

Det här verket har digitaliserats vid Göteborgs universitetsbibliotek.  
Alla tryckta texter är OCR-tolkade till maskinläsbar text. Det betyder att du kan söka och kopiera texten från dokumentet. Vissa äldre dokument med dåligt tryck kan vara svåra att OCR-tolka korrekt vilket medför att den OCR-tolkade texten kan innehålla fel och därför bör man visuellt jämföra med verkets bilder för att avgöra vad som är riktigt.

This work has been digitised at Gothenburg University Library.  
All printed texts have been OCR-processed and converted to machine readable text.  
This means that you can search and copy text from the document. Some early printed books are hard to OCR-process correctly and the text may contain errors, so one should always visually compare it with the images to determine what is correct.



# Status

10  
1984

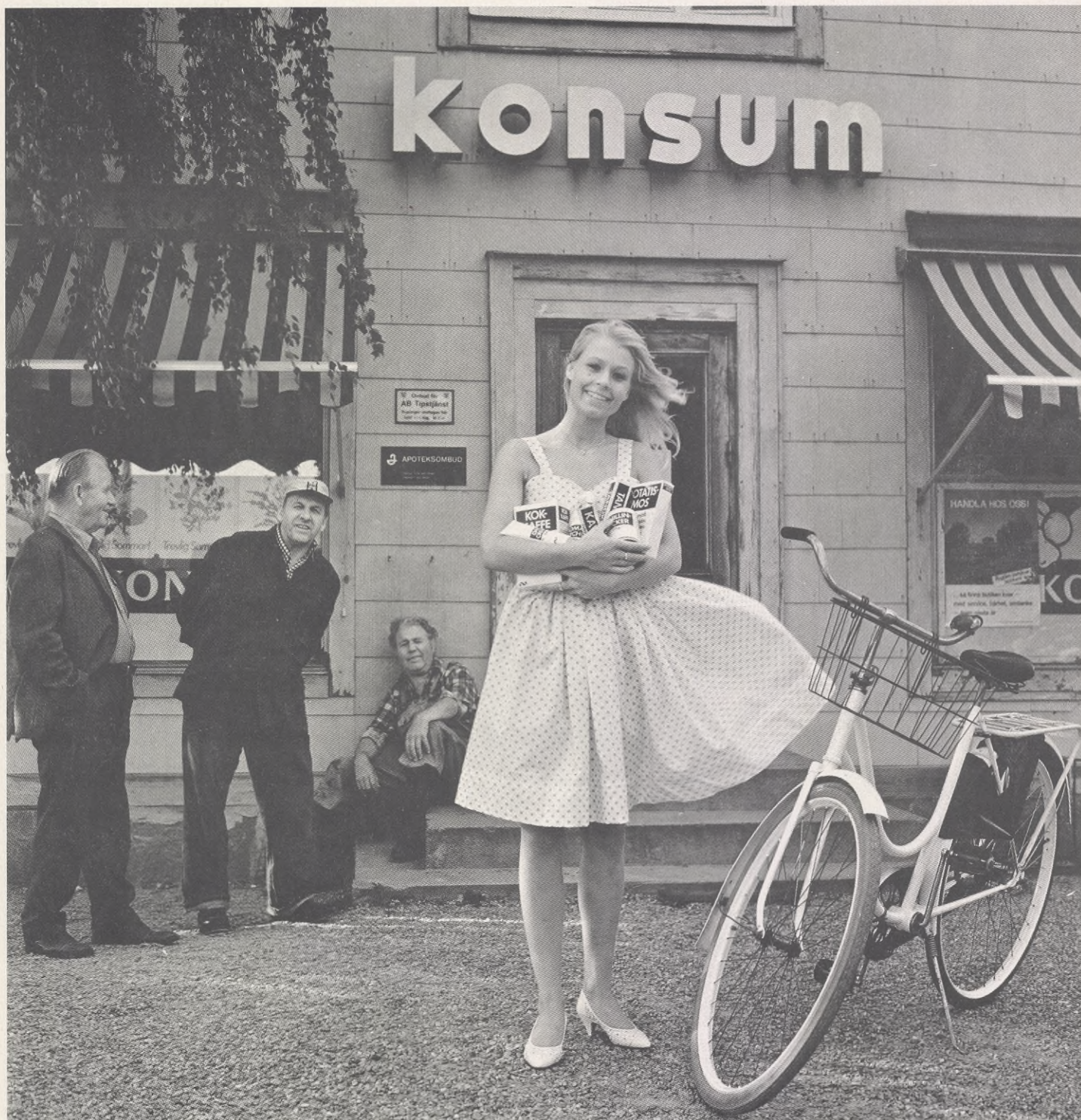


Organ för Riksförbundet för hjärt- och lungsjuka





# NÄR KLOKHETEN KOM TILL BYN.



Svea

Blåvitt hittar du i stora OBS och Domus liksom i den lilla Konsumbutiken mitt i byn. Massor av bra produkter till ständigt lågt pris. Och i år är det fem år sen klokheten kom till byn. Då kom Blåvitt. Och för många bybor och semesterfirare är Blåvitt det klokaste som finns.

För mer än vad Blåvitt kostar, behöver bra kvalitet inte kosta. Eller vad tycker du?

Klokt handlat. Blåvitt.

**BLÅVITT 5 ÅR**

 **BLÅVITT FINNS I KONSUM.**



Organ för Riksförbundet  
för hjärt- och lungsjuka

nr **10** dec 1984 årgång 47

Ansvarig utgivare:

Bo Martinsson

Redaktör: Gunilla Lockne

Förbundskansli:

Hornsbruksgatan 28  
Postadress: Box 9090  
102 72 Stockholm  
Telefon: 08-69 09 60  
Postgiro: 9000 11-8

Tryckeri:

Kringel-Offset, Södertälje

Prenumerationspris:

Helår 55:–

Produktionsplan 1985

Nr	Manus- stopp	Annon- stopp	Distri- bution
1	10 dec	10 dec	15 jan
2	10 jan	10 jan	10 feb
3	10 feb	10 feb	10 mars
4	10 mars	10 mars	10 april

Annonspriser:

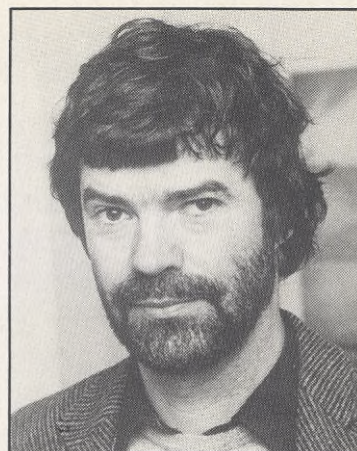
För uppgifter om annonspriser  
kontakta förbundskansliet,  
Bengt Dahlström,  
tel 08-69 09 60.

Omslagsteckning:

Hans Nilsson

TS-kontrollerad upplaga

Bo Månsson:



## Julklappar

Så här inför jul och inför ett nytt år händer det att jag då och då filosoferar över om det är roligast att få ge eller ta emot julklappar och nyårsgåvor.

Känslan av att tänka ut vad den och den kan tänkas vilja ha ger stimulans, liksom nyfikenheten över vad den eller den tänker ge mig. Jag kan för mitt inre se hur mina käras anleten, på jul- och nyårsafton, speglar innehållet i min present, liksom mitt speglar mina känslor. Att få överraska och att bli överraskad är härligt.

Om jag skulle tvingas att välja mellan att få ge eller att få ta emot, skulle jag förmodligen välja att få ge och då skulle jag kunna tänka mig att ge följande julklappar eller nyårsprenter:

*till Dig* som är medlem i RHL skulle jag vilja ge ett brunt paket med en björn på utsidan. Det skall innehålla ett målsättningsprogram som jag hoppas skall tillfredsställa Dig, så att Du tycker att det är väl värt att kämpa för och att se till att innehållet blir verklig-  
het.

*till lokalföreningarna och centralorganisationerna* skulle jag vilja ge ett vitt paket med gubbar, gummor och hjärtan på. Det paketet innehåller friskvårdsaktiviteter och kan delas upp i flera så att varje föreningsaktivitet regelbundet får sin del. Varje möte blir således fullt av motionerande gubbar och gummor, kakfatet blir utbytt mot ett fruktfat och rökningen minskar.

*till förbundet* skulle jag vilja ge ett jättestort paket. Ett paket fullt av information som gjorde att vi ännu bättre skulle kunna nå ut till allmänheten om hur det är att vara hjärt-, kärl- eller lungsjuk. Vars innehåll skulle stimulera till och informera om olika engagemang och som skulle förmå våra medlemmar att själva mera aktivera förbundet.

*till HCK* skulle jag vilja ge ett kompakt paket som koncentrerade hela handikapprörelsens vilja att öka vårt inflytande inom hälso- och sjukvården. Ett paket som gör det möjligt för oss som patienter, att med vår erfarenhet, bli betraktade som en naturlig samarbets- och samverkanspartner.

*till Socialstyrelsen och Socialdepartementet* skulle jag vilja ge ett rött och ett blått paket, som ger ökade och bättre kunskaper om våra eftervårdsprogram, och insikt om att våra program på ett effektivt och billigt sätt faktiskt ger hjärt-, kärl- och lungsjuka en större möjlighet att leva ett rikare liv.

Hoppas mina julklappar blir väl mottagna!

Ha en GOD JUL, ETT GOTT NYTT ÅR och LEVVÄL!



# TV-program om de gamla

Ett TV-program om livet på sanatorierna, *Dödens väntrum – fattigmansuniversitetet*, kommer att sändas i TV 1 den 25 december kl 22. Författaren Sven O Bergkvist som deltagit i arbetet med programmet ger i denna artikel en bakgrund.

Det är inte många som i dag tänker på att tuberkulosen bara för några decennier sedan var vår stora folksjukdom och att sanatorierna utgjorde mycket viktiga institutioner. I dag är många av anläggningarna bortblåsta för den nya tidens vindar – de har blivit munsbitar för grävskopor och traktorer. En del finns kvar och fungerar som hälsöhem, alkoholistanstalter, långvårdskliniker, vandrarhem etc etc.

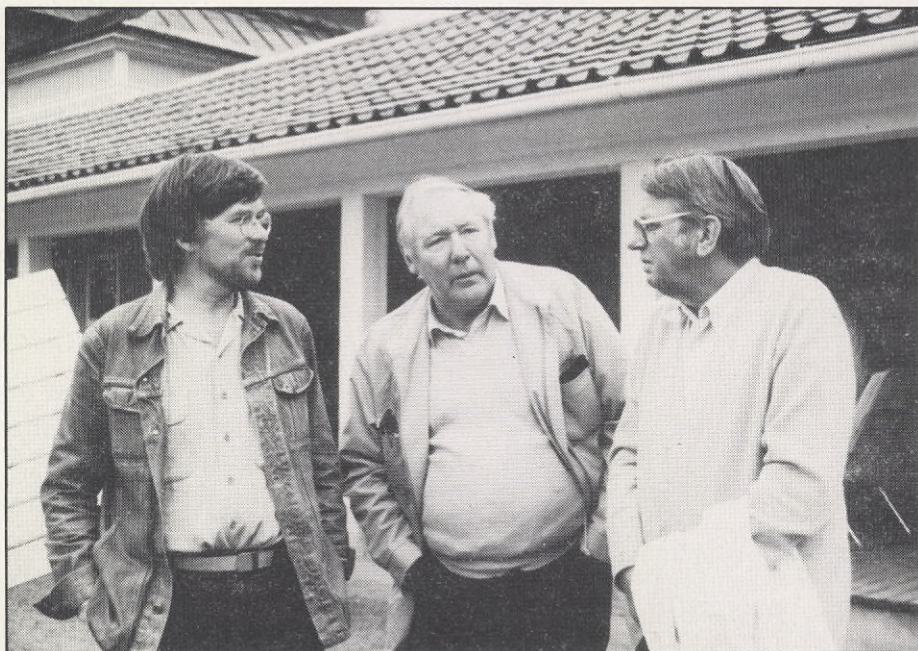
Sanatorierna gjorde sej själva överflödiga under 50-talet – och det är naturligtvis inte att beklaga: det var ju det som var meningen när man vid sekelskiftet startade något av en folkrorelse för att få bukt på den förhatliga TBCn. De gamla sanatorierna är ingenting att sörja, men de hör intimt samman med våra sociala och kulturella utvecklingsskeden. Därför är de värda att minnas innan allt för evigt är glömt.

