

Livsglede

BLADET FOR AMPUTERTE/PROTESEBRUKERE 1/2012

VITE HVA DU VIL - VÆRE EGOIST FOR Å FÅ DET TIL 10-11

HERLIG LIV I SORT OG HVITT - DE ÅTTE NYE BILDENE 14-15

FÆRRE, MEN BEDRE AMPUTASJONSSTEDER, TAKK! 22-23



MEDLEMSBLAD FOR MOMENTUM, FORENINGEN FOR ARM- OG BENPROTESEBRUKERE

Bladet er ditt, men la også gjerne noen andre få lese det.

WWW.MOMENTUM.NU

A black and white photograph of two men playing frisbee in a grassy park. The man on the right, wearing a striped shirt and jeans, is jumping to catch the frisbee. The man on the left, wearing a light-colored shirt and trousers, is also jumping. The background shows trees and a cloudy sky. In the top right corner, the 'ottobock.' logo is visible. On the left side, there are two overlapping circles, one green and one blue, with the text 'Quality for life' inside the green one.

ottobock.

Quality for life

Den ene bruker Genium.

– Neste generasjons benprotese

Å kunne gå som vanlig uten å måtte tenke seg om, fremover eller bakover, noen ganger fort, noen ganger sakte – alt avhengig av situasjonen – å gå opp og ned trapper, gå over hinder og sitte avslappet. Enhver amputert og benprotesebruker vet, at dette på ingen måte er en selvfølge.

Nye OPG-funksjonen (optimert fysiologisk gange) gjør at anstrengelsen og behovet for koordinasjon reduseres betydelig, spesielt når brukeren går i skråninger eller på ujevnt underlag.

Ytterligere egenskaper:

- induktiv lading av protesen
- batteridriftstid på fem dager
- interaktiv fjernkontroll
- fem stillbare ekstraposisjoner
- maks. 150 kg brukervekt





MOMENTUMS ÆRESMEDLEM:
PRINSESSE MÄRTHA LOUISE

Livsglede 1/2012

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

Layout: Bratsberg Consult
Trykk: Wisa Grafisk AS

REDAKSJONEN I LIVSGLEDE
Nils-Odd Tønnevold
Ansvarlig redaktør
Legg- og lærproteseburker
nils.odd.tonnevold@momentum.nu
Tlf. 92 20 16 26

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

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

Internett:
www.momentum.nu

Annonser:
Kontakt Nils-Odd Tønnevold
nils.odd.tonnevold@momentum.nu
Tlf. 92 20 16 26

Forside:
Ketil Egge, overlege, ser at benprotese-
brukere kan lære noe av toppidrettsfolk.
Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

ISSN: 1891-3040



*“Det er bedre å tenne et lys
enn å forbanne mørket”*

LEDER

Dårlig respons på nye tilbud

Har vi glemt at vi i styret har både en talsmann for fylkeslag og en for medlemspleie? I vårt arbeid er det noe som fungerer godt, noe som kan være vanskelig og tungt, og noe som fungerer mindre bra. Det vil jeg dvele litt ved.

Årsmøtet i fjor vedtok både å opprette en fast kontaktperson for fylkeslag og en med spesielt ansvar for å hjelpe fylkeslagene med medlemsverving.

Finn Atle Leirpoll ble utpekt til å være fylkeslagenes kontakt- og talsmann inn i styret, Helge Borgevad ble utpekt til å arbeide med verving av nye medlemmer, for eksempel ved hjelp av vervingskampanjer.

Jeg så for meg at disse styremedlemmene ville få hendene fulle med henvendelser fra fylkeslag og medlemmer, og med oppfølging. Lagene og medlemmene hadde fått en gyllen anledning til å komme med innspill. Nå skulle det bli fart, kreativitet og aktivitet i fylkeslag og nærmiljø.

Men akk, hvor lenge var Adam i paradiset... Både Helge, Finn Atle og jeg opplever liten respons. Med noen få unntak, har vi ikke fått henvendelser, kommentarer eller utfordringer. Altfor få har benyttet seg av verktøyet årsmøtet tilbød.

Dette til tross har jeg fremdeles god tro på nytten av at fylkeslag har en kontaktperson i styret, og på opplegget for medlemspleie. Dette er viktige tiltak som fylkeslag og medlemmer bør benytte seg av. Styret kan få tettere kontakt med medlemmene.

“Dette må vi sammen gjøre noe med. Derfor utfordres dere til å komme på banen, stille krav og sett styret på prøve ”

Laber interesse henger antagelig sammen med at budskapet ikke er gjort godt nok kjent blant medlemmene. Men dette må vi sammen gjøre noe med. Derfor utfordres dere til å komme på banen, stille krav og sette styret på prøve. Ta kontakt med Finn Atle og Helge.

Momentum-weekend 2012 skal gjennomføres 20-22 april på Quality Hotel & Resort Sarpsborg. I år er altså weekenden lagt til Østfold. Tema: “Tøy egne grenser – ta kommando over din situasjon”. Egeninnsats fra deltagerne vil prege mye av lørdagen. Det blir anledning for dem som vil til å svette litt. Se for øvrig omtale annet sted i Livsglede.

Hans Emil Møller-Hansen
Styreleder

INNHold:

En rask prat med: Bjørn Sværen	s. 4	Lesertorget	s. 16-18
Et blikk på: Søstuen-paret	s. 6-7	Kryssordet.....	s. 20
Et budskap til benproteseburker.....	s. 10-11	Fra Hasses album	s. 21
Vandreutstillingens nye bilder	s. 14-15	Få, gode amputasjonssykehus, takk!	s. 22-23

Kjendiseri

Damebladet Candis søker et kvinnelig intervju- og fotoobjekt som har mistet et lem, er i aldersgruppen 35-55 og i tillegg tilfreds-tiller noen andre krav.



Et manglende ben eller en manglende arm er blant mange mulige utgangspunkt for en kjendiskarriere...

Den britiske organisasjonen Limbless Association forteller på sitt nettsted at den har fått en henvendelse fra en journalist som søker hjelp til å finne en kvinne som vil la seg intervju og fotografere for en reportasje i et dameblad. Ett av kravene til kvinnen er at hun har mistet et lem.

Artikkelen skal dreie seg om kropp og selvtillit. Den skal ifølge journalisten ta for seg "tre kvinner som ikke passer inn i samfunnets oppfatning av konvensjonell skjønnhet, men som likevel har det godt med seg selv."

Kvinnen som søkes via Limbless Association skal, i tillegg til å mangle et lem, være i aldersgruppen 35-55 og "være villig til å snakke om hva slags forhold hun har til sin kropp" og dessuten til å fortelle hvorvidt hennes grad av selvtillit er medfødt eller opparbeidet.

Et av de øvrige kravene er at kvinnen "må ideelt leve i et forhold med barn, for å passe inn i vårt blads profil."

Journalisten nevner ikke dette med kjendiseri, men opplyser at damebladet har et opplag på nær 240 000 eksemplarer. Hun – journalisten er en kvinne – gjør det klart at den aktuelle kvinnen må være villig til å komme til London for en fotoseanse 21. mars. En gulrot: Lunsj og andre utgifter vil bli dekket av damebladet.

En rask prat med... ...Bjørn Sværen

Foruten å være daglig leder for den store ortopeditekniske bedriften Ortopediteknikk AS, er Bjørn Sværen styreleder i bransjeforeningen Ortopeditekniske Virksomheters Landsforbund (OVL).

Rammebetingelsene for bedriftene i din bransje – skjer det nå noe med dem som gir deg, og bransjens kunder, grunn til uro?

I høyeste grad. Ikke bare for bransjen, men først og fremst for 100 000 brukere av ortopediske hjelpemidler som årlig er innom en av de 20 ortopeditekniske virksomhetene som har avtale med NAV. Krefter i departementet arbeider for å overføre finansierings- og formidlingsansvaret for ortopediske hjelpemidler fra NAV til de regionale helseforetak. Dette er et forsøk på å innføre deler av NOU 2010; 5, som 300 høringssvar mer eller mindre dømte nord og ned. Hovedproblemet i en overføring er at Lov om helsehjelp er annerledes innrettet enn Folketrygdloven. I praksis vil brukernes rettigheter bli betydelig svekket ved å inngå i helseforetaksøkonomien i konkurranse med annen helsehjelp vurdert etter prioriteringsforskriften. Både brukerforeningene og sentrale politikere har engasjert seg i denne prosessen, så vi får se hvordan det går når saken skal opp til politisk behandling.

