

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.



DIABETES

De Sockersjukas Tidskrift • Nummer 1 1957 • Pris 1: 25



Subasta

lanserar
en
NYHET

*för
diabetiker
och
kalorijägare*

APRICOSHALVOR
PERSIKOHALVOR
FRUKTSALLAD

innehåller **sucaryl®**

Fruktkonserver av högsta kvalitet



**UTAN
SOCKER**

RICHMOND - CHASE COMPANY - SAN JOSE, CALIFORNIA

ENSAMFÖRSÄLJARE FÖR SVERIGE **SUBASTA AB**

POSTGATAN 59 GÖTEBORG TEL. 11 57 36, 11 57 54, 11 57 63

Ansvarig utgivare:
Nancy Eriksson

Redaktion och expedition:
Majorsgatan 10
Stockholm Ö
Telefon 61 39 49
Postgiro 50 07 75

Annonsavdelning:
Manhemsvägen 7
Sollentuna
Telefon 35 42 18, Stockholm

Redaktionskommitté:
Gunnar Engleson
Nancy Eriksson
Gunnel Rathsmän

Medicinska medarbetare:
Docent, med. dr Gunnar Engleson
Allhelgona Kyrkogata 10, Lund
Överläkare, med. dr Alb. Grönberg
Brättevägen 4, Vänersborg

Prenumerationspris:
7:— kr. pr år
Utkommer den 20:e i månaderna
februari, april, juni, augusti,
oktober och december

Tryck:
Lindgrens Tryckeri, Katrineholm

Svenska Diabetesförbundet:
Majorsgatan 10
Telefon 61 39 49
Stockholm Ö
Kontrollgirokonto 90 09 01

Ordförande:
Riksdagsledamoten
Fru Nancy Eriksson
Roslagsgatan 11, Stockholm Va
Telefon 32 02 32

Kassaförvaltare:
Revisor Alexis Åsbrink
Abrahamsbergsvägen 19, Bromma
Telefon 26 40 24, Stockholm

Omslagsbilden: Fru Karin Arnewi
i Blekingedräkt vid Stockholms-
föreningens basar i december

DIABETES

Organ för Svenska Diabetesförbundet
Nummer 1, februari 1957, årgång 7

Innehåll:

En god läkare	3
En mor berättar	4
Dietlistan	13
Massage avmagrande endast på massören	17
Amerikansk syn på BZ 55 ...	18
Bra spruta	19
När slipper vi sprutan	20
Har Ni Er jultia kvar?	21
Från våra föreningar	22
Läkarrådet har sammanträtt .	28
BZ 55 gratis på apoteken ...	29
Zambesi och vi	31
Lättsmält	32

Klara fakta om

SUCARYL

Det VÄRMEBESTÄNDIGA
sötningemedlet
UTAN NÄRINGSVÄRDE

(Cyklamatsodium, Abbott)

● *Vad det är:* SUCARYL är ett sötningemedel utan näring, användbart vid tillagning av sockerförbjuden dietmat för diabetes- och fettsorpatienter. Dess funktion är att åstadkomma önskad sötna utan tillskott av kolhydrater och därmed underlätta för patienterna att hålla stränga dietföreskrifter. SUCARYL är värmebeständigt, vilket gör det användbart vid kokning, bakning, konservering och djupfrysning utan att det därmed förlorar sin sötna. Följden härav är att SUCARYL har vidsträckt användbarhet vid matlagning. SUCARYL har sockerliknande sötna och efterlämnar vid ordinarie bruk ingen bitter eller metallisk eftersmak.

● *I två former:* SUCARYL finns numera i både natrium- och calciumform. De praktiska, skummande SUCARYL natriumtabletterna på ett åttondels gram finns i glas om 100 och 1.000 stycken. SUCARYL calciumsötninglösning, en nyupptfunnen natriumfri form för strikt salt diet, finns i för hushållsbruk praktiska flaskor om 120 ml.

● *Rekommenderat bruk:* När SUCARYL intages i normala mängder förekommer ingen upplagring av det i kroppen eller några toxiska verkningar.

Patienter på strängt saltfattig diet böra emellertid använda calciumlösningen. Calciumformen av SUCARYL har lägre tröskel för bitter smak, förnimbar i vissa födoämnen när proportionen uppgår till 0,5 procent, jämfört med omkring 0,8 procent för natriumformen. Båda formerna äro lika bra vid ordinarie bruk.

ABBOTT LABORATORIES SKANDINAVISKA AB

Lindhagensgatan 132 — STOCKHOLM — Telefon 52 02 55

FINNES ATT KÖPA PÅ ALLA APOTEK

En god läkare

I januarinumret förra året behandlade dr Nils Bergqvist i Västerås i en artikel frågan om diabetes och graviditet. Han lämnade där uppgifter om pågående undersökningar på olika håll i världen som visade, att fosterdödligheten, som tidigare varit mycket hög hos diabetiska mödrar med intensiv skötsel under graviditeten kan bringas ner avsevärt. Det är två ting, som skrämmer en kvinnlig diabetiker, när hon blir gravid, risken för att barnet inte skall födas levande och en oro för att barnet om det lever skall få sjukdomen i arv.

Nyligen har jag träffat två lyckliga, nyblivna mammor i 30-års åldern. Båda har diabetes, båda har känt ängslan. Men läkare väl förtrogna med diabetes har hjälpt dem. Den ena en söt akademiker har fått sitt tredje barn trots sockersjuka. Allt har gått bra, hon har orkat med sitt hem, studier och även föreningsarbete. Den andra mamman har länge tvekat om att skaffa sig barn. Nu bar hon fram barnet, men det kunde inte födas med liv. Läkaren som hade följt henne och kände riskerna hade emellertid ordnat så, att hon fick

överta ett annat nyfött barn, som inte hade någon mamma att komma till, och kunde börja amma redan på BB. Hon reste hem med ett eget barn, som hon hade kärlek nog att bli mor för och som hon hade krafter att amma och vårda.

När vårt läkarråd sammanträdde och resonerade om en rådgivning till nyblivna diabetiker och deras anhöriga genom en kortfattad upplysningsskrift, var man ense om att en ordentlig samtalstid mellan läkare och patient ersätter alla skrifter. Läkaren får inte sitta med stoppuret i hand, när han konsulteras av patient, som helt får lägga om sitt liv plötsligt utan att för den skull skiljas från det normala livets alla krav på arbete och försörjningsförmåga.

Vi har i förbundet fått många påringningar om hur patienter behandlas som kollin på massmottagningar eller får lägga in sig på sjukhusbehandling, som resulterar i dålig kondition och modlöshet.

Med en god läkares bistånd kan man visserligen inte botas men i någon mån få styr på sin sjukdom.

Waverly Eriksson

Anförande av fru Anni Nycander vid höstmöte i Föreningen för Sockersjuka i Örnsköldsvik med omnejd.



Bertil sommaren efter insjuknandet

En mor berättar

År 1923 föddes vår son Bertil i Stockholm. Det var stor glädje i hemmet, där det förut fanns en liten flicka på 4 år. Bertil var stor och duktig. Han vägde 4 ½ kg vid födseln och utvecklades fullt normalt.

