

Livsglede

BLADET FOR AMPUTERT/PROTESEBRUKERE 3/2019

STOLT STÅENDE PÅ SITT BEN

14–17

STADIG MER
AVANSERTE
PROTESER 4

EN MANNS AMPUTASJONS-
HISTORIE – FORTALT MED
HANS EGEN PENN 6–7



Mestring, presisjon, balanse, kvalitet og oppfølging

Er egenskaper som vi vet betyr mye for deg og for oss. Sammensatt blir det til tjenester og produkter for våre kunder innen ortopediske hjelpemidler.

Vi har avdelinger i Tromsø, Harstad, Bodø, Bergen og Kristiansand

blatchford.no

Blatchford 
Ortopedi



MOMENTUMS ÆRESMEDLEM:
PRINSESSE MÄRTHA LOUISE

Livsglede 3/2019

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

Layout: Christine Wigaard
Trykk: Wisa Grafisk AS

REDAKSJONEN I LIVSGLEDE
Nils-Odd Tønnevoll
Ansvarlig redaktør
Legg- og lårprotebruker
nils.tonnevoll@connectum.no
Tlf. 92 20 16 26

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

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

Internett:
www.momentum.nu

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

Forside:
Thomas Sebastian M. Blancaflor.
Fotografen får det inntrykk at denne
Sebastian, om så skulle være, kunne stått
sånn på sitt ben i time etter time ...
Foto: Hans Hekneby Reinertsen

ISSN: 1891-3040



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

LEDER

Verdien av frivillighet, og viktigheten av engasjement

Kjenner du til verdien av frivillighet? Ifølge tall fra SSB, var de ideelle og frivillige organisasjonenes bruttoprodukt beregnet til ca. 130 milliarder kroner i 2015 alene, hvorav ulønnet innsats sto for 74 milliarder. Helse, omsorg og utdanning dominerer, og de frivillige bidrar gjennom sin tjenesteproduksjon til å utføre viktige oppgaver i velferdssamfunnet.

Og som en frivillig organisasjon, er Momentum avhengig av alle som kan bidra. Hvorvidt det er et bidrag som medlem, pasient, bruker, pårørende, fagperson eller bare interessert i det Momentum engasjerer seg i, hjelper det på.

I tillegg til å få medlemsfordeler, vil man som et tellende medlem også være med på å vise hvor mange vi representerer, hvilke geografiske områder vi dekker og hvilket arbeid vi utfører. Dette har stor verdi for oss som organisasjon og bidrar til å legitimere vårt arbeid.

«De som bidrar frivillig, er med på en verdiskaping som tjener vår målgruppe og det norske felleskapet»

Det gjør at blant annet norske myndigheter i form av Helse- og omsorgsdepartementet og Helsedirektoratet etterspør innspill fra oss i saker som er relevante for vår pasient- og brukergruppe. De som bidrar frivillig, er med på en verdiskaping som tjener vår målgruppe og det norske felleskapet.

Det er selvfølgelig krevende å utdanne seg som medisinsk personell, men grunnvilkåret for å bli likeperson i Momentum er langt strengere enn noe karakterkort, nemlig at du må være eller ha vært i samme situasjon som dem du skal hjelpe videre på veien. Det er utfordrende å oppdrive helsepersonell som er amputert og eventuelt bruker protese.

Som frivillig organisasjon har Momentum som et ideelt mål å være relevant for alle i vår målgruppe. Av den grunn etterstreber vi også kontakt med relevante aktører, og å bli inkludert i alle prosesser som angår vår målgruppe. Dessverre er det ikke sjelden vi blir utelatt fra enkelte slike prosesser, som for eksempel når et rehabiliteringstilbud skal endres.

Vi er derfor avhengige av tips fra engasjerte fagpersoner som sykepleiere, ortopedi-ingeniører, fysioterapeuter, ergoterapeuter, leger og andre. Og i tilfeller hvor det er behov for at vi engasjerer oss, er vi også avhengige av engasjement fra lokale pasienter, brukere og pårørende som sitter på informasjon av relevant betydning.

Dersom du har noe å bidra med, bli med. Om det så bare er for å delta på et lokalt arrangement for din egen del, si din mening om noe vi gjør, dele erfaringer eller noe annet, kan du utgjøre en forskjell. Viktigheten av engasjement må ikke undervurderes.

Livsglad hilsen

Kjetil Bragstad
Kjetil Bragstad
Leder

AV INNHOLDET:

Svensk arbeid med avanserte proteser	s 4	Inspirasjon til å skape gode amputasjonsforløp s	11
En rask prat med Eva-Lisa Borgen	s 4	Thomas Sebastian ... møt denne mannen ... s	14-17
Mark Miller om sin egen amputasjonshistorie	s 6-7	Enkleste vei fra A til B – i Seattle	s 27

www.momentum.nu

Underveis til tankestyrte arm- og benproteser

Et nytt laboratorium som i høst ble åpnet ved Chalmers tekniska högskola i Göteborg skal bidra til videreutvikling av tankestyrte proteseer, som i sin tur skal kunne gi amputerte en bedre hverdag.

Laboratoriet står sentralt i arbeidet med videreutvikling av det Chalmers ser som «verdens første robotarm», en tankestyrt protese som allerede i noen år har vært under utprøving på noen få pasienter.

Chalmers forklarer at robotarmen er koblet til pasientens skjelett, nerver og muskler, og at dette gjør det mulig å kjenne sanseinntrykk via protesen – mulig å føle det slik at den kunstige armen er en del av egen kropp.

En første tilsvarende benprotese ventes ifølge Chalmers å kunne bli tatt i bruk neste år.

Max Ortiz Cataland, anerkjent Chalmers-forsker, er nøkkelman bak robotarmen. Han sier at «pasientene er fornøyd og oppgir at de kan leve et mer normalt hverdagsliv med protesene.» Han tilføyer:

«I dette nye laboratoriet har vi mye bedre muligheter til å faktisk måle og kvantifisere funksjonen og anvendbarheten. Det er uvurderlig i det fortsatte forskningsarbeidet og for å forbedre protesenes funksjonalitet ytterligere».

I en nyhetsmelding omtaler Chalmers selv den nyåpnede enheten som «verdens første laboratorium for forskning om biomekatronikk og neurorehabilitering av amputerte pasienter.»

Også forskning omkring behandlingsmetoder for fantomsmerter står på programmet i det nye laboratoriet.



Rickard Normark, bruker av en avansert armprotese, klippet over båndet ved åpningen av det nye laboratoriet. Foto: Chalmers

Eva-Lisa Borgen

Raskt etter å være blitt låramputert i 2012, ble Trondheim-damen Eva-Lisa Borgen medlem i Momentum – og et par år senere takket hun ja til å bli nestleder i styret for det da nye lokallaget Momentum Midt-Norge, et verv hun fortsatt innehar.

En låramputasjon på venstre side, forklart med blodåreproblematikk, og så raskt inn i en aktiv tilværelse, altså.

Men det gikk ikke like raskt for Eva-Lisa å komme seg opp å stå igjen rent fysisk. Forklaringen er at hun år etter år slet for å få en veltilpasset protesehylse – helt frem til forsommeren i år, da hun skiftet fra sitt opprinnelige ortopediske verksted til et annet, med den følge at hun nå øyner et godt resultat.

Eva-Lise er nettopp tilbake i Trondheim etter en sensommerferie i Spania når Livsglede slår av en prat med henne. Med et tilbakeblikk på mange års rullestolsitting og -kjøring, forteller hun:

«Jeg har det mye bedre. Nå etter ferien skal jeg til fysioterapeut og til trening med ny protese. Jeg har tenkt å prøve å bli oppegående på krykker, jeg har ikke vært oppegående i det hele tatt så lenge jeg ikke har hatt en hylse som har passet meg.»

