

"Mini-Hjernerocella"

Leder

Vi hadde et hyggelig årsmøte på Thon hotell Gardermoen 14. mars 2009. Jeg håper den gode stemningen vil vare ved i lokallagene fremover til glede for alle medlemmer. Ved siden av de vanlige årsmøtesakene, diskuterte årsmøtet tilslutning til en paraplyorganisasjon. Det ble bestemt at det nye styret skal sende søknad om opptak i FFO – Funksjonshemmedes Felles Organisasjon – www.ffc.no.

Uheldige omstendigheter har gjort at det åpne møtet på Røros har blitt utsatt. Vi håper dette vil bli gjennomført innen kort tid.

Den europeiske slagdagen er i år den 12. mai. Lokallagene har fått T-trøyer og caps til dem som står på stand og vi har trykt opp en spesiell brosjyre for dagen.

Vi vil nå vurdere å lage et trykt blad som sendes til medlemmene som erstatning for Mini-Hjernerocella.

Ønsker alle en fin vår.

Arne Hagen
Leder

Redaktøren har ordet... Endelig vår!

Endelig vår!

Se fram mot vår og sommer. Nå skinner solen. Snøen smelter og det grønnes. Framtida er nå. Jeg gir dere et dikt av Tor Obrestad fra diktsamlingen Stå saman:

Desse versa er til dykk
Kven kan tru på morgondagen
utan å tru på folk?
Kven kan tru på folk
som ikkje veit
kva dei vill bruke
morgondagen til?
Eg trur på folk
og på morgondagen
De seier
Morgondagen er vår
Desse strendene er våre
Dette vatnet er vårt
Denne sola er vår.

Med dette vil jeg ønske alle
EN FANTASTISK VÅR!

Hilsen Hilde ☺

Adr. Hilde Løvås, Gilstad, 7600 Levanger. E-post: [hildeloe\(a\)online.no](mailto:hildeloe(a)online.no), tlf 97717778

Vår hjemmeside-adresse: www.slagrammede.org

- 40 nye tilfeller per dag
- 16.000 nye tilfeller i året
- 60.000 nordmenn har hatt ett eller flere hjerneslag
- nr. 1 som årsak til uførhet
- nr. 1 som årsak til innleggelse i sykehus
- nr. 3 som årsak til død

Hjernerocella

Norsk forening for slagrammede får nytt medlemsblad. Det første nummeret kommer ut i juni i år. Bladet skal hete Hjernerocella og erstatter Mini-Hjernerocella.

Terje Anthonsen skal være produsent av bladet. Anthonsen har også redaktøransvaret og vil redigere stoff til bladet mottatt fra medlemmer, styret og andre samt egne artikler relatert til helse og spesielt hjerneslag. Bladet skal utgis med fire nummer per år. Første år vil utgivelsene være i juni og november.

Årsmøtet

Årsmøtet i Norsk forening for slagrammede ble avholdt på Thon Hotel Oslo Airport Gardermoen den 14.03.09. Tilstede var delegater, observatører og styret, til sammen 20 personer.

Arne Hagen ønsket velkommen til det 3. årsmøte. Fint at så mange har funnet tid til å komme. Arne leste litt av innlegget til Jan Gravidal, som var med på det åpne møtet i Odda. Her er et utdrag kalt "fremtiden";

"Eg er fremdeles ung, eg har fremdeles mye eg skulle gjort, men det er fortsatt langt å gå. Så eg må gå lenge ennå. Men det blir lettere i år enn det var i fjor. Eg har andre drømmer enn før, eg drømmer ikkje om turer over Folgefonna. Eg drømmer ikkje så mye om den boka eg skulle skrive, eg drømmer ikkje om de samme tingene som før. Eg drømmer at eg en dag kan gå ned i barnehagen på Eitheim og henta barnebarnet mitt. Eg drømmer om at eg ein dag skal kunne gå i søppelet og samtidig ha med søppelposen i handa. Eg drømmer om at eg igjen skal kunne skrive navnet mitt så alle forstår det. Kanskje til og med meir enn det. Små drømmer? Nei, store."

