



Bekhterever'n

Nr. 3 / 2012 • 28. årgang



Mødregrupper
Biologisk medisin
Behandlingsreiser til utlandet
Bekhterever ble kajakkmester

I dette nummeret av Bekhterever'n



Å være revmatiker og småbarnsmor kan by på mange utfordringer. I Bergen har de en egen mødregruppe, hvor likesinnede kan utveksle erfaringer, tips og gi råd. Side 8



Det skjer stadig utvikling på medisinfronten. Nå kan en biologisk medisin oppbevares utenfor kjøleskap og en annen er godkjent for bruk til tross for manglende røntgenfunn. Side 13



Tina Grønberg ble kajakkmeister i Danmark, til tross for Bekhterevs sykdom. Les hennes inspirerende historie på side 18.



Vi har møtt en bekhterever på sin første behandlingsreise til utlandet, etter 29 år med sykdommen. Vi har også snakket med en veteran, som mer enn noen gang trengte et slikt fire ukers opphold. Side 22

- Side 4 Redaktørens hjørne
- Side 5 Nytt fra Bekhterev Norge
- Side 6 Når bekhterevryggen stivner
- Side 8 Mødregruppene vet hvor skoen trykker
- Side 9 Tanker: Mammalykke
- Side 11 Liten effekt av gradert sykmelding
- Side 12 Gradert sykemelding gir kortere fravær
- Side 13 Biologisk medisin kan gis uten røntgenforandringer
- Side 15 Biologisk medisin kan lagres i romtemperatur
- Side 16 Biologiske medisiner og operasjon
- Side 16 Biologiske medisiner på topp i bivirkningslister
- Side 17 Oppmerksomhetstrening gir mindre stress
- Side 18 Hverdagsbekhterever'n: Bekhterever ble kajakkmeister
- Side 20 – Skuffende at regjeringen dropper NAV-ombud
- Side 21 Smilet starter inni hodet!
- Side 22 Førstegangsreisende etter 29 år med bekhterev
- Side 24 Fant sin egen rytme og indre balanse
- Side 27 Tidligere diagnostisering krever flere revmatologer
- Side 28 Hold deg i form! Gode strekkøvelser for å motvirke tilstivnet rygg
- Side 30 Høye doser med nyttig fett må til
- Side 32 Biomarkører kan avgjøre behandlingsform
- Side 34 Nytt pasientverktøy plasserer pasienten i sentrum
- Side 34 Tre ukers rehabilitering er et viktig supplement
- Side 35 Mindre røntgenforandringer med NSAIDs
- Side 35 Bekhterevs sykdom og seksualitet
- Side 36 Det gjør ikke bare fysisk vondt
- Side 38 Delta på bekhterevkonferanse via nett-tv!
- Side 39 Energimat – forleng sommerenergien
- Side 40 Oversikt over bekhterevforeninger
- Side 42 Kort og godt
- Side 44 Fristelser: Lettvint høstmat for den travle

Utgiver:
Oslo Bekhterevforening
Postboks 2653 Solli
0203 Oslo
ISSN 0881-3349

Kontonummer:
1602.48.39080

Kontaktinformasjon:
Telefon: 482 53 810
Telefaks: 22 55 86 00
redaksjon@bekhterevern.no
www.bekhterevern.no

Redaktør:
Trine Dahl-Johansen

Redaksjonssekretær:
Tone Rossly

Redaksjonsmedarbeidere:
Kari Ch. Nyhus

E-post:
"fornavn"@bekhterevern.no

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

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

Layout: Nika grafisk

Trykkeri: 07 Gruppen AS

Utgivelsesplan i 2012

- | Nr. | Dato |
|-----|---------------|
| 1. | 16. mars |
| 2. | 08. juni |
| 3. | 28. september |
| 4. | 10. desember |

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

Forsidefoto:
Yuri Arcurs / Dreamstime.com

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