Det här var bakgrunden till att fak-taredaktionen på TV 1 klubbade genom programplaner som gick ut på att rekonstruera och återskapa det gamla sanatorielivet – så gott det nu är möjligt. Jag ingick i det TV-team som började jobba med ämnet i augusti 1984. Producent var Hans O Sjöström och kamera och ljud sköttes av Bengt Lindström respektive Jonny Ljungberg.

## Nu hälsöhem

Österåsens sanatorium en knapp mil från Sollefteå i Ångermanland är fortfarande tämligen intakt och fick inte minst därför utgöra vårt högkvarter. I dag är det hälsöhem och många kommer hit för att banta. Det var annat när jag var patient – då gällde det "att äta upp sej". Det säger, bara det, en del om tidens gång...

Den slingrande vägen upp till sanatoriet är som förr – som på 40- och 50-



*Producenten Hans O Sjöström samtalar med Sven O Bergkvist och Lars Widding – båda gamla Österåspatienter – kring inspelningen av TV-programmet om de gamla sanatorierna.*

talen när jag var här på Österåsen, som sk lungсотare. Utsikten är densamma: skogklädda höjder som slutar ner mot dalgångarna, med några kåkar här och där, och mot den fram-brytande älven med sina grönskande nipor.

Vägen till sanatoriet var för oss en oviss väg – även för den som återkom den ena gången efter den andra. Hur skulle det gå den här gången? Skulle man klara ännu en period och återvända till livet och världen därute – eller var det fråga om sista resan? Nog kände man spänning och pirrande oro. Man visste så lite vad som väntade bakom det vita slottets murar...

För som slott och herresäten låg de där, dessa sanatorier. Avskilda från världen utgjorde de alldeles speciella små samhällen som hade sin egen uppbyggnad, sina egna rutiner, sina egna regler och värderingar. Sanatoriemiljön var på många vis en fascinerande värld som det var lätt att bli trolldunden av. Här fanns ofta en trygghet nära döden. Utanför fanns främlingskapets otrygghet, smitträds-lans hyresvärdar och arbetsköpare. Många lungсотare var räddare för världen därutanför än för det dödens väntrum som sanatorierna ju faktiskt utgjorde.

Dödens väntrum – det var ett faktum för många. Men för många blev sanatoriet också ett andra hem – och

kanske det enda. Och för åtskilliga något av ett universitet – ett fattigfolks universitet. Sanatorietiderna var ofta långa, ibland upp till flera år, och här fick man tid att tänka och fundera.

## Inkörsport till kultur

Många började studera och för åtskilliga var sanatoriet en inkörsport till kulturen. Här läste åtskilliga för första gången en bok, deltog i en studiecirkel, lärde demokrati i patientföreningen. Många började skriva och måla eller ägna sej åt andra konstnärliga sysselsättningar som de sedan fortsatte med när de kom ut i världen och den "rikiga" verkligheten. Tuberkulos drabbade alla samhällsklasser men var framför allt ett fattigfolkets sjukdom. Det var väl därför logiskt att den också blev arbetarförfattarnas. Här kan många namn nämnas. Jan Fridégard, Harry Martinson, Josef Kjellgren, Ivar Lo-Johansson, Birger Vikström – för att nu bara nämna några.

Just Österåsen blev en oas för skapande verksamheter och inte bara jag själv kan vittna om sanatoriets betydelse såtillvida. Flera av dem vi intervjuade sa ungefär samma sak: Lasse Widding, Erik Ransemar fann sanatoriet som inspirationskälla för skrivandet, Torsten Renqvist, Gun Kessle



# sanatorierna

och andra bildkonstnärer fann här underlag som tecknare och målare.

Den andliga atmosfären på Österåsen var eggande och stimulerande, framhöll Josef Kjellgren i ett nummer av Vi och ni, sanatoriets egen förnämliga tidsskrift och föregångare till Status. Konstnären Stig Åkervall beskriver Österåsen som en konstnärskoloni. Att komma till Österåsen var för en konstnär att kunna fortsätta att måla så långt krafterna räckte. Här kunde man uppehålla en levande kontakt med konsten och finna förståelse från läkarnas sida. Saknade man material till stilleben gick man ner till den legendariska överläkaren Helge Dahlstedts bostad och valde ut de föremål man ville ha. Det arbetades överallt, vare sej man nu var författare, målare eller musiker. En del arbetade i bokbinderiet eller i terapilokalen. Den lungsjuke tandläkaren tog med sej sin tandläkarstol och lagade medpatienternas tänder... Allt detta ingick i läkedomens filosofi – vad experterna än kan ha att anföra i det sammanhanget. Det är klart att det verkade stimulerande både på livsmodet och de läkande krafterna, menade Åkervall. Nestorn bland sotarna, Sven Vallmark, är ett levande exempel på den saken. När han var som allra sjukast tog han upp sina studier i ryska och blev sedan en av våra stora bevakare av sovjetiska händelser i radion, samtidigt som han översatte kända ryska författare.

## Olika typer

Men man ska inte generalisera och sanatoriebilderna var alls inte enhetliga. Sanatoriet var på sitt vis en klassfråga – det kommer också att framgå av vårt TV-program. Lägst i status stod bygdesanatoriet, där det som regel inte fanns någon utbildad sanatorieläkare och där det verkligen var si och så med vården. Här kan man mera konkret tala om "dödens väntrum". Eller om "avstjälpningsplats" – som det också hette. Nästa steg var länssanatoriet. Där fanns utbildade sanatorieläkare och där kunde man få viss medicinsk och kirurgisk behandling som tex "gas". Tredje steget var jubileumsanatorierna, där man kunde bo enskilt, halv enskilt eller på sal. Här fick man behandling av specialister utifrån senaste rön och metoder. Mediciner som "Pas" och "Strepto" kom som regel snabbast dit och hjälpte inte det skickades man på "revbening". Fjär-

*Sven Vallmark, "lungsotarnestorn", har mycket att "ösa ur" från gamla sanatorietider.*



*Lars Widding berättar om en "klöverhistoria" utanför en balkong där han stod och frös trekvart för att inte upptäckas.*



de steget var privatsanatoriet, där man försökte förena god behandling med personlig service och där patient to m kunde ha sin betjänt i ett intilliggande rum. Men efter hand, på 40- och 50-talen, demokratiserades sanatorieförmerna successivt och gränserna luckrades upp. Men nog var det penningen som länge avgjorde var man hamnade. Ekonomiska förutsättningar avgjorde det livsviktiga valet.

Det var hård disciplin på de gamla sanatorierna och patienterna hade många regler att följa. Men också så tillvida var det en klassfråga. Var man patient på privatsanatorium – eller bodde på enskilt på andra större sanatorier – hade man vissa favörer och ledningen såg inte så strängt på eventuella brott mot reglementet. Var man "vanlig patient" var det annorlunda. Då kunde man åka ut till en oviss tillvaro, kanske utan att ha någonstans att ta vägen, för den minsta förseelse. Man kanske hade druckit sprit – vilket naturligtvis var allvarligt – eller kanske man hade överraskats med att träffa någon av det motsatta könet i "hallkammaren" eller i något annat krypin – vilket rimligen var ganska så naturligt. Giftna par tilläts emellertid att sitta och hålla varandra i handen i korridoren eller i samlingsrummet...

En del förbud verkade löjliga. Som detta med att inte få spela det oskyldigaste av kortspel. Om man "bonnade" och tex for in till stan och samhället och blev borta över natten – då var det naturligtvis bara att packa och sticka om man blev avslöjad. Men isoleringen och trycket blev ofta för starkt för många och man tog onödiga risker.

Eftervården var en svår och ofta olösbar historia. Den blev en viktig fråga när De lungsjukas Riksförbund bildades och problemet togs ständigt upp i Status. Det fanns inte några kurtörer på de gamla sanatorierna. Läkarna fick – om de kunde och hade tid och lust – fungera som förmedlande länk mellan sanatoriet och myndigheterna. Doktor Allan Björkman – underläkare på Österåsen som ung medicinare – berättar hur man fick överbevisa kommunalgubbarna om deras ansvar. Ofta var det diskussioner om vem som skulle betala för patienternas vistelser, särskilt när det var lite oklart var patienten egentligen var skriven – fattigvårdsordföranden i en kommun övervältrade ofta ansvaret på en kollega i en annan kommun. Läkarna fick ibland ta kontakt med arbetsgivare och försöka övertyga dem att ta emot en patient som blev frisk-

skriven. Ibland gick det, andra gången inte, och värst var det att få respons hos statliga myndigheter, där man krävde upp till fem års kontroll på dispensären efter ett friskförklarande.

Att för en fd patient få bostad var ett annan svårknäckt problem och ett tidningsklipp som vi finner bland Österåsens papper är nog så talande: I förra månaden blev jag återigen uppsagd från min hyresbostad sedan det kommit till världens kännedom att jag för några år tillbaka i tiden vårdats på sanatorium. Jag stred så gott jag kunde för min rätt och bevisade genom läkarintyg att jag var bacillfri. Men det hjälpte inte och man kan förlora både hoppet och levnadsmotet. Så var det för många...

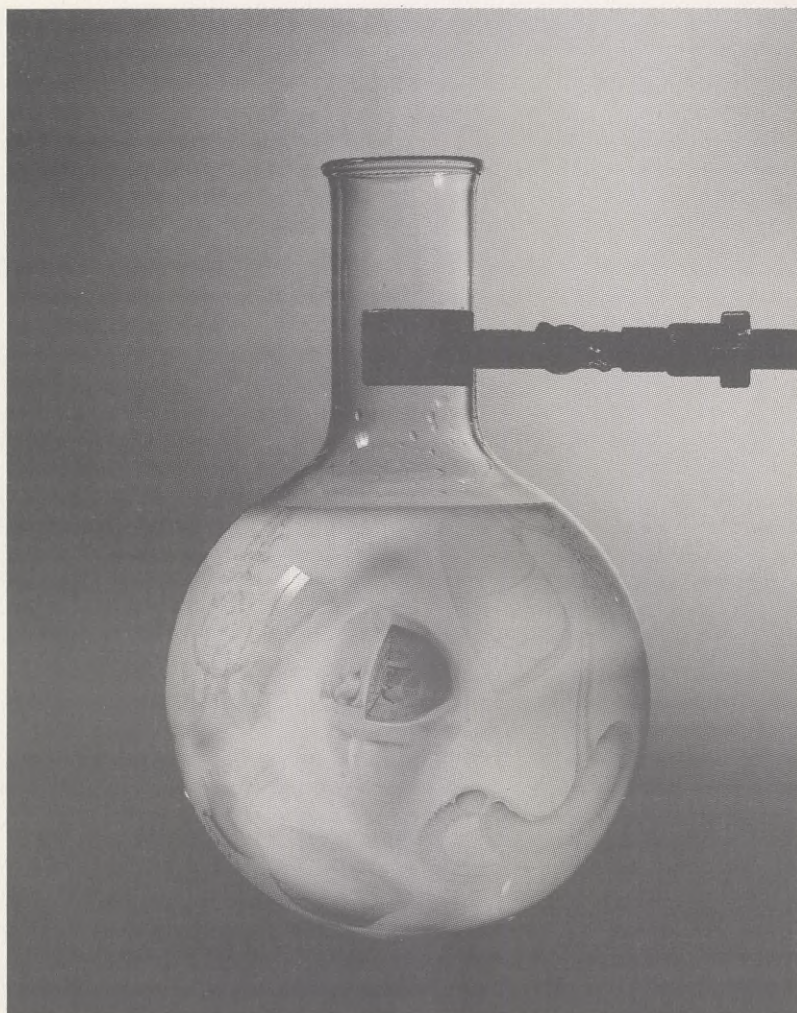
Det finns ingen anledning att försköna den sk gamla goda tiden – som verkligen kunde vara nog så svår. Det finns heller ingen anledning att ge det gamla sanatorielivet ett allt för romantiskt skimmer. Allt var på gott och ont – som det mesta här i världen. Men nog finns det anledning att erinra om sanatorierna, dessa annorlunda slott och herresäten, och det är alltså vad vi vill göra i TV-programmet som kommer att sändas den 25 december.