Eva-Lisa er av 1950-årgang og har en lang karriere bak seg i frisøryrket. Blant det hun ser tilbake på som spesielt givende i tilværelsen, er et halvår som frisør på Svalbard.

Hun forklarer Svalbard-oppholdet med at hun ønsket å komme seg til denne øygruppen i nord, at hun kom over en ledig frisørstilling der, søkte på den



En som kjenner henne fra en god tid tilbake sier om Eva-Lisa at «hun er blid som en sol og positiv.» Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

og fikk ja. «Det var fint og spennende, det var en opplevelse», sier hun om Svalbard-avbrekket.

I fjor tok Eva-Lisa et initiativ for å få til mer sosialt samvær Momentum-folk imellom, og det ga resultater: «Noen av oss som er amputert forsøker å møtes en gang i måneden. Vi kan være både ti og elleve stykker som møtes til kaffe og litt mat. Vi har jo bruk for hverandre, vi skal ikke være alene.»

Du har fortalt at du under rehabiliteringen fikk høre om Momentum og takket ja til foreningens tilbud om en likepersonssamtale. Er likepersonstjenesten god å ha?

Den fungerte veldig bra for meg, likepersoner er noe som er veldig bra å ha.

Kan Momentum bli et enda bedre tilbud til protesebrukere enn foreningen allerede er?

For meg betyr Momentum at jeg har kontakt med de som er amputert, det er jo derfor jeg står i foreningen. Jeg får kontakt med likesinnede, folk som har erfaring med amputasjon. Jeg synes foreningen fungerer veldig bra.

Et råd til andre amputerte?

De bør melde seg inn i Momentum for å få opplysninger om forskjellige ting, det synes jeg er viktig.



Linx

– er den første datastyrte protesen hvor fot og kne «snakker sammen».

Samarbeidet mellom foten og kneet gjør at du får mer støtte på ulike underlag og hellinger. Du kan bevege deg lettere i ulendt terreng. Linx etterligner menneskelige bevegelser og opprettholder riktig holdning, slik at du sparer energi og er mer komfortabel.

Linx har vunnet flere internasjonale priser for funksjonalitet og innovativ design.

Silcare Breathe

– Pustende teknologi for tørrere hud og protese-hylsesikkerhet.

Luft og fuktighet ventileres ut gjennom hullene.

Leveres både i cushion og pin-lock varianter.



+47 55 91 88 60
post@ortopro.no

ortopro.no
f Ortopro

ORTOPRO

Mark Miller beretter om sin egen amputasjonshistorie, som bakgrunn for å argumentere for at mer tverrfaglig samarbeid ulike helsefagfolk imellom kan gi bedre amputasjonsforløp – og dermed en bedre hverdag for amputerte.

Fra businessmann til

Jeg er en 63 år gammel diabetiker som fikk diagnostisert sukkersyke i en alder av 17 år. Jeg var aldri flink til å leve et standard liv der blodsukkeret bestemte hva jeg kunne gjøre.

Jeg valgte en internasjonal karriere i databransjen og reiste over 200 dager i året over hele verden i 35 år. For ikke å oppleve konsekvensene av lavt blodsukker (føling), gikk jeg alltid med høyt blodsukker.

Jeg begynte å få senkomplikasjoner allerede i 30-årene, men prioriterte fortsatt karrieren. I 2007 spilte jeg squash med en kamerat og hovnet veldig opp i høyre fot etter kampen.

Jeg dro på legevakten, der en lege sa at jeg ikke hadde en normal forstueelse, men det som heter Charcot fot, der senene i foten ikke kan holde benene sammen; de løsner og foten ødelegges. Jeg hadde nevropati; nervene i foten er ødelagt etter mange år med dårlig blodtilførsel, jeg kjente ingen ting i foten.

Dermed begynte en lang periode som pasient på diabetespoliklinikken, og med en ortose for å beskytte foten. Denne perioden varte i nesten tre år, foten ble verre og verre, og til slutt kom det sår som ikke ville gro. Dermed var jeg på sykehuset hver uke for å sjekke såret, og min kone måtte skifte på såret hver kveld.

Den første amputasjon

I denne perioden er livet på vent, for min del ingen skigåing, svømming, squash eller andre aktiviteter. Etter flere sår og det som kalles «salami-kirurgi», der kirurgen fjerner mer og mer av foten, var det en som spurte om jeg ikke hadde tenkt på amputasjon. En uke senere var foten borte og jeg var på Catosenteret i Son til opptrening.

Jeg hadde gode datakunnskaper og leste mye på nett om prognoser og behandlinger, og jeg kom i kontakt med en fantastisk ortopediingeniør som skjønte at jeg ville raskt tilbake på jobb og til min hverdag.

Jeg fikk min første protese etter seks uker og kjørte opp på nytt i min vanlige automatgiredede bil med protesen. Jeg prøvde langrennsski etter 8 uker og skjønte fort at jeg snart ville være tilbake i en hverdag som var mye bedre enn før amputasjonen.

Totalt gikk det tre måneder fra jeg ble amputert til jeg var tilbake i full jobb. Jeg kunne igjen kjøre slalåm og gå på langrennsski og svømme.

En gang til ...

Så etter seks år får jeg sår på venstrefoten, og rundene begynner igjen på diabetespoliklinikken. «Salami-kirurgien» starter opp igjen, vakuum-behandling, sitte stille, hold benet høyt, kom tilbake neste uke. Husk å

skifte bandasje hver kveld. Jeg var pasient igjen ved siden av å jobbe.

Etter noen måneder sa jeg at jeg ikke ville mer, at de skulle amputere før 17. mai og at jeg skulle være tilbake på jobb etter sommerferien. Alle i helsevesenet var imot det – det ville bli vanskelig med to proteser, infeksjonsfare, balanseproblemer, antagelig rullestol, osv. osv. Jeg fikk det imidlertid som jeg ville, og denne gang dro jeg til Unicare Fram på Rykkinn og var der i seks uker på rehabilitering.

Jeg var igjen tilbake i full jobb etter tre måneder, og jeg dro på bilferie i Europa med kona etter to måneder.

Jeg var tilbake igjen i den hverdagen jeg ønsket meg og hadde i tillegg fått erfare at jeg kunne bruke golf som balansetrening og som ny hobby. Jeg meldt meg inn i en klubb og har senere spilt NM i paragolf med godt resultat. I tillegg har jeg prøvd sitski og slalåm med proteser, som er kjempegøy og gir tilbake mye av den gleden jeg alltid har hatt med å stå på ski. Nå har også NAV hjulpet meg med en elektrisk trehjulssykkel som jeg har stor glede og nytte av.

Noe å gripe fatt i

Dette er bakteppet når jeg nå synes vi må gjøre det vi kan for at alle amputerte skal få en forutsigbar vei tilbake til den hverdagen de ønsker. Jeg har engasjert meg i likepersonsarbeidet, og etter

at jeg pensjonerte meg selv for å drive med noe annet enn business, så har jeg også tatt på meg styreverv i Momentum.

Med min bakgrunn i internasjonal databransje, har jeg blitt omorganisert mange ganger og har kjørt reorganisering i selskapene selv. Vi har lært at istedenfor å ha en organisasjon som består av siloer som kommuniserer dårlig på tvers, så skal organisasjonen fokusere på kunden, og alle skal bidra med produkter og tjenester som kunden verdsetter.