Eg vil si som Olav H. Hauge;

*"Eit ord –
ein stein
i ei kald elv.
Ein stein til –
Eg lyt ha fleire steinar
skal eg koma yver."*

Deretter var det runde rundt bordet for en presentasjon av alle deltakerne.

Arne Hagen la frem årsmelding for 2008. Norsk foreningen for slagrammede har hatt et aktivt år i 2008 til tross for dårlig økonomi. Foreningen har ikke hatt statlig støtte i 2008. De fleste planlagte aktiviteter har likevel blitt gjennomført på en god måte. Mini-Hjernerocella har kommet ut med fire nummer. "Bladet" blir distribuert gjennom vår hjemmeside og fordelt i trykt format på møter i lokallavdelingene. Vår web-redaktør er Grethe Lunde. Hjemmesiden, www.slagrammede.org, har vært godt besøkt.

NFS har arrangert åpne møter på følgende steder i 2008: Flekkefjord, Tromsø, Molde, Kongsberg, Sogndal, Larvik og Steinkjer. Det har vært god deltagelse. Til sammen har møtene samlet ca 400 tilhørere. Den europeiske slagdagen ble markert kombinert med Åpent møte på Kongsberg. Dessuten hadde flere lokallag stands og delte ut brosjyrer.

Lokallag

NFS har følgende lokallag: Flekkefjord, Kristiansand, Innherred, Søre Sunnmøre, Oslo, Molde og omegn, Bergen, Nord-Jæren, Hedmark og Arendal og omegn.

Hovedstyrets sammensetning etter valget på årsmøtet:

Leder	Arne Hagen	Akershus
Nestleder	Hilde Løvås	Nord-Trøndelag
Sekretær	Grethe Lunde	Rogaland
Kasserer	Knut Langdal	Nord-Trøndelag
1. styremedlem	Leiv Nyegaard-Larsen	Vest-Agder
Varamedlem	Jan Berntsen	Hordaland
Varamedlem	Gudveig Bjurgren	Oslo

Planer for 2009

- 12. mai – Slagdagen blir som tidligere utført med stands rundt omkring i landet.
- 9 informasjonsmøter, hvorav 1 er gjennomført.
- Høstkonferanse, 24.-25. oktober 2009.
- Likemannskurs; Hvordan bruke "Kom i gang"-heftet i samtalegrupper, 12.-13. juni 2009.

På møtet ble det diskutert å søke medlemskap i Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon. Styret fikk i oppgave å søke om medlemskap.



Bilder fra årsmøtet; til venstre – vi hører etter... til høyre; kasserer gjennomgår årsoppgjøret

ÅPENT MØTE ODDA

Norsk forening for slagrammede sitt første åpne informasjonsmøte i 2009 ble avholdt i Odda torsdag 22. januar. Møtet på Lærings- og meistringsenteret, Odda sjukehus samlet 55 interesserte lyttere.

Programmet startet med en innledning av leder i NFS, Arne Hagen. Han orienterte om foreningens arbeid og om hensikten med de åpne møtene. Den slagrammede, Jan Gravdal, som hadde fått en flott omtale i lokalavisen før møtet, fortalte om sitt slagtilfelle og om hvordan han har kjempet og fortsatt kjemper for å få leve et normalt liv igjen.

Fra Haugesund kom nevrolog og overlege Ineke Hagenesch. Hun er opprinnelig fra Nederland og ga oss en flott innføring i hvordan man skal unngå hjerneslag og om hvordan behandlingen foregår. Hun ga også en innføring i rutineene blant sykehusene i Helse Fonna som Haugesund og Odda tilhører.

Etter en oppfriskende pause med kaffe, kringle og frukt ble vi gitt en grundig innføring i rehabiliteringstilbudet i Odda. Det var et omfattende samarbeid mellom kommunen og sykehuset. Fra kommunen orienterte ergoterapeut Marion Ryen og fysioterapeut Anne Gro Kambe. Fra sykehuset var ergoterapeut Elisabet Hauglid og sykepleier Jorunn Sekse. I tillegg ga logoped Marit Solberg, som jobber for både sykehuset og kommunen, en grei orientering behandling av språkvansker.