I januari 1925 (Bertil var då 1 år och 4 månader) blev båda barnen förkylda med feber. Flickan blev snart kry, men när den lille parveln blivit feberfri blev han icke pigg som förr. Han blev orolig och så en natt satt han hela natten i sängen och vaggade fram och tillbaka och bad om vatten.

Det var ej lätt för en ung mor att förstå vad som fattades honom. Därför tillkallades en barnläkare, som ställde diagnosen hjärnhinneinflammation. Bertil fördes till Norrtulls Barnsjukhus.

Jag fick ej stanna hos honom på sjukhuset, men innan jag gick, bad jag läkaren att de skulle ge honom vatten, ty det var det enda han hade begärt. De orden satte läkaren, sedermera generaldirektör Höjer, på rätt spår: Sockersjuka.

Insulinet upptäckt några år tidigare

Tack och lov! Insulinet hade några år tidigare upptäckts av doktor Banting. Bertil blev nu insulinbehandlad och repade sig så småningom. Läkarna gav dock ingen förhoppning om att han skulle kunna bli vuxen. Han låg kvar på sjukhuset i 1 ½ månad och fick två sprutor per dygn med 3 enheter per gång.

Matsedeln under den första tiden var per dygn: 1 liter mjölk, 4 skorpor, 200 g buljong, 100 g urkokt,

tråkig vitkål och 100 g passerad spenat utan vare sig salt eller andra smakämnen. Måltiderna serverades klockan 9, 13 och 17. Så småningom utökades dieten med 25 g smör.

Så en dag fick Bertil återvända hem från sjukhuset. Glädjen var stor och vi föräldrar kände vårt stora ansvar. Vi hade icke gett upp hoppet om att han skulle kunna överleva. Jag hade på sjukhuset följt hans vård och förstod till fullo hur viktigt det var att följa föreskrifterna och för hem fast besluten att göra mitt allra bästa.

Bestvärligt blanda insulin

Det första jag fick taga itu med var att blanda insulinet. Det fanns vid denna tid ej i färdig form som nu, utan köptes i form av små tabletter. Två gånger om dagen och litet längre fram tre eller fyra gånger per dag kokade jag i 20 min. sprutan, nålspetsar (en i reserv), en bägare att ställa sprutan i, en liten mortel med stöt och en

pincett. När det var gjort och mortel med stöt hade självtorkat, stöttes insulintabletterna sönder och viss mängd destillerat vatten tillsattes.

Några månader gick och allt var rätt så bra. Det blev vår och familjen längtade ut från stadsluft och sjukhusluft till sommaren på landet. Professor Jundell, överläkaren på Norrtulls Barnsjukhus, ansåg det bäst att taga in Bertil på sjukhuset igen för att ställa in honom för sommaren. Jag fick följa med och vi bodde där en månad.

Tiden gick sakta

Aldrig glömmar jag hur långa dagarna var där. Genom det gammalmodiga husets höga fönster med röd- och vitrandiga gardiner silade det tidiga morgonljuset in. Varje morgon klockan 5 väcktes vi av en mängd mammor, som passerade vår dörr på väg in för att amma sina små barn.

I början av insulinets användning ansåg läkarna att sprutan skulle ges en god stund eller cirka 1/2 timme före maten. När sedan maten från köket kunde dröja, hann den lille att plågas av insulinökningar, men detta förstod ofta inte sjukhuspersonalen utan trodde att pojken bara var otålig.

Det var skönt att vid dessa tillfällen vara till hands på sjukhuset. Inte för att jag kunde göra så mycket, men jag vankade med honom på armen och slog som en uv ned på maten så fort den kom och matade honom med den. Efter maten upphörde känningarna och pojken var åter nöjd och glad.

Tabell över de födoämnen, som få utbytas mot 30 gram franskt bröd.

24 gram Ragknäckebröd.	
24	Mjöl av vete, rag, korn, majs, burre, potatismjöl.
27	Havremjöl.
33	Ärtmjöl.
24	Makaroni, spaghetti eller vermiceller.
26	Havre, ris, eller korngrön.
36	Gula ärtor, bruna bönor, linser, torra gröna ärtor.
150	Färska eller inkokade ärtor.
110	Bondbönor (unga, gröna).
90	" (äldre, gra).
110	Färsk potatis.
150-180	Körsbär, krusbär, vinbär, äpplen, päron, plommon.
300	Smultron, jordtubbar.

En av de första utbytestablerna

Spenaten blev kall

Om spenaten ej hade funnits hade vistelsen ute i parken på förmiddagarna varit en ljuspunkt. Nu hade vi emellertid stränga order att spenaten skulle vara uppäten före middagsmålet. Spenatallriken var därför vår ständiga följeslagare. Med lock och pock försvann en sked kall och intorkad spenat då och då med stor pina för barn och mor. Först nu, 30 år senare, har Bertil åter börjat att frivilligt äta spenat . . .

Under sjukhusvistelsen ökades insulinet. Två sprutor bibehölls, en på morgonen och en på kvällen. Upphållet mellan spruta och mat kvarstod. Brödransonen minskades ned till 20 g, som han fick 10 g på morgonen och 10 g på kvällen. Jag kan försäkra er, att den smörgåsen var inte stor. Mjölkens minskades från 1 liter till 4 deciliter och ersattes med 150 g grädde. Smöret ökades däremot med 5 g. Det var så viktigt på den tiden med de föreskrivna mängderna att allting verkligen vägdes på grammet på en härför anskaffad brevvåg. Dessutom tillkom 1 ägg, 20 g fisk och fyra teskedar saftsoppa samt en tomat. I stället för vitkål och spenat erhöll han ibland bönor och blomkål. Till sommaren skulle matsedeln förgyllas med några jordgubbar eller blåbär.

Vi reste till landet

Så fick vi till slut resa ut till landet på Solsidan utanför Saltsjöbaden, där det fanns läkare tillgänglig och vi njöt alla av att få vara tillsammans. Bertil var nu



En god fångst

pigg och själv fick jag en vecka ledighet att resa bort och vila mig på under vilken tid en sjuksköterska skötte pojken. Bertil hade oturen att få kikhosta på sensommaren, men den klarade han med lätthet. Han var då två år.

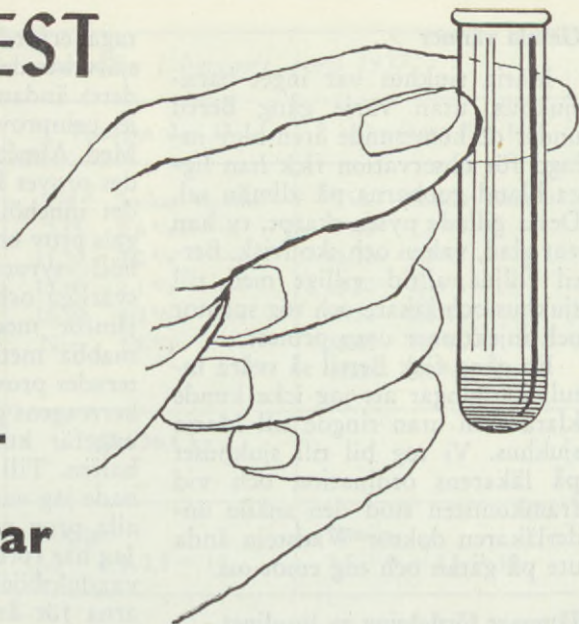
Insulinkänningarna blev på hösten allt flera och ibland ända upp till tre stycken på en enda natt. På den tiden fanns det endast en sorts insulin och det var snabbverkande. Nutidens fina insulin-sorter var då helt okända. Jag sov av oro endast till hälften och hade pressad apelsinsaft med socker bredvid mig i beredskap. Så fort jag tyckte att pojken andades häftigare skyndade jag till hans säng. Vid behov fick han saften.