**Text: Sven O Bergkvist**  
**Foto: Bengt Lindström**

ATT  
FÖREBYGGA  
OCH BOTA  
SJUKDOMAR  
ÄR VÅR  
UPPGIFT

ASTRA

151 85 SÖDERTÄLJE, TELEFON 0755-329 80







# KASTA ANKAR

Hej! Jag heter Viveka Bohm och är sjukgymnast på Sommarsol.

Jag ger Dig 4 skäl till behandling hos Sommarsol:

- Du, som vill träna dina svaga muskler
- Du, som har problem med Din balans och inte vågar gå utomhus eller i trappor
- Du, som har värk i axlar, nacke, höfter eller knän
- Du, som vill jobba och ha en allmän "rundsmörjning".



## KOM TILL SOMMARSOL SOM REHABILITERINGSGÄST

Vi är fem personer som arbetar på sjukgymnastiken och vi hjälper Dig med just Ditt problem.

Och Du — kommer Du i januari, februari eller mars ger vi Dig extra mycket tid vid behandling.

## VAD KOSTAR DET?

Vi är inte dyra för våra rehabiliteringsgäster. Du betalar en mindre egen avgift. Resten betalar landstinget. Våra priser gäller helpension i dubbelrum. Enkelrumstillägg uttages.

## HUR KOMMER DU TILL SOMMARSOL?

Ring eller skriv till oss, eller prata med Din kurator om Sommarsols ansökningsblankett. Därefter kontaktar Du Din läkare, som fyller i remissen och skickar den till Ditt landsting, som tar kontakt med Sommarsol.

## VAD INGÅR I PRISET?

Sommarsol erbjuder förutom sjukgymnastik och sjuksköterska även tillgång till läkare, sysselsättningsterapi, hår- och fotvård samt ständig serviceberedskap.

## INFORMATION

Ring vår bokning, tel 0431-534 20 eller skriv till Sommarsol, 260 83 Vejbystrand.





# Åka skidor är livet...

Novell av Sven O Bergkvist

Vid tredje stationen steg flickan på. Han såg henne genom fönstret – det leende ansiktet, hennes röda lustiga topppluva, väskan i handen. Mer såg han inte av henne förrän hon kom in i kupén – och naturligtvis kom hon in just i "hans", tänkte han vredgat; här skulle han annars kunnat ha det lugnt och skönt, och det var nu precis vad han behövde... Men här stod hon, inget var att göra åt den saken. Hon log, och hon fick små gropar i kinderna då. Håret var en aning rött, det burade oredigt ner över den blå jackan. Det fanns röda tofsar på den. Hennes skidbyxor var gröna. Pjåxorna lyste av ljusbrun skidåkariver. Naturligtvis ska hon till fjällen, tänkte han. Fy tusan.

– Är den där fönsterplatsen ledig?

Jag säger, att det ser du väl, tänkte han... men han sa:

– Jaa.

– Då sätter jag mej här? sa flickan, halvt om halvt frågande, och så satte hon sej.

Han svarade inte. De satt tysta. Hon hade en lustig liten näsa, såg han i förbigående; den strävade lite åt ena sidan. Hennes vita smala fingrar lekte på det lilla fönsterbordet emellan dem. Hon hade en vacker ring på ena fingret, märkte han av en händelse... som hon väl fått av Honom, tänkte han. Vad angår det mej? tänkte han. Jag struntar väl i henne.

– Vad det är vackert, sa flickan och tittade ut genom fönstret. Snö på fjälltopparna... som lyser i solen.

Nu började hon prata också!

– Ja, snäste han till.

Han såg inte hur hon reagerade. Han började på nytt bläddra i tidningen. Han tänkte efter om han hade glömt någonting – det var över tre år sedan han senast "åkte dit" nu. Han satte ena fingret mot pannan och räknade: morronrock (den fick han av patientföreningen förra året), och så tandkräm, tvål, rakgrejor, nål och tråd (man måste ju märka plaggen innan man la dom i tvättpåsen), tre överskjortor, underkläder, spegel, brevpapper (jag mår bra, hoppas detsamma, jag är nog snart frisk...) och så den där medicinen som modern ville han skulle ta med, den från den där kloke gubben i stan – hade han glömt den? Kunde göra detsamma, tänkte han.

– Snart är det vår, sa flickan.

Han tittade upp. Hon log mot honom, ögonen riktigt glittrade.

– Joo, sa han.

Nånting måste han ju säga. Hon fick visst vatten på sin kvarn.

– Jag heter Inger, sa hon. Ska du åka långt?

Han sa stationsnamnet.

– Då får vi sällskap hela vägen, sa hon. Jag ska ett par mil längre...

Det angår väl inte mej, tänkte han säga, men han sa:

– Jaså. Det var ju roligt.

Ännu mer vatten fick hon visst på sin kvarn, men nu fick det snart vara stopp...

– Tiden går fortare när man är två, sa hon. Ska du till fjällen?

Han tänkte efter.

– Jaa, sa han... rodnade en aning.

– Det är härligt där nu. Jag ska också ditupp och skida... Att skida är livet!

Han tänkte efter.

– Det vill säga, sa han. Egentligen är jag ute i... affärer.

Flickan gapade.

– Så synd, sa hon.

Han tänkte efter.

– Men, sa han. Jag hoppas få lite tid över... så jag kan åka.

Han såg bort.

– Det är härligt, sa hon. Att skida är livet. Men, sa hon och såg på honom. Jag kanske kommer här och stör... Du sitter kanske och läser?

Ja, säger jag, tänkte han.

– För all del, sa han. Det är inget, sa han och tänkte på, att nu ljög han... Bengt, sa han och sträckte fram handen; han tittade på sin hand och såg att den var smal och vit – det är absolut på tiden att jag kommer in på sanatoriet, tänkte han. Jag borde ha kontrollerat mej för länge sen. Innan det blev en sån där kavern. Nu tar





det minst ett år... Tusan också, tänkte han. Och vädret är ju vackert, såg han när han tittade ut. Och flickan...

– Är du ofta ute i affärer? frågade hon.

Han tänkte efter.

– Jaa, sa han.

– Det måste vara spännande. Då träffar du mycket människor...

– Jo, sa han. Det har du rätt i.

– Jag tycker om att träffa människor, sa flickan.

– Det är intressant, sa han. Skitprat, tänkte han. Men så tänkte han: det vore kanske en idé. Att vara resande. Det behövde väl inte bli så ansträngande? Inte mer ansträngande i alla fall, än att gå på fabriken.

– Vad säljer du? frågade hon.

Jävlar, tänkte han. Han tänkte och tänkte... Vad sålde man nu?

– Maskindelar, sa han. Och han skyndade sej att förklara, att när nu en motor hade gått sönder, så... Eller, började han om, när en motor hade slitits tillräckligt länge, och dessutom inte fått den skötsel som den borde... då var det delar som måste bytas ut! Han tyckte att det lät bra.

– Jag förstår, sa flickan.

– Alltid är det några delar som är trasiga, sa han. Eller åtminstone på väg att bli trasiga... Men det finns andra att montera dit i stället.

– Jag förstår, sa flickan.

Men hon hoppades i alla fall att även han skulle få tid över så att han kunde åka skidor... och jag hoppas detsamma, menade han. Och när de kom ungefär halvvägs började hon berätta om den ljuvliga platsen. Den låg högt, högt, och utsikten därifrån var bedårande. Det fanns en liten stuga däruppe, man kunde bara gå in i den, och därinne fanns öppen spis och ved och...

– Synd att man inte kan fara dit, sa han.

– Varför inte? försökte hon skämta.

– Jag har mycket att stå i dom närmaste dagarna.

– Det var synd.

– Jaa, erkände han. Vad sysslar du med? frågade han... ville komma ifrån det där.

– Jag står i skoaffär, sa flickan.

– En gång reste jag i skor, sa han och förundrade sej över sin uppfinningsrikedom, och han tänkte: det där med att vara resande, det skulle kanske inte vara så tokigt. Han skulle hålla det i åtanke när han kom ut. Tusan, tänkte han, vara bakom murar ett år nu; inte se folk, inte uppleva något; bara mat, liggstur, mat, rond, tysta turen, mat, natt, sömn... en liten pro-

menad, kanske, åtminstone så småningom.

Konduktören kom in, bad att få se biljetterna, gick sin väg. Flickan började på nytt berätta om den ljuvliga platsen... Bara vägen dit... Först ringlade den genom stora skogar. Sedan öppnade sej vita, solbelysta vider...

– Det skulle vara roligt att få följa med, sa han.

– Gärna, sa hon.

– Jag hoppas få en liten paus i... försäljningen.

Flickan berättade. Läpparna log, ögonen lyste. Ibland drog hon djupt efter andan. Då och då strök hon med en vit hand genom det röda, burriga håret. Platsen var den härligaste som fanns... nu stod de där utanför stugan!

– Då dricker vi kaffe, sa han.

– Ja, sa hon. Och sen, sa hon och slog ner blicken. Sen... åker vi skidor.

– Jo, sa han. Men först... kan vi väl vila lite.

– Åker du skidor bra?

– Inte värst, sa han... tänkte på, att en gång planerade han faktiskt att åka till fjällen, några kompisar på fabriken och han...

– Bara du inte åker så fort, skrattade hon.

– Näddå, sa han.

Nog kunde de väl stanna lite i stugan, ifall han ville, menade hon. Apropå det där med kaffe... där fanns en lustig kaffepanna, berättade hon. En som man ställde direkt på elden. En med ben på. Det var roligt tyckte han. De drack. Så vilade de. Så åkte

de... men om de nu inte hann ner till samhället till kvällen? undrade hon, och då rodnade hon. Men det skulle nog ordna sej, trodde hon. På något sätt.

När de nalkades stationen där han skulle av skymde det. Några ljus glimmade till på slätt och i skog. De hade hunnit prata en hel del och bestämma...

– Då säger vi onsdag, sa han och dröjde med blicken därute.

– Ja, sa hon. Klockan elva.

Han var framme.

– Adjö... så länge, sa han men såg inte på henne.

