

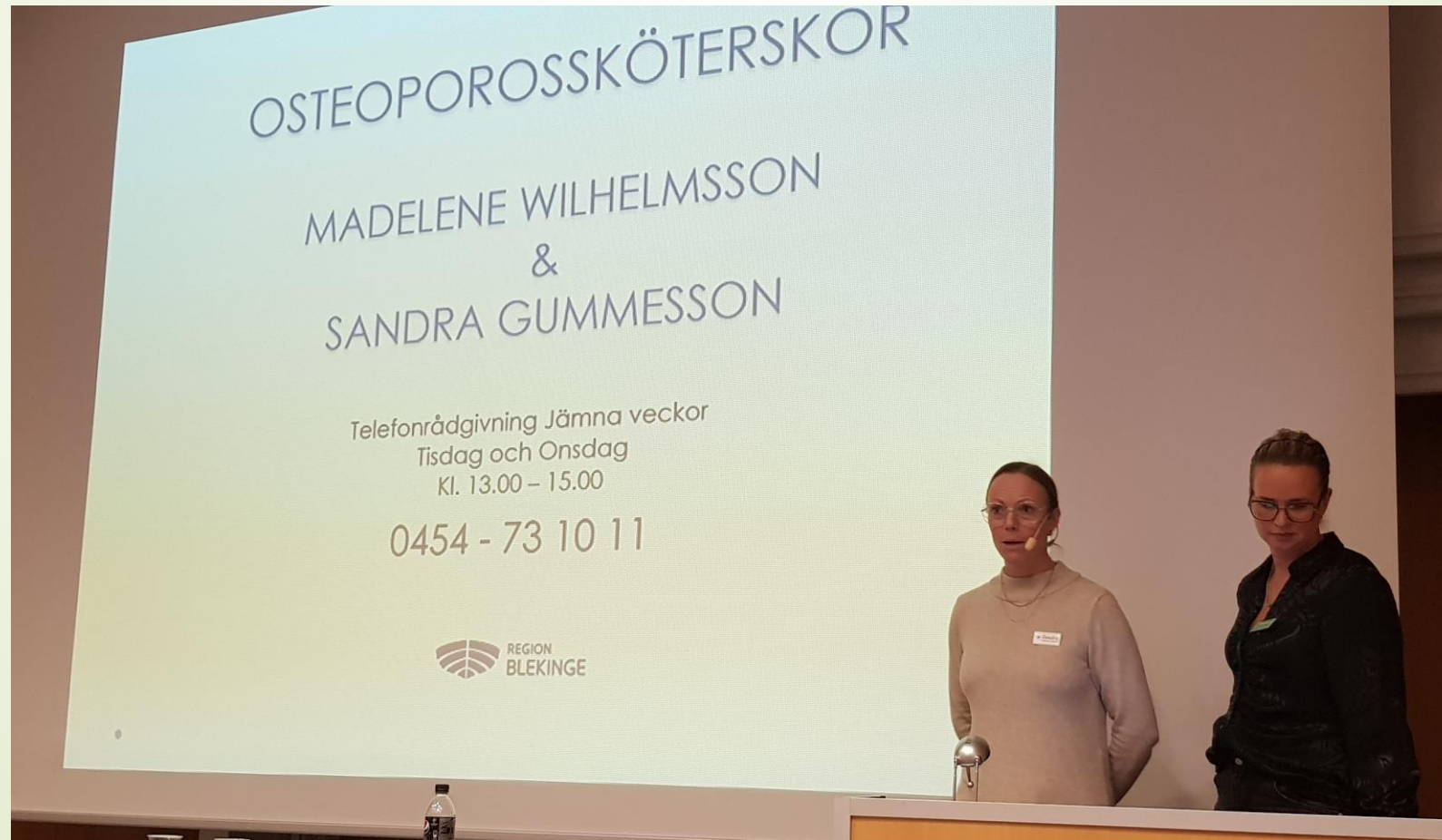
Temadag. Osteoporos benskörhet

Tisdag den 28 november samlades ett 60-tal SPF´are från Blekingedistriktet i aulan på Soft Center för information om osteoporos. Den vanligaste folksjukdomen i norden efter stroke!

Eva hälsar alla välkomna till dagens evenemang och till dagens första presentatörer osteoporosköterskorna Madelene Wilhelmsson och Sandra Gummesson från Region Blekinge.



Vid behov av information kan man kontakta Madelene och Sandra jämna veckor tis- och onsdagar kl 13 - 15.00 på tel nr 0454 – 73 10 11.



Tack så jättemycket för nyttig och bra information!
Tänk att osteoporos är vår näst vanligaste sjukdom
och så kan man knappt stava till den! Vi har lärt oss
mycket denna dag! Håll utkik efter en refuserad
presentation framöver från Madelene och Sandra!



