEG mikroprosessorstyrt kneledd

C-LEG® representerer makedets første og eneste mikroprosessorstyrte hydrauliske kneledd med sving- og ståfasekontroll.

Med C-LEG kan amputerte endelig gå dynamisk og behagelig med variert hastighet uten å tenke på hvordan de går!

Takket være den hydrauliske ståfasekontrollen, kan gange i utforbakke enkelt avikles, likeså trapper og på ujevnt underlag.

Dette kneleddet har en innebygd sensortechnik som leser av og tilpasser kneleddets egenskaper til brukerens bevegelsesmønstre.



... ny utførelse 3C105 med gjenget topp

3C100 er anbefalt for en bred brukergruppe av benamputerte. Den kan brukes av meget aktive brukere, og av de som trenger mer ståfase sikkerhet.

Den finns med pyramide kobling til modulsystemet og nå også med gjenget topp for direkte hylse-lamineringer (i 4R43-adapter) til lange TF-stumper og knedisarti-

kulerte. C-LEG anbefales ifølge Otto Bock Klassifiseringssystem for låramputerte med kroppsvekt opp til 125kg. Mellom eller høy aktivitetsnivå.

Otto Bock
HEALTH CARE

Otto Bock Scandinavia AB • Per Bjergsrud
Tel 22 74 05 10 • Mobile 90 98 29 92
Fax 22 74 06 05 • e-mail: bjergsrud@ottobock.se

... nå for brukervekt
opp til 125kg

KROPPSVEKT	<125 kg		
	<100 kg		
	< 75 kg		
	lav mellom høy AKTIVITETSNIVÅ		

Ta kontakt med din Ortopediingeniør!

QUALITY FOR LIFE



*Leserne
har
ordet*

Kjære MOMENTUM!

Takk for sist og for et meget hyggelig og interessant Årsmøte 10-12 mai på Ullensvang. Ikke minst takk for et hyggelig hotellopphold, sightseeing m.m. - Vi sier "fullkomment"

Med vennlig hilsen
Else og Gustav Otnæs

Momentum program for resten av 2002

Sett av disse datoene nå!

12. juni kl. 18 Åpning av utstillingen "Livsglede"
Drammen Teater ved Rådmann Nils Fr. Wisløff,
Øvre Storgt. 12 Dag Jørstad, Drammens Ort.

Institutt og Karl Tomas Lyngroth,
Buskerud Tekn. Ortopedi AS m.fl.

31. okt - 1. nov. Åpning av utstillingen "Livsglede"
Stavern på Kysthospitalet ifm. seminar for
fagpersonell i Vestfold fylke,
Teknomed m.fl..

15 - 17. nov. Asker Førjulsweekend med faglige og
sosiale overraskelser
Rainbow Hotell Vettre, Asker.

Utover dette er det planlagt visning av utstillingen "Livsglede" i Bergen, Stavanger, Kristiansand og Skien. Dato, tid og sted for dette vil bli bekreftet senere.

Momemtums nye styre, valgt mai 2002



Styreleder
Nils-Odd Tønnevoll
benprotesebruker
gjenvalgt



Nestleder
Helge Borgevad
armprotesebruker
gjenvalgt



Redaktør
Anita Baastad
benprotesebruker
gjenvalgt



Medlemsansvarlig
Anne-Grethe Jensen
benprotesebruker
nyvalgt



Økonomiansvarlig
Ola Kvisgaard
støttemedlem
nyvalgt



Styremedlem
Tor Dalsheim
benprotesebruker
gjenvalgt



Styremedlem
Kristin Lesser
benprotesebruker
gjenvalgt



Styremedlem
Geir Liang lege &
benprotesebruker
gjenvalgt

Vi takker for tilliten!

Likemannsseminar

Lofthus i Hardanger:
10-12. mai var drøyt
60 medlemmer av
MOMENTUM samlet
på Hotel Ullensvang
for å spre livsglede.
Hardanger viste seg
fra sin beste side med
storslått frukt-
blomstring, strålende
solskinn og snødekte
fjell. Dette var ram-
men for årsmøtet 2002.



Selve årsmøtet forløp effektivt og udramatisk. Etter dette var det åpning av utstillingen "Livsglede".

Sponsor Drevelin AS i Bergen var representert ved daglig leder Rolf Christensen



Rolf Christensen fra Drevelin AS poengterte i sin hilsen at livet ikke alltid er en dans på roser. "Mange amputerte jeg har møtt er glade, positive mennesker som ikke bryr seg om bagateller, men ser livet fra en lys side. Dette er en evne som mange av oss andre har mye å lære av."

"Mange mennesker går nesten til grunne i kampen for å oppnå det fullkomne i dagens samfunn. En positiv oppfatning av seg selv er derfor avgjørende for at man skal kunne utfolde seg som et helt menneske. Utstillingen Livsglede viser

stolte mennesker som utstråler livslyst og livsglede til tross for sine tap og viser dermed vei", uttalte Svein Vidar Ersvær fra Atterås Ortopediteknikk AS.