– Adjö, sa hon. Jag väntar där vid trädet...

– Ja, sa han. Klockan elva. Där vi sagt.

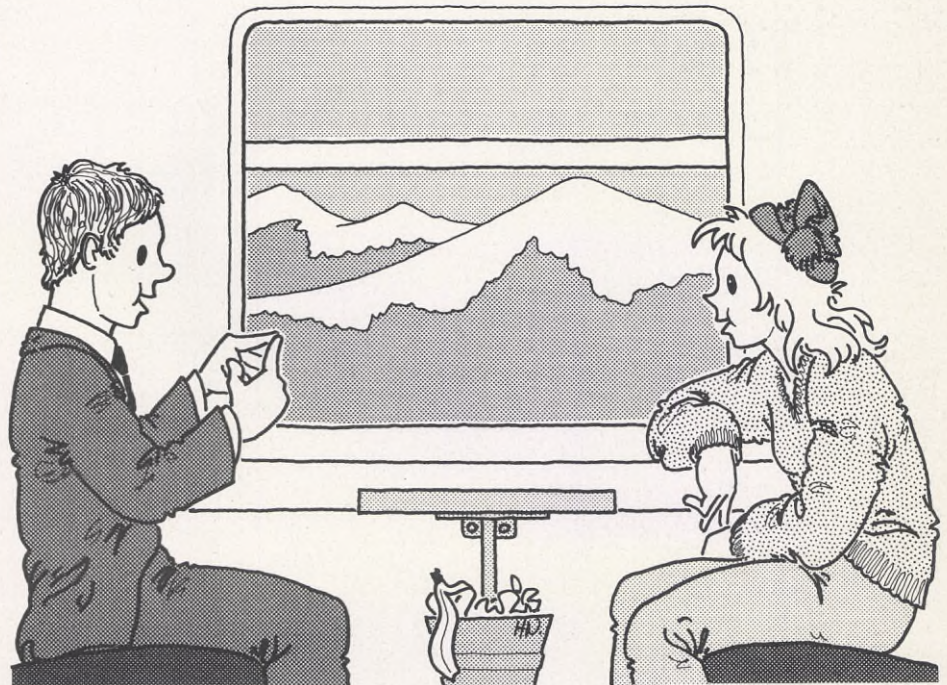
Han skyndade ut genom dörren, hastade genom korridoren med sin väska, steg ner på perrongen. Han vinkade. Hon vinkade.

– Jag kommer elva, precis! ropade hon efter honom.

Han vinkade till svar... och gick bort till bilen som skulle föra honom upp till sanatoriet.


Hon kom inte klockan elva – redan en kvart före stod hon vid trädet. Hon väntade till halv tolv. Då skidade hon ensam upp mot den soldränkta höjden.

Han började finna sej tillrätta på sanatoriet. Men det där med skidtur i fjällen – det skulle inte vara så dumt, tänkte han. Men det var inte särskilt aktuellt för tillfället... Fast vem vet, tänkte han. Kanske nån gång i framtiden. Och då skulle han kanske träffa henne...





# Lösningar och pristagare till Bildkryss 8 och 9/84



**8/84**


S	A	V	I	S	I	T	E	R	A	R				
P	O	R	T	E	R	S	K	O	T	T	A	D	E	
H	A	R	M	O	N	I	K	A	R	P	A	R		
R	O	R	A	M	P	P	I	P	A	R				
A	S	S	A	R	F	O	R	D	R	I	N	G	A	R
R	Y	M	D	U	R	Å	R	O	R	A	R	A		
M	O	L	O	T	O	V	A	S	O	M	E	T		
B	L	A	D	S	E	G	A	G	E	N	A			
B	O	N	D	Å	T	I	D	E	V	A	D			
L	S	V	A	N	S	T	I	G	E	R	A	N	E	
D	U	B	B	E	L									
F	E	N	O	L	U									
M	E	N	I	N	G									

Lösningar skall vara mottagna "Bildkryss nr 8" och måste vara Status redaktion, Box 9090, 10272 Stockholm, tillhanda senast den 10 oktober.  
Fyra priser utdelas, nämligen ett på 75, ett på 50 och två på 25 kr.  
Lösning och pristagare meddelas i Status december nr.

\_\_\_\_\_  
Namn  
\_\_\_\_\_  
Adress  
\_\_\_\_\_  
Postadress

8/84

9/84



**9/84**

O	M	S	L	A	G	E	T					
A	M	E	R	I	K	A						
T	A	P	E	T	E	R						
H	A	L	T	R	E	N	A	B	E	R		
S	T	O	P	E	T							
S	P	A	M	U	T							
K	V	I	S	T	A	R						
A	N	K	A	R	E	T						
O	R	D	A	R	N	U						
T	I	T	E	L	R							
E	T	R	E	U	S	K						
P	R	A	K	T	E	K	A	D	A	N	K	
R	Å	N	N	O	R	L	U	N	D	A		
V	I	T	T	N	A	J	A	D	L			
P	R	I	S	A	O	S	S	U	A	S	K	
I	N	B	R	O	T	T	Ö	S	E	R	N	A
S	T	A	M	T	E	S	K	E	D	O	D	
S	K	E	N	R	A	N	K	A	T	K	R	
E	R	A	T	O	A	O	F	U	R	U		
N	N	Y	B	Ö	R	J	A	R	E	L	E	V

- 1:a pris 75 kr: Arne Pettersson,  
S Hunnetorpsvägen 78 B, 25262 Helsingborg
- 2:a pris 50 kr: Anders Åslund,  
Ristbacksvägen 13, 811 52 Sandviken
- 3:e pris 25 kr: Bernth Nordin,  
Ulvsbygatan 32 B, 65464 Karlstad
- 4:e pris 25 kr: Sonja Larsson,  
Eva Holmgrens väg 16, 27300 Tomelilla

- 1:a pris 75 kr: Majlis Carlsson,  
Timotejvägen 11, 14567 Norsborg
- 2:a pris 50 kr: Karin Öberg,  
Nygatan 37, 3 tr, 941 33 Piteå
- 3:e pris 25 kr: Margareta Almlöf,  
Södertorg 11, 621 57 Visby
- 4:e pris 25 kr: Inga Callegård,  
Wahlbergsgatan 4, 57200 Oskarshamn

## CYLINDA TVÄTT med PUNKTSKRIFTSPANEL

Nu finns punktskriftspaneler för alla Cylinda tvättmaskiner och torktumlare.  
Beställ hos din Cylindahandlare.





# Att vara på sanatorium

**Inrutade dagar, föreskrifter och disciplin kännetecknade sanatorierna. Men de gav också tillfälligen till skapande verksamhet, bildning och intellektuell stimulans.**

**Vårdtiderna var långa, man förlorande känslan för tid. Det har många sanatoriepatienter beskrivit bl a i artiklar och böcker.**

*Vi känner inte till veckan som mått, min herre, om jag får undervisa er. Vår minsta tidsenhet är månaden. Vi räknar i stor stil, det är skuggornas privilegium.*

Så talar italienaren Settembrini till Hans Castorp i *Bergtagen*, en bok fylld av djupsinniga iakttagelser om de lungsjukas tillvaro på sanatorierna, trots att författaren Thomas Mann själv aldrig var intagen, endast hans hustru.

Att tidskänslan rubbas förklarar Mann med att den ena dagen är den andra lik i ett oändligt perspektiv. Det är som att färdas över havet och aldrig se annat än vatten och en obruten horisont.

Den rubbade tidsförnimmelsen är bara en av många psykiska och fysiska upplevelser som drabbar sanatoriepatienten. De kan te sig sällsamma, men är normala mänskliga reaktioner på en onormal situation. Få sjukdomar har tvingat de drabbade till så långa vårdtider, ofta i årtal, i en miljö och under en rutin som var mycket olik deras vardagstillvaro. Överksamheten, fysiska smärtor, dödsrädsla var andra faktorer som påverkade dem. Även om man rätt snart försökte införa så kallad arbetsterapi, måste tiden ha tätt sig outhärdligt lång. Att uppbåda en annan tidskänsla var en ren försvarsmekanism.

Även den i många stycken nödvändiga sanatoriedisciplinen måste för många ha upplevts som ett tryck och en kränkning. För varje sanatorium fanns en dagordning som följdes skrupulöst med de långa timmarna i ligghallarna i friska luften som huvudinslag.

Så här såg programmet ut för Hessleby sanatorium år 1902.

## *Hvardagar*

7 f.m. Uppstigning  
7.30 f.m. Första frukost  
8–8.15 f.m. Morgonbön (deltagandet frivilligt)  
8.15–9.15 Dusch (på särskild ordination)  
9.15–10 f.m. Liggkur  
10 f.m. Andra frukost  
10.30–12 m. Promenad  
12–2 e.m. Liggkur  
2 e.m. Middag  
2.30–3 e.m. "Ledigt"  
3–4.30 Liggkur  
4.30 e.m. Kaffe  
4.45–6 e.m. Promenad  
6–7 e.m. Liggkur  
7 e.m. Aftonmåltid  
7.30–8 e.m. Promenad  
8–9 e.m. Liggkur  
9 e.m. Serveras ett glas varm mjölk  
9.30 e.m. skola alla vara till sängs och lamporna släckta.

Alltså en halvtimme "ledigt" och fem liggkur om sammanlagt sex timmar och en kvart. Liggkurerna försiggick på liggverandorna i stolar av rundjärn med madrasser. De iaktogs sommar och vinter. Andra fasta inslag i den enformiga rutinen var temperaturlagningarna tre gånger om dagen (på vissa håll sex gånger), samt vägningar ett par gånger i månaden. De upplevdes som dramatiska inslag, eftersom de ansågs ge ett slags hälsobesked. I sanatoriernas årsrapporter re-

*Sveriges första sanatorium öppnades 1891 i Mörsil i Jämtland och hade plats för 50–70 patienter.*



doisades noga patienternas ökade eller minskade kroppsvikt.

Sven Vallmark har påpekat att ett slags "vägningspsykos" inte var ovanlig:

*"På Österåsens sanatorium vägdes de var fjortonde dag, ofta av överläkaren i egen person, som lät sin nådes sol lysa över dem som ökat i vikt och gav viktminskarna skrapor. På många håll förekom "grötmedaljer"; det hade man dock slutat med på Österåsens. Det kom att stå en stark spänning kring vägningsproceduren. En särskild "räknare" angav med hög röst hur mycket var och en hade ökat eller minskat. Det var en ren pina att se de tröstlösa blickarna på de sjukaste, som bara minskade, månad efter månad, tills de slutligen utmättrade och flämtande hängde över armstöden till stolen på vägplattan och med ångest följde vikturkans dalande ner mot 38-kilosstreck. En och annan grät övergivet, en och annan muttrade galghumoristiskt: Nu räcker jag inte många vägningsar till."*

Disciplinen var ibland nästan militärisk. Brott mot föreskrifter kunde bestraffas med att patienterna sändes hem.

*"Gör patienten sig upprepade gånger skyldig till öfverträdelse af dessa ordningsregler eller eljest gifna föreskrifter eller visar han i öfverigt ett dåligt uppförande, kan han af läkare utan vidare utskrifvas",*





Sanatorier för barn fanns inte bara på landet utan även i städerna som insprängda lägenheter. Bilden visar interiör från ett sådant lägenhetsanatorium i Göteborg.

står det i Ordningsregler för Kaptensgårdens sanatorium i Malmberget.

"Ohne Disciplin geht nichts!" citerar den kände läkaren Henrik Berg belåtet från de tyska anstalter, där även samtal om politik mellan patienterna var förbjudna.

