

Protokoll fört med styrelsen för SPF Olofströmsbygden

Dag: Torsdagen den 14 juni 2018

Närvarande: Ingvar Wramsmyr, Sture Prytz, Jarl Jönsson, Bertil Thomasson, Gunilla Wahlgren,  
Nils-Göran Gustafsson, Arne Larsson (adjungerad)

Förhinder: Anitha Fredriksson och Torsten Cairenius

- § 54 Mötets öppnande  
Ordförande öppnade mötet och hälsade alla välkomna.
- § 55 Fastställelse av dagordningen  
Föreslagen dagordning fastställdes.
- § 56 Föregående mötesprotokoll  
Protokoll från föregående möte lades till handlingarna.
- § 57 Medlemsärenden  
Vi har 312 medlemmar och 3 st. har ej betalt medlemsavgiften.  
De som har grupplivförsäkring kommer att kontaktas av förbundet.
- § 58 Ekonomi  
Jarl informerade om den aktuella balansrapporten är 91385 kr och att en prognos för året pekar på ca 75000 kr.
- § 59 Rapport föregående medlemsmöte  
Ett 60 – tal SPF medlemmar hälsades välkomna av Ingvar Wramsmyr till vårt månadsmöte på Golfkrogen i Boa. Innan vi serverades smörrebröd, kaffe och cupcakes kåserade Ingvar om nyttan med att spela golf och om kända golfares äventyr på golfbanan.  
Ann-Marie Mörngård tackade alla för den trevliga vårresan till Sofiero och Danmark.  
Ingvar informerade om SPF:s sommarfest i Mörrums Folkets hus med deltagande av bl.a. Gunnel Carlsson. Anmälan till Jarl Jönsson ([jarl.jonsson@oktv.se](mailto:jarl.jonsson@oktv.se)) och 250 kr till bankgiro 5331-7053.  
Ytterligare info handlade om kommande aktiviteter, som presenteras i vårt höstprogram t.ex. körsång, bokcirkel m.m.  
Dragspelsvirtuosen Arne Larsson underhöll oss med kända låtar ur vår visskatt.  
Ingvar avslutade mötet med att tacka Bettina med personal för god mat och alla mötesdeltagare för den gångna våren.
- § 60 Förberedelse nästa medlemsmöte  
Nästa medlemsmöte Grilleftermiddag vid Södersjön kommer att genomföras enligt program.  
Torsten utsedd till grillmästare. Gunni-Ann Berggren ser till att vi har elektricitet och Gunni-Anne ansvarar för att allt fungerar.
- § 61 KPR/LPR-frågor  
Bertil informerade att kursverksamhet rörande psykisk ohälsa som startas upp till hösten.  
Planering av studiecirkel pågår.  
Vid möten i pensionsrådet bör dagordning skickas ut 14 dagar innan mötet.  
Protokollet bör även komma senast 14 dagar efter mötet.  
Pensionsrådets personal till kommunstyrelsen istället för socialen.

## § 62 Program hösten 2018

Ett stort tack till Gunni-Ann Berggren för arbetet med medlemsutskicket.

Nästa år 2019 skall vi ha programmet årsvis och försöka få sponsorer till våra aktiviteter.

Torsdag 9 augusti Södersjön	Grilleftermiddag 14.00 Samling vid busstationen 13.30 Lars Holm underhåller med 50-talsmusik
Torsdag 23 augusti Hembygdsgården	Månadsmöte kl 14.00 Äldreomsorgschef Ingela Collén "Hur fungerar äldrevården i Olofström?" Gunvor Åsäng underhåller
Torsdag 20 september Hembygdsgården	Månadsmöte kl 14.00 Landshövding Sten Nordin. "Landshövdingen har ordet"
Torsdag 25 oktober Hembygdsgården	Månadsmöte kl 14.00 Mikael Gustavsson visar bildprogram "Nio nationalparker och tre hiskeliga tågresor i USA"
Söndag 4 november Kristianstad	Teaterresa Buss, mat samt musikalen "Singing in the Rain" max 50 platser
Fredag 9 november Jämshögs Gästis	Höstmiddag kl 17.00 Tre Goa Glada Gräbbor underhåller
Torsdag 22 november Hembygdsgården	Månadsmöte kl 14.00 Den sjungande floristen Roland Jonsson sjunger och binder blommor som han lottar ut
Fredag 14 december Mariasalen	Lucia kl 16.00 Musikklassen 8A

Anmälan om deltagande görs senast söndag före mötet till Margit tel. 0454- 41544 eller Bertil tel. 070-644 15 72

## § 63 Social gemenskap (mtrl från Gunni-Ann och Torsten)

Ingvar bildar en arbetsgrupp med Sture, Gunni-Ann, Gunilla och Torsten om åtgärder och konkreta förslag rörande social gemenskap.

## § 64 Geriatrik

### **Sammanfattning av Yngve Gustafssons föreläsning i Mariasalen**

Alzheimers sjukdom är en demenssjukdom där hjäss- och tinningloberna skadas. Denna demenssjukdom står för 60-70% av alla demenssjukdomar. Alzheimervirus har visat sig finnas i hjärncellerna hos många av oss. Hos en del utlöses sjukdomen av dessa. Hos andra vilar de där hela livet utan att utlösa sjukdomen. Viruset har samma funktion som bältrosvirus som de av oss som haft vattkoppor bär på och som kan utlösa bältros senare i

livet. Vid Alzheimers sjukdom har också våra gener betydelse för att sjukdomen utvecklas. Nu finns forskning som förväntas påverka den virusutlösta Alzheimers sjukdom framöver!