Momentums styreleder Nils-Odd Tønnevoll påpekte i sin åpningstale "at det er spesielt relevant å vise utstillingen Livsglede i Hardanger midt under fruktblomstringen. Både bildene og naturen formelig strutter av overskudd. Dermed understrekes betydning av at det er bedre å tenne et lys, enn å forbanne mørket. Momentums og hver enkelts oppgave er å være en

Sponsor Atterås Ortopediteknikk AS var representert ved fr. Svein Vidar Ersvær, Thomas L. Nielsen, Linda Solheim Book og Tom Egil Blomberg



Intet å si på oppmerksomheten ber nei



& Årsmøte



Bildetekst:

Trolltoget fraktet oss til Lofthus kirke fra år 1250. Etter innføring i kirkens historie spilte cellisten Johan Sebastian Blum Våren av Grieg mens Wenche Helland leste en prolog av Einar Helland. Det var en gripende opplevelse (Blum sitter nederst i hjørnet på middagsbordet). Fra Kirken bar det videre med Trolltoget til 101 år gamle Krossvoll Samfunnsbus. Der serverte verten Tor Holm eplecider som smakte sterkt og godt. Guiden Eva van der Tuuk leste fra "Den siste

Harding" av Jan Gravdal. Latteren satt løst mens hun leste.

Mens vi ventet på at "Trolltoget" skulle kjøre oss tilbake til hotellet not folk den storslåtte og gavmilde naturen.

Styremedlem Kristin Løsser strålte omkapp med solen. Ikke rart - Morslykken startet i februar og er således helt fersk.

inspirasjonskilde gjennom å stå for det positive."

"Livsglede i praksis" preget weekenden forøvrig gjennom likemanns-seminar og kulturelle innslag for å tilfredsstille alle sanser. Det ble utfukt med lokal guide gjennom frukttrærområdene, besøk i Ullensvang kirke fra år 1250, eplesiders-making, lokalhistorisk opplesning og musikalske berikelser av det helt sjeldne ved cellisten Johan Sebastian Blum. Han spilte blant annet "Våren" og flere andre stykker av Edvard Grieg til stor glede for tilhørerne. Dertil en festmiddag

som vi som var til stede sent vil glemme. Eller hva sier dere til eplesidermarinert laks, reinsdyr-blomme med portvinsaus og syrlig fruktsalat.

Det ble arbeidet iherdig i gruppene og mange meldte seg frivillig til å gjøre en innsats i sitt nærmiljø for å gjøre livet lettere for nyskadde, hjelpe dem gjennom "jungelen" og inspirere dem til å løfte blikket. Alt i alt en meget oppløftende, berikende og fantastisk weekend!

Av Nils-Odd Tønnevoll
og Anita Baastad



... og så ble det Festmiddag!



Møt Inger Anita Pedersen

Armprotesebruker siden 1968

Alder: 35 år

Bosted: Jernveien 3, 3340 Åmot

Yrke: Adjunkt - Tegning, Form og Farge

Sivil Status: Enslig

Interesser: Kunst, reiser, sang



Det var med spenning jeg så frem til å intervju Inger Anita Pedersen. Mon tro hvilke problemer hun hadde på det psykiske plan i forbindelse med sin armprotese?

MOMENTUMnytt nr. 2 1998

gjenga et intervju med den unge armprotesebrukeren Julie Handley. Selv 18 år etter den traumatiske bilulykken, som kostet Julie høyre armen, følte hun avsky når hun så seg selv i speilet. I **KFAnytt nr. 2 Juni 2000** fortalte en kvinne med mer enn 50 års erfaring som armprotesebruker sin historie. En tog-

ulykke hun var involvert i da hun var to år bevirket til tap av venstre arm over albuen. Hennes lengsel etter en arm som så ut som en vanlig arm har forfulgt henne hele livet. Hvor sterk lengselen har vært kommer til uttrykk i hennes spørsmål: **"Far, når du dør, kan ikke jeg få din arm da?"** Hadde Inger Anita kjent seg igjen i historien omtalt i KFAnytt?

Kanskje ble jeg litt skuffet – Inger Anita har ingen psykiske problemer i forbindelse med sitt handikap. Hun har aldri følt seg mindreverdige

på grunn av manglende underarm og har heller aldri møtt negative holdninger og slett ikke forsøkt å skjule handikaket sitt, f.eks. gjemme kloen i lommen. Hun er åpen og oppriktig og rekker frem venstre hånd når hun hilser på folk for første gang. *"Ens egen holdning når man møter folk for første gang angir også tonen for hvordan man blir møtt. En må prøve å bli lykkelig med seg selv slik man nå engang har blitt. Å hige etter noe en ikke kan få er ikke bra for ens livshyke. Jeg er svært fornøyd med livet og forteller gjerne om det til MOMENTUMs lesere"*, sier Inger Anita.

Ulykken

Inger Anita fikk høyre underarm inn i en kjøttkvern da hun var to år og armen måtte amputeres. Så fort såret var grodd fikk hun sin første protese - en klo. Med en tålmodig mor, som lot datteren prøve å klare seg selv, uansett hvor lang tid det tok, kom ferdighetene og det ble etter hvert like naturlig for Inger Anita å bruke kloen som hånden. Opp til tolv-tretten års alderen var hun innom Sophies Minde 4 ganger i året for å få tilpasset ny protese enten fordi protesen var utslitt eller fordi hun hadde vokst ut av den.



Inger Anita stortrives med å kjøre bil og er ikke i behov av spesielle hjelpemidler. Kloen holder stødig på rattet.