Vi hade hört att professor Tillgren vid Maria sjukhus hade blivit specialist på diabetes och vi vände oss till honom. Såväl professor Tillgren som hans assistenter och översköterskan Syster Anna visade senare under många år ett enastående stort intresse för Bertil och hans sjukdom.

CLINITEST

(BRAND)

ger exakta
och snabba
urinsocker-
bestämningar



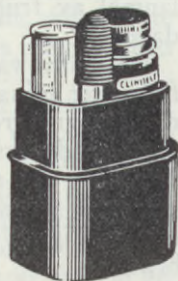
Allt som erfordras för sockerbestämningar i urin finns i CLINITEST-etuiet, som kan användas var som helst, när som helst. De Clinitest reagerter som levereras med detta etui ger ett kopparreduktionsprov med alla reagenser koncentrerade i en enda reagent. Uppvärmning är icke erforderlig, då varje reagent åstadkommer den nödvändiga temperaturförhöjningen. Man lägger endast en Clinitest reagent i provröret med den rätta kvantiteten utspädd urin, inväntar reaktionen och jämför sedan med färgskalan. Clinitest ger snabb, bekväm och pålitlig urinsockerbestämning.

Litteratur kan erhållas från vår representant

När reagenterna i etuiet
är slut — komplettera det
med refill.



AMES COMPANY INC.
ELKHART, INDIANA



Generalagent: AKTIEBOLAGET **MEDA** GÖTEBORG

Gamla vänner

Maria sjukhus var inget barnsjukhus, utan varje gång Bertil under de kommande åren blev inlagd för observation fick han ligga bland gubbarna på allmän sal. Dessa gillade pysen skarpt, ty han var glad, vaken och skojfrisk. Bertil följde alltid villigt med till sjukhus och läkare och tog sprutor och injektioner utan protest.

En gång fick Bertil så svåra insulinkänningar att jag icke kunde klara dem utan ringde till Maria sjukhus. Vi tog bil till sjukhuset på läkarens ordination och vid framkomsten stod den snälle underläkaren doktor Wadstein ända ute på gatan och tog emot oss.

Jämnare fördelning av insulinet

Professor Tillgrens behandlingsmetod gick ut på en mera jämn fördelning av insulinet och han ökade antalet sprutor från två till fyra per dygn. Det långverkande insulinet fanns fortfarande ej vid denna tid men efter några år tillhandahölls insulinet i färdig lösning i ampuller av den typ vi nu är vana vid. Pojken fick samtidigt mera smör och bröd samt mellanmål av frukt flera gånger om dagen.

Det bästa var dock en tabell vi fick över olika födoämnen såsom mjöl, gryn, grönsaker och frukt, som kunde ersätta 30 g franskt bröd och nu räknade jag ut på grammet en så omväxlande diet som möjligt. Vågen var i ständigt bruk.

Vi tog proven själva

Så småningom lärde jag mig att

taga erforderliga prov så att jag själv kunde justera matsedeln. För detta ändamål tillvaratog jag varje urinprov och undersökte det. Med Alméns sockerreagens kokades provet för att jag skulle se om det innehöll socker, och med Legals prov undersöktes om det innehöll »syror». Dessa prov var besvärliga och tog lång tid om man jämför med nutidens enkla och snabba metoder. Senare kompletterades proven med Benedikts sockerreagens genom vilket jag på ett ungefär kunde bestämma sockerhalten. Till att börja med antecknade jag varje prov och sedermera alla prov under kritiska perioder. Jag har fortfarande kvar de svarta vaxduksböckerna med anteckningarna för åren fram till och med 1943.

Jag tog boken och Bertil med mig och besökte professor Tillgren med jämna mellanrum och han ställde in insulinet efter dessa anteckningar. Själv fick jag stor erfarenhet av hur Bertil skulle skötas och professor Tillgren frågade mig alltid vad jag själv föredrog och fick vanligtvis Tillgrens kända svar: »Just de' ja!» Vistelserna på sjukhuset blev alltmer sällsynta. Påssjuka, vattkoppor och röda hund klarades av utan särskilda svårigheter.

Då vi kom hem efter denna inställning av mat och insulin var Bertil mellan två och tre år. Jag brukade läsa aftonbön med Bertil och då han slutat med ordet »Amen» fick han alltid en bit banan innan han somnade. Han sammanblandade då ordet »amen» och banan och bad om »amen» då han ville ha banan.

Utdrag ur journalen i hemmet april 1937

Måndagen den 12			Tisdagen den 13			Onsdagen den 14		
Tid	Socket	Aceton	Tid	Socket	Aceton	Tid	Socket	Aceton
7.15	0,3 %	—	7.15	0,6 %	—	7.15	1,8 %	—
11.30	2,0 %	—	11.30	3,0 %	—	11.30	1,9 %	—
15.30	4,0 %	—	15.40	2,1 %	—	13.20	2,1 %	—
17.30	1,3 %	—	16.30	2,2 %	—	17.30	2,8 %	+
Natt	0,3 %	—	Natt	1,8 %	—	20.00	1,4 %	—
						Natt	2,0 %	—
Någon känning kl. 01 3 kex			Vikt 36,4 kg					
Insulin: 3,5 + 4 + 3 = 10,5			Insulin: 3,5 + 4 + 2,5 = 10			Insulin: 3,5 + 4 + 2,5 = 10		

Hjälpsamma syskon en fördel

Då Bertil var 4 år var hans syster Gunhild 8 år. Hon var mycket förstående, omtänksam och hjälpsam mot sin lille bror och till stor hjälp då det gällde hans sjukdom.

Jag vill nämna ett exempel. Barnen lekte tillsammans då Bertil blev arg på sin syster. Hon stannade då i leken, mumlade för sig själv: »Nu håller han på att få insulinkänning» och sprang in efter en sockerbit, som hon lyckades lura i honom. Så ställde hon sig att betrakta pojken och sade för sig själv: »Nu håller han på att bli bättre». Efter ytterligare några minuter sade hon: »Nu är han bra igen», och leken fortsatte.

Familjen blir större

Året innan Bertil kom i skolåldern fick han en liten syster att intressera sig för och samtidigt

flyttade familjen ut till en villa i Nockeby. Han var nu mycket ute och lekte med många kamrater och deltog i trädgårdsarbetet på tomt. I stället för att gå i skolan fick Bertil en lärarinna från folkskolan, som kom och läste någon timme dagligen med honom.

När Bertil skulle börja i realskolan hade en trevlig privatskola, Högländsskolan, öppnats 20 minuters väg från oss. Bertil cyklade eller åkte skidor dit. Han läste med iver och trivdes i skolan med lärare och kamrater.

Efter skolans slut cyklade han ofta ut till skogarna på Lovön och Kersön, som ej låg så långt bort från bostaden. Där lärde han känna djur och växter och fick mycket rörelse och motion.