Slik er det ikke i helsevesenet. Min opplevelse er at kirurgene ikke snakker med ortopediingeniørene, som må jobbe med konsekvensene av det kirurgene gjør. Legene har også liten befattning med pasienten som det går bra

Mark Miller, her under et møte med fagredagjør for sine tanker om hvordan amputerte kan få en bedre hverdag.
Foto: Hans Hekneby Reinertsen.



likeperson

med i rehabilitering og kvier seg derfor ofte fra å gjøre tidsriktige inngrep. Det er mye mer krevende å komme seg på bena etter et langt sykeleie hvis du er i dårlig form enn dersom du er i form. Ortopediingeniørene kommer ofte først til syne for pasienten når man er på rehabilitering, og ofte er det ikke tid til å lage første protese ferdig før man er ute av rehab.

I en ideell verden ville man i situasjoner med planlagte amputasjoner ha en tett dialog mellom diabetessykepleierne, ortopedikirurgene, fysioterapeutene og ortopediingeniørene. Da vil pasienten kunne få mye god informasjon og kunne forberede seg fysisk og psykisk på amputasjon.

Det er mye mentalt som man skal igjennom når det gjelder amputasjon, og jo før

man kan løfte blikket og se for seg hverdagen etter en amputasjon, jo bedre. I denne tidlige fase er det også bra hvis pasienten kan treffe en likeperson som har vært gjennom det samme før og allerede har mestret sin hverdag. Disse møtene er ofte et vendepunkt til å se muligheter snarere enn bare problemer.

Tverrfaglig samarbeid er ikke noe nytt i helsevesenet, det finnes mange gode eksempler der pasienten er i fokus og fagfolkene kommer til pasienten heller enn å sende pasienten rundt til hver enkelt. Dette tverrfaglige samarbeidet er noe som vil gavne alle parter, alle får innsyn i problemer og løsninger som de ikke kom i kontakt med før, alle får et mer helhetlig bilde av pasientens behov, ambisjoner og ikke minst fremgang. Alle får kunnskap som de kan bringe videre til neste pasient.

Gevinster å hente

I kjølvannet vil det komme standardiserte løsninger som kan måles, kvalitets-sikres og forbedres, slik at fremgangen nyttiggjøres og settes i system.

I Østfold har de et slikt tverrfaglig samarbeid, der ortopedien er i jevnlig kontakt med ortopediingeniøren om utforming av stump og snitt. Fysioterapeuten på sykehuset går i gang med kompresjon av stumpen direkte etter amputasjon og påfølgende fjerning av gipsen. Første protese kan lages mens pasienten er i de første ukene av rehabiliteringen, slik at de kan trene i trygge omgivelser med fagpersonell rundt seg. Kommunikasjonen flytter gjennom og rundt pasienten der all erfaring kan bidra til at de får den beste protesen i forhold til behov, med god hylsekomfort, som er spesielt viktig for bruk av den første protesen.

I business sier man at en feil som blir oppdaget tidlig i en prosess sparer ti-gangeren på et senere tidspunkt. Det samme gjelder behandlingsforløpet for amputerte.

Manglende fysisk form før operasjon kan lede til dårlig mestring, depresjon og taffatthet hos pasienten, som dermed kan bli ekskludert fra å delta i samfunnet. Et dårlig kirurgisk inngrep kan føre til vanskeligheter resten av livet for pasienten; proteser som ikke passer samt sår og overbelastning fører til et mindre aktivt liv.

Amputasjon er på mange måter et «tapsprosjekt» for karkirurger og andre leger som har forsøkt å redde benet eller armen til en pasient. Fordi de ikke vet nok om mulighetene for dagens protesebrukere, trekker de seg unna i den kanskje viktigste fasen for pasienten – en vellykket amputasjon.

Det viser seg at mange amputasjoner utføres ikke av ortopeder, men av unge kirurger – som en del av opplæringen og pliktoppgavene, og uten kyndig dialog og veiledning. Dette er noe man må unngå, inngrepene bør utføres av spesialister som gjør slikt arbeid i tilstrekkelig volum til at det blir utført fagmessig og med innspill fra ortopediingeniøren som skal jobbe videre med pasienten.

Jeg opplever ingen motstand når jeg diskuterer dette temaet med helsepersonell, alle er enige, men de sitter fast i et system som tillater liten mulighet til initiativ, og alltid er noen spøkelser, i form av penger og tid, i veien.

Samfunnet ville spare/tjene på at alle amputerte kommer seg tilbake til et aktivt liv. Tidsriktige inngrep istedenfor lange sykeleier vil spare liv, helse og penger. God informasjon til pasient og pårørende kan lette hele opplevelsen av å miste arm eller ben. Det er det vi ikke vet som ofte skremmer oss mest.

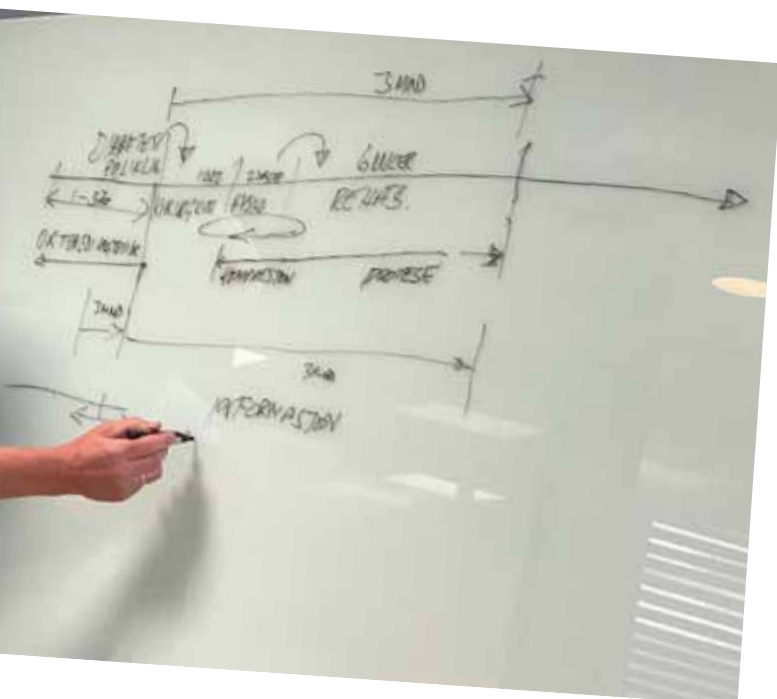
Så godt de kan, men ...

Min opplevelse av helsevesenet er at alle gjør så godt de kan, men de er dårlig organisert, og ofte er det satt opp barrierer som ikke er hensiktsmessige. Men det er også en vilje til å tenke nytt og til å fokusere på pasientens beste. Ofte ser man dette i ildsjeler som dessverre ofte brenner ut.

Det er derfor helt nødvendig at de gode løsningene settes i system og kopieres slik at man ikke er avhengig av enkeltindivider. Det er på tide å sette pasienten i fokus også ved amputasjon.

Mer om Mark Miller i Livsglede 1/2019 og 1/2018 – og på side 11 i dette bladet.

folk i OCH Ortopedi AS ved Sarpsborg, amputasjonsforløp kan bli bedre.



BUSKERUD TEKNISK ORTOPEDI

Buskerud Teknisk Ortopedi AS
PB 3568 - 3007 Drammen

- hjelpemidler som gjør hverdagen enklere!

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

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



FRI UTFOLDELSE er vår spesialitet

Norsk Teknisk Ortopedi tenker framover. Vi vil være i forkant av kroppens utvikling og skal være klare den dagen nye behov melder seg. Målet er at brukere skal vokse og utvikle seg med sine hjelpemidler. Med stadig bedre teknikk og fokus på hver enkelts personlige behov ønsker vi å gjøre hverdagen best mulig for våre brukere. Vi vet mulighetene og har løsningene som gir en god funksjon.



