

Spondylitten

Spafo Norges medlemsblad • Nr. 2/2023 • 39. årgang

Egentrening

**Enkeltstående
behandlingsdager**

**Kampen for
effektiv behandling**

Magesyremedisin

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



Billige biotilsvarende kopier har ført til en streng praksis for hvilket produkt som tilbys. Vi forteller Olas historie om kampen for å få bytte tilbake til medisinen som hadde god effekt, og har sjekket hva Sykehusinnkjøp og St. Olavs hospital mener om saken. Side 8-12



Magesyremedisin kan gjøre deg avhengig og langtidsbruk kan føre til flere negative bivirkninger. Dr. Guttorm Raknes mener protonpumpehemmere er i ferd med å bli et folkehelseproblem. Side 20-23



Terskelen for å få innvilget sykepenger ved bruk av enkeltstående behandlingsdager har blitt veldig høy. Et oppdatert rundskriv, og flere saker med lik rettspraksis i Trygderetten, gjør at søknaden må være godt dokumentert for at ytelsen innvilges. Side 42-45



Martine Andreassen (35) forteller om hvordan #trenisin gir henne god livskvalitet, og Per Larsen (74) forteller viktigheten av trening for ham gjennom et langt liv med axSpA. Fysioterapeut Camilla Fongen har gode tips og råd om egentrening og mer intensive treningsøkter. Side 35-37

- 3 Redaktørens hjørne
- 4 Spafo Norges prosjekter presentert på EULAR
- 5 Ikke rett på sykepenger ved privat behandlingsreise
- 7 Bevegelse gjør en forskjell i livet med axSpA
- 8 Kampen om å få tilbake effektiv medisin
- 13 – Penger har blitt viktigere enn målrettet behandling
- 16 – Vi følger nasjonale retningslinjer
- 17 – Tidoblet pasientbehandling til kun dobbel pris
- 19 Tanker: Jeg klarer ikke si: Jeg trenger hjelp
- 20 Magesyremedisin: Mer skade enn nytte?
- 24 Ta en legemiddelgjennomgang med fastlegen
- 27 Bedre av uveitt etter operasjon av grå stær
- 29 Høyere forekomst av jernmangelanemi med AS
- 31 Motivasjon og trening på egenhånd
- 35 #trenisin gir Martine god livskvalitet
- 38 – Gjør trening til en prioritet i hverdagen!
- 41 Fullspekket handlingsplan og spennende prosjekter
- 42 Enkeltstående behandlingsdager ikke for kronikere
- 45 Høy terskel for innvilgelse av fysikalsk behandling

Spafo Norge
Spondyloartrittforbundet



Utgiver

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

Redaksjonen

www.spondylitten.no
Trine Dahl-Johansen, redaktør
Tlf: 482 53 810 - ikke SMS
spondylitten@spafo.no

Kontaktinformasjon

Medlemskontakt:
Tlf: 400 85 106
E-post: medlem@spafo.no

Likepersontelefonen Spafo hjelper deg:
Tlf: 412 04 200
E-post: spafohjelperdeg@spafo.no

Annonsekontakt

Anita Madshus/A2Media
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: Kowniewpung/Dreamstime

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