Under tiden hade vi skaffat en liten campingbåt med utombordsmotor och gjorde många och långa utfärder i Mälaren och Stockholms



En båtutur

skärgård. De första åren var förutom insulinet även vågen och provtagningsutrustningen med ombord. En sommar var förutom far och mor med tre barn såväl Bertils tama ekorre som lilla systers fåglar i bur med ombord och då var det trångt om saligheten.

En ny diabetesspecialist

En ny specialist på diabetes kom till vår kännedom i augusti 1935. Det var doktor Möllerström och vi uppsökte honom för att höra om han hade något nytt att komma med. Enligt doktor Möllerströms metod togs insulinet bort för studier av patientens insulinrytm. Härvid blev Bertil sjukare än läkaren väntat, men det hela redde upp sig. Doktor Möllerström fann att professor Tillgren inställt insulin och diet så väl som var möjligt. Han tillrådde dock mer kött och fisk och en potatis extra någon gång då och då. Detta var inte Bertil ledsen för.

Senare for vi till fjälls varje år och första gången var år 1936, då Bertil var 12 år. Professor Tillgren hade sagt ifrån att vi icke skulle minska insulinmängden men

väl öka maten om så behövdes. I sol, luft och kroppsrörelse måste vi öka maten, men trots att Bertil åt så mycket han orkade, måste vi dock minska på insulinet.

Detta inträffade den 7 april 1936, vilken dag kan betraktas som den friare dietens födelsedag åtminstone för Tillgrens patient. Sedan denne fått del av dessa erfarenheter ökades nämligen insulinmängden så att i stället dieten blev i det närmaste normal kost förutom sockerhaltig mat och allt för mycket kolhydrater naturligtvis.

Ett lyckligt slut

Den friare dieten, all vistelse i naturen, sommaren på sjön och vintertid ett fjällbesök gjorde att Bertil blev allt friskare och att han inte hade några besvär alls av sockret. Inte heller har sockersjukan lagt några hinder i vägen för hans studier. För några år sedan fick han även körkort tack vare de utredningar, som kommit till stånd bland annat tack vare de sockersjukas organisation.

Tack vare läkarvetenskapens framgångar under dessa år och en omsorgsfull vård sitter Bertil nu här i salen tillsammans med sin fru, och ni förstär att mitt hjärta sväller av tacksamhet över den utveckling som ägt rum.



Bertil som nybakad student

För diabetiker
och alla andra
**som måste
undvika socker**



Nytt syntetiskt sötningsmedel, som framför allt är indicerat vid diabetes och adipositas. Det rekommenderas sådana patienter, hos vilka man önskar inskränka kaloritillförseln och minska kolhydratomsättningen. Följaktligen är Assugrin särskilt lämpligt som sötningsmedel även vid avmagringskuror.

Absolut oskadligt och förorsakar varken matsmältningsbesvär eller andra obehag.

Tål kokning, bakning och nedfrysning och kan därför användas vid tillredning av alla slags maträtter och drycker.

Ger ingen bismak, varför maträtter sötade med Assugrin gärna ätes även av dietpatienternas anhöriga. Husmodern slipper därför besväret att tillreda specialrätter.

Praktisk fickförpackning

	med 50 tabletter	Kr. 1.65
Glas	» 500	» 12.40
	» » 1000	» 22.50

(Riktpriser)

Försäljes på apotek och i färghandel.

AKTIENGESELLSCHAFT »HERMES», ZÜRICH
Repr. i Sverige: CIBA PRODUKTER AB, STOCKHOLM

Nyhet: SOCKATIN-STRÖ

Sötningemedel i pulverform. Tål att kokas.

Obs.! Kan ej användas till varma eller kalla drycker.

1 tesked motsvarar 5 tsk socker — Pris pr burk 3:00 kr.

Muffins

3 ägg, 100 g mjöl, 40 g potatismjöl, 4 strukna tsk. bakpulver, 3 tsk. SOCKATIN-STRÖ, 100 g margarin, 1 dl kokande vatten samt rivet skal av 1/2 apelsin eller citron.

Mät upp alla de torra ingredienserna och blanda dem väl. Smält margarinet i en gryta och tillsätt vattnet samt ev. rivet skal. Dela äggen och rör ut gulorna i en skål samt tillsätt omväxlande de torra och våta ingredienserna. Rör tills smeten är jämn. Sist iröres de piskade vitorna. — Gräddas 25 min. i 200°.

Apelsinmarmelad

Skalet på en apelsin (ca 200 g) klyves i fyra delar och skäres i lövtunna strimlor. Dessa kokas mjuka i ca 30 min. i rikligt med vatten varefter kokvattnet silas av och strimlorna spolais kallt vatten. Under tiden har man plockat bort så mycket skinn från klyftorna som möjligt, borttagit kärnorna och delat köttet i lagom stora bitar. Skal och kött kokas nu i 1/2 l vatten under omrörning i 15 min. I sista ögonblicket tillsättes 3 rågade tsk. SOCKATIN-STRÖ under kraftig omrörning.

Marmeladen hälls först på burk sedan den börjat geléa sig, ty annars sjunka skalen till botten. Ca 500 g marmelad erhålles. Förvaras bäst i kylskåp, kan dock hålla sig en vecka i kyligt skafferi.

Sockerkaka utan socker

3 ägg, 100 g mjöl, 4 strukna tsk bakpulver, 150 g margarin, 15 st SOCKATIN-tabl. upplösta i 1 dl kokande vatten.

Rör ut äggulorna. Blanda i mjölet, som förut är blandat med bakpulvret. Rör i det smälta margarinet samt SOCKATIN-lösningen tills en jämn smet bildats. Sist iröres de till hårt skum slagna vitorna. Gräddas i smord och skorpmjölad form i 25 min. — medelvarm ugn.

Mockatårta utan socker

4 st. SOCKATIN-tabl. upplöses i 1 dl varmt kaffe, tillsättes 1 dl mjölk, samt 25 g maizenamjöl, får ett uppkok, varvid tillsättes klumpvis 75 g kallt smör, röres väl.

Samma smet som ovan + 25 g kokosflingor. Skär igenom kakan. Bred ett lager kräm emellan och lägg ihop, samt spritsa över resten av krämen innan den kallnat.

Finns SOCKATIN eller SOCKATIN-STRÖ ej på Edert apotek sända vi gärna portofritt mot postförskott order på minimum 18:00 kr eller däröver.

Sockatin finns i:

Plastask om 100 tabletter	pris kr.	1:55
Burk » 1000 » » »		11:50
» » 2000 » » »		20:50

FERTIN • Vitemöllegatan 7 H, MALMÖ

Denna dietlista är avsedd för sockersjuka, som går uppe och är i arbete. Vi vill dock påpeka att den inte är allmängiltig, ty vars och ens behov varierar i hög grad. Är Ni tveksam är det bäst att först tala med Er läkare. På sidan 16 finner Ni några tabeller, som hjälper Er att få rätta mängder av de olika ingredienserna.

Dietlistan:

MÄNDAG

Frukost: Havregrynsgröt, surt mos, vitkål.

Lunch: Ägghalvor m. fisk, grönsaker och majonnäs.

Middag: Goulasch, potatis, sallad. Rabarbersoppa.

TISDAG

Frukost: Rågmjölsgröt, sura lingon, bönor.