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



Tilpassning og justering av
alle typer benproteser.
MOK tilbyr aller typer
ortopediske hjelpemidler

Moss Ortopedisk Klinikk AS



Ortopediske hjelpemidler

69 25 00 35
Prinsens gate 9
1530 Moss
www.moss-ok.no

En mulig kunde, men han sitter jo i rullestol ...

Enda en avisartikkel som minner leserne om at det ikke er bare å ta seg frem i rullestol ...

Denne gang en artikkel som beretter om en rullestolbruker som har registrert at utesteder flest i bydel Grünerløkka i Oslo er utilgjengelige for ham.

I artikkelen – publisert i Dagsavisen i august – blir det fra likestillingsloven sitert at «offentlige og private virksomheter rettet mot allmennheten har plikt til universell utforming av virksomhetens alminnelige funksjoner.»

Et spørsmål om penger

Men avisen har også tatt en prat med næringsbyråd Marthe Scharning Lund, og hun blir sitert på følgende:

«Det står også i lovverket at vi ikke kan pålegge bedrifter særlig store investeringer. Lovverket åpner ikke for å kreve å bygge heis, for eksempel.»

Likevel, næringsbyråden registrerer at det noen steder er snakk om noen centimeter og tusenlapper til en rampe, og hun gir uttrykk for at ... vel, at bildet da blir et annet.

Dagsavisen vil vite hva hun kan gjøre med sånt som dette, og noterer seg følgende svar:

«Jeg tror kunnskap om lovverket er viktig. Jeg kan love at dette er et av temaene som skal inn i kursene rettet mot utelivsbransjen. I tillegg driver Næringssetaten veiledning rettet mot utestedene. Jeg vil benytte disse til å informere om lovverket og vise hvor enkelt det kan gjøres.»

Næringsbyråden tilføyer:

«Slik ståa er i dag er det helt uakseptabelt. Oslo skal være en varm by med plass til alle, det gjelder også utelivet.»

Om man kan være litt hardere i klypa enn å invitere til kurs? vil Dagsavisen vite, men da svarer næringsbyråden:

«Jeg kan ikke det, for dette er et nasjonalt lovverk som Likestillings- og diskrimineringsombudet forvalter.»

Mulig å klage, men ...

Hun tilføyer at rullestolbrukeren kan sende inn klage om et sted hvor han ikke kommer inn, og at det da vil bli vurdert om noe må gjøres.

Rullestolbrukerens reaksjon på dette er at det kunne bli snakk om å skrive uoverkommelig mange klager ...

Rullestolbrukeren heter Roger Holland, en benamputert mann som også i fjor ble omtalt i Dagsavisen (og dermed i Livsglede 3/2018): Da gledet han seg over at en ny rullestolrampe var kommet på plass på Solvik Camping på Malmøya inne i Oslofjorden, med den følge at også han kunne bade der.



Men helt umulig er det ikke – rullestolbrukeren vet om et og annet utested hvor han kan komme seg innenfor døren når han ikke, som denne gangen, velger et utebord.

RHEO KNEE[®] XC

Litt smartere. Litt bedre.



Sykle, gå, løpe, jogge, gå opp trappen trinn-over-trinn med RHEO KNEE XC.

INTEGRERT TRENINGSHJELP I ÖSSUR LOGIC-APP.

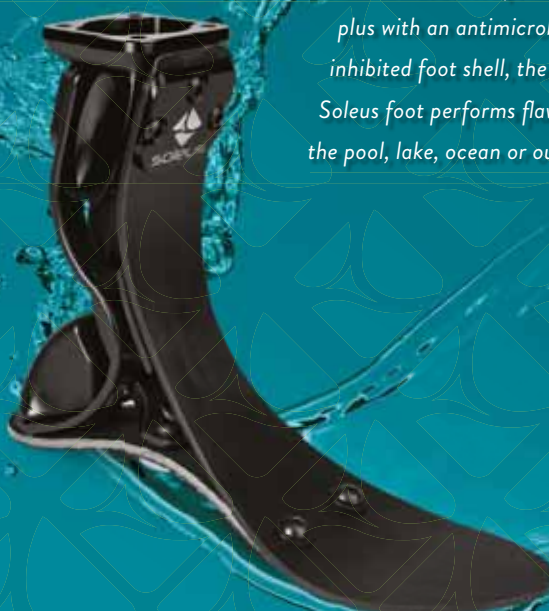


THE WATER PROOF

soleus®

BY COLLEGE PARK INDUSTRIES

*Saltwater tested for 2 million cycles,
plus with an antimicrobial and UV
inhibited foot shell, the progressive
Soleus foot performs flawlessly at
the pool, lake, ocean or outback.*




erimed

erimed international
Steinar Knutsen, +47 91 68 62 72
Tel: +46 8 449 56 50
order@erimed.se, www.erimed.se



Instagram



Facebook

Internasjonal inspirasjon til å skape gode norske amputasjonsforløp

Med inspirasjon fra her og der i verden, Japan og Østfold inkludert, håper Momentum å styrke arbeidet med å få etablert et bedre tverrfaglig samarbeid om amputasjonsforløp i Norge – med det mål at amputerte skal få en best mulig hverdag.

Momentum-tillitspersonene Mark Miller og Geir Bornkessel sto tidlig i oktober på reisefot for å delta i det mangslungne amputasjonsmiljøet ISPOs internasjonale 2019-kongress, lagt til Kobe i Japan.

Også Momentum-veteranen Nils-Odd Tønnevoll reiste til denne kongressen, han i utgangspunktet som representant for IC2A (International Confederation of Amputee Associations), paraplyorganisasjonen for amputertes foreninger i mange land. Tønnevoll var en nøkkelperson bak etableringen av IC2A for få år siden. Han ble og er fremdeles organisasjonens president.

Lytte, lære og gi

Nordmennene reiste ikke til Kobe ute-lukkende for å lytte og lære – de skulle også øse til andre av egne kunnskaper og erfaringer:

Som IC2A-president hadde Tønnevoll i så henseende det ene og det andre på tapetet, mens Miller og Bornkessel skulle gi det internasjonale miljøet en presentasjon av Momentums likepersonarbeid, som er en høyt prioritert aktivitet i denne norske arm- og benprotesebrukerforeningen.

ISPO (International Society for Prosthetics and Orthotics) er en verdensomspennende forening der mange kategorier fagfolk, med det til felles at de har med amputerte å gjøre, står på medlemslisten.

Sykehuskirurger, ortopediske verksteder, rehabiliteringsinstitusjoner og hjelpemiddelprodusenter er blant dem som deltar i ISPO-kongresser og dermed muliggjør utveksling av erfaringer og eksempler.

ISPO-kongresser – med sine foredrag, presentasjoner og samtaler folk imellom – er et miljø der gjerne siste nytt om slikt som utvikling av metoder og teknologi kommer for dagen.

Tverrfaglig november-treff

I november skal Momentum hjemme i Norge arrangere et norsk treff for folk



Klipp fra forsiden på den store ISPO-kongressen program.

som på ulike vis har med amputasjonspasienter å gjøre, dette i den hensikt å ta nye skritt i arbeidet med mer tverrfaglig samarbeid for å skape bedre amputasjonsforløp.

På dette treffet skal ikke bare innspill fra ISPO-kongressen i Japan trekkes inn, men også innspill fra Norge. Det finnes, tross behovet mange ser for forbedring, noen norske eksempler på den aktuelle typen tverrfaglig samarbeid.

Momentum har eksempelvis notert seg at det i de senere årene er etablert et trekant-samarbeid i Østfold – mellom det ortopediske verkstedet OCH Ortopedi AS, Sykehuset Østfold Kalnes og rehabiliteringssenteret Unicare Bakke.

De tre er i løpende kontakt med hverandre om gode amputasjonsstumper, gode protesetilpasninger og gode rehabiliteringer.