Kom igjen, det nytter å trene

Han vet ikke hva som kan trenes opp og han vet ikke hvor lang tid det tar, men han vet en ting: DET NYTTER Å TRENE!

Ørnulf Godager er hjerneslagspasient og tidligere spesialpedagog. Selv om han er over 80 år og det går litt saktere enn tidligere, vet han altså hva han snakker om.

Tekst: Helge Dehlin

Godager har hatt flere hjerneslag og han har etter hver av dem opplevd mange varianter, fra det å være nesten helt hjelpeløs fysisk og ikke kunne lese på vanlig måte, til det å sykle. Han leser også vanlig og har få problemer med å skrive. Selv om det går sakte så går det altså.

Særlig i begynnelsen fikk han liten "input" av det medisinske rehabiliteringsapparat, men her kom hans tidligere spesialpedagogerfaring nå til nytte. Han lagde kort og godt sitt eget treningsprogram, både når det gjaldt det fysiske og det mer intellektuelle. Hele veien dro han nå nytte av sin tidligere yrkeserfaring.

Hans læresetning nr. 1 er: Tren på det du NESTEN KLARER. Vær realistisk.

Ikke lag deg for store mål når du begynner opptreningen. Ikke tro at du kan mestre alt med en gang. Det tar tid, lang tid. Du må altså være tålmodig. Og ikke gi opp, tross "nedoverbakkene". De kommer alltid og er helt normale.

Godager selv er et godt eksempel på at alt lar seg trene opp, dvs. nesten alt. Men du vet altså ikke på forhånd hva.

Godager leser russisk, og enkelte av pedagogene der øst er lite kjent her i Norge. Bl.a. har Godager, når det gjelder lesning og forståelse, hatt stor nytte av den sovjetiske psykologen Vygotsky . Han er lite kjent her i Norge, men i Danmark brukes hans læresetninger og teorier mye.

Det fysiske kan også trenes opp. Det er Godager selv et godt eksempel på. Han har hatt mange større og mindre slag med forskjellige lammelser og andre skader, men det meste er altså trent opp igjen. Selv om han første gangen virkelig måtte slite for å "gå" de få hundre meterne opp til bussholdeplassen. Han hadde brukt så mye krefter at han ikke trodde han skulle kunne "karre" seg hjem igjen. Men det gikk altså bra.

I dag kan ingen andre se at han har hatt hjerneslag. Han må ta det mer med ro enn tidligere, men han lærte seg å kjøre bil igjen og å sykle har han lært seg tre ganger på nytt. Han sier selv: Jeg føler virkelig at jeg har vært utsatt for hjerneslag. Alt går tyngre og saktere og jeg måtte etter hvert slutte å jobbe.

- Problemet i begynnelsen for meg var at legevitenenskapen ikke hadde kommet særlig langt når det gjaldt hjerneslag/hjerneblødningspasienter, sier Godager.

Vi snakker om begynnelsen av 80-årene.

Han fikk kort sagt sparsomt med hjelp i begynnelsen.

Godager måtte altså finne på en måte å trene på selv, og her kom spesialpedagog-kunnskapene virkelig til nytte. Kort sagt, han ble bedre fordi han selv hadde de nødvendige kunnskapene. I dag er det heldigvis ikke slik, men det hjelper godt å vite noe. Du får mye hjelp og mange gode forslag fra terapeutene, men du må gjøre resten av jobben selv.

Du blir antagelig aldri mer som før, men du vet altså ikke hva som kan la seg trene opp. En ting er sikkert. Det nytter å trene, både intellektuelt og fysisk.

Altså, ikke gi opp!

Psykologiens Mozart

Danskene har utgitt en liten biografi om Vygotsky, der de kaller han psykologiens Mozart. I Russland regner de han som grunnleggeren av sovjetisk psykologi. Han skrev et stort verk som heter "Tenking og språk" som finnes i dansk oversettelse. Hans kanskje viktigste oppdagelse i vår sammenheng var forbindelsen mellom

ytre og indre språk. Vanligvis styres våre handlinger av vårt indre språk. Men ved hjerneslag kan deler av vårt indre språk bli skadet og ikke fungere som det skal. Da kan det i en del tilfeller hjelpe å bygge opp igjen – eller om man vil, reparere noe av skaden – ved hjelp av ytre språk. Den ønskede handlingen oppnås med tale – enten med ens egen eller en hjelpers tale. Men denne teknikken er lite kjent og brukt her hjemme.