Lunch: Fisk- och grönsaks à la daube, pepparrotsås.

Middag: Kalvjärpar, sky, gurk- o. vitkålssallad, potatis.

Färsk äppelsoppa.

ONSDAG:

Frukost: Havregrynsgröt, surt mos, råsallad.

Lunch: Biff à la Lindström, stekt ägg, blomkål.

Middag: Kokt fisk, persiljesås, bönor, potatis.

Kompott.

TORSDAG

Frukost: Havregrynsgröt, surt mos, bönor.

Lunch: Kräftströmning, marine-
rade grönsaker.

Middag: Köttsoppa.
Syltomelette.

FREDAG

Frukost: Havregrynsgröt, surt mos, blomkål.

Lunch: Fransk omelette m. fisk, marinerad sallad o. gurka.

Middag: Kokt kalv, currysås, bönor, potatis.

Blåbärssoppa.

LÖRDAG

Frukost: Grahamsgröt, sura lingon, bönor.

Lunch: Fiskfiléer på spenatbotten m. smörfräst lök, ägghalvor, potatis.

Middag: Kålpudding, lingon.
Saftsoppa.

SÖNDAG

Frukost: Havregrynsgröt, surt mos, bönor.

Lunch: Omelette m. spenat, 35 g kallskuret.

Middag: Oxstek, sky, helstekt lök, broccoli, potatis.
Stekta äpplen, grädde.

MÅNDAG

Frukost: Rågmjölsgröt, sura lingon, råsallad.

Lunch: Fiskfilé på spenatbotten, brynt lök, ägghalvor.

Middag: Kött- och grönsaksgröta potatis.
Körsbärssoppa.

TISDAG

Frukost: Havregrynsgröt, surt mos, vitkål.

Lunch: Fiskmajonnäs m. grönsaker.

Middag: Pannbiff med lök, sky, bönor, potatis.
Kompott.

ONSDAG

Frukost: Rågmjölsgröt, sura lingon, bönor.

Lunch: Omelette m. spenat, 35 g kallskuret.

Middag: Kokt fisk, smält smör, pepparrot, blomkål, pot. Kompott.

TORSDAG

Frukost: Havregrynsgröt, surt mos, bönor.

Lunch: Kalvsylta, ostgratinerad blomkål.

Middag: Spenatsoppa, frikadeller. Rispudding, sylt.

FREDAG

Frukost: Havregrönsgröt, surt mos, vitkål.

Lunch: Fransk omelette m. smörfrästa grönsaker, 35 g kallskuret.

Middag: Kokt färsk oxbringa, buljongsås m. pepparrot, bönor, potatis.
Blåbärssoppa.

LÖRDAG

Frukost: Grahamsgröt, sura lingon, vitkål.

Lunch: Femöring m. brynt lök, bönor.

Middag: Stekt fisk, dillmajonnäs, sallad, gurka, potatis.
Stekta äpplen, grädde.

SÖNDAG

Frukost: Grahamsgröt, sura lingon, råsallad.

Lunch: Pytt i panna (med potatis och grönsaker), stekt ägg, sallad.

Middag: Tunga, lätt stuvad spenat. Kompott, grädde.

MÅNDAG

Frukost: Grahamsgröt, sura lingon, rödkålssallad m. äpple.

Lunch: Fisklåda m. grönsaker.
Middag: Vitkålsgröta m. kött, pot.
Nyponsoppa.

TISDAG

Frukost: Havregrynsgröt, surt mos,
bönor.
Lunch: Spenatomelette, 35 g
kallskuret.
Middag: Köttbullar, sky, broccoli,
potatis.
Färsk äppelsoppa.

ONSDAG

Frukost: Havregrynsgröt, surt mos,
blomkål.
Lunch: Biff à la Lindström, sky,
stekt ägg, sallad o. gurka.
Middag: Kokt fisk, persiljesås,
purjolök, potatis.
Juliennesoppa.

TORSDAG

Frukost: Havregrynsgröt, surt mos,
blomkål.
Lunch: Kalvsylta, marinerade
grönsaker.
Middag: Spenatsoppa, frikadeller.
Rispudding, sylt.

FREDAG

Frukost: Rågmjölsgröt, sura lingon,
purjolök.
Lunch: Stekt inlagd fisk, ägghal-
vor, råssallad.
Middag: Kokt kalv, currysås,
bönor, potatis.
Rabarbersoppa.

LÖRDAG

Frukost: Havregrynsgröt, surt mos,
broccoli.
Lunch: Spenatlåda med brynta
köttärningar.
Middag: Stekt fisk m. tomaty,
savoykål, potatis.
Frukt.

SÖNDAG

Frukost: Havregrynsgröt, surt mos,
vitkål.
Lunch: Salladstallrik m. ägghalva
o. majonnäs, kallskuret
35 g.
Middag: Tunga, broccoli, potatis.
Plommonkomp., grädde.



NEDERMA NEO

PRODUKTER

Hallon-marmelad 1/2 lb. burk
Jordgubb- » »
Orange » »
Persikor i saft » »
Äpplemos 1 lb. burk

Partiförsäljning:

AB Pern-Rup

MALMÖ C

Tel. 376 80 - 97 89 80

Diabeteskosten innehåller per dag:

	<i>Knapp diabeteskost</i>	<i>Ordinär</i>	<i>Riklig</i>
Kalorier	1200	2200	3500
Kolhydrater	70 g	145 g	255 g
Äggvita	65 g	100 g	145 g
Fett	50 g	100 g	165 g

Så här mycket ingår i kosten varje dag:

Ägg	1 st à 50 g	2 st à 50 g	2 st à 50 g
Fisk, mager (råvara bfr)	100 g	150 g	250 g
Kött, magert (råvara bfr)	75 g	100 g	250 g
Ost, mager, 30 %	40 g	50 g	50 g
Smör	20 g	50 g	60 g
Mjölk	500 g	550 g	1000 g
Bröd, franskt	100 g	150 g	250 g
Gröt, havregryn	—	15 g	30 g
Potatis	100 g	150 g	250 g
Frukt, äpple eller apelsin	1 st	2 st	3 st

Av ovanstående tabell får Ni dessa standardrätter som kompletteras med de olika maträtterna:

Frukost

Gröt	—	»5 g	30 g
Smör	10 g	15 g	25 g
Ägg	—	1 st	1 st
Bröd, franskt	50 g	50 g	100 g
Ost	20 g	25 g	25 g
Mjölk	200 g	250 g	300 g
Grönsaker	200 g	200 g	200 g
Rabarbermos eller lingon	—	30 g	30 g

Lunch

Smör	10 g	15 g	25 g
Bröd, franskt	50 g	50 g	100 g
Ost	20 g	25 g	25 g
Mjölk	200 g	200 g	300 g

Kväll

Äpple eller apelsin	1 äpple	1 äpple	1 äpple
	eller 1 apelsin	1 apelsin	1 apelsin

En övervikt på 30—40 kilo, som skall bäras med vart steg, och lyftas var gång den fete reser sig, medför ett ökat arbete, som många gånger överstiger en grovarbetares dagsverke, skriver dr Nils Brage Nordlander i en artikel i Nordisk Medicin om obesitas, d. v. s. fettsot.