Naturligtvis fanns det bland så många svårt sjuka och dödshotade både sådana som visade neurotiska symptom och de som utgjorde vad doktor Berg kallar *missnöjda element*. Det fanns också de som reagerade mot moraliskt bigotteri och läkarnas maktfullkomlighet av Guds nåde.

En av dessa var den svårt lungsjuka författaren Birger Vikström som angrep systemet i ett par fråna artiklar i Expressen år 1952. Straffhemskickning (på vissa tyska anstalter fick de inte ens respengar!) och "straffsäng" (den sjuke skulle ligga till sängs även om han var kapabel att vistas uppe) för bagatellförseelser som smygrökning på toaletten eller kortspel ansåg Vikström med rätta för makabra övergrepp. Om relegeringen skriver han:

*Det är en bestraffningsmetod som verkar betydligt hårdare än dem som tillämpas exempelvis mot billånare och andra samhällsliga syndare. Metoden är hård främst därför att de som på så sätt skrivs ut oftast är just de som har svårast att anpassa sej, svårast att uthärda och klara av sjukdomen.*

Troligen hörde konflikterna till undantagen. De flesta läkarna var ju uppriktiga människovänner och hade – inklusive Henrik Berg – en stark känsla för sjukdomens psykosomatiska inslag. Säkerligen var det också nödvändigt för vården att en elemen-

tär ordning iakttogs och att patienterna följde läkarnas omsorger. Men visst fanns det ett drag av preusseri som många vettiga patienter måste reagera mot.

Till de positiva sidorna av sanatorievistelsen hörde den möjlighet till utbildning och intellektuell stimulans som ofta erbjöds. För många som kom från fattiga illitterata miljöer fungerade sanatorierna som ett slags bildningsanstalter. Fotografen Gun Kessle, som själv låg på sanatorium i många år, har sammanfattat sin erfarenhet i orden:

*Jag tycker över huvud taget att litteraturhistorikerna och konsthistorikerna aldrig ordentligt beskrivit – eller förstått – sanatoriernas roll som kulturmiljö och som utbildningsanstalt och konstskola för ungdomar från vanliga och fattiga hem i arbetarklassen.*

Liknande vittnesbörd finns från andra länder. Den amerikanske dramatikern Eugene O'Neill har berättat om vad hans sanatorievistelse inneburit för honom av andlig stimulans och tid till eftertanke och skapande. Det var på sanatoriet han blev författare:

*Där tänkte jag för första gången allvarligt över mitt liv, över det förgångna och över framtiden... Den yngling som kom in på sanatoriet och den man som lämnade det året därpå var två totalt olika varelser.*

Thomas Mann skriver också i *Bergtagen* om det myckna läsandet i ligghallarna, även om han en smula cy-

niskt påstår att det främst var en samsättning för nybörjare:

*ty de långvariga, de mångåriga, hade för längesedan lärt sig att förinta tiden och lägga den bakom sig med en inre virtuositet även utan att förströ sig och sysselsätta hjärnan, ja de stämplade det som ett oskick av stympare att klamra sig fast vid en bok för sådant.*

Lika sofistikerad är inte husmor Kerstin på sanatoriet Österåsen när hon i en tidningsintervju säger att sanatoriet kunde bygga upp både andligt och fysiskt och att många där börjat läsa böcker för första gången. Sanatorierna hade ju också ofta stora bibliotek på flera tusen band och fick sig tillsända tidningar och tidskrifter. Självfallet var sanatorierna inte alltid lika inspirerande. Gunnar Tideström säger i sin bok om Edith Södergren att hon vantrivdes på det karga Nummela, men att hon fick starka intellektuella impulser i Davos, där hon kom i kontakt med den moderna litteraturen.

Det var inte bara i skrivning och läsning patienterna kunde förkovra sig. På många håll fick de kanske för första gången i livet tillfälle att måla och musicera, att lyssna till föreläsningar och konserter, se film och delta i undervisning per korrespondens.

De interna sanatorietidskrifterna erbjöd också utlopp för patienternas skapardrift. En av de mest kvalificerade utkom på Österåsens sanatorium i Ångermanland och hette *Vi och ni*. Redan i namnet uttrycks något av den motsättning till det normala friska samhället som följde med sanatorievistelsen. Det första numret trycktes 1932 och inleddes med en artikel av Lubbe Nordström. Flera av tidens främsta författare som Bertil Malmberg, Ivar Lo-Johansson, Hjalmar Gullberg medverkade, några av dem som Olof Lagercrantz och Martin Andersen Nexö hade själva erfarenhet av sjukdomen. Andra sanatorietidningar höll en mer studentikos ton och gav prov på den sträva humor som var till för att dölja dödsångest och depression; man drev med läkare och sköterskor, kallade patienterna för "sotare" och skrev orden till den heliga fiskoljan.

**Text: Britt-Inger Puranen**

**Foton: Svenska  
Nationalföreningen  
mot Hjärt- och  
Lungsjukdomar**



# Tuberkulosens historia

**Tuberkulosens historia i Sverige från 1750 till 1980 handlar en nyutkommen doktorsavhandling om. Den är skriven av Britt-Inger Puranen, ekonomisk-historiker vid Umeå universitet. Hon har ägnat cirka tio år åt att forska om tuberkulosens förekomst och orsaker.**

**För att intervjua henne för jag till ett fd sanatorium, Österåsen strax utanför Sollefteå. Där var hon för att forska i arkivet från sanatorieperioden.**

– Att jag kommit att intressera mig just för tuberkulosens historia beror på att jag har tuberkulos i släkten och att jag har vuxit upp hos en moster som i många år arbetat på sanatorium och berättat mycket för mig om livet där, förklarar Britt-Inger Puranen.

– Jag har undersökt hur vanligt det var med tuberkulos under olika perioder och i olika delar av landet, hur många som dog i tuberkulos och hur dödstalen varierade i fråga om ålder, kön och bland olika yrkesgrupper. Dessutom har jag tittat på hur tuberkulosen bekämpades och jag har försökt ta fram sanningen bakom myterna om sjukdomen och livet på sanatorierna.

## Sanatorielivet

– I skönlitteraturen finns många sanatorieskildringar från 40- och 50-talen. De är både intressanta och vikti-

ga som dokument, men ger mycket personliga bilder. Man kan inte generalisera utifrån dem. De kan inte ersätta forskning som kunskapskälla.

– Sanatorierna och de tuberkulosas villkor har varit olika under olika tidsperioder. Kontrasterna mellan 10- och 20-talens sanatorier å ena sidan och 40- och 50-talens sanatorier å den andra är mycket stora.

– På 40-talet fanns fungerande lungdispensärer och därför upptäckte man sjukdomen i relativt god tid, så prognosen för sanatoriepatienterna var bättre än den varit tidigare.

Britt-Inger Puranen visar mig runt på Österåsen och berättar om sanatorietiden. Där det en gång var ligghallar står trädgårdsmöbler staplade över vintern. Några rostiga sängar påminner om tiden när tuberkulossjuka låg i rader för sin dagliga vilotimma ute i det fria.

*Forts nästa sida*

*Britt-Inger Puranen som forskat om tuberkulosens historia, stående framför Österåsen, som idag är hälsohem, men som tidigare varit sanatorium.*





Idag används Österåsen som hälsenheim. Även om byggnaderna har moderniserats så finns mycket bevarat från sanatorietiden.

På väggen i hallen hänger bilder av kung Oscar II och hans gemål drottning Sofia. Det var med pengar ur deras jubileumsfond som Österåsens sanatorium kom till. Oscar II hade själv i unga år haft tuberkulos liksom flera av hans släktingar. Då han hade regerat i 25 år, år 1900, samlade svenska folket in pengar för att hylla honom. På drottning Sofias förslag användes pengarna till att bygga sanatorier. Det blev fyra stycken. Dessförinnan hade det i Sverige bara funnits ett par små privata gårdar som tagit emot tuberkulosjuka för vård.

– Livet på sanatorierna romantiserar ibland, särskilt av de människor som vårdades i sanatorieperiodens slutfas. De minns de ljusa stunderna, kamratskapen och den speciella atmosfären. De beskriver sanatorierna som folkuniversitet, säger Britt-Inger Puranen.

– Men jag tror att det är en väl idealiserad bild av verkligheten. Även om många människor på sanatorierna fick sin första kontakt med litteratur och konst, så var det inte mycket tid de hade för sådana aktiviteter.

## Inrutat program

Britt-Inger Puranen pekar på dagsprogrammet som hänger på en vägg på Österåsen.

– Det var mycket inrutade dagar på sanatorierna. Uppstigning kl 8 och sedan undersökningar, rond, flera promenader, tre måltider och däremellan minst tre så kallade liggturer. Kl 20 skulle man åter vara till sängs. Högst en och en halv timme om dagen vara fria för egna aktiviteter.

– Ända fram till 40- och 50-talen var det svårt sjuka människor som vårdades på sanatorium. De hade feber och var i dålig kondition både fysiskt och psykiskt. Oron för att de inte skulle överleva, de såg ju kamrater omkring sig dö i sjukdomen, gjorde det nog svårt att koncentrera sig på studier och liknande aktiviteter som syftade mot framtiden.

En period fanns det särskilda studentsanatorier, för att unga människor, som drabbades av tuberkulos under studietiden, inte helt skulle förlora kontakten med studielivet.

Nere på kontinenten – bla i Schweiz – fanns lyxsanatorier, dit människor som hade det ekonomiskt gott ställt, for för vård. Men i och med världskriget så upphörde möjligheten att resa utomlands. Det i sin tur ledde till att de svenska sanatorierna blev

mer blandade, dvs människor från alla samhällsklasser vårdades på samma ställen.

Det fanns flera typer av sanatorier. Jubileumsfondens sanatorier åtnjöt hög status. Men den enskilde kunde oftast inte påverka valet av vårdplats. Landstingets sanatorier hade ett geografiskt givet upptagningsområde, medan Jubileumsfondens sanatorier mottog patienter från hela landet. Det var definitivt inte så att den enskildes ekonomiska bakgrund avgjorde valet av vårdplats. Däremot spelade sjukdomsprognosen och de lokala instansernas bedömning stor roll.

Visserligen var det olika pris för enkelrum och delat rum, men ingen utestängdes från vård på grund av brist på pengar. Fattigvården betalade även plats i enkelrum om det var det enda som fanns ledigt.

## Alla samhällsklasser

Det sägs ofta att tuberkulos är fattigfolkets sjukdom.

– Det är sant såtillvida att fattigdom leder till sämre föda och därmed sänkt motståndskraft. Sämre boende, hygien och kunskapsnivå är likaså förknippade med fattigdom och påverkar sjukdomsspridningen. Men man

skall för den skull inte tro att de mer välställda var förskonade från sjukdomen. Den orsakas av en bacill och baciller ser inte till ekonomiska och sociala förhållanden, påpekar Britt-Inger Puranen.

– Tuberkulos var allmänt förekommande i Sverige så långt tillbaka som hon kunnat kontrollera. För att bevisa det har hon bla gjort en specialstudie av ett par grupper som levde under mycket skilda villkor. Hon har undersökt tuberkulosfrekvensen vid kungliga hovet på 1700- och 1800-talen. Den extrema överklassmiljön vid hovet har hon sedan jämfört med ett kvinnofängelse och ett fattighus i Stockholm vid samma tid. På slottet åt man bra och bodde bra, men tuberkulosfrekvensen var ändå hög. Sannolikt var det boendet och bristande hygieniska förhållanden som var förklaring. Man levde nära inpå varandra även på slottet och man var inte medveten om smittoriskerna.