I din bransje som i andre bransjer ser vi en løpende utvikling - ny teknologi og nye kunnskaper. Kan vi tenke oss at den jevne protesebruker vil ha en



Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

Bjørn Sværen

markert bedre hverdag om 10-15 år enn brukeren har i dag?

Jeg er vel kanskje ikke den rette til å svare på det, men naturligvis tror jeg på fortsatt utvikling og nye innovasjoner. Spørsmålet har imidlertid også med rettighetslovgivning og finansiering å gjøre. Dersom det kun er den helsemessige effekten av et hjelpemiddel som skal vurderes, og ikke om hjelpemiddelet vil redusere funksjonsnedsettelsen i yrkessammenheng og utdanning, så blir det nok ingen bedring for protesebrukeren i fremtiden. Dette kan fort bli virkeligheten om området flyttes fra NAV og Folketrygden og inn i helseforetaksøkonomien.

Et godt råd til nyamputerte?

Lev ditt liv som før.

Vokser benet ut igjen?

Barn kan se annerledes enn voksne på det ene og det andre her i livet, eksempelvis på hva en amputasjon innebærer.

Dette gir den låramputerte Oskar Ganestål noen eksempler på i en artikkel han har skrevet i KFAnytt nr. 4, desember 2011, et blad utgitt av den svenske Koalition För Amputerade (KFA).

I følge Ganestål kan barn stille en amputert spørsmål som disse:

- Hvorfor har du bare en fot?
- Når vokser benet ut igjen?
- Er det andre benet ditt blitt begravd?
- Kan jeg få klappe stumpen?
- Hvordan gjør du når du skal sove?



Med kunden i fokus



Atterås
Ortopediteknikk®

Velkommen til starten på en ny hverdag!

Fjøsangerveien 215 (Krambua) 5073 Bergen - Tlf.: 55 27 11 00

Ortopediteknisk Institutt
www.atteraas.no



Terrengfoten Genesis

er blitt lettere, sterkere
og med livstidsgaranti
på bumpere.



VI FORHANDLER OGSÅ:

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

Ortopro AS, Hardangerveien 72, 5224 Nestun, NORGE.

Tlf.: +47 55 91 88 60 - Fax.: +47 55 91 88 69 - E-post: post@ortopro.no

www.ortopro.no

Totalleverandør av protesekomponenter.



Vi er distributør for:

- Endolite:** Karbonføtter og protese knær.
- Uniprox:** Materialer, komponenter og tilbehør.
- Medex:** Protese komponenter.
- PDI:** Komplette protese system.
- Mica:** Karbonføtter.
- Silipos:** Linere og tilbehør.
- Alps:** Linere.



To av bærebjelkene i Momentum-huset

Det gikk vel 10 år fra en maskinfres i 1989 rev fra ham nedre del av venstrearmen til han ble kjent med Momentum, som omkring år 2000 ennå var for en ung forening å regne. Men da kontakt først var oppnådd, ble Rune Søstuen med i gjengen for fullt – og det samme gjorde Liv Karin, hans kone.

F. Dahl (tekst)
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

Rune forteller om det å bli kjent med Momentum etter et tiår som armamputert:

”Jeg hadde aldri snakket med en amputert før jeg var på det Momentum-treffet, og ikke savnet jeg det heller. Men i ettertid ser jeg nytten av å treffe andre amputerte, du får litt tips og råd...”

Mens Rune (53) hører hjemme i kategorien amputerte, hører Liv Karin (51) til i kategorien pårørende.

I Momentum-miljøet fremstår denne Rune som traustheten selv. Hadde han vært fra kysten, kunne han tenkes i rollen som skipper på en skute. Men han er fra langt inne i landet, akkurat som Liv Karin. Hun sier det slik: ”Vi er elverumsinger begge to.”

Elverumsinger, altså. Det betyr, iallfall i dette tilfellet, at de er født og oppvokst i Elverum kommune, som ligger i Østerdalen, som ligger i Hedmark fylke. I dag bor de, som de har gjort de siste par tiårene, i bygda Grundset, ti minutters bilkjøring fra tettstedet og administrasjonshovedkvarteret Elverum.

En traust type... Hør bare hva Rune sier når han blir spurt om han har vært plaget av vonde tanker og bitterhet etter at hånden ble borte: ”Det har jeg aldri hatt noen problemer med. Skjedd er skjedd,



Datteren Lene (16), men ikke den utflyttede sønnen Kristian (20), så anledning til å stille opp sammen med pappa Rune og mamma Liv Karin.

sånt får man ikke gjort noe med.”

Han forteller at han egentlig drev med montering av tømmerhytter den gangen, at tømmerhyttefolket unntaksvis hadde bruk for ham i selve fabrikken, at det var da det skjedde, at han var alene ved maskinfresen og måtte løpe et stykke for å få hjelp av kolleger, at han ikke kjente smerter da og aldri siden har kjent hverken stumpsmerter eller fantomsmerter. Heldig har han i så måte vært, mener han, heldig også fordi han er høyrehendt.

**”Vi er elverumsinger
begge to”**

Liv Karin Søstuen

Såpass for fullt ble Liv Karin og Rune med i Momentum at de få år etter det første møtet ble utropt som vinnere av Momentumprisen 2005. ”De gjør en enestående innsats som er en inspirasjon og unik hjelp til unge og gamle, både arm- og benamputerte og pårørende,” het det i juryens begrunnelse.

Juryen sa også: ”De er gode forbilder og fantastiske medmennesker. Liv Karin og Rune oppleves som gode og trofaste

støttespillere for både helsepersonell og brukere.”

Likemannsarbeid, pårørendekontakt-arbeid, styrearbeid lokalt og sentralt... Søstuen-paret har gjort mye for Momentum-fellesskapet. Nå for tiden har Liv Karin permisjon fra sin plass i Momentums nasjonale styre for å arbeide som foreningens administrasjonssekretær, en betalt 40 prosents stilling, foruten at hun er styremedlem i lokallaget. Rune, tidligere medlem i sentralstyret, er styreleder i lokallaget, Momentum Innlandet, og dessuten likemannskontakt for Hedmark.

I tillegg til å arbeide for Momentum, er Liv Karin i 60 prosents stilling som hjelpepleier i et bofellesskap for psykisk

**”Skjedd er skjedd, sånt
får man ikke gjort noe
med”**

Rune Søstuen

utviklingshemmede, mens Rune henger i med det ene og det andre hjemme, banalt husarbeid inkludert, etter at han for tre år siden ble uføretrygdet.

Etter ulykken arbeidet han med det ene og det andre – som snekker, som tømrer, i salmakerverksted, i fabrikk – inntil han ga seg, ikke med noen forklaring om vanskeligheter med den halverte venstrearmen, men med den begrunnelse at han slet ut høyrearmen. En form for belastningsskader, noe mange amputerte sliter med, har han altså ikke unngått.

Når Liv Karin og Rune blir spurt hva de ser som godt og ikke så godt med Momentum, svarer Liv Karin: "Vi er veldig glade i det sosiale, vi, det synes vi er bra, det å møte likesinnede, det å møte andre mennesker i samme situasjon."

Rune svarer: "Det er litt sånn udefinert, men når jeg har vært på sånne Momentum-tilstelninger, er det som å få en

ekstra piff, vi er jo som en storfamilie."

Ingen av dem svarer på den andre delen av spørsmålet, den som går på hva som ikke er så godt. Kanskje glemmer de det, kanskje er de så positivt innstilt at de egentlig ikke ser så mye galt, hvem vet.

Alt innen ORTOPEDISKE hjelpemidler

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

www.ortopediteknikk.no
Ryensvingen 6, 0680 Oslo

ORTOPEDITEKNIKK



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



For oss er det viktig å fokusere på mulighetene

- fremfor begrensningene.

Sophies Minde Ortopedi AS har god kompetanse på å lage forskjellige typer ortopediske hjelpemidler i silikon, inkludert ortoser og linere til proteser. Vi samarbeider med Dorset Orthopaedic når det gjelder silikonkosmetikk.