Barn- og ungdomstid

Hun vokste opp på en gård på øya Storfosna ytterst i Trondheimsfjorden og var eldst i søskenflokket på tre. Foreldrene, og da særlig moren, oppfordret henne til å være med på alt det barn pleier å gjøre. Inger

Anita klatret i trær og falt ned og slo seg rett ofte på kloen som hun ikke fikk lov til å ha på seg i gymnastikktimen på den videregående skolen fordi den var farlig for medelevene og henne selv. Det kan jo gå ganske så hardt for seg i "gymmen" og det å få et slag av kloen til Inger Anita var ingen spøk.

Hun føler seg ikke komfortabel med Myoelektriske proteser. Hun prøvet en da hun var 12 år gammel, men likte den ikke. I 1992 fikk hun prøve myoelektrisk klo, men likte heller ikke den. Hun var for aktiv og protesen var tung og treg syntes hun. Til konfirmasjon fikk hun en pynte hånd som sto svært bra til bunaden, men nei, kloen er best. Med den gjør hun alt.

Hun har hatt problemer med nerveknuter i armstumpen og har hatt to operasjoner for å få disse fjernet og det gikk greitt. Men dessverre overbelastet venstre albue og nakken. Hun må jevnlig trene og når det blir for ille må hun til fysioterapeut for å få behandling. Hun har problemer med trygdekontoen som ikke vil forstå at det i hennes tilfelle dreier seg om følgeskader og at hun derfor ikke skal betale egenandel.

Inger Anita har aldri følt seg handikappet, bortsett fra en periode på noen uker i forbindelse med at hun brakk venstre hånden. Det var tøft.

Her demonstrer Inger Anita hvordan hun gearer med venstre hånd. Hun kommer ikke skikkelig til på grunn av håndgassen på Anita Baastads bil, men ser at hun krysser armene

De 4 første ukene var gipsen særdeles tung. Da den ble skiftet ut med glassfibergips ble tilværelsen noe lettere, særlig hjalp det under eksamenstiden på teknisk fagskole i faget konfeksjonsteknikk.

Livet i dag

Inger Anita har alltid vært interessert i kunst og har tatt konsekvensen av det. Hun sitter i Modum Kunstforenings styre og organiserer utstillinger 4 – 5 ganger i året. Hun interesserer seg også for sang og er med i koret "Pr.vers og strofe". Hun er adjunkt og hun underviser i tegning, form og farge på Rosthaug videregående skole i Åmot og stortrives med det. Til sommeren reiser hun med klassen sin til Roma for å oppleve kunst.

På spørsmål om hun har hørt om de nye kosmetiske hendene og om hun kunne ønske seg en slik er svaret på det første "Ja, det har jeg" og det andre "Nei, det kan jeg ikke tenke meg. Jeg er altfor aktiv til å ha en slik hånd. Jeg

foretrekker min funksjonelle klo og jeg er så enig med Cato Zahl Pedersen som sier "det er bedre med en klo enn ti tommeltotter", det ville bli konsekvensene for meg hvis jeg skiftet ut kloen med en slik hånd".

Inger Anita liker veldig godt å kjøre bil og er ikke i behov av spesielt utstyr. Da hun flyttet til Åmot kjøpte hun leilighet og da måtte hun gi opp bilhold. "Man kan ikke få alt her i verden" var Inger Anitas holdning til den saken.

Med hensyn til den tilsendte historien til Inger Hoff - Inger Anita kjente ikke seg selv igjen i den. "Men jeg har vel vært spesielt heldig med barndomshjemmet mitt og foreldrene mine, jeg tror det."

Mange takk Inger Anita for at du så raust stilte opp for å dele dine erfaringer med oss lesere av MOMENTUMnytt.

Av Anita Baastad



”Benløse fugler”

Tromsø, 3-5. mai 2002:
Solglimt og glade fjes preget den andre **MOMENTUM** samlingen i Nord-Norge. I fjor Bodø; i år Tromsø. 41 personer trosset de store avstandene og gjorde samlingen til en minnerik opplevelse og starten på organisert likemannsarbeid i landsdelen.



F.v. Varaordfører Britt Sofie Illguth, Nils-Odd Tønnevold, Thomas Budenberg og Kåre Martin Hagen

Av Ola Kvisgaard

Det begynte med åpning av utstillingen ”Livsglede”. Plakatene ble pakket i en finérkasse av OCH i Oslo og SAS tok jobben med å fly de 35 kiloene til Nordens Paris. Ort.ingeniør Thomas Budenberg stilte mannsterk med 15 ansatte fra Nord-Norges Ort. Verksted AS i vertsbyen Tromsø. Han understreket i sin hilsen at han og de andre på verkstedet ikke anser seg som helsepersonell, men som medmen-

nesker. Å hjelpe brukerne til å akseptere sin skjebne påpekte han som viktig i sin jobb. Han tilføyde at ”arbeidet dere i MOMENTUM gjør er av stor betydning i så henseende.”

Ort.ingeniør Kåre Martin Hagen fra det nyoppstartede Nordlands Ort. Verksted AS i Bodø sa at han var glad for å være til stede i Momentum-sammenheng igjen. ”Ønsket om å kunne gjøre mer for

brukerne var min motivasjon for å starte ny virksomhet. Slik sett har vi felles mål”, sa han i sin hilsen.