Kontakt med departementet

November-treffet vil dreie seg om en videreføring av allerede utført norsk arbeid: Eksempelvis har Momentum-mannen Bornkessel tidligere deltatt i et helsevesen-ledet initiativ for mer tverrfaglig samarbeid, og i våres tok Miller – gjennom Livsglede 1/2019 – et nytt initiativ i samme retning.

De store resultatene lar fortsatt vente på seg. Men i forbindelse med Miller-initiativet i våres fikk Momentum en invitt fra Helse- og omsorgsdepartementets politiske ledelse til å ta kontakt for et møte i sakens anledning. Livsglede forstår at Momentum nå legger opp til å ta en slik kontakt i nær fremtid.

Les også Mark Millers personlige innspill på sidene 6–7.

RHEO KNEE[®] XC

Litt smartere. Litt bedre.



RHEO KNEE XC - nå med tilgang til spesialtilpassede øvelser i ÖSSUR LOGIC-appen. Støtter din fortsatte funksjonelle trening hjemme.

INTEGRERT TRENINGSHJELP I ÖSSUR LOGIC-APP.

ÖSSUR LOGIC finnes for iOS-enheter (iOS 9.3 eller nyere) og kommuniserer trådløst med iOS-enheter (iPad, iPhone) via Bluetooth.

ETAB



1927

SOPHIES
MINDE

Frihet.
Til bevegelse. Og til
i større grad å kunne
bestemme over egne liv.
I snart 100 år har det
vært vårt mål med
ortopedi.

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

sophiesminde.no

Beste funksjon og livskvalitet for den enkelte!

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



Ortopediteknisk senter

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

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

www.teknomed.no



Ortopedisenter as



Bevegelse – Helse – Glede

ØSTO Ortopedisenter AS

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

Trøndelag: Vestre Rosten 79 | 7075 Tiller | Tlf.nr. 90701400 | E-post: post@osto.no | www.osto.no

Fra Hasses album



Norges idrettshøgskole på Sogn i Oslo, oktober 2004. Fysisk aktivitet, først og fremst informasjon om fysisk aktivitet, sto her på programmet. På bildet er det Kjartan N. Haugen – legg-amputert, fremstående idrettsmann og da Momentums sportskontakt – som har ordet. Samlingen på Sogn inngikk som et evenement under Momentum Aktivitetsdag & Prismiddag 2004.



Oslo sentrum, oktober 2004. Også dette er et bilde fra Momentum Aktivitetsdag & Prismiddag 2004, men fra dagens siste programpost, festmiddagen. Her ble vinnere av Momentumprisen utropt. En av vinnerne var Kjetil Atterås, her til høyre. Han vant prisen i kategorien «Årets Ortopediingeniør». De to øvrige på bildet er kirurg Per J. Lerud (t.v.) og Momentum-leder Nils-Odd Tønnevold, to av medlemmene i juryen som hadde utpekt vinnerne.

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

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

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



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

MØT OSS PÅ FACEBOOK

[WWW.FACEBOOK.COM/
OSSUR.NO](http://WWW.FACEBOOK.COM/OSSUR.NO)

facebook

Össur elsker å inspirere og brenner for smarte, proteseteknologiske løsninger.

Følg oss på Facebook i vår arbeid med å bidra til liv uten begrensninger for deg som er amputert.

Sammen kan vi gjøre en forskjell.

Stolt stående

To tiår etter sprengningsulykken som tok fra ham venstrebenet og venstrehanden, gjør Thomas Sebastian M. Blancaflor det klart at OK, nå er han kvitt tidligere års sjenanse, han viser gjerne frem sin kropp.

Hans Hekneby Reinertsen (foto)
Flemming Dahl (tekst)

Noen kaller ham Thomas, noen sier Tommy, noen Sebastian – det er greit for ham, han lar folk velge.

Fotograf Hasse og jeg har invitert oss selv til å møte ham for å høre – høre mer enn vi har hørt før – om denne mannens livshistorie.

Så har vi sittet og pratet et par timer med Sebastian hjemme hos ham på Kløfta, en halvtimes kjøring nord-østover fra Oslo, da dette med gjerne å vise seg skikkelig frem foran kameraet kommer opp.

En fotoseanse blir avtalt. Den finner sted dagen derpå, ute i Bunnefjorden, en indre arm av Oslofjorden, hvor Sebastian har sin fritidsbåt liggende. Hasse returnerer med sine digitale bilder – og noen videosnutter på kjøpet.

Ikke på strak arm ...

Livet har budt på noen utfordringer for Sebastian – ta selvfølgelig sprengningsulykken da han var 25 og jobbet i Forsvaret, og ta dette at hans mor et snaut år senere kjørte inn i en ulykke, personbil knust av trailer, og noen dager senere døde av skadene.

Sebastian har taklet utfordringene – om enn ikke på aldeles strak arm. En nedtur med manglende livslyst og stor appetitt på

rusmidler bidro til at veien tilbake til et balansert liv ble ekstra humpete.

«Jeg drakk som en svamp», forteller Sebastian om den nedturen, som ligger flere år tilbake i tid, nå. «Og jeg brukte amfetamin og kokain og ecstasy og LSD og hva det måtte være.»

Det er som om han ikke ser grunn til å legge slør over sånt som andre kunne tenkes å ville tie om. Han forteller eksempelvis også at han ikke håndterte sprengstoffet på helt forskriftsmessig vis den gangen det smalt.

En filippinsk sjømann

Blancaflor? Navnet er spansk og betyr hvit blomst. Det spanske etternavnet er forklart med at Sebastians far er fra Filippinene, øystaten i Stillehavet som i noen hundre år var spansk koloni.

Filippinsk far, altså, en mann som allerede hadde en fargerik bakgrunn – med et mangeårig opphold i Japan, variert utdannelse og ulike slags jobber inkludert – da han seilte som kokk og under et anløp i Norge traff damen som skulle bli Sebastians mor.

Faren seilte videre og var i Latin-Amerika da han fikk melding om at han var blitt far, dette med den følge at han ganske umiddelbart reiste den lange veien til Vålerenga i Oslo og banket på døren, her er faren din ...



Fotografen forteller at noe av det som slår ham mest, når han fotograferer Sebastian, er mannens balanse, hans evne til å stå støtt – på sitt ene ben.

på sitt ben

FORTS.

Han, faren, hadde vært gift tidligere. «Jeg har tre halvsøstre på Filippinene», forteller Sebastian, «pluss en helsøster her i Norge, hun er nesten fire år yngre enn meg.» De eldste av halvsøstrene er tvillinger, poengterer han.

«Det smalt noe vanvittig»

I Forsvaret hadde Sebastian vært gjennom befalsskole og krigsskole, han hadde høstet lovord for godt arbeid, var nå kaptein og ansvarlig for å gjennomføre en øvelse ...

På Hvalsmoen ved Hønefoss skulle noen førstegangstjenende soldater gjennom en mestringsøvelse, artilleriangrep mot dem skulle simuleres ved hjelp av utlagte sprengladninger. «Så klargjorde jeg sånne ladninger, gikk med en i hver hånd, hvorav en går av mens jeg holder den i hånda».

Sebastian husker at «det smalt noe vanvittig og ble svart et øyeblikk», at han så satt på bakken, så venstrebeinet ligge et par meter foran seg, så innvolder komme ut av en åpning i buken ... «Så satte det inn en enorm smerte, en grusom smerte, jeg begynte å hylskrike.»

Han husker det slik at noen soldater kom løpende, at den først ankomne gikk i sjokk, at den andre forsøkte seg med førstehjelp ...