Sophies Minde er i forkant av utviklingen.
Sophies Minde Ortopedi AS - Besøksadresse: Trondheimsvn. 235, bygg 79.
Postadresse: Postboks 493 Økern, 0512 Oslo - Tlf: 22 04 53 60 - Fax: 22 04 53 65
E-post: post@sophiesminde.no - Hjemmeside: www.sophiesminde.no



Et dansk-norsk vinterfenomen

Selv om vinteren normalt byr på mindre snø i Danmark enn i Norge, er det ikke fritt for at snøen volder problemer også for bevegelseshemmede i landet som i mange andre henseende regnes som så deilig.

Dansk Handicap Forbund er naturlig nok kjent med dette og omtaler fenomenet på sine nettsider. Noe av det som der kan leses, er gjengivelser av diverse nyhetsmediers dekning av forholdet mellom snø og bevegelseshemmede.

På TV2 ØSTs nettsider finnes eksemplvis en liten reportasje, fra februar 2010, som innledes slik:

Innestengte dansker

"Den seneste tids store bunker af sne er mere eller mindre blevet til et fængsel for mange gangbesværede og handicappede. Den mangelfulde sne-rydning betyder, at de svageste knapt kan komme uden for døren."

En rullestolbruker uttaler i reportasjen: "Det betyder at jeg ikke kan planlægge min tilværelse og mit sociale liv. Livet går nærmest i stand-by."

Da nettstedet Lokalavisen.dk i desember 2010 tok for seg problematikken snø-bevegelseshemmede, ble reportasjen innledet med et lite spark til dem

på kommunalt plan som måtte føle seg truffet:

Om å tenke selv

"I det private erhvervsliv ansætter man ikke folk, der ikke magter at gøre det ønskede arbejde eller som ikke kan tænke selvstændigt. Sådan er det ikke inden for det kommunale."

Et utvalg under Dansk Handicap Forbund, det kalles Bygge- og Trafikpolitisk Udvalg, har utarbeidet noen råd vedrørende problematikken – noen ganske banale sådanne, vil noen muligens mene.

Noen av rådene:

- "Sørg for ikke at placere snebunker i nærheden af handicapparkeringspladser."
- " Sørg for ikke at placere snebunker i nærheden af nærmeste adgangsvej."
- "Sørg for at rydde ramper."

Banale eller ikke, det kan finnes folk som mener at rådene kunne vært skrevet til dem som måtte føle ansvar for å bruke hodet når de rydder til side – eller burde rydde side – snø i Norge.

Men nå skal det snart bli sommer igjen, både i Norge og i Danmark.



Den eller de som skjøv vekk snøen fra den sentrale del av gaten på dette stedet i Oslo, skulle kunne finne det nyttig å lese følgende danske råd: "Sørg for ikke at placere snebunker i nærheden af handicap-parkeringspladser."

Foto: F. Dahl.

f.



FRI UTFOLDELSE er vår spesialitet

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

Vi vet mulighetene og har løsningene som gir en god funksjon



I SAMARBEID MED ORTOCARE®

Norsk Teknisk Ortopedi AS

Vikaveien 17 - P.b. 10 - 2312 Ottestad

Tlf: 62 57 44 44 - nto@ortonor.no

www.ortonor.no

CENTRI

A FILLAUER COMPANY

ny serie proteseføtter fra centri



Centri (del av Fillauerkonsemet) introduserer en helt ny serie proteseføtter. I mange år har vi i Centri arbeidet tett sammen med ortopediingeniører og brukere. Denne praktiske erfaringen har vi nå tatt med oss og utviklet proteseføtter sammen med vår søsterselskap Emotis.

Vi står til disposisjon ved valg av fot som passer brukerens behov.

WAVE²
ACTIVITY FOOT SYSTEM



WAVE¹
ACTIVITY FOOT SYSTEM



IBEX
FOOT SYSTEM



ELEMENT^{DS}
FOOT SYSTEM



ELEMENT
FOOT SYSTEM



WAVE
COMFORT FOOT SYSTEM



CENTRI® www.centri.se, Telefon: +46 8 505 332 00, Email: centri@centri.se

eMOTIS

En overlege ser hva benamputerte kan lære av idrettsfolk:

Om å vite hva du vil – og være egoist for å få det til

Toppidrettsfolk setter seg klare mål og forsaker mye – ja, de kan opptre som de rene egoister for å nå målene, påpeker Ketil Egge. Han mener at en benamputert som vil gå godt på protesen, i en periode kan tillate seg å opptre tilsvarende.

Flemming Dahl (tekst)
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

Ketil Egge er overlege ved Landaasen Rehabiliteringssenter, der benamputerte er blant pasientene og en gangskole er blant tilbudene.

Når han ser at amputerte kan lære noe av drettsfolk, har han en viss bakgrunn for å gjøre det: Egge har lang fartstid innen idrettsmedisin og har sittet i styret i Norsk idrettsmedisinsk forening.

Hva som er viktig...

Om toppidrettsfolk sier han: "De fokuserer på egne mål, og prioriterer deretter. Det gjelder å sortere ut hva som er viktig her i livet."

Det fremgår under Livsgledes samtale med ham at Egge er et av disse menneskene som brenner etter å gjøre noe mer ut av sitt arbeid enn det minimum som forventes:

Han ønsker eksempelvis å se at benamputerte ikke bare kommer seg på bena igjen ved hjelp av sine proteser, men at de kommer seg riktig godt på bena – at de føler seg vel med seg selv, fungerer godt og har god livskvalitet.

Et kaffeslabberas, en hyggelig stund foran TV'n... dette er eksempler på hva som i Egges øyne må forsakes periodevis av den idrettsutøver og den benprotesebruker som er ute etter best mulige resultater.



Ketil Egge.

Ny teknologi

Mens Egge poengterer verdien av den benamputertes egeninnsats, understreker han også at rehabiliteringstilbudene til benamputerte – ikke minst gangskoletilbudene – er viktige for ny læring, veiledning og motivasjon. Også i denne sammenheng trekker han paralleller til toppidretten, idet han ser at gangskoler, også kalt gåskoler, kan ta i bruk ny kunnskap og ny teknologi som er i bruk i toppidretten.

Han viser til at det der tradisjonelt er blitt fokusert mye på forskning knyttet til kondisjonstrening, styrketrening, teknikk, kosthold, utstyr og andre faktorer, og han sier:

"Arbeidsøkonomi har fått stor oppmerksomhet innen toppidretten de siste årene. Bedret arbeidsøkonomi er nå et sentralt element for bedret resultat i toppidrett. Tankegangen er i stor grad overførbar til protesebrukeren."

Arbeidsøkonomi? Egge forklarer at "arbeidsøkonomi dreier seg om hvor effektivt vi utnytter muskelkraft i forhold



Ketil Egge ser at gangskoler, også kalt gåskoler, kan ta i bruk kunnskap og teknologi som er i bruk i toppidretten.

til energi som forbrukes," og at "ved fysisk aktivitet vil måten vi beveger oss på være avgjørende for arbeidsøkonomien."

Gangteknikken og dermed arbeidsøkonomien kan analyseres ved hjelp av videoopptak av bevegelsesmønstre, ved at man studerer opptakene i sakte film, fremholder Egge. "Videoopptaket hjelper oss til å se om bevegelsesmønstret er tilpasset og hensiktsmessig ut i fra den aktiviteten som skal utføres. Analysen er et svært nyttig verktøy både for bruk-

eren selv og for fagpersonen som skal veilede i gangteknikk,” forklarer han

Smart bruk av kreftene

”For protesebrukere vil feil gangteknikk kunne medføre en dårlig arbeidsøkonomi. Dette betyr at det brukes krefter på en unødig måte i forhold til bevegelsen fremover. En forbedret arbeidsøkonomi gjør at man kan gå samme distanse med mindre bruk av krefter, og dermed få en lettere hverdag.”

Egge forklarer at det ved videoanalyse studeres en rekke faktorer, eksempelvis steglengde, bruken av hofter og knær, armbruk, rytme og balanse.

”Bruk av videoopptak er ikke minst egnet som et hjelpemiddel for bevisstgjøring, justering og innlæring av gangmønster ved gange i trapp, på ujevnt underlag og opp og ned bakker. Det er også egnet ved innlæring av blant annet skiteknikk og annen mer ekstrem utfoldelse for dem som ønsker det,” sier Egge.

