



# Bekhterever'n

Nr. 1 / 2013 • 29. årgang



**Bekhtereveren  
Jens Stoltenberg**

**Endringer  
i særfradrag  
på skatten**

**Badstue som  
smertelindring**

**Biotilsvarende  
legemidler**

# I dette nummeret av Bekhterever'n



Jens Stoltenberg er bekhterever, men først og fremst politiker. Som godt voksen har han endelig blitt glad i å trene, men det kan være en utfordring når det ikke bare er han selv som bestemmer dagsplanen. Side 06



Ordningen med særfradrag på skatten er i ferd med å fases ut og det er flere ting som endres. Utregningen av strømavgifter er annerledes, samt at transportavgifter ikke lenger regnes som en meravgift. Side 16



Mange bekhterevere mener de føler seg bedre ved å sitte i badstue. Vi har sett på noen ulike badstutyper og har møtt en bekhterever i dampen i Finnmark. Side 24



Nå går snart patenttiden ut på en del av dagens biologiske medisiner. Vil behandling med et biotilsvarende legemiddel være like trygt og ha like god effekt? Side 34

- Side 4 Redaktørens hjørne
- Side 5 Nytt fra Bekhterev Norge
- Side 6 Jens Stoltenberg:  
Bekhterever, men først og fremst politiker
- Side 14 Bassengtrening utenfor egen stuedør
- Side 16 Endringer i særfradrag for store sykdomsutgifter
- Side 22 Hverdagsbekhterever'n:  
– Må aldri legge inn årene!
- Side 24 En bekhterever i dampen
- Side 26 Vadsø ble en badstuby
- Side 28 – Infrarød badstue er viktigere enn trening!
- Side 29 Smertelindring med badstubad
- Side 30 – En helt annen badstuopplevelse
- Side 31 Infrarød badstue utgjør ingen helsefare
- Side 31 Bekhterevernes egne erfaringer med badstue
- Side 32 Tilrettelegging av studier
- Side 34 Biotilsvarende legemidler – er det trygt?
- Side 35 Målrettet behandling av spondylartritter er viktig
- Side 36 Det søte liv
- Side 37 Hjerter
- Side 38 Hold deg i form: Trening ute og inne
- Side 40 Oversikt over bekhterevforeninger
- Side 42 Kort og godt
- Side 44 Fristelser: Burgere med følge

**Utgiver:**  
Bekhterevforeningen Oslo og omegn  
Postboks 2653 Solli  
0203 Oslo  
ISSN 0881-3349

**Kontonummer:**  
1602.48.39080

**Kontaktinformasjon:**  
**Telefon:** 482 53 810  
redaksjon@bekhterevern.no  
www.bekhterevern.no

**Redaktør:**  
Trine Dahl-Johansen

**Redaksjonssekretær:**  
Tone Rossly

**Redaksjonsmedarbeider:**  
Kari Ch. Nyhus

**E-post:**  
"fornavn"@bekhterevern.no

**Annonskontakt:**  
annonse@bekhterevern.no  
Tlf. 22 18 12 60 / 952 76 433

**Abonnement:**  
**Telefon:** 412 04 200  
abonment@bekhterevern.no

**Layout:** Nika grafikk

**Trykkeri:** 07 Gruppen AS

**Utgivelsesplan i 2013**

- | Nr. | Dato          |
|-----|---------------|
| 1.  | 15. mars      |
| 2.  | 07. juni      |
| 3.  | 27. september |
| 4.  | 06. desember  |

**Abonnementsavgift:**  
Kr. 200,- pr. år.  
Tidligere utgivelser selges for kr. 60,- pr. nr. inkl. porto.

**Forsidefoto:**  
Håkon Mosvold Larsen/NTB scanpix

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