Nytt fra Oslo

Årsmøtet

Vi avholdt vårt årsmøte torsdag 12. mars 2009. Det ble holdt etter reglene og årsmøteprotokoll ble opplest for de tilstedeværende, det var for øvrig 12 stemmeberettigede. Årsrapporten viste oss at foreningen hadde stor aktivitet i 2008. Regnskapet og Revisors beretning ble opplest og godkjent.

Valg av styre i SFiO ble:

Leder:	Gudveig Bjurgren
Øk.ansv.:	Thor Olsen
Styremedl:	Marit Skaret
Styremedl:	Helge Dehlin
Styremedl:	Stein Pape
Varamedl:	Freddy Olsen

Dagstur til Fredrikstad med besøk på "Den Blinde Ku" som er et gårdsmeieri med spesialitet "oster". Så kjørte vi videre til Fredrikstad og Gamlebyen med festningen. Turen ble avsluttet med middag på Støtvik Hotell.

For medlemmer i foreningen som ønsker årsrapporten tilsendt kan de ringe til Thor Olsen 95212434.

Julebord ble holdt 28. november på lokalene til Veitvet Seniorsenter med god deltakelse, her var det deilig julebuffet med varme og kalde retter, drikke, dessert kaffe og kaker. Det var musiker som spilte taffelmusikk ved bordet og samstemt julesanger og en fin selvkomponert sang. Senere på kvelden gikk dansen lystig.

Temamøter

Dette er et samarbeid mellom Slagrammedes Forening i Oslo, Afasiforeningen i Oslo og LMS Aker Sykehus som har holdt på siden 1998 jevnlig med 6 møter i året. Her er blitt tatt opp aktuelle temaer, gjerne gjentagelse, for det blir jo dessverre nye personer som får diagnosen hjernesalg/hjerneblødning hvert år. Når det gjelder tema som skal være med er det en evalueringsgruppe bestående av representanter fra SFiO, Afasiforeningen, LMS, slagsykepleier, ergoterapeut, fysioterapeut, sykepleiere fra daghospital og rehab, logoped og sosionom. For Temamøter våren 2009 har vi hatt 27.februar: Verdi som menneske etter hjerneslag, 20. mars: Språkvansker etter hjerneslag og neste møte er 5. juni kl. 1100. Praktiske vansker i hverdagen etter hjerneslaget. Høstens program blir bestemt av evalueringsgruppa og levert medlemmer i SFiO, Afasiforeningen i Oslo, samt adresser som LMS har.

SOMMERTUREN 2009

Hørt om Bornholm? Kunne du tenke deg dit!

Slagrammedes Forening i Oslo-SFiO inviterer deg på 7 dagers tur med avreise fra Oslo torsdag 25. juni – 1. juli 2009.

Bornholm er øy som tilhører Danmark og ligger i Østersjøen, mellom Sverige og Tyskland. Bornholm, og er en dansk kommune. Bornholm ligger 145 km sørøst for København, 37 km sør for Sverige, 88 km nord for Tyskland og 90 km sørvest for Polen og det bor vel 42500 innbyggere på øya. Største by er Rønne hvor vi skal overnatte i 4 døgn.