## Ingen landsända gick fri

Man har tidigare trott att övre Norrland länge var helt fritt från tuberkulos, men blev nersmittat i och med industrialiseringen, då sågverken expanderade, gruvorna öppnades och

*Forskningsresultaten om tuberkulosen har Britt-Inger Puranen presenterat i en innehållsrik och välskriven avhandling på 600 sidor.*





det kom rallare söderifrån, som förde med sig sjukdomen.

– Men det är fel. Det fanns TBC i hela Norrland under hela den period jag kunnat undersöka. Men antalet drabbade ökade i och med industrialiseringen, eftersom befolkningen då ökade och jordbruket inte kunde expandera i takt med befolkningsökningen. Folk hade det svårt, det var brist på mat och man bodde trångt. Med svårigheterna ökade också brännvinsbruket, vilket minskade motståndskraften.

## Kyrkoböcker källa

– Jag har gått tillbaka 230 år i tiden – det är så långt det finns kyrkoböcker. Men historiska dokument och skönlitterära skildringar från tidigare epoker berättar också om tuberkulos. Det finns skildringar från antiken om hur man försökte kurera en sjukdom som måste vara tuberkulos. Skelettfynd från stenåldern visar att tuberkulos fanns redan då.

Från 1750 finns kyrkoböcker över hela befolkningen och där finns dödsorsaken inskriven. Visserligen kan det vara osäkra diagnoser i många fall. Det fanns få läkare på 1700-talet. Man fick förlita sig på prästerskapet både då det gällde kroppen och själen. Det var prästerna som skrev in dödsorsaken i kyrkoböckerna. För att kunna ställa diagnos läste prästerna de läkeböcker som fanns att tillgå. I dessa böcker återfinns beskrivningar som väl stämmer med senare tiders symptombeskrivningar av tuberkulosens dödliga fas. Under en period ingick också medicinsk skolning, sk pastoralmedicin i prästernas utbildning.

## Levnadsnivåkänslig

Tuberkulos är känslig för förändringar i levnadsnivån. Föda, boende, arbete, hygien och bildningsnivå betyder mycket då det gäller utsatthet för smitta. Sjukdomsfrekvensen var länge störst i storstäderna, men det var också där som sjukdomen först började gå tillbaka. De sociala och ekonomiska förhållandena förbättrades och likaså utbildningsnivån. Man blev också medveten om hur man skulle skydda sig mot smitta.

Försämrade levnadsvillkor kan göra att sjukdomen ökar igen. Exempel på det är Polen där tuberkulosen ökar just nu, särskilt i de södra delarna av landet, bla kring industristaden Nowa Huta, som är extremt tätbebyggt.

I u-länderna är sjukdomen mycket vanlig. Filippinerna har de högsta siffrorna i världen. Statistiken från Asien och Afrika är otillräckligt, men vi vet

att tuberkulos förekommer mycket även där. I områden med många smittsamma sjukdomar som i u-länder kan det ofta vara andra sjukdomar som är den direkta dödsorsaken, även hos dem som har tuberkulos. Därigenom blir bilden felvisande då det gäller tuberkulosfrekvensen.

Att sjukdomen gick tillbaka i Sverige och övriga Europa beror på att levnadsnivån förbättrades kraftigt, bla fick man tillgång till nya mediciner mot sjukdomen.

## Sjukdomsbekämpningen

– Att vi i Sverige lyckades så bra med att bekämpa tuberkulosen beror på att vi arbetade brett och på många olika nivåer, säger Britt-Inger Puranen. Forskningsinsatser mobiliserades, den offentliga vården byggdes ut och senare även den förebyggande vården.

– Vi började pastörisera mjölken och veterinärbesiktning av kreatur infördes för att förhindra bovin smitta (smitta som sprids via nötkreatur). Kor som hade tuberkulos slaktades. BCG-vaccinering infördes och man lärde sig att allt mer framgångsrikt be-

kämpa sjukdomen med olika kirurgiska ingrepp och sk gasning (pneumothorax). På slutet av 40-talet kom mediciner som PAS och streptomycin. Det betydde att sjukdomen effektivt kunde bekämpas.

– Frivilliginsatserna var viktiga i början. De första sanatorierna byggdes med privata medel. BCG-vaccinering startades i regi av Nationalförbundet mot tuberkulos och likaså skärmbildsbussarna.

– När de positiva resultaten visade sig så övertogs verksamheten av den offentliga vården.

– Eftervården var länge ett sorgligt kapitel. Här kom de lungsjuka själva att spela en central roll. Man bildade patientföreningar som bla hade till syfte att hjälpa patienter som tillfrisknat. Det var dessa föreningar som tillsammans år 1939 bildade de lungsjukas riksförbund.

– Av tuberkulosens historia kan vi lära oss hur viktigt det är med enskilda initiativ och engagemang, avslutar Britt-Inger Puranen.

**Text: Gunilla Lockne**

**Foto: Stefan Sundkvist  
Ulf Hägglund**

# Steral luftrenare lindrar hö(st)snuvan

Det är just nu Du som allergiker eller astmatiker behöver luftrenaren STERAL. Den renar luften effektivt från pollen, sot, damm, tobaksrök, bakterier, djurepitel, mikroorganismer m.m. Posta kupongen så får Du broschyr och prislista över STERAL luftrenare samt uppgifter om hur Du kan köpa eller hyra någon av de fyra storlekarna.

## WICUM AB

Marknadsavdelningen, Industrigatan 2, 774 00 AVESTA  
Telefon 0226-505 70 • Telex 405 96 MATSSON S

JA TACK, JAG VILL VETA MER  
OM STERAL LUFTRENARE

Namn

Adress

Postnr/ Adress

Telefon

FRANKERAS  
EJ WICUM  
BETALAR  
PORTOT

**WICUM AB**

**SVARSPOST**

Kundnummer 17181017  
774 00 AVESTA



# Allmän sal

av Sören Fallberg



## F D REVISOR

I 12-årsåldern blev han människa  
när blindtarmens bihang togs bort.  
Bara djur har användning för bihang  
som omvandlar melass  
till blodsocker.

I 30-årsåldern tog han steget in i  
välfärdsstaten när gallblåsan  
opererades bort – två stora  
och ett 10-tal mindre stenar  
har han sparat i ett kuvert  
längst in i byrålådan.

I 50-årsåldern klev han rakt in i  
överflödssamhället  
när hjärtinfarkten slog honom  
med bröstsmärtor och kallsvett.  
När pensionsbrevet kom  
kunde han se tillbaka på ett liv  
som hållit jämna steg  
med samhällsutvecklingen.

## F D GJUTARE

Varje beskrivning,  
även av hans fysiska trångmål,  
mottog han lungt, samlad.  
Ingenting förmådde rubba honom.  
Hans ögon hade sett mycket,  
men blicken hade kvar förmågan  
att se rädslan över axeln.  
Dystra rapporter, svärtade i kanterna,  
fick honom att folkligt utbrista:  
kan det verkligen vara det?  
Och han log, lugn, samlad.



Sina dagar använder han till  
att läsa om andra tider,  
om umbäranden och svält  
och hävdar med bestämdhet  
att det var bättre förr.  
Han anser sig lurad  
och ger igen vid varje val  
genom att rösta blankt.  
Åt politiska argument hånlar han  
och spottar åt framtiden  
som vänt honom ryggen.





## ARBETARKVINNA

Industrins gifter tog hennes liv  
och ställde henne vid sidan om våren.  
Cirkulationsrubbnings  
berövade henne ett ben och den strand  
vid insjön dit hon begav sig  
för att betrakta vågor och fåglar.  
Cancer i det ena bröstet  
bestal henne på vad som var kvinna  
och åtråvärt hos henne.  
En blodpropp i ena lungan  
satte stopp för ytterligare stymplingar  
av ett liv som börjat i armod  
och ändade i utblottelse.

## ANGINA PECTORIS

Om Roslagen och barndomen  
hade han upphört att tala  
liksom om tiden på byggena  
och extraknäcket som fastighetsskötare.  
Hustrun som lämnat honom ensam  
med Lasix, Sorbangil och nitroglycerin  
nämnde han i förbigående,  
i det närmaste förstrött.  
Dagen räckte knappt till för planer  
fulla av hav och vind,  
konstruktioner i trä och metall  
som skulle överleva honom i decennier,  
och på kvällen somnade han  
uttröttad som efter en lång arbetsdag.

## SJUKSKÖTERSKA

En gång drömde jag om att hålla en hand  
när livet sviker,  
att torka en panna  
när kallsvette bryter fram.  
Jag minns alla ord av tröst  
jag samlade  
för att ha dem hos mig  
när de skulle behövas.  
Min tid räcker inte till  
att hålla någons hand  
och hur man vänder rädsla i dess motsats  
har jag glömt.  
Alla ord av tröst  
väger lättare än den minsta tablett.  
Jag glömmet mellan säng och säng  
ansikten och blickar  
och skyndar mig hem efter skiftet  
för att ensam med ett glas vin  
samla kraft för dagen som väntar  
på andra sidan ledigheten.  
Jag har fått bittra drag,  
jag vet att jag ser gammal ut  
fast jag inte samlat på mig  
fler år än jag borde orka bära.  
Jag drömmer inte längre  
och kanske är det vad jag saknar mest,  
drömmarna om att vara någon nära  
som är ensam och rädd.

## Teckningar:

**Erik Prytz**

*Författaren Sören Fallberg, född 1929, har sedan debuten 1970 givit ut ett flertal dikt-, novell- och essäsamlingar samt en roman. Han har också i många år varit litteraturrecensent, bla i fackförbundspressen. 1982 fick han LOs kulturstipendium.*

*Diktsamlingen Allmän sal kom ut 1982 och bygger på intryck som Sören Fallberg fick då han vårdades på sjukhus efter en hjärtinfarkt och efterföljande hjärtoperation.*



# Inför stundande julbord

I förra numret av Status skrev dietist Louise Malmberg om hur man bör lägga om sin kost för att minska riskerna att drabbas av hjärt- och kärlsjukdomar. Inför julen ger hon här några recept på julmat som är lagad med mindre fett och socker än vanlig julmat. Helt enkelt nyttigare mat än den annars så kalori-rika julmaten.

Så nalkas då de stora frestelsernas högtid som brukar resultera i några kilon till innan den är lyckligen till ända.

Svenska folket vadar genom drivor av marsipan, kola, knäck, köttbullar, prinskorvar, gräddiga Jansson, drypande revbensspjäll, majonäser och så vidare i all oändlighet. För att inte tala om alla kakor och bullar och andra bakverk som man ska pressa ned ovanpå detta. Jag blir alldeles utmatad bara jag tänker på det. Ett av mina största problem är att äta smörgåsbord – när jag ser så mycket mat på en gång tappar jag aptiten. Det enda sättet att klaras är att sikta in en rätt och äta den som en normal måltid. Hemma brukar vi göra så att vi äter en sak i taget, en rätt varje måltid. Jag brukar varken göra julmat eller julgötter. Andra gör så det räcker för oss också. Inte för att jag vill spara, men ärligt talat så får jag mer än nog av det jag blir bjuden på. Och när vi är hemma hos oss brukar jag göra någon helt vanlig maträtt och det brukar vara väldigt uppskattat. I stället för julgötter

brukar jag ha en stor skål frukt eller någon lätt fruktkaka med lite glass till (mest frukt och minst kaka).