Og at han, den førstehjelp-utdannede Sebastian selv, så at soldaten ikke gjorde de riktige tingene, at han, Sebastian selv, fant dette latterlig og begynte å le ...

«Det var bare jeg som visste hva som måtte gjøres, jeg måtte ta kommandoen og fortelle dem hva de skulle gjøre», beretter Sebastian. Han ser en forklaring på denne sin reaksjon: «Jeg hadde jo fått en oppgave ...»

Sebastians bilde av situasjonen viser at en lege kom til stedet etter noen minutter, at det etter hvert kom mange mennesker og at «jeg var veldig opptatt av å være tøff, jeg var veldig opptatt av at jeg ikke skulle syte.»

Etter en halvtime kom luftambulansen, Sebastian ble lagt i koma og fløyet til Ullevål sykehus i Oslo.

Mor dør, far reiser

Ikke lenge før ulykken hadde Sebastian fått en kjæreste. Så nytt var forholdet, beretter han, at det var under besøk på Ullevål kjæresten presenterte seg for hans foreldre – og spurte dem om hun kunne få være med dem inn til ham. Mens han ennå var under rehabilitering etter ulykken, ble Sebastian og kjæresten forlovet.

Ullevål, sykehus på Ringelike, igjen Ullevål og igjen Ringelike-sykehuset ... Sebastian kom til rehabilitering på Sunnaas sykehus like syd for Oslo, oppe i høyden på østsiden av Oslofjorden. Han var ute av Sunnaas, tilbake i en slags ny hverdag, da hans mor, bare minutter etter at han hadde snakket med henne på telefonen, satte seg i bilen i arbeids medfør og kjørte inn i ulykken.

Dager med håp om at moren skulle klare seg, så den



Om eksplosjonsulykken: «Det smalt noe vanvittig og ble svart et øyeblikk.»



Om da moren var død: «Jeg var veldig ute av meg. Det var første gangen, faktisk, at jeg begynte å synes synd på meg selv. Jeg tenkte at all dritt skjer med meg.»



Om tilværelsen nå: «Til tross for alt som har skjedd meg i livet, er jeg nå utrolig lykkelig og har det veldig godt.»

vonde beskjedningen fra legene. Begravelse. Faren reagerte med å pakke og reise tilbake til Filippinene.

Sebastian ser tilbake på seg selv, i tiden mellom sprengningsulykken og trafikkulykken, som en positivt innstilt

FORTS.

ung mann, veldig fokusert på trening, en mann som ikke ble rammet av noen psykisk knekk, men så:

Etter morens død fikk han en opplevelse, minnes han, av at det kunne være verre å være pårørende, sammen med sin norske søster og faren, enn selv å være sentrum for pårørendes oppmerksomhet. «Jeg var veldig ute av meg», forteller han. «Det var første gangen, faktisk, at jeg begynte å synes synd på meg selv. Jeg tenkte at all dritt skjer med meg.»

Et ikke varig ekteskap

Men mormoren var der fremdeles, og hun ville være med i det planlagte bryllupet mellom Sebastian og kjæresten den påfølgende våren.

Så, husker Sebastian, på vei inn i kirken til bryllupseremonien fikk han vite at mormor hadde falt og brukket lårhalsen, at hun ikke kunne komme ... dernest at han og kjæresten dro av sted på planlagt bryllupsreise til Filipinene, at de der fikk melding om at mormor var død.

Han husker seg selv som nedstemt og deprimert, sint og kramlete, men sin kone som omsorgsfull, i den tiden samholdet mellom de to varte etter bryllupet.

«Hun var helt uvurderlig for meg i den første tiden etter ulykken, hun var ved min side, jeg skylder henne absolutt alt», sier han om sin kone den gangen. «Hadde det ikke vært for henne, hadde jeg ikke kommet opp etter ulykken. Det var min skyld at det ekteskapet havarerte.»

Da samholdet var definitivt forbi, husker Sebastian, følte han seg alene med sin kropp



Om det å ha verv: «I FFO Akershus ser jeg andre lidelser, jeg har et engasjement som går utenfor de amputerte. Jeg tar ofte en pasientgruppe som har det ganske godt.»

og seg selv, han så seg selv som en mann med en mislykket kropp, han tenkte at «jeg nekter å gå med på det, at jeg skal ha det livet, dette finner jeg meg ikke i.»

Det var nå han gikk inn i det som ble «et års tid med et svært så utsvevende liv», denne tiden med mye rus. «Jeg hadde jo egentlig bestemt meg for å avslutte livet», forteller han – og forklarer at han holdt igjen fordi han først ville bruke opp det han hadde av penger.

Rusen til tross, Sebastian forteller at han holdt en slags

maske utad, kom i arbeid som selger – inklusive en innledende periode som dørtil-dør-selger av støvsugere – at han gjorde det godt som selger, fikk tittel av salgssjef, var opptatt av å vise at han ikke var handikappet ... og at et par kamerater etterhvert ledet ham i kontakt med en terapeut.

Sebastian, terapeuten

Tilværelsen gikk seg til på et vis for Sebastian. I 2007 tok han fatt på gestaltterapi-studier, en privat terapeutdannelse i Oslo ved en offentlig godkjent høyskole. Sebastian forklarer at han senere

først og fremst har drevet privatpraksis som psykoterapeut og samlivsterapeut.

Men, poengterer Sebastian, han har alltid etter sprengningsulykken slitt med fantomsmerter, og de er blitt verre med årene – så plagsomme at han fra fem år tilbake har vært uføretrygdet, dog med mulighet til å jobbe så mye han finner anledning til, mot at uføretrygdbeløpet reduseres tilsvarende størrelsen på tjente penger.

Sebastian kom snart etter sprengningsulykken inn i Momentum, foreningen for



...nker at amputerte har en veldig heldig lidelse, ofte har de god progresjon, amput-

arm- og benprotesebrukere, som følge av et likeperson-besøk av foreningsleder Nils-Odd Tønnevd. Senere har Sebastian hatt verv i Momentum på lokalplan, dessuten i FFO (Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon) i Akershus.

Sebastian, talsmannen

For et par år siden ble han oppnevnt til å sitte i brukertutvalget i Helse Sør-Øst, et rådgivende organ for ledelsen i dette største av statens fire regionale helseforetak. Brukertutvalget skal bidra til at pasienter og pårørendes stemmer blir hørt.

Etter å være kommet med i brukertutvalget, har Sebastian blitt sittende på de lokale vervene han allerede hadde i Momentum og i FFO, og tidligere i år ble han valgt inn som varamedlem i Momentums hovedstyre.

«I FFO Akershus ser jeg andre lidelser, jeg har et engasjement som går utenfor de amputerte», sier Sebastian. «Jeg tenker at amputerte har en veldig heldig lidelse, ofte har de god progresjon, amputerte er en pasientgruppe som har det ganske godt. Så det kan hende at jeg i fremtiden vil bruke kreftene på mer enn Momentum.»

Sebastian, den vågale

Det går an å ane at denne Sebastian er av den heller vågale typen, det er som om han har et glimt i øyet av å være det. Og så viser det seg, når dette blir et tema i møtet med ham, at han i årene før sprengningsulykken var for en lidenskapelig løssnøkjører å regne, at han i den sammenheng var i Canada og i Rocky Mountains, tok helikopter til toppene ... Og i krigsskoletiden noterte han seg på fritiden for noen titalls fallskjermhopp.

Ja, ta også med dette at han i krigsskoletiden, der det å lære seg visse manerer inngikk i pensum, oppdaget at han kunne gjøre seg godt bemerket på dansegulvet. «Jeg er uoffisiell krigsskolemester i swing», forteller han.