På denne turen reiser vi med buss tilpasset handikappede med heis for rullestoler, stort toalett og fester for eventuelle rullestoler eller gåstoler. Også noen hotellrom er tilpasset rullestoler, ellers er hotellene handikapvennlige. Turen går sydover gjennom det svenske landskapet og stopper for en frivillig rast, fortsetter og

passerer Gøteborg før vi stopper for lunsj i Hallandsområdet, denne er inkludert. Etter lunsj fortsetter vi til Helsingborg og Scandic Hotel Horisont hvor vi skal overnatte. Her spiser vi også middag om kvelden. Etter frokost fortsetter vi til Ystad hvor vi tar ferje over til Rønne på Bornholm (ca.1 time og 30 min) Vi sjekker inn på Ryttergården hotell som passer for oss alle. På Bornholm er det lagt opp til turer og besøk i de mange små byene rundt om, vi har bussen tilgjengelig. Dette blir vårt hjem fram til tirsdag morgen hvor vi etter å ha sjekket ut igjen tar båten til Ystad i Sverige. Overnatter i Helsingborg på Scandic Hotel Horisont. Onsdag morgen etter frokost tar vi atter plass i bussen og reiser mot nord med stopp og lunsj, men før Svinesund stopper vi ved Nordby for en siste shopping. Venter å være i Oslo utpå kvelden. Alle måltider, ferje, inntrede på diverse severdigheter er inkludert. Bussen er til vår disposisjon alle dager. Prisen er kr 6800,00 pr, person. Prisen er den samme om du reiser alene og ønsker enerom. Det at du er avhengig av rullestol, gåstol eller har annen funksjonshemming, ikke la det stoppe deg til å være med. Kom og vær sammen med oss.

Vi har ennå ledige plasser og lar du deg friste og inspirere av dette ring til: Thor Olsen telefon 95212434, han kan fortelle deg mer om turen eller

E-post: thor42@start.no

Forslå dette også for familie og venner.

Med sommerlig hilsen

Slagrammedes Forening i Oslo-SFiO

European Stroke Organisation (ESO) anbefaler behandling med alteplase (Actilyse®) innen 4,5 timer etter hjerneslag¹

Resultatene fra ECASS3 viste at trombolysebehandling med alteplase (Actilyse®) kan forbedre det kliniske utfallet av hjerneslag også i tidsvinduet fra 3 til 4,5 timer (og ikke bare fra 0–3 timer) etter de første symptomene. Dette ble presentert i New England Journal of Medicine 25. september 2008.²

Basert på disse resultatene anbefaler nå European Stroke Organisation at alteplase (Actilyse®) gis til pasienter også i det utvidede tidsvinduet opp til 4,5 timer.

Disse nyhetene ble offentliggjort kort etter at det internasjonale tidsskriftet "The Lancet" presenterte ECASS3-studien som en av "top three papers" i 2008, og vurderte innlegget som sin "choice of paper".³

Ref.: 1) European Stroke Organisation, ESO GC Statement on revised guidelines for intravenous thrombolysis. January 2009. http://www.eso-stroke.org/pdf/ESO_Guideline_pdate_Jan_2009.pdf. Accessed 28 January 2009.

2) Hacke W, et al for the ECASS Investigators. Thrombolysis with alteplase 3 to 4.5 h after acute ischaemic stroke. N Eng J Med September 2008.

Ikke så galt at det ikke er godt for noe

Tekst: Helge Dehlin

Av og til blir jeg litt deprimert. Det går sakte, virkelig sakte fremover. Ja av og til har jeg faktisk på følelsen at det går bakover. Men å huske på læringskurven setter meg i bedre humør igjen. "Det går opp og det går ned", men i et langt perspektiv går det altså fremover.

Nå er det 3½ år siden jeg fikk hjerneslaget. Men pytt, pytt, hva er vel dette sammenlignet med et helt liv. Man får heldigvis gjerne et nytt perspektiv på det hele etter hvert.

For tiden går jeg på en samtalegruppe med andre hjerneslags -og hjerneblødningspasienter på Aker sykehus. Det som slo meg etter hvert, er at jeg tross alt er heldig sammenlignet med mange andre.

Mest tenker jeg kanskje på 35-40 åringer med små barn. Med de mange problemer og vansker som hjerneslag/hjerneblødning skaper, skal de prøve å ta

vare på og hjelpe det mest dyrebare de har. Jeg var tross alt gammel før jeg fikk hjerneslag og hadde opplevd/gjennomlevd det meste. Også det å oppfostre små barn.

En trøst er kanskje at barn heldigvis er gode til å hanskkes med problemer som oppstår. Kort sagt, de mestrer antagelig mer enn vi tror, men..