Selve åpningen ble foretatt av varaordfører Britt Sofie Illguth som holdt en meget personlig åpnings-tale. Hun avsluttet med ordene som er festet på hennes kontordør:

Ortopediingeniørene (F.v.) Thomas Budenberg og Kåre Martin Hagen



F.v. Inger Meby, Helge Borgevad, Per Meby, Thomas Budenberg, Jan Henry Søberg, Stine Hanssen, Wilmar Hanssen og Oddvald Olsen



Utlukten gikk til akvariet Polaria hvor vi ble sjarmert av denne karen eller kanskje det var en dame?



inntar Tromsø



F.v. Stiftskapellan Gunnar Farsund, biskop Per Oskar Kjolaas, ort.ing. Kåre Martin Hagen (delvis skjult), styreleder Nils-Odd Tønnevold, varaordfører Britt Sofie Illguth og støttemedlem Inger Bakke

enkeltes livssituasjon, mottakelighet, helse og alder viktig for å bestemme hvordan man best kan bidra som likemann, men likemannen må alltid være en god lytter og "føle seg" frem. Noen ønsker likemannshjelp ved sykesenga, andre under rehabiliteringen og noen kanskje ikke før de kommer hjem og møter en "nye" hverdag. For noen er det viktigste å se andre som fungerer med en protese, for andre er det viktigste å luften alle de spørsmål man stiller seg og hvordan man takler utfordringene som venter. Dessuten er det ofte verdifullt for pårørende til den som må amputere å ha en god likemann.

TENK POSITIVT!

Si til deg selv hver morgen:

- Dette blir en fin dag!
- Jeg klarer mer enn jeg tror!
- Det blir ikke bedre om man uroer seg!
- Man kan aldri gjøre mer enn sitt beste!
- Det finnes alltid noe å glede seg over!
- Jeg føler meg i fin form!

- I dag vil jeg gjøre noen glad!
- Det hjelper ikke å bli deprimeret!
- Livet er herlig!

Vær optimist!

Lørdag sto likemannsarbeid på programmet, og legg-, lår-, hofte- og armprotesebrukere diskuterte sine erfaringer sammen med fagpersonell og pårørende. Ikke bare er den

På søndag ble det diskutert organisering av likemannsarbeidet, og konkrete planer er nå lagt for likemannsarbeid i nærmiljøet i Bodø, Harstad, Lofoten/Vesterålen og Narvik. Snakk om vilje til å spre LIVSGLEDE! For øvrig bød weekenden på rikelig anledning til å utveksle erfaringer under festmiddag, utflukt til Polarmuseet Polaria osv. En berikelse for alle som deltok. Jeg gleder meg til gjentakelse!

Kontakten er det ikke noe å si på. F.v. Ola Kvisgaard, Stine Hanssen, Magne Hansen, Fredrik Johansen og Torill Aanstad



F.v. Gunn Nilsen, Gunnar Bakke, Viggo Dybvad og Eva Budenberg



Synnøve Pedersen og Tor Rikard Borgevad. Her er det ingen generasjonskonflikt



Gåskolen på Aker sykehus

Skolen startet november 2001 og er et tverrfaglig poliklinisk tilbud til protesebrukere. Et team bestående av fysioterapeut, lege og ort.ingeniør samarbeider for at brukerne skal oppnå maksimal og varig selvstendighet samt forebygge komplikasjoner. I april besøkte MOMENTUM skolen - og du verden hvilken treningsglede og entusiasme disse meget privilegerte brukerne viste!



Bjørn Nilsen, Tor Rønning og Jan Siemensen nyter vårsolen før treningsøkten begynner

Av Anita Baastad

Ja for privilegerte er denne lille gruppen (vanligvis er den på 8 personer) som kommer hver tirsdag og får personlig oppfølging på alle plan. Ortopediingeniøren er der og følger med. Eventuelle problemer med protesen fanges opp med en gang.

3 à 4 uker etter sykehusopphold på Aker kan en protesebruker få 12 treningsøkter inkl. to undersøkelser på Gåskolen. Hjemmeboende og aktive protesebrukere kan også nyttiggjøre seg Gåskolen. Så hvis du er

interessert – ta kontakt på tlf. 22 89 45 20.

Tidligere ordfører i Nittedal har gått der. Han uttalte i Bedriftsbladet for Aker sykehus desember 2001 ”Det betyr uendelige mye for oss å få lov til og komme hit etter sykehusoppholdet. I starten trenger man god kontakt med teamet for å få sjekket opp hvordan protesen fungerer. Vi må jo lære å gå på nytt, og det er viktig at man lærer seg å gå riktig fra begynnelsen. Det føles trygt å kunne henvende seg hit, og få oppfølging av et profesjonelt

team. Individuell trening på et institutt blir ikke helt det samme. Her er de jo spesialister. Å trene i gruppe er jo også mye hyggeligere”.

