

Spondylitten

Spafo Norges medlemsblad Nr. 1/2026 • 42. årgang



**TARMSCREENING
REDDER LIV**

**BLI BEDRE PÅ
SMERTEHÅNTERING**

**SLANKEMEDISINER
OG REVMATISME**

**VERDENSMESTER I
FUNKSJONELL TRENING**

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

Utgever Spondyloartrittforbundet Norge

Postboks 6633, Etterstad 0607 Oslo
Kontor: 1503 40 27207

Redaksjonen

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

Medlemskontakt

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

Likepersontelefonen Spafo hjelper deg

Tlf: 412 04 200
E-post: spafohjelperdeg@spafo.no

Annonsekontakt

Edda Presse v/Sissel Bjerkeset
Tlf: +47 922 10 891
E-post: sissel@eddapresse.no

Layout og grafisk produksjon

Merkur Grafisk AS

Utgivelsesplan i 2026

Nr. Dato
1. 26. mars
2. 18. juni
3. 24. september
4. 17. desember

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

Medlemskap

Kr. 300,- pr. år vanlig medlem
Kr. 50,- pr. år familiemedlem
Kr. 400,- pr. år firma/organisasjon

Forsidefoto
Foto: Želvytė Leva

Redaksjonen tar ikke ansvar
for innholdet i annonsene.



Innhold



Stine Moen Nilsen er verdensmester i Functional Fitness, tross aksial spondyloartritt. Hun deler sin historie og forteller hvorfor funksjonell trening er noe som passer for alle.

Side 5-7



Kan medisiner mot fedme og diabetes også bedre revmatisk sykdom? Flere ferske studier har vist redusert sykdomsaktivitet ved psoriasisartritt, leddgikt og artrose.

Side 24-25



Spesialfysioterapeut Mathilde Myklebust deler kunnskap om smerte, smertehåndtering, vagusnervens betydning og muligheten for elektronisk stimulering av denne hjernenenerven.

Side 8-11



Noen SpA-diagnoser har høyere risiko for å utvikle tarmkreft. Tarmscreening kan oppdage krefttegn før symptomene oppstår. Levevaner har likevel stor betydning for å minimere risikoen.

Side 30-32

- 4 Redaktørens hjørne
- 5 Verdens mest allsidige toppidrettsutøver
- 8 Hva er egentlig smerte?
- 11 Bli bedre på å mestre smerte
- 16 Vagusnervestimulering med elektrode på øret
- 18 – Psykisk helse er en del av SpA-sykdommen
- 22 Overvektmedisin bedrer leddsykdommer
- 24 Mindre artrosesmerter med slankemedisin
- 26 Fedmemedisin reduserer bruk av smertestillende
- 27 Fastleger kan delegere til sykepleier
- 30 Viktig screening for kreft i tykk- og endetarm
- 32 Kreftisiko ved biologisk behandling
- 33 En sunn livsstil er viktig etter tarmscreening
- 34 Ferske pasientstemmer ble styrket i Brussel
- 38 Senere frikort med ny blåreseptmodell
- 39 Vil inkludere helvetesild i vaksineprogrammet
- 42 Rett til nødvendig helsehjelp gir ikke valgfrihet
- 44 Nasjonal strategi for bedre livskvalitet
- 46 En usynlig kappe