En annen ting, når man som meg, er i underkant av 70 år med hjerneslag, er at det til tross for tilbakeslag, i det store og hele bare kan gå fremover. For såkalt friske 70-åringene går det andre vegen. Man blir stadig eldre og eldre og klarer av mindre og mindre, men har man hatt hjerneslag så... Man får jo ta med seg de lyspunktene som er der.

I samtalegruppa, som jeg har omtalt, er det også en "gammel" spesialpedagog. Hans hovedråd til oss andre er: Forsøk alltid å trene på det som du nesten klarer, forsøk deg ikke på det du ikke har mulighet til å klare nå.

En annen terapeut har tidligere gitt meg følgende råd: Tør å gjøre ting på egen hånd som du kanskje gruer deg til. Gjør innkjøp i butikken, ta trikken/bussen alene, gå i banken/posthuset alene, bruk PC'en/ mobiltelefonen osv.

Det gjelder imidlertid alltid å ikke "å ta seg vann over hodet". Det er kanskje ikke alltid så lett, men er du i tvil, så sørg for back up.

Det er altså alltid "lys i tunnelen".

Lykke til!

Vin og sjokolade ga bedre husk

Eldre mellom 70 og 74 år som drikker vin og te og spiser sjokolade scorer best på kognitive tester viser resultater fra helseundersøkelsen i Hordaland (HUSK).

Vin, te og sjokolade inneholder mye flavonoider, et mikronæringsstoff som en tidligere har sett fungerer forebyggende mot å utvikle demens og Alzheimers.

Undersøkelsen er basert på et omfattende spørreskjema om det vanlige kostholdet i hverdagen i løpet av det siste året. Ingen av deltagerne er demente, dette er vanlige folk rundt om i kommunene. Dette sier Grethe S. Tell, professor i samfunnsmedisin ved Universitetet i Bergen.

Undersøkelsen om vin, te og sjokolade er gjennomført blant 2031 personer mellom 70 og 74 år, og 55 % av deltagerne var kvinner.

Resultatet av undersøkelsen av kognitiv fungering og inntak av vin, te og sjokolade ble nylig publisert i The Journal of Nutrition.

Vellykket åpent møte i Arendal

Møtet var på torsdag 19. mars. Det var fantastiske foredragsholdere. De hadde bredt seg godt på overheads og hadde et flott engasjement. En slagrammet fortalte sin historie. Gripende. Det ble mange spørsmål fra de fremmøtte og alle fikk svar. Det var 80 personer til stede. Styret i Arendal fikk mye ros og takknemlighet fra de fremmøtte.

ÅRSMØTE I HJERNERÅDET

Hjernerådet hadde sitt årsmøte på Rikshospitalet 19.03.09. Forut for det formelle møtet, hadde nylig avgåtte president i det europeiske hjernerådet, The European Brain Council, professor Jes Olesen et godt foredrag om hjernesykdommer i Europa.

Valget ga følgende resultat:

Leder Stortingsrepresentant Inge Lønning Epilepsi

Nesteleder Professor Nils Erik Gilhus Haukeland

Styremedlemmer ble: Leder Mona Enstad MS, Professor Dag Årslund, Stavanger, Professor Leif Gjerstad, Oslo, Leder Arne Hagen, NFS, Professor Tone Tønjum, Oslo

GOD SLAGBEHANDLING VED ULLEVÅL

Siden åpningen av Seksjon for hjerneslag i desember 2007 har Ullevål universitetssykehus behandlet omkring 50 slagpasienter med intravenøs propløsende behandling (trombolyse).

I tillegg har sykehuset tilbud om avansert og høyspesialisert nevroradiologisk slagbehandling i form av mekanisk propphenting (trombektomi) og intraarteriell trombolyse.

Den akutte slagbehandlingen ved Ullevål fokuserer på diagnostikk, behandling og tidlig rehabilitering fra første stund for alle slagpasienter, også for de som ikke fyller kriteriene for propløsende behandling.