Innan vi går in på hur man kan göra julbordets läckerheter utan att det blir alltför maffigt vill jag tillrättalägga ett par saker från förra numret av Status. Det är inte så att **alla** kvinnor i fertil ålder **inte** drabbas av hjärtinfarkt, men de är ganska få. Magra män med kalaskula drabbas inte obönhörligen av hjärtinfarkt men det tycks som om den gruppen löper större risk än andra.

Så till praktiken igen!

Vad ska vi ha på julbordet? Kan det passa med lite sill kanske, i så fall kan Du med gott samvete köpa det som finns i affären bara Du lämnar spadet därhän. Senapssill och dylika inläggningar där spadet är svårt att undvika kan Du försöka vara försiktig med. Den kokta potatisen är det inte heller något fel på, koka den med skalet på

*Julmat som lagats på nyttigt sätt – enligt recepten i artikeln – det ser läckert ut och är gott, tycker de här provsmakarna.*





så har Du mer C-vitamin i potatisen när Du äter den. Lite köttbullar smakar alltid gott, dem kan Du göra så här:

## Köttbullar

4–5 personer

**350 gr malet ytterlår**  
**1 dl lättmjölk + 2 msk vetekli**  
(får stå och svälla en stund)  
**2 kokta potatisar**  
**1 gul lök, rivn**  
**1 1/2 dl vatten**

Blanda samman färsen och krydda med salt och peppar och fyra kryddor. Forma små köttbullar och stek dem försiktigt i lite flytande margarin. Vill Du sedan ha lite Janssons Frestelse frampå nattkröken så lagar vi väl det också på en gång:



*Janssons frestelse, rödkål, sallader, sill, ris à la Malta, mycket grönt och frukt är några av rätterna på det här julbordet, med mindre socker och fett än vad som brukar vara i julmat.*

## Janssons Frestelse

ca 4 personer

**1 kg potatis skalas och skäres i strimlor**  
**4 gula lökar finhackas eller skivas tunt**  
**4 små burkar ansjovisfiléer**  
**6 dl lättmjölk**  
**3/4 dl druvolja eller flytande margarin (vill Du göra en kalorislåtare Jansson drar Du bara ned på fettmängden)**

Varva potatisstrimlor, lök och ansjovisfiléer i en icke smord eldfast form. Blanda lättmjölk, ansjovisspad och olja och häll över. Gräddas i ugn i 200 grader i 45 minuter tills potatisen är mjuk och rätten fått fin färg.

Eller vill Du kanske hellre ha lite småkorvar med tillbehör som vickning gör vi så här i stället:

Skär grillkorvett i tre delar och stek dem på svag värme utan fett. Då lägger Du korven i kall panna och sätter på plattan så utnyttjar Du i stället korvens eget utsmälta fett som stekfett.

## Fransk sallad

4 personer

**0,5 acidofilus + 0,5 dl lättmajonäs**  
**1 saltgurka finhackad**  
**1 dl finhackade inlagda rödbetor**  
**1 dl ärter**  
**1 dl äpple i tärningar**

Blanda alltsammans i en skål och strö lite persilja över.

Och så förstås rödbetssalladen:

## Rödbetssallad

ca 4 personer

**5 inlagda rödbetor (ca 350 gr) i små tärningar**  
**8 msk rödbetslag**  
**1–2 matäpplen i tärningar (150–200 gr)**  
**3–4 kokta potatisar (ca 250 gr)**  
**1 st salt- eller ättiksgurka finhackas**  
**Garnera med 2 hackade hårdkokta äggvitor och persilja.**

Men visst ja! Vi har ju glömt rödkålen! Orkar Du inte laga den så kan Du gott köpa den färdig på burk. Annars gör Du så här:

## Rödkål

5–6 personer

**1 kg rödkål strimlas**  
**1–2 gula lökar strimlas**  
**3 syrliga äpplen grovrivna**

Blandas i en gryta och kokas på svag värme under lock, kryddat med lite malda nejlikor och kryddpeppar samt ev 1 tsk salt. Rör då och då i kålen. Kokas ca 30 min. Smaksätt sedan med 1 1/2 msk vinäger eller pressad citron + 2 tsk socker eller sötningsmedel.

Börjar Ni bli mätta? Enligt traditionen ska vi väl ha en risrätt också. Risgrynsgröt kan Du koka på traditionellt sätt men inget socker på!, men kanel går bra. Men brukar Du äta Ris

à la Malta så tycker jag att Du kan pröva på denna alternativa rätt:

## Ris à la Malta

6–8 personer

**500 gr keso**  
**2 dl kokt ris**  
**2 hårt vispade äggvitor**  
**1 dl vispgrädd**  
**1 tsk vaniljsocker**  
**1 tsk socker eller strösötmedel**

Blanda alltsammans och lägg upp i en glasskål. Rårivet äpple med citron är gott till.

Ris à la Malta tillagas på traditionellt sätt (dock gröten kokt på lättmjölk ger 231 kalorier för en portion. Tillagad så här ger den 142 kalorier – den ger mer än dubbelt så mycket protein, nästan halva fettmängden och mycket mindre natrium.

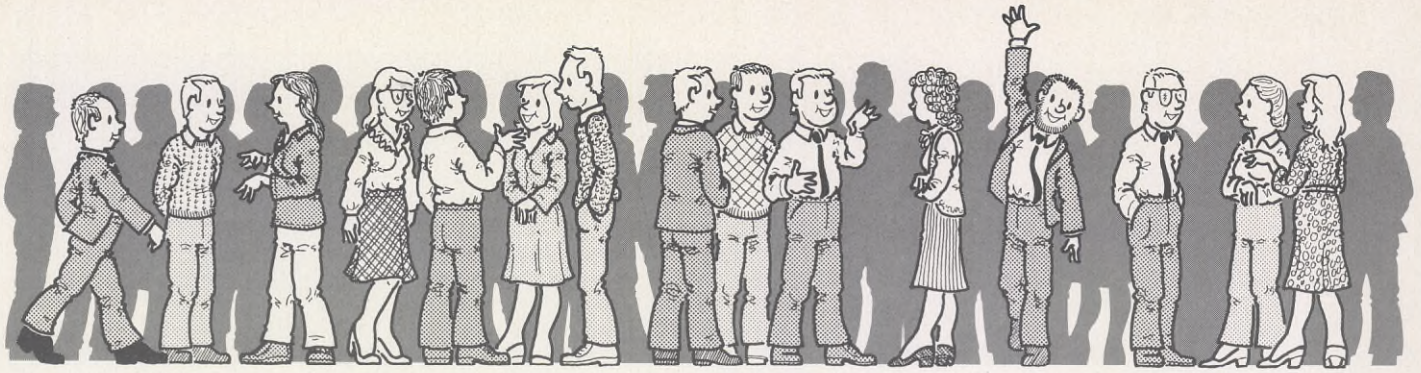
Om Du vill ha smörgåsbord så får Du ihop ett ganska hyggligt sådant av detta. Och efter det – så medge att färsk frukt skulle smaka gott! Vill Ni försöka lova mig en sak? Att Ni går ut på andra sidan jul med samma matchvikt som idag! De här recepten kan hjälpa till med det.

**Ät gott och må bra och ha en riktigt skön jul!**

**Louise Malmberg**

PS. Göta Petter!!!! Jag höll ju på att glömma skinkan! Skär bara bort fett och låt resten Dig väl smaka. DS.





# FRÅN LOKALFÖRENINGARNA

## Jämtlandsbor på rundtur i Finland

Medlemmar i Föreningen hjärt- och lungsjuka i Jämtlands län, har under några dagar i månadsskiftet augusti-september haft en mycket givande bussutflykt till Finland.

Resan gick över Dalarna med lunch på Lerdalshöjden i Rättvik. Färden fortsatte sedan till Stockholm där Finlandsfärjan embarkerades för färd till Helsingfors.

Vid ankomsten till Helsingfors mottogs vi av Bruno Sundman, fd ordförande i Finska Lungskadeförbundet. Han gav en kort information om de lungsjukas organisation i Finland samt guidade oss runt på ett förträffligt sätt i Helsingfors, med bla besök i Sibeliusparken och Tempelplatsens kyrka. Efter en avstickare till Iitala Glasbruk, avslutades dagen med middag och övernattnings på Hotell Rosendahl i Tammerfors. Nästa dag fortsatte med en rundtur i Tammerfors centrum och med besök i Kaleva kyrka, utsiktstornet, akvariet och tivolit. På vägen norrut besöktes glasbruket i Koskenkorva varefter det var tid för middag och övernattnings på Hotell Sorsapääse i Seinäjokki. Sista dagen i Finland inleddes med ett besök i Seinäjokks församlings kyrka, "Slättens Kors", varefter hemfärden anträdde över Vasa och Sundsvall.

Båtresan från Vasa nyttjades till konferens, där RHLs målsättningsprogram diskuterades för ett yttrande till riksförbundet.

För resans uppläggning och guidande svarade föreningens ordförande Sven Widegren. Han skötte detta på ett förträffligt sätt, som alla de 44 deltagarna med mycken tacksamhet noterade. Den som lotsade den stora och bekväma turistbussen, till allas stora belåtenhet, var Johnny Norberg, Brunflo.

**Hadar Dahllöw**

## Hjärtats Dag för 8:e året i Piteå

Hjärtats Dag för åttonde året har genomförts med Piteåföreningen för hjärt- och lungsjuka som arrangör, i Kyrkcenter där 80-talet besökare mött upp. Arrangörerna inledde med att informera om den del av förbundets verksamhet, som handlar om förebyggande åtgärder.

Distriktskonsulent Birger Unnbom höll ett mycket intressant föredrag om nyttan av motion för att förebygga sjukdomar.

Kommunrådet Annie Persson sa bland annat att samhället aldrig blir färdigplanerat och betonade vikten av kommunernas kontakt med handikapporganisationerna. Det är därifrån idéerna skall komma om förbättringar.

Dietist Maria Göransson talade på ett övertygande sätt om att äta rätt kost, minska på fett, salt och socker.

Kören Malören svarade för ett mycket uppskattat inslag på Hjärtats Dag med ett flertal sånger.

Som avslutning uppmanade ordförande om deltagande i föreningens olika friskvårdsaktiviteter såsom gymnastik, promenader och simning.

**Gudrun Nilsson**

## Finsk kultur för Umeåmedlemmar

Lövsta lokalförening för hjärt- och lungsjuka i Umeå har varit på utflykt till Jakobstad i Finland. Besöket var ett svarsbesök på inbjudan av hjärtskadeföreningen därstädes. Efter en lugn båtöverfart till Vasa så avgick vår buss till hantverksbyn i Solf där vi blev guidade bland krukmarkestuga, tryckerimuseum och många andra hantverksstugor. På väg till Jakobstad gjorde vi uppehåll vid Tupeliushemmet i Nykarleby. Väl framme i Jakobstad inkvarterades på hotell.

Andra dagen efter frukost visar en lokal guide oss runt i staden och alla dess sevärdheter. Bland annat Skolparken, en grön oas med över 1000 växtarter. Runebergs stuga besöktes, som han fått i medborgargåva av Jakobstadsborna år 1851. Även hans första skola besöktes. Malmska gården var ett annat mål. Gården med dess omfattande samlingar från Österbottens stadskultur och sjöfart var intressant att ta del av. På eftermiddagen åkte vi med buss till Nykarleby där värdföreningen bjöd på mat, sedan tillbaka till Jakobstad för ett besök på det nya Hälsocentret där en trevlig afton var anordnad med underhållning och kaffeservering.

