

# Spondylitten

Spafo Norges medlemsblad • Nr. 4/2021 • 37. årgang

**Kasteball med psoriasisartritt**  
**Seksuell helse og hjelpemidler**  
**Verstefallstenkning påvirker smerte**  
**Har kosthold betydning for revmatisme?**

For deg med ● Aksial spondyloartritt ● Psoriasisartritt ● Udifferensiert spondyloartritt  
● Reaktiv artritt ● Enteroartritt: Chrons sykdom og Ulcerøs kolitt ● Spondylartropatier hos barn



# I dette nummeret av Spondylitten



Elin deltar i Spafo Norges diagnosefilm om psoriasisartritt. Hun forteller om hvordan hennes pasientreise startet, og den lange veien mot riktig diagnose og behandling. Nå deler hun kunnskap og erfaring for å hjelpe andre. Side 36



Har du nedsatt seksuell funksjon kan du søke om gratis seksualtekniske hjelpemidler fra NAV. Under temaet seksuell helse har vi også snakket med en klinisk farmasøyt om hvilke medisiner som kan være årsaken til manglende sexlyst, eller dårligere seksuell funksjon. En sexolog forteller om det å mangle lyst, og hvordan man kan lokke den fram igjen. Side 20-28



Verstefallstenkning og grubling over egen smerte påvirker hvor vondt du har, samt hvor godt behandlingen din virker. Revmatologiprofessor Hilde Berner Hammer forteller at det også handler om å føle seg hjelpeløs i smertesituasjonen, som at man tror at man aldri vil bli noe bedre. Side 13



Dr. Elena Nikiphorou er ikke i tvil om at kosthold påvirker de med alle typer revmatiske sykdommer, men hun er tydelig på at det er et komplekst felt. Hun mener ernæring spiller en rolle, men at det er som et sammensatt mosaikkbilde. Side 32

- Side 4 Redaktørens hjørne
- Side 5 Mønsteret er likt for menn og kvinner med axSpA
- Side 7 – Vi er langt unna pasientenes helsetjeneste
- Side 9 Rett til permisjon ved syk samboer eller forelder
- Side 10 Spondyloartritt påvirker resultatet ved graviditet
- Side 12 Formidler pasientperspektivet til fagekspertisen
- Side 13 Verstefallstenkning påvirker smerte og behandlingsresultat
- Side 18 Tanker - Det usynlige barnet
- Side 20 Hjelpemidler fra NAV for å bedre seksuell helse
- Side 23 Bivirkninger av medisiner eller sykdommen?
- Side 25 Når sexlysten har gjemt seg...
- Side 29 Røyking og jobben din påvirker nivå av betennelse
- Side 30 Vanskelig å skille ulike typer smerte ved axSpA
- Side 32 Mat og ernæring er mosaikkbiter som må passe
- Side 36 Kasteball mellom leger og behandlere
- Side 38 Slutt å google – støtt deg på pasientfelleskapet
- Side 41 Hudlege og revmatologer samarbeider på Sørlandet
- Side 42 Barrierer for å kunne sette en axSpA-diagnose
- Side 44 Påfyll til kropp og hode på likepersonkurs
- Side 45 Behandlers ordvalg har betydning
- Side 46 Økt bruk av sterke smertestillende med opioider

 **Spafo Norge**  
Spondyloartrittforbundet

**Utgiver**  
Spondyloartrittforbundet Norge  
Postboks 98, Tveita  
0617 Oslo  
Kontor: 1503 40 27207

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

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

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

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

**Layout**  
Nika grafisk / Nikazilla DA  
**Trykkeri**  
Bodoni AS

**Utgivelsesplan i 2022**  
Nr. Dato  
1. 13. mars  
2. 10. juni  
3. 23. september  
4. 09. desember  
ISSN 2464-3629 (online)  
SSN 2464-3599 (trykt utg.)

**Medlemskap**  
Kr. 250,- pr. år vanlig medlem  
Kr. 50,- pr. år familiemedlem

**Forsidefoto**  
Foto: Wavebreakmedia Ltd/  
Dreamstime.com

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