Tidlig og intensiv rehabilitering integrert med akuttbehandling er det som redder flest liv for slagpasienter. Slagenheten ved Ullevål har samlet alle ressursene på ett sted, og har en komplett pasientsløyfe i samarbeid mellom AMK, akuttmottaket, nevrologisk avdeling, geriatrisk avdeling og nevroradiologisk avdeling.

Tverrfaglighet viktig

Tverrfaglighet står i fokus i Seksjon for hjerneslag. Den nye seksjonen består av 20 senger. Enheten er den første i Norge med et så tett samarbeid mellom ulike spesialiteter til slagpasientenes beste, og har stor betydning for slagpasientene i Oslo-området.

I den akutte slagbehandlingen er både sykepleiere, leger, logopeder, fysioterapeuter, ergoterapeuter og sosionom involvert.

Pågangen av pasienter til slagenheten er stor, i gjennomsnitt behandles 60 - 70 pasienter i måneden.

- Det er veldokumentert at slagpasienter som innlegges i spesialiserte slagenheter har betydelig bedre prognose, både med hensyn til overlevelse og funksjon, enn de som legges inn i vanlige indremedisinske eller nevrologiske sengeposter, sier seksjonsleder Brynjar Fure.

Tid avgjørende

En av de store utfordringene ved å redde liv og unngå store skader hos hjerneslagpasienter er tidsaspektet. De første minuttene og timene etter symptomstart er avgjørende for om liv kan reddes og skadeomfanget begrenses.

Seksjonen har også en tverrfaglig poliklinikk med oppfølging av alle pasienter som har behov for dette etter utskrivelse til hjemmet. Det er også etablert et kurstilbud til pasienter og pårørende som har blitt rammet av slag i familien.

Det er et betydelig problem at pasienter med akutte slagsymptomer ikke søker hjelp umiddelbart, men venter på at symptomene skal gå over hjemme. Ved hjelp av de såkalte FAST-symptomene kan man identifisere omkring 80 prosent av alle pasienter med hjerneslag.

FAST-symptomene innebærer:

- Facialisparese (ansiktsslammelse),
- Armparese (lammelse i arm)
- Språkproblemer (ordleting)
- Talevansker (utydelig tale)

Når et eller flere av disse symptomene er tilstede, skal man snarest ringe 113, og transporteres til sykehus umiddelbart slik at propløse

KOLESTEROL OG BLODTRYKK

På våre åpne informasjonsmøter dukker det stadig opp spørsmål om hva blodtrykk og kolesterol bør være.

Anbefalte grenseverdier:

Kolesterol lavere enn 5 mmol/l

LDL kolesterol (det farlige) lavere enn 3 mmol/l

Blodtrykk lavere enn 140/90 med mer/Hg

For høy-risiko pasienter (pasienter med kjent hjertesykdom, tidligere hjerneslag, TIA eller diabetes):

Kolesterol lavere enn 4,5 mmol/l

Overstiger man disse verdier, bør man legge om kostholdet og sørge for daglig trim. Er verdiene fortsatt for høye, bør man kontakte fastlegen for hjelp.

STAMCELLEBEHANDLING AV SLAGPASIENTER

ReNeuron har annonsert at de vil starte kliniske forsøk for å se om stamcelle terapi kan hjelpe pasienter som har fått en funksjonsskade etter hjerneslag. Forsøkene er godkjent av britiske myndigheter og ReNeuron vil samarbeide med legeteam i Skottland.

De første pasientene vil bli innkalt til fase I i programmet ved Southern General Hospital i Glasgow i andre kvartal i år. 12 pasienter vil gjennomgå denne første fasen.

Dr Keith Muir, som er senior foreleser i nevrologi ved Universitet i Glasgow sier: "Stamcelle behandling gir muligheter til å reparere hjernevev som er tapt som et resultat av hjerneslag. Vi er svært oppglødd for å få muligheten til å delta i dette som er det første kliniske forsøket med stamcelle terapi i hjerneslag."

Norsk forening for slagrammede

Skytterseier 25

2072 DAL

Telefon: 63 95 13 45

Mobil: 470 14 695

E-post:

arne-hag@online.no

Vi finnes på weben!

slagrammede.org