Det hører med til Egges budskap at gangskole ikke er noe protesebrukeren bør legge bak seg én gang for alle, men snarere noe brukeren bør vurdere å gjenta med noen års mellomrom. Han peker på verdien av nye impulser, tanker og forbedringsforslag, og han sier:

”I et uhensiktsmessig gangmønster vil ofte muskulatur som burde benyttes være inaktiv. På gangskole vil man få hjelp til å bli bevisst sitt gangmønster, ’vekke’ inaktiv muskulatur og få råd om øvelser og spesifikk trening, noe som igjen vil gi økt gangdistanse og funksjon.”

Nødvendig konsentrasjon

Bedre rehabiliteringstilbud, moderniserte gangskoler, OK, men resultatoppnåelsen vil uansett ha sammenheng med den benamputertes prioriteringer og egeninnsats, understreker Egge:

”Prioritering av trening dreier seg dels om hvilke tanker du tillater deg å tenke, av og til også om hvor egoistisk du tillater deg å være. Man må prioritere seg selv, det er faktisk av og til nødvendig her i livet, for eksempel hvis man en dag står der uten et ben.”

Støtt Momentum og spar skatt



I Norge er det i dag ca. 5000 personer som mangler arm og/eller bein som følge av dysmeli, sykdom eller ulykke. Ved å støtte vårt arbeid økonomisk hjelper du oss å hjelpe flere amputerte og pårørende.

Hvorfor bør du støtte Momentum?

– du støtter en god sak og får skattefradrag.

Dette er fordi Momentum er på listen over godkjente organisasjoner som du kan gi en gave til og få skattefradrag.

Slik gjør du:

Overfør din gave til Momentums konto 9235.17.01406 og oppgi ”Gave” og ditt personnummer under ”Beløpet gjelder” og oppgi ditt navn og adresse. Resten går av seg selv. For øvrig har det offentlige bestemt følgende for at fradragsrett skal gjelde: Samlet gave må være minst kr 500 i løpet av inntektsåret per giver. Maksimalt fradragsberettiget beløp per giver er kr 12.000 per år (du kan gi mer enn dette, men vil kun få skattefradrag for de første 12.000).

Har du spørsmål? – kontakt

Momentums generalsekretær
Elin Holen De Capitani,
tlf 99 01 66 92, info@momentum.nu



Vurderer du å testamentere til Momentum?

– ring 4000 4360 eller send e-post til info@momentum.nu, så sender vi deg et lite hefte som beskriver hvordan du går frem.

Momentum driver et omfattende landsdekkende arbeid for å gjøre hverdagen til amputerte og pårørende bedre.

Blant de mange oppgavene er besøkstjeneste/likemannstjeneste ved sykehus og opptreningscenter, store og små sammenkomster, kurs og opplæring av frivillige og tillitsvalgte, lobbyvirksomhet overfor politikere for å oppnå bedre kår, spredning av livsglede og fjerning av barrierer gjennom visning av utstillingen Livsglede, utgivelse av medlemsbladet Livsglede, drift av organisasjon nasjonalt og i fylkene.



Nyhet

Alpha® Silicone Liners

WillowWood is excited to announce its new Alpha Silicone Liner! Our Silicone Liner uses a proprietary, platinum-cured, medical grade silicone designed for comfort and performance. Our unique blend of silicone, Vitamin E, and skin conditioners results in a pleasing surface that is non-greasy, non-tacky, and comfortable against the skin. The Alpha Silicone Liner uses Select fabric that controls pistoning without using a distal matrix. The Select fabric allows for circumferential stretch making it easy to don for numerous limb shapes. The flexible knee panel provides enhanced knee flexion and a broad range of knee motion. The Alpha Silicone Liner may be retrofit with Alpha Hybrid Liners with a progressive profile.

Product Highlights:

- Delivers a Comfortable Fit Using a Medical-Grade Silicone.
- Silicone Formulated to have a Non-Greasy and Non-Tacky Surface.
- Controls Pistoning without a Distal Matrix.
- Flexible Knee Panel Provides Enhanced Knee Flexion
- Retrofits with Thermoplastic Elastomer Liners with Progressive Profile
- Available in Locking and Custom
- Features a 12-month warranty



WillowWood

Om å tøye egne grenser – i Sarpsborg

I år arrangeres **Momentum-weekend i Østfold, nærmere bestemt på Quality Hotel & Resort Sarpsborg i dagene 20-22 april. Hotellet ligger langs E6, ved avkjøring til Sarpsborg N/Grålum.**

Fredag gjennomføres årsmøtet.

Lørdagen blir aktivitetsdag med tema: "Tøy egne grenser – ta kommando over din egen situasjon".

Der vil vi med teori og praksis hjelpe hverandre til å tøye egne grenser. Vi vil også praktisere et nytt treningsopplegg som praktiseres på gåskolen på Sahlgrenska universitetssykehus i Göteborg. Det dreier seg om trening/mosjon til musikk, en slags aerobic for amputerte og protesebrukere.

Geir Arne Hageland - leder av Funkibator, dobbeltamputert og deltager i første utgave av Lars Monsens TV-program "Ingen grenser" - vil holde innledningsforedrag over samlingens tema. Fysioterapeut Saffran Möller fra Össur Nordic vil lede trening og praktisering. Fysioterapeut Gith Jansson fra Ortopedteknik, Sahlgrenska universitetssykehus vil lede "areobic" - eller gympa, som det kalles i Göteborg. Og så blir det festmiddag på kvelden.

Søndag formiddag satser vi på eget opplegg på INSPIRIA science center. Det ligger i umiddelbar nærhet til hotellet.

Både leverandører og ortopedivirksomheter/verksteder er invitert til å være til stede med utstilling og demonstrasjon av komponenter og produkter.

Invitasjon med nødvendig informasjon

og detaljer sendes ut rundt 10. mars.

Momentum-ledelsen håper at flest mulig setter av denne helgen og satser på å utfordre seg selv og tøye egne grenser.

Red.

Spar penger - få rabatt på overnatting og møterom

Ta kontakt med hotellet du ønsker å benytte eller direkte med oppført kontaktperson - oppgi avtalekoden. God tilgjengelighet til hotellene er ett av FFOs mål med avtalene.

Mer informasjon

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

Rabattene gjelder både private opphold og Momentum-arrangementer.

Hvordan bestille hotell?

Choice Hotels
(avtalekode CH14660).
Kontaktperson: Mette Snekvik
Telefon: 22 40 13 61 eller
e-post: mette.snekvik@choice.no

Scandic Hotels
(avtalekode D000004481).
Kontaktperson: Mads Eliassen
Telefon: 23 15 50 51 eller e-post:
mads.eliasen@scandichotels.com

Thon Hotels
(avtalekode FFO).
Kontaktperson: Line Raaen
Telefon: 23 08 00 15 eller e-post:
line.raaen@thonhotels.no

13



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

- proteser
- ortoser
- korsetter
- fotsenger og innlegg
- ortopedisk fottøy
- barnehjelpemidler
- sits

OCH
OCH ortopedi AS
www.och.no

Oslo & Akershus
23 28 82 00

Østfold
69 30 17 70

Telemark
35 56 15 50

Oppland
61 24 73 30

Møre & Romsdal
70 10 06 70



Hans Emil og Karin Møller-Hansen.



**Elin Holen
De Capitani**

Når livet er herlig...

Bildene taler for seg selv, ikke sant? Dette er de nye fotografiene i Momentums utvidede vandreutstilling Livsglede.

Den utvidede versjonen ble første gang vist offentlig, i to måneder, på Akershus universitetssykehus sist sommer.

Deretter la den ut på vandring rundt om i landet, en videreføring av vandringen som begynte etter at utstillingen i opprinnelig versjon ble åpnet av prinsesse Märtha Louise på Rikshospitalet i Oslo i 2001.

De nye som de gamle bildene er tatt av fotograf Dag Thorenfeldt.

Nils-Odd Tønnevold, Momentum-frontfiguren som tok initiativet til Livsglede-utstillingen, fastslår at de nye bildene av Momentum-medlemmer gir utstillingen en større bredde enn den hadde – ved at den nå viser parforhold, ikke bare enkeltmennesker, ved at den viser kjærlighet mellom mennesker, mellom et menneske som er amputert og et annet som ikke er det, også ved at den viser amputerte som ikke er født i Norge...