Treningsopplegget

- Gruppetrening og individuell trening i gruppe
- Treningsfrekvens – En gang per uke
- Treningen pågår i ca. to timer, fordelt på ¾ time med protese (balanse, gange og stasjons-trening), og deretter trening uten protese på gulvet/matte

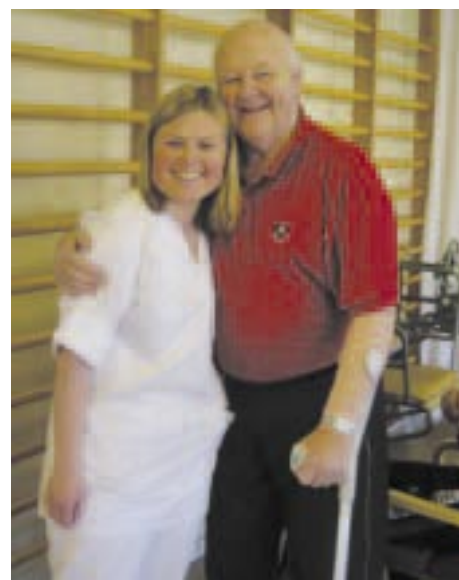
Bjørn Nilsen får sjekket protesen sin av ort.ing. Per Heggernes. Avdelingsfysioterapeut Martha Klontje og fysioterapeutstudent Tiril Helgerød følger nøye med



Trening gjør mester. Jan Simensen får mye inspirasjon på Gåskolen av fysioterapeut Ingrid Skareat



Det er intet å si på kjemien mellom og Reidar Schau og fysioterapeut Elisabeth Bø





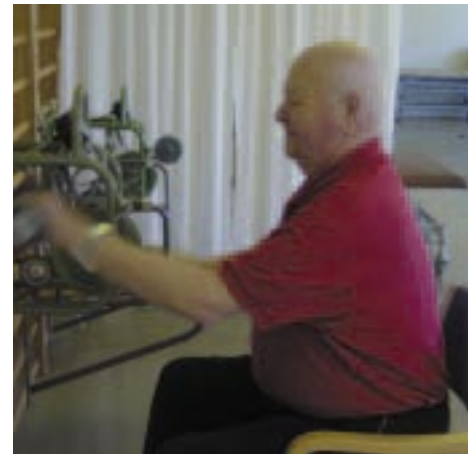
“Jeg tar’n”

(styrke, kondisjon, bevegelighet)

- Brukeren kan trene tolv ganger på sin rekvisisjon og får fortsette hvis det er plass i gruppen

Ildsjelen bak Gåskolen er avd.fysioterapeut Martha Klontje. Hun kom til Aker sykehus i 1971 og så klart behovet for en slik skole. I oktober 2001 ble det gitt midler til en frittstående fysioterapistilling og Gåskolen startet opp. Fysioterapeut Linda Johansson er ansvarlig for prosjektet. Nå er målet å videreutvikle re-

habiliteringen. Med seg har de ortopediingeniørene på Sophies Minde og seksjonsoverlege Per J. Lerud som hevder at rehabiliteringen begynner på operasjonsbordet. Kirurgen må tenke rehabilitering i valg av operasjonsnivå og operasjonsteknikk. Gjør han det, er mulighetene for et vellykket resultat så absolutt tilstede. Gåskolens brukere har oppnådd en betydelig forbedring av gangfunksjonen. De har fått kroppsbevissthet og blitt mer aktive hjemme.



Reidar Schau styrker armmuskulene. Det må til

Bjørn Nilsen får veiledning i hvordan forsere “bøyder” av fysioterapeut Ingrid Skareat



Her gjelder det å holde tunga rett i munnen skal jeg holde balansen synes Anker Bjureid å tenke



Tor Rønning trener i “ulendt” terreng





Atterås
Ortopediteknikk as
Ortopediteknisk Institutt

**Atterås Ortopediteknikk AS
gir honnør til Momentum**

- for uttrettelig arbeid
- for bedring av livskvalitet
- for arm- og benamputerte.

Adresse: Fjøsangervn. 215, 5073 Bergen
Tlf.: 55 27 11 00, Faks.: 55 27 10 99, Email: atter@online.no



Nordland
Ortopediske Verksted

**Vi ønsker alle leserne av
Momentum velkommen
til vårt nyoppstartede
verksted i Bodø!**

Her vil du finne ortopediingeniørene Tor Henning Wiik
og Kåre Martin Hagen, som vil hjelpe deg og gi deg
all den servicen du trenger.

Hilsen oss på NOV - Tor Henning Wiik, Kåre Martin Hagen,
Merete Mortensen og Morten Wilmann

Besøksadresse: Gidsken Jakobsens vei 32, 8008 Bodø
Tlf. 75 50 74 20, Fax. 75 50 74 21, post@nov.as, www.nov.as



**Vestlandets ledende
ortopediske verksted.**

Alt innen ortopediske hjelpemidler.

Telefon: 55206460 Adresse: Møllendalsveien 1, 5009 Bergen

NORSK TEKNISK
ORTOPEDI AS
-spesialister på armproteser

utfordringer er til for å overvinnes!

Besøksadresse: Vikaveien 17 • Postboks 10, 2312 Ottestad
Tlf.: 62 57 44 • Faks: 62 57 44 45 • E-post: nto@ortonor.no • www.ortonor.no

Momentum

kontaktpersoner

i dine hjemtrakter

Brukere, pårørende eller fagpersonell - ta gjerne kontakt med likemannskontakten i ditt distrikt.