Massage

avmagrande endast på massören

Undersökningen har visat att normalt byggda män har omkring 16 % kemiskt rent fett och normala kvinnor 17 %, medan feta personer kommer upp i 44 resp. 58 %. Hos undernärda krigsfångar har man funnit ned till 3,3 %.

Fetma medför en ökning av dödligheten som står i direkt proportion till övervikten. En undersökning av 50.000 fall visar en sammanlagd överdödlighet på 50 % (vid medelmåttig fetma 42 % och vid mycket fetma 79 %). Dödligheten var högst för de yngre (80 % i åldrarna 20—29 år, 31 % i åldrarna 60—64 år) och något högre för män än för kvinnor i samma överviktsklass.

Orsaken till denna höga dödlighet är hjärtsjukdomar (162 % överdödlighet för feta), sockersjuka (257 %), kräfta (111 %) och olyckor (112 %). Olika undersökningar har visat att feta personer har åderförkalkning 2—3 gånger oftare än magra. Högt blodtryck förekommer 3 gånger mer än för män och 6 gånger mer för kvinnor.

Hos de flesta djur fungerar hjärnans mättnadscentrum med en beundransvärd precision och håller kroppsvikten konstant år från år. Hos människor kompliceras förhållandet av smak och sinnesstämning utövar på jämvikten, men trots detta fungerar hos de flesta människor mättnadscentrat med förbluffande tillförlitlighet. En festmiddags kaloriöverskott kompenseras med nedsatt aptit dagen efter.

Feta personer saknar denna förmåga att undvika kalorier och deras förtäring står inte i förhållande till behovet. Ofta har de inte klart för sig detta missförhållande, de menar att de själva äter normalt eller till och med litet. Detta självbedrägeri har många psykologiska förklaringar. Det kan hända att deras måltider inte är så särskilt kaloririka, men hela dagen går de och äter på bullar, kakor och smörgåsar med eller utan kaffe.

Generellt kan sägas att ingen människa blir fet om hon noga följer en väl avvägd diet. Detta har ota- (forsättning på sidan 27)

så tycker jag...

Bra spruta

För c:a 35 år sedan gjordes den stora och revolutionerande upptäckten av insulinet. Det var ett för mänskligheten välsignat framsteg som då gjordes, och vi diabetiker skänker väl någon tanke åt Banting och Best.

Sedan dess har framsteg gjorts i och med att nya insulin sorter framställts, vilka visar sådana egenskaper, som ej fanns i de först framställda sorterna. Nu är ju diabetes en sådan individuell sjukdom att i flera fall är flera injektioner pr dag absolut nödvändiga. En del mår bra av en sorts insulin, en del av en annan. En sak som dock är lika för alla diabetiker med insulin är att denna skall sprutas in med en spruta. För många är detta en stor plåga, för andra däremot medför det inga besvär. På detta område har otaliga försök gjorts för att lindra injektionsbesvären, och det har också lyckats. Den uppfinning som dr Linder gjort, den svenska injektionspistolen Original Helinos, är vad jag skulle vilja kalla, den bästa uppfinningen för oss diabe-

tiker sedan insulinets upptäckt. Denna spruta är bra bl. a. genom att insticket av nålen sker automatiskt och går mycket fort. Det känns ingen smärta, vilket är oerhört viktigt, speciellt för barnen. Av egen erfarenhet vet jag att barn som har panisk skräck för en vanlig spruta, ej visar det minsta tecken på rädsla då det får insulinet med denna Helinos-spruta. Själv har jag i över 18 år tagit insulin. De två sista åren med Helinos, och jag får säga, att det är en sådan skillnad, att det ej kan beskrivas. Skulle aldrig kunna tänka att börja med en vanlig spruta av den vanliga typen igen.

Varför jag skriver denna artikel är, att jag önskar tala om för alla diabetiker den stora lättnad som Helinos ger. Det är synd att det finnes diabetiker som har ont av att taga sin spruta, när det genom denna automatiska spruta ej är nödvändigt att plåga sig. Har talat med många som köpt den, och hört otaliga lovord om densamma. Vore roligt om läsekretsen ville höra av sig med sina erfarenheter. Sprutan har på senare tid kompletterats med specialnålar, vilka ej lossa från sprutan. Genom lokalföreningarna kan Ni erhålla upplysningar om hur Ni skall kunna köpa denna för oss lyckade uppfinning.

Harry Boström

När slipper vi sprutan?

Oavbrutet pågår forskningen runt om i världen för att försöka lösa sockersjukans gåta och befria diabetikerna från sprutorna.

Som de flesta torde känna till är det för så många sockersjuka livsviktiga insulinet ett äggviteämne av ganska komplicerad natur. Det var först så sent som för ett par år sedan som dess kemiska sammansättning blev helt klarlagd. Detta skedde mycket tack vare de bägge nobelpristagarna i kemi A. J. P. Martin och R. L. M. Synge. Dessa bägge skickliga forskare arbetade framgångsrikt inom området för aminosyrornas kemi och dessa aminosyror är mycket viktiga byggstenar i äggvitemolekylen insulin.

Äggviteämnet har i allmänhet lätt att falla sönder. I magsäcken och tarmarna har människan en rik flora av olika enzym, som bryter ned födan så att den kan tillgodogöras av kroppen. Om man

därför intager insulin i form av t. ex. tabletter genom munnen så bryts insulinet ner i magsäck och tarmar. Detta är orsaken till att man inte kan få insulinet i tabletter utan måste taga det i form av injektioner.

Många minns säkert att det var ett liknande förhållande med penicillin i begynnelsen. Man kunde inte intaga detta antibioticum i form av tabletter på grund av att det förstördes och orsaken härtill var att penicillin inte tålde den starka saltsyra, som finns i magsäcken. Med hjälp av ett kolossalt uppbåd av kapital och ett målmedvetet forskningsarbete på bred front klarade man snart penicillinets struktur. Med vägledning av denna lyckades man så småningom ändra litet på föreningen så att den blev mera motståndskraftig mot saltsyran och ändock hade kvar sin goda antibiotiska verkan. Att man lyckades få fram erforderliga medel till detta jättelika arbete (fortsättning på sidan 30)

Har Ni Er jultia kvar?

Troligen inte. För vi har aldrig tidigare fått så många jultior som i år. Kassaförvaltarens senaste uppgift är att det kommit in 946 jultior i år jämfört med att det samma dag år 1956 kommit 782 och år 1955 759. Men ännu saknar vi en del av våra gamla vänner och gynnare. Därför vill vi påpeka, att julen varar ända in till påska, så att ni kan skicka jultian ännu. Och har ni inte möjlighet att skicka jultian själv så gå till någon vän eller bekant eller granne och ge dem tillfälle att med en jultia bidra till förbundets arbete för den vetenskapliga forskningen. Även om cirka 1.000 jultior kommit in har vi i alla fall skickat ut 45.000 jultior. En hel del ligger givetvis kvar på apoteken, som i år liksom tidigare hjälpt oss med att lägga fram dem på diskarna. Och får ni inte tag i våra tryckta jultieblanketter går det lika bra att sätta in tian med hjälp av postens vanliga postgiroinbetalningskort på förbundets postgirokonto nr 90 09 01.