I genomsnitt skulle vi bli 115 år, men vi har ”schabblat” bort ca 10-15 år med vår vår livsstil. Kroppen utvecklas fram till 19-20 år. Därefter avtar kroppens funktioner. När vi blir riktigt gamla kan vi jämföras med ett neonatalt barn. Vi är då lika ömtåliga. Risken att bli sjuk är störst när man träffar en läkare menar Yngve! Då riskerar vi att ordineras olämpliga läkemedel! För att bli gammal bör vi välja rätt föräldrar! Generna kan få oss att leva ca 40 år längre än andra! Vi blir olika när vi blir äldre. Vi kan inte behandlas som en grupp utan som individer! Svårigheten för sjukvården är att behandla alla som individer!

Varning för Morfinplåster! Risk för att tappa aptiten, mage-och tarm påverkas. Vi dör av detta! Hälften av alla över 80 får läkemedel som gör dem sämre att köra. Ofta är det beroende på sk olämpliga läkemedel! Vid 90 år har hjärtkapaciteten minskat med 50% och lungkapaciteten är också hälften så stor som tidigare. Vid äldre ålder har man undertemperatur. Temperaturen går ej att jämföra med yngre människors temperatur. Ingen mening med att ta temperatur och fråga efter feber vid insjuknande alltså.

Gamla människor har försvagat immunförsvar. Därför väsentligt med vaccination, andningsgymnastik och god nutrition. TBC ökar bland äldre. Njurarnas åldrande gör att dosen läkemedel bör halveras för att kunna utsöndras korrekt. Alvedon Brus ska undvikas och ersättas av Alvedon pga. risken för hjärtsvikt då vätska samlas i kroppen av brus-tabletten.

Felnäring är en risk för gamla. Äldre behöver tillgodogöra sig mer protein än tidigare och fördela dessa över dygnet. 75000 svälter ihjäl i Sverige idag! De som var lite trinda från början riskerar att svälta. Musklerna bryts ner vid svält. Svårt att röra sig och stå på benen. TBC blossar upp vid dålig nutrition då immunförsvaret blir sämre. Urinvägsinfektioner kommer vid nedsatt nutrition. Symtom vid urinvägsinfektion är inte som hos yngre feber. Risker vid urinvägsinfektion är inflammation i hjärnan, depression och demens. Depression försvagar immunförsvaret, demensutveckling påskyndas och risken för cancer ökar. Depression är en högrisksjukdom! Väsentligt att landstingen har vård vid psykisk ohälsa hos äldre för att fånga upp detta. Att förebygga depression, urinvägsinfektion och förstoppning är centralt.

Gånghastigheten visar hur gamla vi är. Vid ½ meter/ sekund föreligger risk! Hjärtrubbningar är risk vid användning av antidepressiva läkemedel. Kolla EKG först! 40 % på äldreboende får antidepressiva som inte har någon effekt. De gamla dör istället! Vid 95 år har vi låg dopaminhalt. Denna patientgrupp ska ej ha Parkinsonläkemedel som sänker dopaminhalten i hjärnan. Acetylkolin i hjärnan är viktigt för minnet. Det blir lägre vid stigande ålder. Läkemedel som hämmar acetylkolin är olämpligt. Får ej skrivas ut! Frisk glömska är normalt! Att glömma namn osv. De kommer ju ofta farande i hjärnan efter en stund! Magsjuka och vätskebrist är allvarligt när du är äldre. Se till att få tillräckligt med vätska. Nattfasta får vara max.11 timmar.

Vikten av att få rätt läkemedel och rätt DOS kan inte nog poängteras! Använd er av EES systemet som finns på Apoteken för att kolla era läkemedel, matcha alla era läkemedel. Kolla särskilt DOS och ev. OLÄMPLIGA LÄKEMEDEL!

§ 65 Samspel

Bertil informerade om SIP= Samordnad individuell planering.

- Fokus är att undvika återinläggning på sjukhus.
- Individen ska vårdas på rätt nivå med hög säkerhet samt en god kommunikation såväl med individen, närstående som mellan vårdgivare.
- Syftet med samspel är att utgå från individens perspektiv.
- Att skapa kontinuitet och sammanhang i vård och omsorgskedjan.
- Att övergången mellan vårdgivaren inte skall märkas av individen eller närstående.
- Länsövergripande mellan kommunerna och landstinget.
- Genom samverkan hitta gemensamt arbetssätt för länet.
- Säker utskrivning är ett mål.
- Nytt är att tre parter måste vara aktiva i samverkan (sluten vård, primärvård och kommunen)

§ 66 Nya medlemmar (mtrl från Torsten)

Bordlades till nästa styrelsemöte.

§ 67 General Data Protection Regulation (GDPR)

Ny lag som ersätter PUL. Dina personuppgifter behandlas enligt lagen på ett säkert sätt och värnar din integritet. T.ex. bilder måste godkännas av de medlemmar som är på bild innan vi kan publicera dem på hemsida eller i andra sociala medier

Vid frågor kontakta SPF Seniorerna Blekingedistrikt

§ 68 Övriga frågor

Inbjudan från IOGT-NTO om Junis. Vi tackar för förfrågan men avböjer erbjudandet.

Vi upplåter vår lokal till medlemsaktiviteter gratis men för annat ändamål en hyresavgift 200 kr.

Från kommunens seniorkonsulent inbjuds vi till seniormässa den 13/10.

Helgkaffe på Brännaregården den 15/9 och Ekdungen 27/10. Båda startar 14.30.

§ 69 Nästa styrelsemöte

Nästa styrelsemöte den 16 augusti.

§70 Mötets avslutning.

Ordförande tackade för visat intresse och avslutade mötet.

Vid protokollet

Justeras

Nils-Göran Gustafsson  
Sekreterare

Ingvar Wramsmyr  
Ordförande