Oslo & Akershus



Trond Eirik Ege (Gjerdrum)
Tlf 63 99 14 92

Troms & Finnmark



Wilmar Hanssen (Harstad)
Tlf 77 07 18 75

Buskerud



Helge Borgevad
(Sylling)
Tlf 90 16 26 81

Aust-Agder



Arne Larsen
(Grimstad)
Tlf 37 04 24 48

Sogn & Fjordane



Gunnar Skahjem
(Aurland)
Tlf 91 37 49 94

Oddny Vaage (Måløy)
Tlf 99 69 98 33

Hedmark



Rune Søstuen
(Elverum)
Tlf 62 42 53 58

Vest-Agder



Bøye Prestegaard
(Flekkefjord)
Tlf 38 32 01 63

Nordland



Per Meby (Bodø)
Tlf 75 58 01 35
Jan Henry Søberg
(Stokmarknes)
Tlf 76 15 17 14
Gunnar Bakke
(Ballangen)
Tlf 76 92 86 50

Oppland



Tor Dalsheim
(Skåbu)
Tlf 61 29 56 29

Rogaland



Olav Stornes
(Hauge i Dalane)
Tlf 51 47 73 41

Telemark



Øystein Serkland
(Siljan)
Tlf 35 94 12 84

Vestfold



Paul Hagen
(Sandefjord)
Tlf 33 46 14 85

Hordaland



Bente Eriksen
(Bergen)
Tlf 55 28 41 66

S.Trøndelag & N.Trøndelag



Elsa Sofie Solberg (Skogn)
Tlf 74 09 97 76

Genesis II en naturlig måte å gå på!



Beveger du deg i ulent terreng? Gjør du det så er GENESIS II noe for deg. GENESIS II er en multifunksjonell fot med tilnærmet samme bevegelsesmuligheter som din opprinnelige fot hadde.

Den unike bueformede foten er energisparende og det resulterer i en fjærlignende reaksjon når tåen forlater underlaget. Frasparket ligner på det din opprinnelige fot hadde. Det som skjer er at den oppsparte energien som skapes når du spaserer blir tilbakeført når foten forlater bakken. Det føles helt naturlig.

Genesis II avanserte multi-axiale ankel gir deg som bruker den en naturlig kontrollert axial rotasjon og defleksjon. Alle disse mulighetene til bevegelse gir en naturlig holdning, gange og mulighet til å drive med alle slags aktiviteter uten å tenke på det ujevne terrenget.

Genesis II blir levert til alle aktivitetsnivå og alle vektclasser.

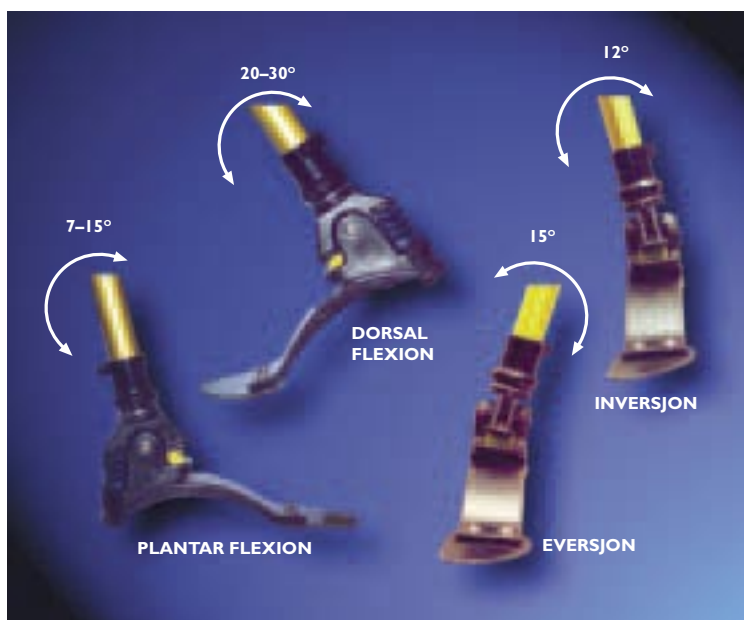
Tekniske spesifikasjoner



- Høyde 13 cm til pyramidisk topp
- Helhøyder opp til 5,5 cm
- Størrelse 21–26 dame
- Størrelse 21–30 menn
- Leveres i alle aktivitetsnivå
- Brukervekt opp til 115 kg

Støtdemperoversikt

farge	motstand	støtdemper
gul	hard	fremme
grønn	fast	fremme
rød	med. fast	fremme/bak
blå	medium	bak
klar	med. myk	bak
orange	myk	bak
sort	ekstra myk	bak



TA KONTAKT FOR Å FÅ TILSENDT GRATIS DEMOVIDEO

Et godt liv forlenger latteren

Meld deg inn i Momentum

Hvem er du? Du er en av oss. Vi er akkurat som alle andre. Vi er unge og gamle, kvinner og menn. Vi er opptatt av hverdagslige sysler, fritidsaktiviteter, jobb, bolig, bil, reiser, kjæresten, familie og venner. Det eneste vi egentlig har til felles, er at vi har amputert eller er født uten arm eller bein. Dette bringer oss til gjengjeld tett sammen. Vi har det gøy og du er hjertelig velkommen inn i fellesskapet.



Hva kan du bli med på?