Några föreningar har i år lyckats få med sina medlemmar i ovanligt hög grad. I särklass står Karlskoga — det är säkert vår energiska f. d. ombudsman Karl-Erik Bergström som ligger bakom — med 85 jultior redan nu jämfört med totalt 53 förra året. *Göteborg* har redan redovisat 82 jultior mot 55 för hela förra året. *Malmö* hade totalt 30 jultior förra året

men har redan kommit upp i 40. *Kiruna* som förra året hade sammanlagt 8 jultior har nu nått 34, vilket är en storartad insats. *Eskestuna* har också legat i och fått ihop 32 jultior jämfört med förra årets totalskörd av 20. *Skellefteå* hör också till dem som ökat kraftigt, 30 jultior hittills i år mot 20 totalt förra året. *Örnköldsvik* hade förra året skickat ut jultior med en av tidningarna och hade därför fått in 62 jultior men har i år fått in 53 utan hjälp av någon tidning, vilket innebär en högst väsentlig ökning av medlemmarnas arbete. *Katrineholm, Jönköping, Trollhättan, Uppsala, Trelleborg* och *Halmstad* hör också till dem som märkbart ökat sina insatser. Från *Stockholm* har — trots medlemmarnas uppoffringar för föreningens eget lotteri — redan inkommit 108 jultior, men jämfört med förra årets totalsiffra, 130 jultior, återstår fortfarande en del, som vi hoppas kommer in undan för undan.

Kassaförvaltaren har sålunda på förbundets vägnar kunnat glädja sig åt många nya jultiegivare och fått motta jultior från dem som han känt igen såsom återkommande år efter år. Jultian har blivit en alltmer betydelsefull grundval för förbundets arbete, och vi hoppas därför på fortsatt medverkan från förbundet många bidragsgivare och att många nya kommer till.

TROLLHÄTTAN

Föredrag av dr Grönberg

Lokalföreningen för sockersjuka i Trollhättan hade anordnat ett möte i Folkets Hus, varvid doktor *Albert Grönberg*, Vänersborg, svarade på en del frågor, som har största betydelse för diabetikerna. Det var ganska många åhörare, som bänkat sig och de fick höra ett mycket intressant föredrag. Ordf. i föreningen i Trollhättan hälsade välkommen och redogjorde för frågorna, som kvällens talare skulle besvara. Det fanns dessutom möjlighet att efter föredraget ställa frågor till doktor Grönberg, men det var bara en, som vågade.

Att ge sig själv injektioner

Att ge sig själv injektioner är inte något större problem för de yngre men däremot ibland för de äldre. En broschyr sändes runt, där det visades rätta förfarandet vid injektioner. Om man ofta byter plats för injektionerna undviker man de stora förhårdnader, vilka annars lätt uppstår och det är bättre ju längre bak i skinkan

man kan ge injektionen. Man måste dock beakta att man ej kommer för djupt med sprutan och även så man inte skadar några kärl. Sprutan måste vara ordentligt ren och man får se till så att kolven tätar riktigt så att insulinet ej ligger bakom kolven och man alltså ej får någon nytta av det. En sak, som är bra är massage och då kan man undvika »bullarna», som annars ofta blir följderna efter injektionerna. Talaren ansåg ett instruktionskort med förklarande och tydliga ritningar som ytterst värdefullt.

Sport är nyttigt

Visst kan en diabetiker syssla med gymnastik och idrott. Ju hårdare muskelarbete man har ju bättre är det. I näringshänseende är det en stor olycka med stillasittande arbete och när man ökar i vikt. Insulinet måste doseras efter den ansträngning man skall göra men det finns faktiskt goda idrottsmän, som är diabetiker. Talaren framhöll att visst kan diabetiker bada och även ta kalla avrivningar. Det är dock farligt att ge sig ut på för långa simturer och man måste vara väl på sin vakt vid bastubad. Teoretiskt sett är det inte bra med växlande skiftsarbete men många klarar av det galant. Talaren framhöll hembesöken som utmärkta, speciellt för de

gamla, men betonade att dessa bör ske av en diabetiker.

Koloniverksamheten för sockersjuka barn är på gott och ont. Visst är det bra för mödrar, som skall sköta diabetiska småbarn, när barnen får komma på koloni och mödrarna få litet semester, men när barnen växer upp och blir så stora att de kan börja sköta sig själva är det inte så lyckligt. En diabetiker skall ha samma rättighet som en fullt frisk och eftersom barnen får gå i samma skola som övriga barn är det felaktigt att dela på barnen vid kolonivistelser. De diabetiska skolbarnen skall få följa med sina friska skolkamrater på deras kolonier. Detta stöter givetvis på svårigheter, men en kvinna, som har erfarenhet om diabetes bör kunna följa med. Nog vore det lyckligt om det kunde lösas på detta sätt.

Forskarna arbetar

Stora forskningar pågår för att utröna vad följsjukdomarna beror på. För samtliga gäller att det är samma kärlskada, som går igen men mekanismen för den är inte utredd än. Procenten för total blindhet är liten i förhållande till antalet sockersjuka, men hjärtsjukdomarna är ganska vanliga, särskilt om socker är kombinerad med högt blodtryck. Talaren re-

dogjorde för en del ingrepp professor Olivecrona gjort då han avlägsnat hypofysen och en klar förbättring skett men detta operativa ingrepp är vanskligt och företages nu mera sällan. Kärlden far illa av sockersjuka och en diabetiker får lättare kallbrand, varför fötterna bör skötas väl och även minsta skada helst läkas i sängläge. Frekvensen är dock ej så hög att den är skrämmande. Sockersjuka är ärftlig. Sockersjuka kvinnor föder stora barn och man får beräkna att ca 1 % av befolkningen har sockersjuka. Den kan även yppa sig efter stark influensa eller infektioner.

Talaren berörde även tablettorna, som det nu talas så mycket om. Den personliga inställningen var dock försiktig. Han betonade att ett livligt observerande och ett försiktigt användande i vissa fall, vore befogat, men ville absolut ej rekommendera dem till allmänt bruk. Som alla sulfapreparat är det ett gift, som vid långvarigt brukande kan verka skadligt på levern och som alla vet är levern av stor betydelse för diabetikerna.

Talaren avtackades med hjärtliga applåder för det utmärkta föredraget och det var bara beklagligt att inte mer än en ville ställa en fråga. Nu hade man ju en ypperlig möjlighet att få ett uttömmande svar.

Skellefteå- föreningen uppnår femårs-strecket

En återblick från startens början. Det var genom herr R. Tilling, Enköping, som vi i Skellefteå fick vår första impuls, och vårt första möte var den 20 februari 1952, i Folkets Hus C-sal, där ett 15-tal intresserade hade samlats. De närvarande beslöt att bilda en lokal-förening, vars namn blev »Föreningen för sockersjuka i Skellefteå med omnejd». Medlemsantalet har från startens början ökat från 15 till 124 betalda medlemmar, men vi hoppas ännu på många flera.

Vår förening representerades vid Riksstämman i Örebro våren 1952 av herr och fru Lindström. Så under startåret 1952 gjorde föreningen en insamling och delade då ut en del bidrag bl. a. till Ögonforsknigen 250 kr., Barnhemmet i Göteborg och Malmö fick vardera 200 kr. för sitt arbete samt Riksförbundet 350 kr.

Här följer några axplock från föreningens årsmöten.