**Elin og
Andrea
De Capitani.**



**André Fredrik
Wesenberg
og Tommy
Blancaflor.**



**Inger Groven og
Oda Landheim.**



Hans Emil og Karin Møller-Hansen.



Elin Holen De Capitani.



**Kjartan Haugen
og datter.**

Min første fjelltur på syv år

Helge Viken, Prinsdal i Oslo, er leggprotesebruker etter å være blitt amputert for et par år siden – som følge av skader han var blitt påført i en trafikkulykke fem år tidligere. Viken har sendt denne beretningen, ledsaget av egne fotos, til Lesertorget.

Det begynte med en drøm om å gå Norefjell fra nord til syd, så ble det justert til Romeriksåsene på langs.

I høstferien kom det et tilbud om opphold på Bøeseter på Norefjell. Stien derfra til Høgevardehytta var stipulert til 4 ½ time, jeg tenkte at jeg måtte regne med det dobbelte, det burde være realistisk, med den skaden jeg fikk for syv år siden.

Vi reiste fra Oslo så tidlig som mulig på søndag. Det er første gang jeg har parkert i en garasje før jeg har startet på en fjelltur. Min datter Sofie (16) og jeg gikk ganske friskt ut fra Bøeseter. Etter å ha gått i godt over en time, syntes vi at vi hadde kommet et godt stykke på veien, da kunne vi driste oss til å spørre hvor langt det var til Høgevardehytta? Vi visste jo at det var 10 km.

Man må jo ha et inngangsspørsmål for å begynne en samtale, alle prater jo med alle når man går på fjellet. Dess lengre unna man er sivilisasjonen, dess lettere er det å prate med folk, synes jeg, og som regel er samtalerne veldig hyggelige. Da vi spurte, fikk vi til svar: "Det er jo en god dagsmarsj, og nå har dere gått nesten en kilometer." Ved hjelp av min moderne hjerne fant jeg ut at hvis jeg regnet med én time pr. km, så ville turen ta 10 timer. Dette var kanskje ikke den motivasjonen jeg trengte akkurat da.

Et ambisiøst prosjekt...

Det ble mange raster, vanligvis starter man å tære på fettreservene etter en drøy time. Denne evnen fungerte dårlig hos meg, jeg ble ofte veldig fort sliten. Etter at vi hadde fortært 16 brødkiver, gikk vi løs på reservene. Rett etter en rast med nødproviant, traff vi en som kom løpende nedover, da hadde det begynt å regne litt. Han sa først: "Dere ser jo friske og raske ut dere," og han



Sofie og pappa Helge raster underveis, fotografert på strak arm.

så på meg og mine krykker. Men han var nok litt skeptisk, også, og sa: "Dere må være forsiktige." Dette sa han flere ganger, så han syntes vel det var et litt ambisiøst prosjekt.

Han advarte oss og sa at det var mye oppover og litt dårlig merking. Vi visste at vi nærmet oss et skilt der vi ville ha tilbakelagt 4 ½ km, og da vi kom dit, var det nesten kortere å gå fram enn tilbake, tenkte jeg (jeg viste jo at dette var et meget ambisiøst prosjekt). Neste skilt viste 4 km til Høgevardehytta, der var det lett å gå, nesten som på en motorvei, det regnet litt, så vi hadde tatt på regntrekkene på sekkene våre, jeg hadde valgt det gamle regntøyet etter fatteren, jeg stolte ikke på at goretex-jakka var tett, selv om den bare var et og et halvt år gammel.

Sofie hadde ikke tatt på regnbuxa si, for hun måtte ta av støvlene for å få tatt på buksa. Da sa jeg at hvis det ble for galt, så fikk vi sprette opp buksebeina nederst slik at hun slapp å ta av støvlene. Jeg spurte flere ganger om hun frøs, hver gang svarte hun: "Litt."

Regn, tåke og mørke

Etter hvert gikk vi i skumringen. Da vi kom fram til neste skilt, var det mørkt, jeg følte at jeg hadde god driv og ville egentlig ikke se på skiltet, men det ønsket Sofie, så da tente vi våre lyfter og fikk vite at det var 2 km til Høgevarde-

hytta. Vi gikk litt videre før jeg følte at jeg var helt tom. Det kan være ganske tøft å få vite sannheten, jeg så for meg to timer til, i regn, tåke og mørke.

Jeg måtte sette meg ned på en stein og samle litt krefter. Jeg fikk i meg litt næringsstoffer og kvittet meg med litt avfallsstoffer før vi gikk videre i skinnen fra lyktene. Sofie klagde ikke en eneste gang, det var hun som så lyset først, jeg trodde hun så syner, men vi nådde hytta etter syv timers gange.

Først da vi var framme, skjønte jeg at Sofie frøs ganske mye, men å skjære opp regnbuxa si, det skulle hun i alle fall ikke. Det var hennes valg, sa hun. Vi fikk i oss litt mat som vi hadde båret hele veien. Jeg trodde det var en ubetjent hytte, for det mente jeg det var for 20 år siden. Hytta er selvbetjent og har til og med kafeteria i sesongen.

Jeg snakket litt med hyttevakta i løpet av de to dagene vi var der. Først prøvde jeg å innlede med å spørre om økonomien, "det er kanskje litt idealisme i dette også," sa jeg litt forsiktig. Etterpå skjønte jeg at det ikke bare var litt idealisme. Jeg fikk litt dårlig samvittighet for at vi bare spiste av maten som vi hadde båret inn til hytta.

Mandagen brukte vi som hviledag, planen var å gå opp på Høgevarde, 1459 moh., men Sofie fant noen

jenter som hun spilte kort med, og da tåka kom sigende, ble det bare jeg som prøvde å finne veien til toppen, det gikk ikke, heldigvis fant jeg veien tilbake. Utpå kvelden begynte det å blåse, vi var enige om at det var bra det ikke var denne kvelden vi var ute og gikk.

Til topps

Tirsdag var det klart og fint, men ganske mye vind, syntes vi, det var ikke hyttevakta enig i: "Dette er ikke mye vind," sa han. Vi gikk opp på Høgevarde, der var det vanskelig å stå på beina og nyte utsikten. Men noen bilder fikk vi tatt, så vi fikk se på dem etterpå, for å se hva vi kunne ha sett.

Vi hadde fått noen råd av hyttevakta om at vi kunne slippe oss ned på siden av fjellet, slik at vi kom litt unna vinden. Aberet var at det kunne bli litt vått det siste stykket mot Bøeseter, men det var kort vei til kjørevei, hadde han sagt.

Vi hadde en fin tur syddover fjellet. Det er deilig å vandre på fjellet og la tankene fly fritt uten å bli påvirket av så mye annet. Vi hadde fin utsikt ned i

fjellbygda Eggedal i Sigdal kommune, der Theodor Kittelsen fant mye av sin inspirasjon. Jeg hadde faktisk krefter og overskudd til å ta flere bilder den dagen.

Etter hvert kom vi ned i bjørkeskogen, og stien var ikke like lett å gå på, vi var ikke helt sikre på hvor vi var og hvilken sti vi skulle velge. Vi trodde vi nærmet oss Bøeseter idet det begynte å



Sofie i vinden på toppen av Høgevarde. I bakgrunnen til høyre ligger Høgevardehytta.

mørkne. Da traff vi en far med en hund og to barn. Jeg sank sammen da jeg fikk vite at det var 4 ½ km til Bøeseter, han kunne også fortelle at stien var våt og vanskelig å følge.

Ja takk til skyss

Vi fikk tilbud om å bli kjørt til Bøese-

ter, men vi vegret oss litt. "Jeg vet når man skal ta i mot et godt råd," sa han, "og det er nå." Vi la stoltheten til side og tok imot tilbudet. Jeg skylder han en tjeneste, dvs. det blir kanskje vanskelig å finne han, så jeg må hjelpe en annen som kan hjelpe... Og til slutt så får jeg kanskje gjort gjengjeld? Vi må hjelpe hverandre, som vi sier på jobben.

Det må kanskje forklares at Bøeseter ikke er noe vanlig seter, det er et stort spa-hotell med leiligheter og mange fasiliteter. Da vi ankom, ble de litt overrasket, i alle fall min kone (sønnen vår tittet bare opp fra dataskjermen), hun syntes vi hadde gått det siste stykket ganske kjapt, hun beklaget at middagen ikke var helt klar enda. Dagen etter ble det klassisk massasje i spa-avdelingen.