Vi ønsker å bidra til livsglede gjennom informasjon, muntrasjon og inspirasjon. Du kan delta på møter og seminarer hvor aktuelle temaer tas opp og hvor vi alle blir kjent med hverandre. Du får medlemsbladet fire ganger i året med siste nytt på protesefronten og reportasjer fra alle arrangementene våre. I tillegg har vi et stort nettverk av protesebrukere som har bearbeidet sin situasjon, og som gjerne stiller opp for andre. Dette kaller vi likemannsarbeid.



Åpent for alle

Hvis du er i nær familie eller venn til en amputert, kan du ha stor glede av et medlemskap. Du får se at andre har lagt historien bak seg og du kan bygge opp et sosialt nettverk.

Du som arbeider med rehabilitering kan også ha glede av et medlemskap. I Momentum møter du et inspirerende interesseforum bestående av helsepersonell, protesebrukere m.v.

Alle ortopediske verksteder, sykehus, opptreningsentre og leverandører er også velkomne som medlemmer for å fremme saker av felles interesse.

Om Momentum

Vi er en interesseforening for arm- og benprotesebrukere, pårørende og alle som er interessert i rehabilitering.

Momentum ble etablert i 1996 og har over 300 medlemmer. Styret består til enhver tid av personer hvor minimum 2/3 selv er protesebrukere.

Foruten likemannsarbeid, ivrer vi for at protesebrukere skal få en best mulig hverdag. Vi arbeider bl.a. for optimal amputasjonskirurgi - og rehabilitering, ortopedisk service og smertebehandling. Momentum er tilsluttet FFO.



Innmelding

Fyll ut og send inn. Porto er betalt!
Eller meld deg inn på www.momentum.nu
Du kan også benytte faks nr 22 44 33 19.

Ja! Jeg/vi ønsker å bli medlem i Momentum!

Kryss av:

- ☐ Hovedmedlem, kr 200
☐ Støttemedlem, kr 100
☐ Bedriftsmedlem, kr 500

Prisene gjelder for år 2002.

Navn

Adresse

Postnr./Sted

Telefon

Se www.momentum.nu hvis du ønsker mer informasjon før du melder deg inn, eller kontakt Anita Baastad på tlf. 67 14 79 42 eller Nils-Odd Tønnevold på tlf. 22 44 87 97.

Kan sendes
ufrankert i
Norge.
Momentum
betaler
porto.

SVARSENDING
Avtale nr 140116/21

Momentum
Skøyen Bedriftssenter
0212 Oslo



BUSKERUD TEKNISK ORTOPEDI AS

Vennlighet

Innsikt

Erfaring

Vinkelveien 2 • Postboks 3568, 3007 Drammen
Telefon 32 80 93 93 • Fax 32 80 93 94

Vi spesialtilpasser:

- *Proteser*
- *Ortoser*
- *Korsetter*
- *Fotsenger*
- *Ortopediske sko*
- *Såler*
- *Løpsinnlegg*

På samme adresse finner du Ortopediklinikken AS med spesialister i generell og ortopedisk kirurgi



**NORD-NORGES
ORTOPEDISKE VERKSTED AS**

*Individuelt tilpassede
hjelpemidler:*

- proteser - sko
- ortoser - såler
- korsetter



(NNOV), mellomveien 23, 9007 Tromsø, Tel 776 00 810, Faks 776 00 830



Poliklinikk med ortopediske legespesialister

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

ENGLISH SUMMARY

The **Chairman** is pleased to notice that regional resource groups have been established in 17 counties. After 3 years of lobbying he will meet with the Minister of Social Affairs and bring her attention to the unjust fact that you are not entitled to special prostheses after the age of 18. The results from the study on phantom pains will be out soon.

"Joy of Life" in Hamar. The grand old man Gustav Otnæs opened the event. Momentums Chairman Nils-Odd Tønnevoll read a letter from Pål Jacobsen, famous footballer, in which Tønnevoll was thanked for his encouragement when Jacobsen had to amputate his leg. In his letter he says he is confident he will have a good life with an artificial leg. Jacobsen, who was present, could report on further progress since his letter and this summer he is planning to run again. He then introduced the exhibition and the Momentum project "support among equals" i.e. amputees supporting and helping newly amputee to come to terms with the situation. Deputy Mayor Solveig Seem welcomed the unique exhibition, which she enjoyed very much.

The association of Norwegian orthopaedic technicians held its annual meeting in Lillehammer 15 March. "Joy of Life" was on display and Momentum's Tor Dalsheim linked this to "Support among equals". The meeting addressed the following topics: Phantom pains. Socket technique and comfort. Development of prostheses; weight reduction, electronic knee joints, various ankle joints and height adjustable prostheses. Cato Zahl Pedersen held his inspiring talk: "The limitations are inside your head only – and so are the possibilities".

Drammen Ortopediske Institutt a.s (DOI) was established in 1977. To render outstanding service in all branches of orthopaedics is its expressed goal. Buskerud, Kongsberg and Ringerike hospitals, nursing- and old people's homes are institutions being served by DOI. Keeping up to date and informing the users are important. DOI has a wide selection of orthoses and prefabricated products. The nine employees go out of their way to make prostheses for special needs.

