

# Spondylitten

Spafo Norges medlemsblad • Nr. 1/2023 • 39. årgang

**ASLAK  
MAURSTAD**  
fra Farmen Kjendis

**Skam om  
uførhet**

**Biomedisiner  
Anbudslister  
Samvalg**

**Trening og SpA**

For deg med

- Aksial spondyloartritt
- Psoriasisartritt
- Reaktiv artritt
- Udifferensiert spondyloartritt
- Spondylartropatier hos barn
- Enteroartritt: Chrons sykdom og Ulcerøs kolitt



SPAFO NORGE 10 ÅR

# I dette nummeret av Spondylitten



Barneleddgikt utviklet seg til ankyloserende spondyloartritt for skuespiller og tekstforfatter Aslak Maurstad. Han lar ikke sykdommen hindre ham i å delta på det han har lyst til, som realityprogrammet Farmen Kjendis. Side 5-8



Etter at Martine Krogh Andreassen åpnet opp om egen skam om å være uføretrygdet, fikk hun en enorm respons fra både folk og media. Det viste seg at ingen av kommentarene bekreftet alt det fæle hun hadde tenkt om seg selv. Side 19-22



Fysioterapeut Camilla Fongen ved NKRR forteller om trening og fysisk aktivitet som anbefales når man lever med spondyloartritt. Hun gir også råd om tilpasning og viktigheten av restitusjon mellom høyintensive treningsøkter. Side 12-15



En ny anbefalingsliste med anbefalt behandling ved betennelse i ledd, hud og tarm er nå klar. Dr. Silje Watterdal Syversen forteller om kriteriene for valg av produkt, og hvilke beslutninger hun mener pasientene kan involveres i via samvalg. Side 30-33

- Side 4 Redaktørens hjørne
- Side 5 Aslak Maurstad lar ikke AS stoppe seg
- Side 10 Lytt til Spafopodden!
- Side 12 Trening og spondyloartritt
- Side 16 Pasientreiser endrer praksis for distanseberegning
- Side 18 Forekomst av uveitt ved IBD
- Side 19 Konfronterte egen skam om uførhet
- Side 23 Behandlingsanbefalinger for axSpA er oppdatert
- Side 25 Følger ikke behandling som avtalt
- Side 26 Hvilke medisiner er tilgjengelige for de med SpA?
- Side 30 Hva avgjøres med samvalg?
- Side 34 – Det må tas hensyn til individuelle forskjeller
- Side 36 Medisinbytte kun ved tungtveiende grunner
- Side 37 Litt symptombedring med mindfulness og aksept
- Side 38 Fikk bedre hverdager med omskolering
- Side 41 JAK-hemmer fører til økt vekt
- Side 42 Saftig gebyr for å ikke møte til time
- Side 43 Byrden legges på pasientene
- Side 44 Når tar dritten slutt?
- Side 45 Økning i antallet kliniske studier
- Side 46 Ikke forskjell på bildefunn ved SpA-diagnoser

 **Spafo Norge**  
Spondyloartrittforbundet



## Utgiver

Spondyloartrittforbundet Norge  
Postboks 6633, Etterstad  
0660 Oslo  
Kontor: 1503 40 27207

## Redaksjonen

[www.spondylitten.no](http://www.spondylitten.no)  
Trine Dahl-Johansen, redaktør  
Tlf: 482 53 810 - ikke SMS  
[spondylitten@spaf.no](mailto:spondylitten@spaf.no)

## Kontaktinformasjon

**Medlemskontakt:**  
Tlf: 400 85 106  
E-post: [medlem@spaf.no](mailto:medlem@spaf.no)

*Likepersontelefonen Spafo hjelper deg:*  
Tlf: 412 04 200  
E-post: [spafohjelperdeg@spaf.no](mailto:spafohjelperdeg@spaf.no)

## Annonsekontakt

Anita Madshus/A2Media  
[anita@a2media.no](mailto:anita@a2media.no)  
Tlf: 901 10 688

## Layout

Lise Mette Eidet (Spafo Norge)

## Trykkeri

Merkur Grafisk AS

## Utgivelsesplan i 2023

- Nr. Dato
- 1. 21. mars
- 2. 13. juni
- 3. 26. september
- 4. 19. desember

ISSN 2464-3629 (online)  
SSN 2464-3599 (trykt utg.)

## Medlemskap

Kr. 250,- pr. år vanlig medlem  
Kr. 50,- pr. år familiemedlem  
Kr. 400,- pr. år firma/organisasjon

## Forsidefoto

Foto: Svein Brimi/Her og Nå

*Redaksjonen tar ikke ansvar for innholdet i annonsene eller opplysninger som fremkommer i leserbrev.*