Jeg lurte på, i mitt stille sinn, om det er mange av de andre gjestene på Bøeseter som har gått like langt som Sofie og meg. De fleste av dem har jo to friske bein å gå med, jeg har en protese på venstre legg.

Helge Viken

medi

Ny livsglede

medi RELAX-produktene – bevist effektive mot fantomsmerter ¹

¹ Vitenskapelig studie: tidsskriftet Orthopädiotechnik [Ortopedisk teknologi], 12/06, side 908–917

Kontakt din ortopediingeniør eller Helge Klausen i firmaet Norseas per hsklausen@msn.com for mer informasjon om medi Liner RELAX for bruk med protese og RELAX Night Care Stump for bruk om natten

Hyggelig samling til sjøs

Anne Grete Søberg, Momentum Nordland, har signert denne beretningen og har også tatt bildet.

Momentum Nordland arrangerte Hurtigrute-weekend 7-9 oktober, vi reiste fra Bodø til Tromsø og retur. Turen gikk med MS "Nordnorge" til Tromsø og med MS "Midnatsol" tilbake.

Vi fikk 17 påmeldinger, men da vi kun fikk én handicap-lugar, måtte to medlemmer avstå fra turen – noe som var veldig synd. Vi fikk ytterligere en avbestilling like før avreise og var dermed 14 påmeldte fra Bodø. Tre av disse tok bil med seg og gikk i land i Tromsø for å kjøre tilbake.

Jan-Henry var reiseleder. Han orienterte og ga praktiske opplysninger etter hvert som deltakerne kom om bord. Noen valgte å gå om bord i Stamsund og Stokmarknes, da dette var mest praktisk. Vi hadde en intensjon om å "samle" hele fylket, og det synes vi at vi klarte - da det var påmeldte fra Helgeland, Bodø, Ofoten, Lofoten og Vesterålen.

Følgende var med: Tone Hjulstad



Hyggelig om bord!

(Elsfjord), Helge Hjulstad (Elsfjord), Bjarne Ivar Hansen (Tverlandet), Kanutte Hanssen (Bodø), Ingfred Mosand (Bodø), Eli Holmstad (Narvik), Terje Holmstad (Narvik), May Haugen (Narvik), Gro Nilsen (Reine), Jan Harry Nilsen (Reine), Inger Hansen (Stokmarknes), Magne Hansen (Stokmarknes), Anne Grete Søberg (Stokmarknes) og Jan-Henry Søberg (Stokmarknes).

Fordi vi ikke fikk leid møterom, ble det vanskelig å gjennomføre "vanlig" medlemsmøte (kurs- og konferanse

ligger i en helt annen prisklasse enn det vi kunne bestille). Det var også vanskelig å samles på grunn av mange turister (Hurtigruta er blitt utrolig populær), men vi gjorde så godt vi kunne. Vi fikk snakket sammen, utvekslet erfaringer – og vi ble kjent med hverandre.

I Tromsø hadde noen slektninger som de besøkte, noen besøkte opplevelses-sentret Polaria, andre ruslet i byen. Så møttes vi på Ishavshotellet til middag - en hyggelig stund, med god mat og fin stemning. Her sa vi "ha det" til de tre som skulle kjøre hjem neste dag, mens vi resterende 11 gikk om bord i sørgående MS "Midnatsol" litt over midnatt.

Begge båtene vi reiste med er flotte skip – "Nordnorge" er jo for øvrig "stjerna" fra NRK-programmet "Hurtigruten – minutt for minutt" som ble vist på TV sist sommer. Vi var dessuten forholdsvis heldige med været. Bortsett fra litt sjøgang nordover over Andfjorden, var det rolige forhold.

Dette ble en veldig trivelig tur, sammen med hyggelige mennesker og i spennende omgivelser. Vi håper at vi på denne måten fikk "løfta" Momentum litt fram i lyset, og sier Vel Møtt alle nordlandsmedlemmer til neste årsmøte for Momentum Nordland!

Anne Grete Søberg

Ortopedisk Service

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

**Timebestilling:
32 83 04 15**

Drammen
Ortopediske
Institutt a.s

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



erimed

DICTUS[®]

— The Dictus Band —

Gå inn på YouTube søkeord Dictus Band
så får du gode råd og tips.



 **soleus**[™]

For en joggetur eller en
tur i skogen. Soleus er
det riktige valget.



www.erimed.se

order@erimed.se, Tel +46 (0)8 449 56 50

Fra Hasses album...



Thorbjørn Jagland, Europarådets generalsekretær, la internasjonal tyngde bak funksjonshemmedes rettigheter da han i Oslo høsten 2010 deltok på en konferanse om nettopp funksjonshemmedes rettigheter.



Landlig og deilig – terrenget omkring Landaasen Rehabiliteringssenter, der Momentum-medlemmer er blant dem som hyppig står på gjestelisten, byr på bilder som kan skape ro i sinnet.



Mikael Andersson, svensken som er født uten armer og uten ben og likevel fikser det meste i livet. Da han under Momentum-weekenden i Molde i august 2010 berettet om sitt liv, frembragte han tårer og latter og stum beundring i Momentum-gjengen.


webbkatalogen
www.nordicortopedica.se

Nordic Ortopedica har hela bredden....

Från komfort...






...till slitstark

Alpha Liner Family

- Classic – Komfort
- Hybrid – Gyllene medelvägen
- Silicone – För alla aktivitetsnivåer och hållbarhet
- Design – För tuffare stumpar



Guideline för dig på:
www.nordicortopedica.se

nordic **Ortopedica**

WillowWood™

Momentum dytter på for å oppnå:

Færre, men bedre amputasjonssteder

Bedre med noen få sykehus som er godt rustet til å foreta amputasjoner, enn mange som er dårlig rustet, mener Momentum. Foreningen pusher på for å få helsemyndighetene til å lytte.

”Vi ønsker å få samlet ekspertisen,” sier Geir Bornkessel, Momentums drivkraft i denne saken.

Han understreker at amputasjoner i hastetilfeller selvfølgelig må kunne utføres på det lettest tilgjengelige sykehuset, definert som velkvalifisert eller ikke, men at oppfølgingen under alle

omstendigheter bør foregå et sted der ekspertise finnes.

I denne omgang dreier det seg om å få til en sentralisering av amputasjonseksper-tisen i den delen av landet der Helse Sør-Øst råder grunnen.

Men Bornkessel ser grunn til å håpe at en sentralisering i Helse Sør-Øst, vil danne mønster for utviklingen i hele landet.

”Det er klart at hvis vi får dette gjennomført i Helse Sør-Øst, vil det være mye lettere å få det til nasjonalt,” sier han.

Bornkessel er blant mange som ideelt ville ønske seg velkvalifiserte sykehus,

med velkvalifiserte amputasjonsteam inkludert, så å si på hvert gatehjørne, men som samtidig ser at virkelighetens verden ikke kan tilby noe sânt, at selv ressurssterke Norge umulig kan få det til.

Dermed mener Bornkessel - på vegne av seg selv og Momentum, foreningen for arm- og benprotesebrukere - at de beste kreftene bør samles på noen få steder.

Kvalitet og trygghet

Momentum har fremmet sine synspunkter i denne saken gjennom Bornkessels posisjon som nestleder i brukerutvalget i Helse Sør-Øst. Synspunktene nådde for



Vår avdeling i Telemark er nå åpnet. Fra desember 2010 er vi å finne i moderne lokaler i Storgata i Porsgrunn. Nye og gamle protese pasienter ønskes velkommen!

***beste funksjon og livskvalitet
for den enkelte***

Sandefjord:
Lingelemveien 63
3225 Sandefjord

Porsgrunn:
Storgata 118
3921 Porsgrunn

Telefon: 33 45 45 33
e-post: info@teknomed.no
www.teknomed.no



Geir Bornkessel arbeider for å få helsemyndighetene med på at Norge bør samle amputasjonseksptisen på noen få sykehus.

Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

få uker siden ledelsen i Helse Sør-Øst, som er et av statens fire regionale helseforetak (RHF). Det skjedde gjennom en enstemmig høringsuttalelse fra brukerutvalget.

Dette brukerutvalget er blant flere berørte interesser som uttaler seg om et faglig utvalgs vurderinger av fremtidig funksjonsfordeling av ortopedi, revmakirurgi og revmatologi innen Helse Sør-Øst.