Här presenteras dagens nästa presentatör sjukgymnast Maria Persson, Region Blekinge.



Maria visade sig vara en riktig farthållare som satte fart på oss alla i aulan! Det är inte bra med för mycket stillasittande utan upp och hoppa minst en gång i timmen!



Balans är viktigt! Bra att ha något att hålla sig i!




Man skall ha det roligt också! En kvart om dagen eller gärna lite till räcker långt!



Tack Maria! Huvudbudskapet är: Rör på dig!
Alla övningar stora som små räknas!





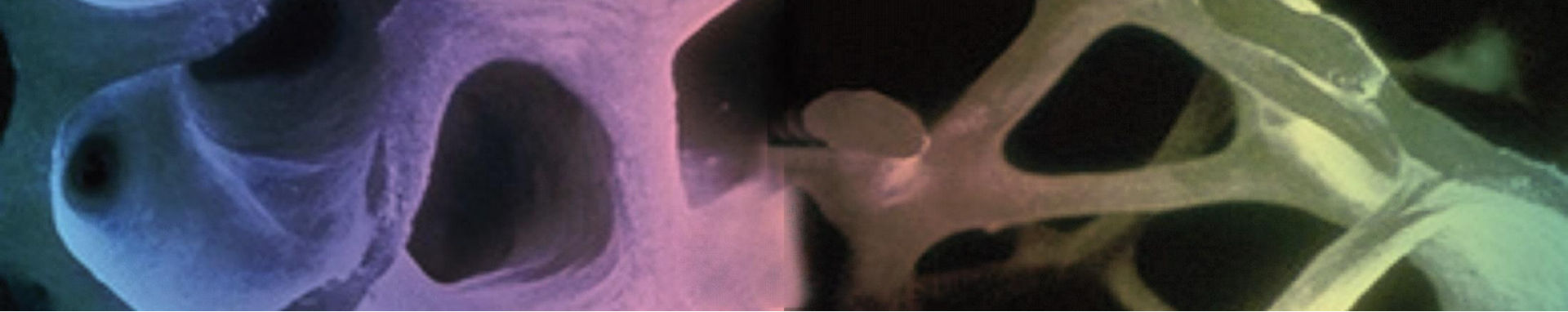
Nu till den sanna verkligheten. Tre damer (ej i bild) med diagnos osteoporos berättade med inlevelse hur de upptäckt sjukdomen, vilken kamp man kan ha med sjukdomen och kanske framförallt med primärvården där kunskap om sjukdomen varierar. Det gäller att vara framåt och söka kunskap själv och yrka på vård, rätt medicin, kostnader mm. Här har Osteoporosförbundet en viktig funktion med att bearbeta politiker i regionerna så att sjukdomen verkligen tas på allvar. I Sverige drabbas 50 % kvinnor och 25 % män av sjukdomen. Alla fall är säkerligen inte heller diagnostiserade.

Osteoporosförbundet representerades av sjuksköterskan Ulla Henriksson, själv diagnostiserad med sjukdomen. Hon vet verkligen vad hon talar om! Se bilagan om förbundet sist i reportaget!



Evas hjärtliga tack till Ulla avslutade denna temadag!



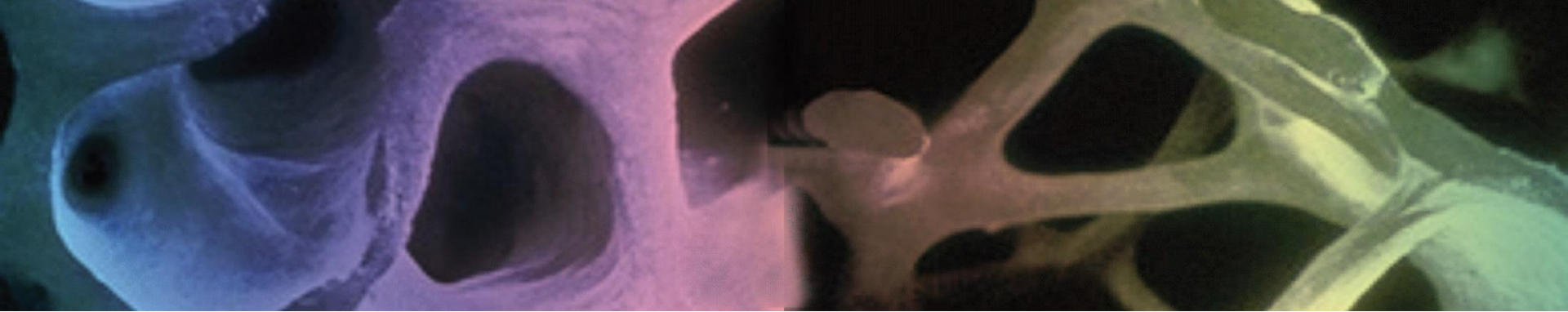


ÄR DU BENSKÖR?