I de senere år har Sebastian dyrket båtlivet, og han ser seg som en lidenskapelig hobbyfisker. Dessuten liker han, av alle ting, å drive med lydutstyr. «Vi kaller oss audiofile, vi som har lidenskap for lyd.» Sebastian er i tillegg en sønn type som helst mekker på bilen selv, fremfor å sende den på verksted.

Sebastian, samboeren

Når Hasse og jeg besøker Sebastian i huset på Kløfta, hilser vi i farten på Linda. «Jeg er samboer med Linda», forklarer Sebastian, «vi har vært kjærester siden 2015, hun er helt fantastisk, hun er den mest fantastiske kvinnen jeg noensinne har møtt.»

Ja, Sebastian, har mer å si om Linda: «Til tross for alt som har skjedd meg i livet, er jeg nå utrolig lykkelig og har det veldig godt.»

Linda har tre barn fra et tidligere ekteskap, den yng-

ste av dem er en jente på 14 og har, forteller Sebastian, fått ham til å føle seg som far i huset.

Sebastian har i årenes løp vært mange ganger på Filipinene, han holder dermed en viss kontakt med sine halvsøstre og sin far. Sin norske søster har han så å si på huden hele tiden – hennes ansikt er å se på hans høyre overarm, det inngår tatoveringene Sebastian begynte å skaffe seg allerede før sprengningsulykken, noen år før det ble aldeles vanlig her i landet, og i mange andre land, å la seg tatovere.

Amputert, vel ...

Noen ganger, forteller Sebastian, slår det ham at «jeg har en unik og ganske spesiell historie.» Men han er rask til å tilføye at, vel, «det å være amputert er normalen for meg, jeg vet ikke om noe annet.»

På papiret ble han i sin tid kategorisert som veldig invalidisert, med en prosentandel på oppunder 100. Men han har trent mye, jobbet med sin kropp, og sier: «Det som faktisk invaliderer meg, er fantomsmerterne.»

Fotograf Hasse er full av inntrykk når han kommer tilbake fra fotoseansen med Sebastian. Noe av det som har slått Hasse mest, forteller han, er Sebastians balanse, mannens evne til å stå støtt – på sitt ene ben, og det på en flytebrygge i bevegelse. Ja Hasse har fått det inntrykk at denne Sebastian, om det så skulle være, kunne stått sånn i time etter time.



Nytt Ortopedifirma i Bergen!

Nå er vi endelig i gang og denne gjengen er her for å gi dere livsglede!
Atterås - drevet av genuint engasjement forankret i kunnskap og erfaring!
Vi ønsker å gi dere som protesebrukere et unikt og helhetlig tilbud.

Ring oss gjerne direkte om du ønsker!

Tom Egil Blomberg	909 64 896
Gyongyver Molvær	911 93 404
Bea Andersson	969 22 019
Kjetil Atterås	992 77 993

Velkommen til oss!

Atterås as
Møllendalsveien 1 | 5009 Bergen | Telefon: 936 86 000
Besøk oss på www.atteraas.no

Hamar Ortopediske AS

Vi tilbyr individuelt tilpassede hjelpemidler.

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

Ortopediteknikk
i sentrum



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



VI FORBEDRER MENNESKERS BEVEGELSESEVNE OG LIVSKVALITET

Med vår faglige kompetanse fokuserer vi på menneskers behov for å få forbedret sin bevegelsesevne, selvstendighet og livskvalitet. For deg som pasient, innebærer dette at vi kan tilby spesialtilpassede hjelpemidler av høyeste kvalitet og standard.

OCH
ORTOPEDI

www.och.no

Oslo, Akershus, Østfold, Oppland, Møre & Romsdal, Rogaland, Nord-Norge

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 AS

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

Alt innen
ORTOPEDISKE
hjelpemidler

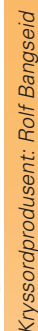
ORTOPEDITEKNIKK

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, Gran 23 03 56 00. Lillestrøm 63 80 20 00. Sandvika 67 80 50 50.
Horten, Tønsberg, Sandefjord, Stavern 33 01 76 00.
Sandnes 51 66 44 83. Stavanger 51 88 56 60. Sogndal 97 17 22 87. Førde 57 72 24 84.



TRØNDELAG ORTOPEDISKE VERKSTED



ICKE EN ANNEN KARBONKOPI



CHOPART

KID

LOPRO

ROGUE

HIPRO

H2O

ROVER

Dynamisk

Holdbar

Flexibel

nordiCrtopedica

Oppdag hele RUSH Serien
på www.nordicortopedica.se

Nordic Ortopedica AB | Hyvelgatan 37 | SE-741 71 Knivsta | Sweden |
+46 (0)18 34 92 91 | info@nordicortopedica.se | www.nordicortopedica.se

Ta kontroll over dine proteser



Xtend Connect er noe helt nytt som løser en rekke hverdagsproblemer som du som protesebruker står overfor.

Med Xtend Connect bytter du raskt fra en aktivitetsfot til en hverdagsfot. Du beholder samme hylse, slik at du slipper å ta med deg hele sett. Eller bytt raskt mellom utefot og innefot, selvsagt uten å forstyrre de viktige innstillingene.



BYTTE AV FØTTER



BYTTE AV BUKSE



BYTTE AV KNELEDD

Mer info på lindhextend.com

Følg oss gjerne på



Valgmuligheter på Sørlandet!

Drevelins etablering i Kristiansand har gått over all forventning og den nyoppstartede bedriften har høstet mange gode tilbakemeldinger siden de åpnet dørene i august.

Drevelin Ortopedi Sør holder en høy faglig standard og strekker seg langt for å møte kundens behov.

Velkommen til oss på Lund i Kristiansand!

Kongsgård Allé 53, 4632 Kristiansand

E-post: drevelin@drevelinsor.no Tlf: +47 4000 4808

www.drevelin.no





COOL, CONTROLLED
AND COMFORTABLE

ENHANCES PROSTHESIS
SECURITY

SUITABLE FOR ALL
ACTIVITY LEVELS

REDUCES SWEATING,
CHAFING AND IRRITATION

COMPATIBLE WITH
ELEVATED VACUUM

AVAILABLE FOR
AK AND BK



KEEP YOUR COOL

Combining Alpha Silicone with the heat management technology of Outlast, SmartTemp's revolutionary gel regulates heat by responding to skin temperature fluctuations.

nordiCrtopedica

Nordic Ortopedica AB., Hyvelgatan 37, lokal 1, SE-741 71 Knivsta, Sweden
+46 (0)18 34 92 91 | info@nordicortopedica.se | www.nordicortopedica.se

AllPro

#AllProAllstar

Uansett om du er på jobb, går tur eller trening for maraton tilpasser AllPro seg etter deg!

Fillauer®

Godt å kunne ta seg frem i det offentlige rom

Mennesker med et åpenbart handikap, eldre mennesker med svekket bevegelighet, foreldre med barnevogn, en dame med en tung koffert, en midlertidig krykkebruker ... Mange kan finne det vanskelig å ta seg frem i det offentlige rom, fastslår handikapforeningen APF France handicap.

Den franske foreningen står nå i høst, i samarbeid med meningsmålingsinstituttet Ifop, bak en spørreundersøkelse som skal gi en bedre kartlegging av folks vurdering av god og ikke god tilgjengelighet i byen eller området der de bor i Frankrike.

Det dreier seg om universell utforming av samfunnet. Franske myndigheter har klart uttalte ambisjoner på dette området, men sliter – på linje med andre lands myndigheter som har flagget tilsvarende ambisjoner – med å nå sine oppsatte mål.

Det dreier seg om å kunne bruke fortauer og kollektive transportmidler, om å kunne komme seg inn i apoteket, inn til legen, inn i en restaurant, inn i det lokale rådhuset, om å kunne benytte datautstyr selv om hørsel eller syn er svekket ...