Tredje dagen efter frukost fortsatte vår färd till Evijärvi. Här besöktes Finlands största hembygds museum som måste ses med egna ögon. Här bjöds resenärerna på kaffe och sedan åkte vi på slingrande vägar till Vasa och färjan hem till Umeå.

**Elsa Hammarström**

## Funktionärskurs i Östergötland

Centralorganisationen (CO) för hjärt- och lungsjuka i Östergötland, har haft en planerings- och funktionärskurs den 13-14 okt på Vildmarks hotellet vid Kolmårdens djurpark.

Kursen var mycket givande, och frågor som diskuterades var hur en förening bör fungera för att vara aktiv och attraktiv, och hur CO skall stötta lokalföreningarna. Lokalföreningarnas och COs aktiviteter för 1985 planerades. Många förslag till aktiviteter diskuterades.

Information och medlemsanskaffning togs också upp. Deltagarna arbetade i grupper vars resultat sedan redovisades och utvärderades. Styrelsemedlemmarna fick på så sätt inblick i varandras föreningsproblem.

**Göran Göransson**



## Västerbottens CO 40-årsjubilerar

Hjärt- och lungsjukas centralorganisation (CO) i Västerbottens län har firat 40-årsjubileum. Ett 60-tal personer var inbjudna till lunch på Vindelns hotell.

Alex Anderssons historik över de 40 åren kom att till stor del handla om Hällnäs-epoken. Det började nämligen där. Alla lungsjuka som kom till sanatoriet i Hällnäs hade inte bara sin oerhört svåra sjukdom att kämpa mot, det var stora svårigheter även socialt sett. Anskaffning av en bostad efter sjukhusvistelsen var nära nog en omöjlighet, till största delen beroende på smittoskräcken som fanns bland befolkningen.

Redan år 1926 började patienterna på sanatoriet att organisera sig i patientföreningar, för att försöka påverka sin svåra situation.

I början på 40-talet bildades konvalescentföreningar i Umeå, Lycksele och Skellefteå.

År 1944 bildades CO i länet. För närvarande finns sju lokalföreningar. Lungtuberkulosen har med åren kunnat bekämpas och har minskat avsevärt, men i stället har flera andra lungsjukdomar uppkommit. Till stor del beroende på rökningen och miljöförstöring.

I början på 60-talet kom även hjärtsjuka med som medlemmar. De hjärtsjuka är i dag den större gruppen.

CO har under åren bevakat de hjärt- och lungsjukas intressen, genom kontakter med myndigheter, bi-

drag till forskning och stöd till lokalföreningarnas verksamhet.

En affischutställning om hjärtinfarktpatienters problem och möjligheter visades på jubileet. Den hade gjorts av elever vid vårdskolan i Skellefteå. En mycket bra utställning som rönte stor uppskattning bland deltagarna.

Gästtalare vid jubileet var landstingsrådet Mary Frank. Hon talade om sjukvården nu och i framtiden och svarade på frågor.

Under de gångna 40 åren har förhållandena förändrats mycket, men handikapporganisationerna är lika viktiga i dag som de varit tidigare. Hon betonade vikten av den information de kan ge våra politiker.

Mary Frank avslutade med att önska CO lycka till i sin fortsatta verksamhet.

**Märta Larsson**

## Lyckseleföreningen fyller också 40 år

Hjärt- och lungsjukas förening Bången, Lycksele, firade sitt 40-årsjubileum lördagen den 25 augusti i år på Medborgarhuset.

På ett knappt halvår har medlemsantalet i föreningen ökat från 87 till 143. Över 100 personer deltog i jubileet.

Efter välkomsthälsning av föreningens ordförande Karl-Gustav Steigert underhöll Paul Sandström

med solosång. Högtidstalet hölls av Alex Andersson, som gav en redogörelse över tuberkulosens historia.

De som ursprungligen bildade föreningen Bången var just Alex Andersson tillsammans med brodern Martin Andersson samt Arne Årebrand, alla från Lycksele, samt Valdemar Sandström från Nyköping.

Edvall Eriksson, Umeå, representant för förbundsstyrelsen, höll tal och gratulerade 40-årsjubilarerna.

Förutom förbundsstyrelsens representant var också grannföreningarna i Umeå, Åsele, Dorotea, Vilhelmina, Jörn och Skellefteå särskilt inbjudna. Från Lycksele kommun deltog kommunfullmäktiges ordförande Georg Andersson, från Läns-HCK ordföranden Folke Hanefjord och från Hjärt- och lungsjukas centralorganisation i Västerbotten, ordföranden Per Karlsson. Från Nyköping kom Valdemar Sandström.

Föreningen bjöd på middag och festligheterna avslutades med en stunds dans till tonerna av Bengt Granströms kapell.

**Karin Eliasson**

## I Kalix firas 10-årsfest

200 av de 367 medlemmarna i Kalix hjärt- och lungsjukas förening samlades till jubileumshögtid den 1 september i år.

Felix Larsson redogjorde på ett trivsamt sätt för den 10-åriga verksamheten. Ärligen återkommande aktiviteter har varit sommarresor både inom landet och till grannländerna, samt surströmmingsfester och Luciafester, ibland tillsammans med andra föreningar.

Föreläsningar i för medlemmarna angelägna frågor samt studiecirklar, kurser och konferenser har varit och är andra delar i verksamheten. Föreningen har också gått in med en protestskrivelse till landstinget mot nedskärningen på lungkliniken i Boden.

Kulturen ingår ofta som en viktig del i föreningsarrangemangen. Thores trio, årets kulturstipendiater i Kalix, var naturligtvis med vid jubileet. Nanna Helin hade specialskrivit en jubileumsvisa.

Herbert Andersson sjöng till ackompanjemang av Thore Nilsson, bland annat den norska melodin Små nära ting samt Månstrålar klara glimma. Edith Krook tolkade finstämt Pär Lagerkvists dikt Det är vackrast när det skymmer.

**Anna Lundbäck**

*Styrelsen för lokalföreningen i Kalix samlade för en jubileumsbild. Frv veteranen och vice ordföranden Berta Lindbäck, kassör Egon Lindbäck, sekreterare Anna Lundbäck, ordföranden Sigvard Hansson och ledamoten Svea Hedlund.*





				KAN DOPPAS I GRY-TAN	GETT OTILL-LÄTNA MEDEL	ELAKT KAN GE JUL-RIS	DRAR I LOPP GÖR DÄLIGA	SKJU-TER UT EKER-FÄSTE
				RUNT FIN KLAPP I HOP-SATT				
				SITTER VAKARE BRIDGE-TERM			GER MYCKET UNDER JULEN	
				BAK-FRAM SPEL-DEL		LEDER LIPP ELLER NED		JAG MÅSTE SYNA DOM ORDENTLIGT!
BRUKAR DET VID GÖTT-RIM-DAGS	MÅNS-DOT-TER	FIENDE	KÄNNA PÅ SIG	HAR MED-GÅNG TIDNING	GÖEPPA NI I OBJEKT-FORM			
				KAN VÄRA SVÄR BEMÄST-RAD				KÄRNAS FÖST / TYSKLAND
TRÄKIG SJUKA SLEKT ONT				ÅKRUM				JULÄNGEL
								MENING
								LÄTER FÖRVA-MAT SÄG-OGESTALT
MÄNGEN ÄR GÅNG-BAR I DAG								
	SÄM-RE BÖNA		HAR TILL-STÄND		KAN BRYTA LJU-SET			
					TAK-TE-GEL			
					KRE-D-I-T			GÖR MUGGEN HÄLL-BAR
SJÄRS JUL-PAKET	HÄLIG-RARE VILJE-STRÄKT					FÅ-SLAG		GLÖGG
TAR KRAFTEN FRÖM OVAN								DÄCKA
SÄDAN BIL KAN VÄXAS								
						HÅLLER UT LÄNGE	DRAS JUL-KLAPPS-SVOREN HÖJA	
								MARK-BIT
								GÖR GOD MAT LÄTT
								FÄR VI RÄKNA MED NU
								ALL-JÄMT STUDERA TEOLOG
HÖST-FÖDJE POLIS-JVEP				VID CRISDES SIDA	STI-LIG	LAND-SKAP		
KALLAR TILL JUL-ÖTTA	STAD OCH TÖS		DYSTER I TONEN BEKANT MYRDAL					
I STAN BLIR JUL-KORT			VÄVBOM					
			SNABB-VIND					
HAR BRA AN-LAG								

Lösningar skall vara märkta "Bildkruss nr 10" och måste vara Status redaktion, Box 9090, 102 72 Stockholm, tillhanda senast den 10 januari.

Fyra priser utdelas, nämligen ett på 75, ett på 50 och två på 25 kr.

Lösning och pristagare meddelas i Status februari nummer.

Namn \_\_\_\_\_

Adress \_\_\_\_\_

Postadress \_\_\_\_\_

# Status BILDKRYSS nr 10



# Från tanke till handling

Man kan lätt få för sig att det är slumpen som avgör valet av försäkringsbolag. Hur ska man annars förklara att en och samma person, eller en och samma familj har försäkringar i två, tre eller fyra olika försäkringsbolag?

Man kanske har livet försäkrat i ett bolag, värdesakerna i ett annat, bilen i ett tredje och hemmet i ett fjärde. Spridningen hämmar överblicken. Och det är också en smula opraktiskt. Inte mindre än 2 av 3 försäkringstagare är överens om den saken och överväger att samla alla sina försäkringar i ett och samma bolag.

Därför, känner du dig det minsta oviss om ditt försäkringsskydd ring Folksam-ombudet eller vårt närmaste kontor. Telefonnummer finns i telefonkatalogens gula sidor.

## FOLKSAM

**Det lönar sig att bli helkund.**



# RIMMA TILL JULSKINKAN.

## TÄVLA OM FEM MIKRO- VÅGSUGNAR OCH 200 MATCHECKAR.

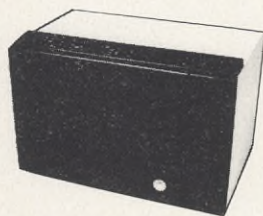
Tänk dig, att du ska ge bort en skinka i jul. Saftig och mör. Omsorgsfullt rimmad, så att den är precis lagom salt.

Om rimmad skinka handlar också julens stora tävling.

Skriv ett riktigt bra grötrim till julskinkan och tävla om många matnyttiga priser. Tävlingskuponger finns i Scans skinkförpackningar. Och i alla butiker som säljer Scans julskinkor.

Det är lätt att rimma, om man tänker på att skinka är barnens favorit och allt gott som kan lagas på köttet, t ex skinksallad, skinkomelett och pytt i panna. För att inte tala om frukostpålägg och den efterlängtrade skinkmackan framåt nattkröken.

Vetskapen om att skinka är ovanligt magert och prisvärt kött kan förhoppningsvis bidra till rimmarglädjen. Det magra köttet i skinken innehåller bara 3-5 procent fett.



**FEM MIKROVÅGS-  
UGNAR ATT VINNA!**  
Märket är Philips och vinstvärdet 3.500 kronor.



**200 MATCHECKAR ATT  
VINNA.** Varje check är värd 200 kronor och gäller i alla livsmedelsbutiker.



## LASSE ÅBERG, ÅKE SÖDERQVIST OCH ÅKE STRÖMMER RIMMAR OCH BEDÖMER.

Det är en matkunnig trio som sitter i juryn. De föregår med gott exempel och visar hur grötrim till skinkan kan ta sig ut.

Du har resten av året på dig att rimma till julskinkan. 31 december går tävlingstiden ut. Den 15 feb 1985 vet du om du vunnit en mikrovågsugn eller matchcheck.