"Be in control of your prosthesis and improve your life". Dennis Oehler and Todd Schaffhauser shared their experiences with users and physiotherapists alike 19 April. The seminar "Fitness for everyone" is well known and now it was my (Elin Holen) turn to take part. 9 years ago my leg was amputated above the knee. Would it be possible for me to run again? To Dennis and Todd running is, however, not the main

issue. How to make the most of your legs and how you by training can gain control over your prosthesis, that is what is important. How users can keep the muscles of the stump alive in order to gain that control was demonstrated. The exercises are simple and do not require any advanced equipment. See the website: www.fitnessforeveryone.com.

Orthopaedic technician Geir Finnrud, he himself an amputee, discussed different prostheses.

"I was selected to be taught how to run after my strength had been checked and after my prosthesis was adjusted. Step by step the instructed movements were put together and after a few minutes I could run for the first time in 10 years. What a fantastic feeling."

Momentum's annual meeting took place in Lofthus, Hardanger, 10 -12 May. 60 members attended. When the annual meeting was finished, "Joy of Life" was opened. Vidar Ersvær from Atterås Ortopediteknikk: "Many people nearly kill themselves in striving to achieve perfection. Having a positive self-image will make it easier to live a full and satisfying life. The pictures show proud people who radiate a zest for life and a joy of being alive in spite of losses". Momentums Chairman Nils-Odd Tønnevoll, in his opening speech pointed out that "it makes particular sense to show "Joy of Life" in Hardanger during the flowering season – the exhibition and nature itself is bursting with energy". "Support among equals" was discussed. Many volunteered to work locally. Among the social activities: a concert; the cellist Johan Sebastian Blum played Grieg, excursions; tasting of locally made cider at the community hall and a visit to Ullensvang church dating from 1250.

Meet **Inger Anita Pedersen**, aged 35, user of an arm prosthesis since 1968. Based on reports (Momentumnytt 2, 1998, and KEAnytt 2, 2000) from users of such prostheses, the loss of an arm can be very traumatic. Did IAP suffer similar psychological problems? Not at all, she had never felt inferior because of her missing forearm, she had never faced negative attitudes, and she had never tried to hide her handicap i.e. her claw. "Your own attitude sets the atmosphere when you meet people. You should make the most of what you have got instead of yearning for what you can not have". The way she deals with her handicap she attributes to her parents and the way she was brought up.

Tromsø, 3 – 5 May, 2002. 41 took part in the second regional meeting Momentum has arranged in the north of Norway. Last

year Bodø was the venue. The project "Support among equals" and the exhibition "Joy of Life" were introduced to the meeting. Orthopaedic engineer Thomas Budenberg, representing Nord-Norges Ortopediske Verksted AS together with 15 of his co-workers, did not see himself as a member of the health profession but rather as a fellow human being who would like to assist the users in accepting their situation. "A goal shared by Momentum", he added. Tromsø deputy mayor Britt Sofie Illguth ended her opening statement by a call on everyone to think positive and be optimistic. "Support among equals" was discussed on Saturday and on Sunday plans on how to organise the work in Bodø, Harstad, Lofoten/Vesterålen and Narvik were ready. The particular life circumstances, receptiveness, health and age are all important factors to consider when working as an equal. The equal should be a sensitive person and a good listener. Relatives can also be in need of somebody with whom they can raise their concerns. During the meeting time was set aside for amputees to discuss with health professionals. And in the spirit of "Joy of Life", ample time was spent on socialising, meals and excursion.

The **Walking School at Aker** which was initiated by physiotherapist Martha Klontje, started in November 2001. Its aim is to contribute to lasting and maximum independence and prevent complications for the amputees. 3 – 4 weeks after being discharged from hospital, the users can have 12 training sessions at the school. The weekly session lasts for two hours; training balance and walking with the prosthesis and training strength, condition and mobility without prosthesis. The training can be done individually or in a group of eight. The amputees will have two examinations by the interdisciplinary team. The team is made up of physiotherapist Linda Johansson who is in charge, orthopaedic engineers from Sophies Minde and Doctor Per J. Lerud. According to Dr Lerud, rehabilitation starts on the operating table. The right choice of surgical procedure can greatly contribute to a good result. The results are increased body awareness and a higher activity level. Users of prostheses living at home and not necessarily being amputated recently may benefit from the program.





Ceterus - en ny Flex-Foot med innebygget rotasjon og støtdemping

FLEXFOOT®

CETERUS™
FLEXFOOT®



All the right moves

Hvorfor støtdemping?

Ceterus innebygde støtdemper skåner rygg, hofter og kneledd ved hverdagslig bruk av protesen. Effekten til støtdemperen kan lett justeres av brukeren under aktiviteter som gir økt belastning. Resultatet blir en smidig og skånsom gange uavhengig av belastning.

Hvorfor rotasjon?

Ceterus følger kroppens naturlige rotasjonsrørelse og begrenser dermed de kreftene som kan forårsake ubehag mellom stump og protesehylse.

Hvorfor Flex-Foot?

Ceterus har alle de velkjente, positive egenskapene til Flex-Foot som gir en naturlig gange, lavt energiforbruk og lang levetid.

Ceterus - et steg i riktig retning!

Kontakt din ortopediingeniør eller Terje Eintveit, Össur Nordic, tlf 91 36 42 82 eller teintveit@ossur.com for mer informasjon.

Össur Nordic
Box 67
SE-751 03 UPPSALA
tlf. +46 771 55 60 70
fax. +46 18 18 22 18
info@ossur.com
www.ossur.com

Life Without Limitations