VI FINNS TILL FÖR DIG.



OSTEOPOROS
FÖRBUNDET



Osteoporosförbundet

är en rikstäckande, ideell organisation för personer med benskörhet/osteoporos, deras anhöriga och andra med intresse och engagemang för sjukdomen.

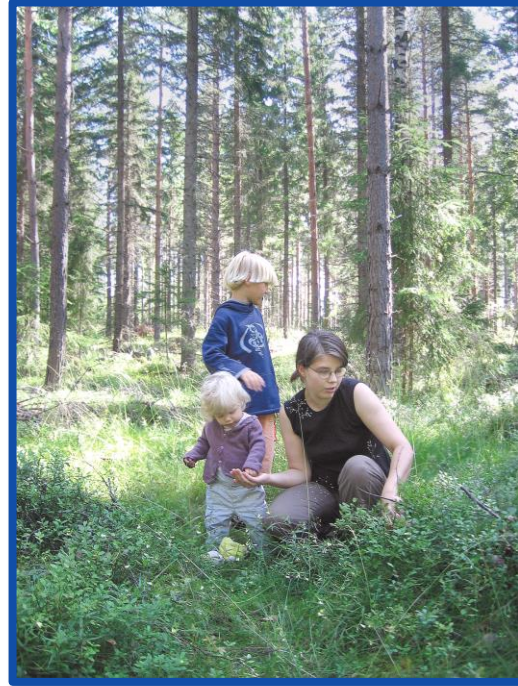




Osteoporos ska bli en känd sjukdom.
Osteoporotiker ska få en korrekt diagnos och adekvat vård.
De med lågenergifraktur ska bentäthetsmätas
med DXA i ländrygg och höft.
Osteoporos ska förebyggas.
Ojämligheten i osteoporosvården ska utraderas.



**OSTEOPOROS
FÖRBUNDET**



Osteoporosförbundet främsta uppgift är osteoporotikers väl, för att fånga intresse och kunskapsinhämtande samt för att åstadkomma erfarenhetsutbyte arrangeras livscaféer, events och föreläsningar om den kroniska sjukdomen.



**OSTEOPOROS
FÖRBUNDET**

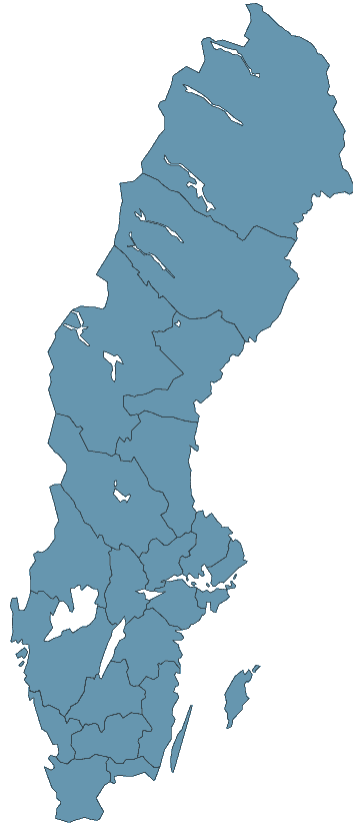


Osteoporosförbundet bevakar för osteoporotiker angelägna frågor och uppvaktar samt informerar politiker, andra beslutsfattare och professionen kontinuerligt.

Förbundet prioriterar frakturkedjor och etablerandet av osteoporoskolor.



Som medlem stöder du
Osteoporosförbundets viktiga arbete,
samt får vår medlemstidning OsteoporosNytt 4ggr/år,
och du kan delta i olika lokala aktiviteter och möten.



Osteoporosförbundet är den enda patientorganisation som satsar sina resurser på diagnosen osteoporos. Vi har drygt 2100 medlemmar och 20 osteoporosföreningar. 2016 bildas den sista föreningen i Kalmar län!

Kent-Inge



Vid 46 år: första kotkompressionen
("oj, kan ryggen gå av").

Flera kotkompressioner; ett revben gick av.

Åtta år efter den första kotkompressionen,
konstaterades benskörhet. Då hade jag förlorat 12 cm i
längd.

Svårt att sitta och svårt att stå. 20 min stående, 20 min
liggande, 20 min sittande och så vidare.

"Jag arbetar hemifrån."

**Cirka 500 000 personer i Sverige
beräknas vara bensköra.**

50 % av alla svenska kvinnor
25 % av alla svenska män
över 55 år kommer att råka ut för en
osteoporosfraktur.

Totala kostnader för samhället:
13 miljarder kronor per år.

Benskörhetsfrakturer i Sverige

<i>Fraktur</i>	<i>Antal/år</i>
Handled	25 000
Kotkropp	15 000
Höft	18 000
Totalt	80 000



Möt oss på nätet



facebook



Hemsida

www.osteoporos.org

4 nummer
per år