I uttalelsen fra Bornkessel og de andre i brukerutvalget heter det:

”Brukerutvalget er opptatt av at helsetjenester desentraliseres når det er mulig og sentraliseres der det er nødvendig for å få god kvalitet. Kvalitet og trygghet for godt resultat teller mer for pasientene enn avstand til sykehuset, når vi må velge.”

Brukerutvalget skriver også: ”Fra brukerståstedet er det viktig at utøverne (alt helsepersonell) er dyktige og sikre i sin utøvelse av faget, og at all ny informasjon, utstyr og teknologi er tilgjengelig. God, rett og lett forståelig informasjon til pasienten er viktig i alle ledd av behandlingen.”

Økt oppmerksomhet...

Det hører med til historien at Bornkessel og hans medspillere i brukerutvalget ikke er imponert over det faglige

utvalgets vektlegging av amputasjoner spesielt, for som de skriver:

”Brukerutvalget er (...) skuffet over at (...) utvalget tross innspill ikke vurderte det innenfor sitt mandat å gi anbefalinger om amputasjoner.”

Men så tilføyer brukerutvalget noe som kan tenkes å få ledelsen i Helse Sør-Øst til å interessere seg for amputerte i større grad enn den kanskje ellers ville gjort:

”Brukerutvalget ber om at Helse Sør-Øst RHF i det videre arbeidet (...) sørger for at det også blir innhentet faglige råd om funksjonsfordeling innen amputasjonskirurgien.”

I andres øyne har Bornkessel spilt en nøkkelrolle i arbeidet med å fremme amputertes syn i denne saken. I egnes øyne også, for som han sier:

”Det er en stor seier for Momentum at vi nå har fått løftet disse problemene høyt i Helse Sør-Øst. Jeg er både glad og stolt over at jeg fikk brukerutvalget som helhet til og støtte dette.”



- et datterselskap av Oslo universitetssykehus HF

Sophies Minde Ortopedi AS

«LIVSKVALITET – muligheter fremfor begrensninger.»

Vi har medarbeidere med høy fagkunnskap og kompetanse, og er en framtidsrettet virksomhet som er opptatt av å ligge i forkant både når det gjelder fag og bruk av moderne teknologi.

Vårt mål er å skreddersy den beste løsningen til den enkelte.

Vår hovedavdeling ligger ved Oslo universitetssykehus avd. Aker. Vi har også avdelinger ved Oslo universitetssykehus avd. Rikshospitalet og avd. Ullevål. I tillegg har vi avdelinger i Drammen og på Hamar.»

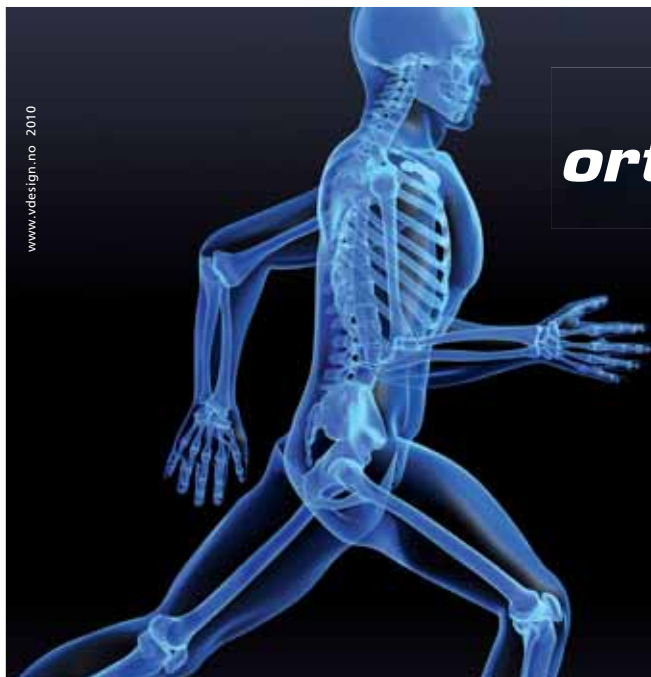


Sophies Minde Ortopedi AS

er totalleverandør av ortopediske hjelpemidler og tar imot pasienter fra hele landet.
Proteser - Ortoser - Korsett - Fotsenger - Spesialfottøy - Ortopedisk sydd fottøy

Kontaktinfo:
Sentralbord 22 04 53 60, post@sophiesminde.no

www.sophiesminde.no



Vi leverer alle typer ortopediske hjelpemidler!

- Våre fagfolk hjelper deg til et mer aktivt liv

Ring oss!

tlf 75 50 74 20

eller se

ortocare-nordland.no



ORTOCARE®
NORDLAND

Medlem av Ortocarekjeden

Gidsken Jakobsens vei 32, Bodø

TOV AS

Trøndelag Ortopediske Verksted AS
St. Olavs Hospital, 7006 TRONDHEIM

Ditt behov - vår utfordring

Les mer om vår virksomhet på
www.tov.no

SERVICE MED ORTOPEDISKE OG TEKNISKE HJELPEMIDLER

Produkter

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

Tjenester

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

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

BUSKERUD TEKNISK
ORTOPEDI

Buskerud Teknisk Ortopedi AS
PB 3568 - 3007 Drammen

Besøksadresse: Buskerudveien 217
Tlf.: 32 80 93 93
Faks: 32 80 93 94
E-post: post@bto.no
Web: www.bto.no

Bli medlem? Adresseforandring?

Er du ikke medlem og ønsker å få bladet Livsglede? Eller har du endret adresse? Kontakt oss med opplysninger om:

Navn, adresse, telefon, mobil, e-post, evt. ny/gammel adresse osv. I tilfelle nytt medlem, ønskes Familiemedlem (amputert/protesebruker og alle i husstanden) kr 400 per år, Hovedmedlem (kun bruker) kr 300 per år, Støttemedlem (personlig støttemedlem for venner og helsepersonell) kr 200 per år, Bedriftsmedlem (institusjoner, verksteder og leverandører) kr 1000 per år. Ta kontakt slik det er enklest for deg - per telefon, e-post eller brev:

Momentum
Pb 49 Skøyen, 0212 Oslo
info@momentum.nu
Tlf: 4000 4360

Om Momentum

Momentum – foreningen for arm- og ben-protesebrukere – er til for å spre livsglede og inspirasjon og gjøre hverdagen bedre for protesebrukere og pårørende. Momentum betyr bevegelse fremover, og vårt motto er "Det er bedre å tenne et lys enn å forbanne mørket". Foreningen ble stiftet i 1996, har i dag over 700 medlemmer og er representert med lokallag i de fleste av landets fylker.

Åpent for alle

Medlemskap er åpent for alle – amputerte/protesebrukere og pårørende (familie, venner, alle som arbeider med og har interesse for rehabilitering av amputerte).

Dette får du

Som medlem får du bladet Livsglede tilsendt fire ganger i året, mulighet til å delta på weekender og sammenkomster til sterkt subsidierte priser, rabatt på møte-/hotellrom, hjelp i spørsmål knyttet til protesebruk, protesetilpasning, rehabilitering, rettigheter osv. Dessuten tilgang til noen å snakke og utveksle erfaringer med – noen som har kjent det på kroppen selv – etter prinsippet like hjelper like. Dermed slipper du å finne opp kruttet selv, du blir inspirert og motivert og fungerer bedre raskere. Momentums likemannstjeneste utføres av protesebrukere og pårørende som har møtt egne utfordringer og stiller opp frivillig for andre i samme situasjon – for en prat per telefon, under besøk på sykehus, på rehabiliteringssenter eller hjemme.

Bli likemann - gi noe tilbake



Husker du...

Alle de spørsmålene du hadde?

Alle utfordringene du trodde var uoverkommelige?

**At du lurte på hvor du kunne få ordnet med
det ene og det andre?**

**Følelsen av å være den eneste som
har det akkurat slik?**

Du kan få en nyamputert til å se at det meste
ordner seg og at livet er godt.

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

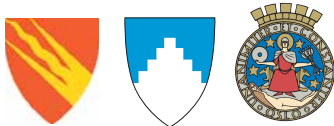
TA KONTAKT NÅ

Per tlf. 4000 4360 eller info@momentum.nu

Momentum landet rundt

Vi er til for deg og dine. Ta kontakt!