I en nettbasert invitasjon til å besvare spørsmål poengterer APF France handicap og Ifop at fremkommelighet og muligheter generelt til å bruke samfunnets fasiliteter kan være av stor betydning for alle og enhvers ve og vel.

Resultatene av undersøkelsen er tenkt brukt som pressmiddel for å få franske myndigheter til bedre å etterleve sine ambisjoner.



Invitasjon til å delta i den franske spørreundersøkelsen.

Gi noe tilbake!



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

PENGEGAVE

Overfør din gave til Momentums konto – 2095 49 74503 – og oppgi «Gave» samt ditt personnummer under «Beløpet gjelder», oppgi også ditt navn og din adresse.

MOMENTUMS ARBEID

Blant Momentums arbeidsoppgaver:

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

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

VIL DU BLI LIKEPERSON?

Husker du ...

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

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

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

Har du spørsmål? – kontakt

Kontakt Momentums administrasjonssekretær Liv Karin Søstuen.

Tlf.: 4000 4360

E-post: info@momentum.nu



Foto: Dag Thorenfeldt

Momentum landet rundt

Vi er til for deg og dine. Ta kontakt!

MOMENTUM ØST



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



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

MOMENTUM INNLANDET



Oppland og Hedmark
Leder:
Oda Solhaug Kokslie
oda_solhaug_kokslie@hotmail.com
T: 99 25 01 63



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

MOMENTUM SØR-ØST



Vestfold, Buskerud og Telemark
Leder og likepersonkontakt:
Merete Linde-Nielsen
kongsberg.vital423@vita.no
T: 90 41 07 13



Vestfold, Buskerud og Telemark
Likepersonkontakt:
Nils Kåre Lohne-Fosserud
nklohne@gmail.com
T: 90 57 40 31

MOMENTUM VEST



Hordaland, Rogaland og Sogn og Fjordane
Leder:
Mariann Vestbøstad Martinsen
mariann_ve@hotmail.com
T: 99 22 53 15



Likepersonkontakt:
Marit Havre Nilssen
hnmariit@frisurf.no
T: 92 03 06 16

MOMENTUM MIDT-NORGE



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



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

MOMENTUM NORD



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



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

UTVALGSKONTAKTER



Likepersonutvalget
Mark Miller
Tlf.: 92 88 76 60
E-post: mark.miller@momentum.no



IT-utvalget
Petter Thime
Tlf.: 90 01 90 95
E-post: petter.thime@momentum.no



Studieutvalget
Kjetil Bragstad
Tlf.: 48 60 19 74
E-post: kjetil.bragstad@momentum.no



Sports- og aktivitetsutvalget
Silje Bjerga Nesland
Tlf.: 40 24 10 81
E-post: silje.bjerga.nesland@momentum.no



Samfunnspolitisk utvalg
Nils-Odd Tønnevold
Tlf.: 92 20 16 26
E-post: nils.tonnevold@connectum.no



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



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



Som by er Seattle befolkningsmessig på størrelse med Oslo, som storbyområde godt større enn Oslo. Foto: Adobe Stock

Et nettsted som viser byfolk den enkleste veien fra ett sted til et annet

Folk som uten å bruke bil eller kollektivtransport skal fra ett sted til et annet i storbyen Seattle i USA kan gå inn på et nettsted og finne den best egnede ruten – og det er ikke nødvendigvis den korteste distansen de vil få se på skjermen.

Den korteste distansen kan være preget av bakker opp og ned, av fortauskanter som ikke skråner ned til fotgjengerfelt som skal krysses, av humpede ganstiger ...

Spesielt nyttig for noen

Dermed kan den være vanskelig å forsere for rullestolbrukere, foreldre med barnevogn, eldre mennesker med svake ben, benprotesebrukere og andre med redusert mobilitet.

«I mange tilfeller ønsker vi ikke den korteste veien», sier en av nøkkelpersonene bak utviklingen av nettstedet, Anat Caspi, i en samtale med avisen Seattle Times. Hun forsker i kunstig intelligens og arbeider ved University of Washington, der hun leder en enhet som heter Taskar Center for Accessible Technology.

«Det dreier seg faktisk om å behandle folk som menneskelige individer med ulike behov og preferanser», tilføyer Caspi.

Hun ser, forklarer avisen, at kartlegging av fotgjenger-

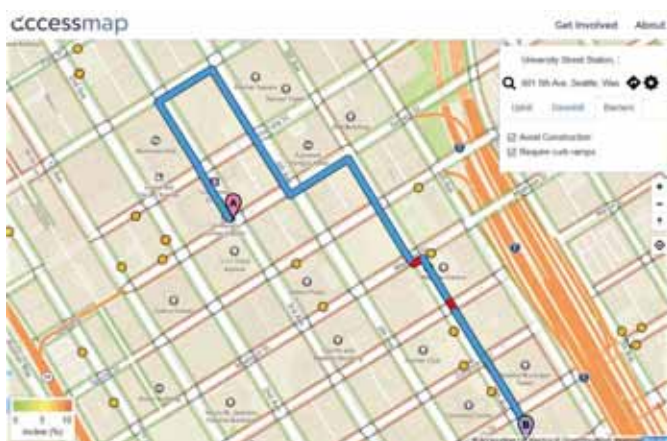
infrastruktur – inklusive gangveier, fortauer, overganger, underganger og stier – kan være av avgjørende betydning for folk med funksjonsnedsettelse.

Heis istedenfor bakke

AccessMap, som nettstedet heter, gir den enkelte bruker mulighet til å bli foreslått en individuelt utpekt rute, basert på at brukeren spesielt ønsker å unngå den ene eller den andre typen hinder, eksempelvis bratte bakker.

Caspi og hennes team innledet for noen år siden sitt arbeid med å få detaljkartlagt fotgjengerinfrastrukturen i Seattle i delstaten Washington, ut mot Stillehavet nordvest i USA. Som by er Seattle befolkningsmessig på størrelse med Oslo, som storbyområde godt større enn Oslo.

Blant det AccessMap kan vise, poengterer Seattle Times, er bygninger som har inn- og utganger på flere plan og heis imellom dem – med den følge at eksempelvis en rullestolbruker kan bruke heis for å unngå en bratt bakke ...



Den korteste ruten er ikke nødvendigvis den enkleste å bruke, spesielt ikke for folk med redusert mobilitet. Her er en lengre rute foreslått. Kart: AccessMap/University of Washington

Hovedstyret i Momentum



KJETIL BRAGSTAD
 Styreleder
 kjetil.bragstad@momentum.nu
 T: 48 60 19 74



PETTER THIME
 Nestleder
 petter.thime@momentum.nu
 T: 90 01 90 95



MORTEN BERG
 Styremedlem/
 økonomiansvarlig
 morten.berg@momentum.nu
 T: 90 16 30 66



MARK MILLER
 Styremedlem/
 Likepersonkoordinator
 mark.miller@momentum.nu
 T: 92 88 76 60



SILJE BJERGA NESLAND
 Styremedlem
 silje.bjerga.nesland@momentum.nu
 T: 40 24 10 81



GEIR BORNKESSEL
 Varamedlem
 geir.bornkessel@momentum.nu
 T: 97 15 58 78



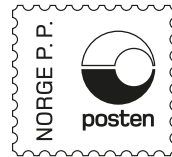
THOMAS S BLANCAFLOR
 Varamedlem
 sebastian@sentrumterapi.no
 T: 96 87 41 97

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



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

Returadresse:
Momentum
pb. 49 Skøyen
0212 Oslo



ottobock.

WHY DO WE PUSH OURSELVES TO...

... score again and again?

Challenger.

"... Because it makes
me complete."

www.ottobock.se

Sportsline. Whatever makes you complete.