LOKALE LEDERE OG KONTAKTPERSONER:



Momentum Øst: Østfold, Oslo og Akershus:

Leder Oslo: SVEN-ERIK BLIDBERG
sven.erik.blidberg@momentum.nu T: 41 76 07 33
Likemannskontakt Momentum Øst:
KRISTIN HOLTER-SØRENSEN
kriholtesor@hotmail.com T: 99 71 97 56



Momentum Innlandet:

Leder/Likemannskontakt Hedmark:
RUNE SØSTUEN
T: 98 28 33 56



Leder/Likemannskontakt Oppland:
INGER GROVEN
Ilka, 2662 Dovre
T: 99 02 22 08



Buskerud:

Leder/Likemannskontakt:
Helge Borgevad
helge.borgevad@cemex.com
T: 90 58 40 32



Vestfold:

Leder: JAN HENRIK NYMOEN
jhn@hive.no - T: 33 33 11 94
Likemannskontakt: PAUL HAGEN
paul.hagen@momentum.nu
T: 98 28 33 58



Telemark:

BJØRN THORSEN
bjorn.thorsen@gda.no
T: 93 03 30 06



Momentum Sør:

Leder: HENRY GERHARD HØYLAND
henry.gerhard.hoyland@gmail.com
T: 38 35 26 18/47 83 94 62



Likemannskontakt:
Björg Nodeland
bjoenode@online.no
T: 478 39 462



Rogaland:

Kontaktperson:
HELGE SVALESTAD
svaleh77@gmail.com
T: 99 03 05 07



Hordaland:

PER ARVID BUTZ
perbutz@broadpark.no
T: 56 33 16 94



Sogn og Fjordane:

FINN ATLE LEIRPOLL
fin-atle@online.no
T: 95 19 50 75



Møre og Romsdal:

RONNY STRANDBØ
rs@tussa.com
T: 90 79 92 78 (arb)



Momentum Nordland:

Leder: LILLIAN PERRET
(Ofoten/Sør-Troms)
perret@online.no
T: 91 76 11 81

PER MEBY (Bodø/Salten)
per@meby.no
T: 75 58 01 35, 93 41 33 88

JAN-HENRY SØBERG
(Vesterålen/Lofoten)
jan_henry48@hotmail.com
T: 91 32 65 70



Momentum Troms & Finnmark:

Leder/Likemannskontakt Troms:
HÅKON GEBHARDT
b-gebhar@online.no
T: 41 64 03 50



Likemannskontakt Finnmark:

JILL HELEN NILSEN
jillhnilsen@hotmail.com
T: 91 39 57 95

SPORTSKONTAKT:

KJARTAN HAUGEN
kjartan@haugen.org
T: 90 57 86 15

PÅRØRENDEKONTAKTER:

Østfold, Oslo og Akershus:

TURID S. BORNKESSEL
tusle@hotmail.com
T: 99 24 67 12

Hedmark og Oppland:

LIV KARIN SØSTUEN
livkarins@yahoo.no
T: 47 02 10 94

Hordaland:

MARIT HAVRE NILSEN
hnmorit@frisurf.no
T: 92 03 06 16, 55 34 37 37

Sogn og Fjordane:

SIGRUN LEIRPOLL
sigrunn-leir@hotmail.com
T: 48 10 56 13

Nordland, Troms og Finnmark:

BENTE GEBHARDT
b-gebhar@online.no
T: 41 64 03 50

Rogaland:

ERLA EINARSDOTTIR
erla.einarsdottir@momentum.nu
T: 90 79 25 09

Agder:

MAGNE NODELAND
mnod@online.no
T: 47 89 84 54

Momentum

Tlf 40 00 43 60
info@momentum.nu

LIV KARIN SØSTUEN

Administrasjonssekretær
liv.karin.sostuen@momentum.nu
T: 47 02 10 94



En ny pris for tilgjengelighet. Men det er gammelt nytt at mange finner Salzburg veldig sjarmerende. Foto: Thomas Pintaric, via Wikipedia.

Tilgjengelige Salzburg

I tillegg til mye annet pent som i årenes løp er sagt om den østerrikske byen Salzburg, kan det nå også sies – med referanse til en nylig pristildeling – at byen byr på god tilgjengelighet for funksjonshemmede.

EU-kommisjonen står bak prisen Access City, som for år 2012 er tildelt Salzburg. Tildelingen fant sted under et arrangement i Brussel før jul, altså før 2012 var innledet.

Prisen skal tjene som en belønning for innsats med tanke på god tilgjengelighet i bymiljøet, slik at mennesker med ulike funksjonsbegrensninger i størst mulig grad kan delta i samfunnslivet.

Europa uten barrierer...

Salzburg fikk overrakt prisen av Viviane Reding, EUs justiskommisær. Hun sa at det å skape tilgjengelighet for alle er et sentralt element i EUs strategi for å nå frem til et barrierefritt Europa. En aldrende befolkning tjener til å styrke betydningen av god tilgjengelighet, poengterte hun.

Lavgulvede busser, blindeskrift og annen spesialtilpasset informasjon, bygninger og fortauer som er designet også for rullestolbrukere... stikkordene er mange for det som skiller en tilgjengelig by fra en som er mindre tilgjengelig.

"Tilgjengelighet kan være en stimulans for innovasjon og økonomisk vekst. Dette er spesielt relevant i det nåværende økonomiske klimaet," sa kommissær Reding.

114 byer konkurrerte

Byer som har minst 50 000 mennesker og ligger i et av EUs medlemsland kan konkurrere om den årlige prisen Access City. I konkurransen om 2012-prisen deltok 114 byer fra 23 land.

Foruten Salzburg, nådde disse byene frem til finaleomgangen: Krakow (Polen), Marburg (Tyskland) og Santander (Spania).

Juryen ga dessuten spesiell positiv omtale av fire byer: Grenoble (Frankrike), Ljubljana (Slovenia), Olomouc (Tsjekia) og Terrassa (Spania).

Den første Access-City-prisen ble tildelt for 2011 og ble vunnet av den spanske byen Avila.

En mulig trøst

Norske byer som sliter med å holde vinterfortauene frie for snø og hálke kan kanskje finne trøst i at de som følge av Norges ikke-medlemskap i EU er forhindret fra å konkurrere om Access City-prisen.

fd



En av de eldre gatene i Salzburg. Foto: Jonathanawhite, via Wikipedia.



MOMENTUM

Hovedstyret i Momentum

HANS EMIL MØLLER-HANSEN

Styreleder

h-moelle@online.no

T: 90 18 38 10

KRISTIN HOLTER-SØRENSEN

Nestleder og nasjonal likemannsskontakt

kriholtesor@hotmail.com

T: 99 71 97 56

ELIN HOLEN DE CAPITANI

Styremedlem

elin.holen@momentum.nu

T: 99 01 66 92

TURID BORNKESSEL

Økonomiansvarlig

tusle@hotmail.com

T: 99 24 67 12

FINN ATLE LEIRPOLL

Fylkeslagskontakt

finn.atle@online.no

T: 95 19 50 75

HELGE BORGEVAD

Medlemspleie

helge.borgevad@cemex.com

T: 90 70 55 45

KJETIL BRAGSTAD

Styremedlem

k-brag@online.no

T: 48 60 19 74

FÅR VI PRESEN- TERE – NYE PROPRIO FOOT®

Trapper, bakker og ujevnt terreng – vi lever i en verden som er langt fra flat.

Mange protesebrukere bruker spesielle teknikker for å **mestre trapper, bakker og ujevnt terreng**. Andre velger å unngå slike utfordringer helt.

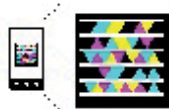
Össurs nye PROPRIO FOOT hjelper deg, slik at du får en behagelig, stabil og naturlig gange selv i nedoverbakker og trapper. PROPRIO FOOT gir deg 15-20 mm ekstra avstand mellom underlag og sko, noe som minimerer risikoen for å snuble.

Verdens eneste mikroprosessorstyrte protesefot – en opplevelse som overbeviser!

Kontakt oss for mer informasjon på telefon 2261 5770, eller gå inn på www.ossur.se



Les mer om PROPRIO FOOT, og se brukerne fortelle om egne erfaringer på www.ossur.se/Bionic-Technology



Get the free mobile app at <http://gettag.mobi>