Vid vårt första årsmöte den 8 mars 1953, hade vi medverkan från RF med ombudsman Karl Erik Bergström, Karlskoga, som redogjorde för förbundets verksamhet och från Skellefteå lasarett av dr Roos, som talade om »aktuella problem» för de socker-

sjuka, och om försäkringar talade distriktschef I. Forsberg från Thule försäkringsbolag.

Årsmötet den 28 mars 1954 hade vi medverkan av disp. Nordelius från Riksförbundet, som berättade om förbundets omfattande arbete.

Vid årsmötet den 6 mars 1955 hade vi medverkan av dr Noorwit från Skellefteå lasarett som talade om »Akuta njursjukdomar». Efter detta visades den nya injektions-sprutan Helinos, som många beställde omgående.

Så i slutet av år 1955 startade vi en insamling för föreningen, som gav ett gott resultat, så att vi även kunde sända 1.000 kr. till forskningsfonden samt 500 kr. till RF:s arbete.

Vid föreningens årsmöte den 26 februari 1956 hade vi medverkan av överläkaren dr Sebardt, Skellefteå lasarett, som talade om »Nya behandlingsformer av sockersjukan med insulin och tabletter BZ 55». Sedan visade fröken Kerstin Nyberg olika massageapparater samt lättare redskap för avslappningsgymnastik, som passar de sockersjuka.

Vidare kan nämnas att föreningen har stadens och de närliggande kommunernas styrandes förståelse för vårt föreningsarbets betydelse i samhället, varför vi årligen erhåller ekonomisk hjälp för vårt arbete, vilket föreningen uppskattar och är mycket tacksam för.

En glädjande nyhet för år 1957 är att varje medlem får tidningen Diabetes gratis under ett år, vars kostnader lokalföreningen svarar för.

Martin Lindström.

GÖTEBORG

Diabetesföreningen i Göteborg m. o. hade den 3/1 sin traditionella julfest för sockersjuka barn på ABF med ett 25-tal barn mellan 4—12 år. Specialtillverkade bakverk, tårta m. m. smakade gott liksom den osockrade drickan som ändå är söt och god, och barnen läto sig väl smaka. Dans kring granen är alltid lika uppskattad det syntes och hördes, och filmföreläsning roar alltid. När sedan tomten kom och delade ut julklappspåsar stod glädjen högt i tak. Här fick de sina påsar med gotter, det var bara den skillnaden att här var det gotter som de fick äta utan risk att få högt socker av det. Alla som har barn vilka fått sockersjuka eller som det heter, diabetes, kontakta diabetesföreningen och få barnen och även er själva som medlemmar. Det har både Ni och barnen nytta och glädje av.

— — —

Göteborgsföreningen har årsmöte den 28 febr. klockan 19.30 i Folkets Hus B-sal.

ÖRNSKÖLDSVIK

Örnsköldsviksföreningen höll sitt femte årsmöte på Folkets Hus i Örnsköldsvik den 17 januari i närvaro av närmare 50 personer. Av styrelsens verksamhetsberättelse för 1956 framgick att föreningen haft ett framgångsrikt år. Medlemsantalet har bland annat ökat så att föreningen vid årsskiftet omfattade 190 medlemmar. Förutom sedvanlig service åt sina medlemmar har genom föreningens ekonomiska och organisatoriska

medverkan tre barn beretts tillfälle att få vistas 6 veckor på en för sockersjuka barn speciellt ordnad sommarkoloni.

Vid val av styrelse för 1957 avböjde föreningens ordförande H. S. Söderberg återval på grund av att han genom sin yrkesverksamhet tvingas vistas på annan ort större delen av året. Som tack för ett gott arbete och nerlagt intresse på föreningen allt sedan dess start 1951 valdes hr Söderberg enhälligt till dess hedersordförande. Till ny ordförande valdes herr Åke Sundh. Som sekreterare och kassör verkar i likhet med tidigare B. Nycander respektive R. Näslund. Med anledning av det stöd dr Rudebeck givit föreningen under de gångna 5 åren utnämndes denne till hedersledamot. Mötet beslöt också att föreningen även under detta år skall skänka ett exemplar av med. dr. Yngve Larssons bok »Hur man skall klara sin sockersjuka» till varje nyupptäckt diabetiker vid Örnsköldsviks lasarett och som läkaren anser kan ha nytta av boken.

Efter mötesförhandlingarna visades Clinitest-filmen och filmen från Hällungen. Kvällen avslutades med kaffe och dopp under gemytligt samspråk.

JÖNKÖPING

De sockersjukas förening i Jönköping med omnejd hade samkväm på Sandemans konditori i Jönköping. Ett flertal frågor behandlades, bl. a. beslöts höjning av årsavgiften varigenom prenumerationssavgiften på riksförbundets tidskrift »Diabetes» inbakades i medlemsavgiften. I enlighet med

rekommendation från riksförbundet beslutade föreningen ändra namn och är namnet i fortsättningen »Diabetesföreningen i Jönköping med omnejd».

Vid samkvämet, som var glädjande talrikt besökt, hälsades sju nya medlemmar välkomna.

Två för medlemmarna intressanta och instruktiva filmer visades under samkvämet.

ESKILSTUNA

Eskestuna Sockersjukeförening har årsmöte fredagen den 22 mars 1957 kl. 19 i NTO-lokalen, Kriebensgatan 13. Årsmötesförhandlingar, varefter nöjeskommittén bjuder på ett underhållningsprogram.

BORÅS

Föreningen för sockersjuka i Borås med omnejd hade ett välbesökt möte på MHF:s lokal. Ordf., kamrer Sven Wessman, hälsade välkommen, varefter kaffe serverades. Härunder underhöll bröderna Sund och fru Margareta Wessman-Börö med sång och västgötahistorier. Föreningens kassör, stationsmästare Wetterlund, Länghem, hade lånat två SJ-filmer, som visades. Den ena handlade om Härjedalen, och i den andra togs åskådarna med på en mystisk resa. Ett av ombuden vid riksförbundets kongress i somras lämnade rapport härifrån.

KATRINEHOLM

Katrineholmsföreningen hade årsmöte den 7 febr. God tillslutning och tre nya medlemmar inskrevs. Av kommunerna runt om

har föreningen fått 475 kr. i anslag till verksamheten under 1956. Förnyad framställning för 1957 har gjorts och anslagen har delvis inkommit. Av dessa medel beslöt årsmötet anslå 300 kr. till förbundets forskningsfond. Årsavgiften bestämdes till 5 kr. plus kollektiv prenumeration på Diabetes kr. 4, tillsammans kr. 9. Föreningen har fått myndigheternas tillstånd att ha tombola på torget Påskafton, i samband med DVR.

I samarbete med ABF ska vi ordna offentligt föredrag med våra nya förbundsordf. riksdagsledamoten Nancy Eriksson den 14 mars. Parentation hölls över två avlidna medlemmar.

Styrelse och revisionsberättelserna godkändes och ansvarsfrihet beviljades. De i tur avgående styrelseledamöterna omvaldes för två år.

Efter mötet hölls kaffesamkväm varefter tvenne filmer visades av vilka den ena demonstrerade provtagningsmedlet Clinitest.

En omfattande propaganda har utförts under året med tidningsintervju i ortspressen, cirkulär till medlemmarna om »jultian», lösnummerförsäljning av Diabetes, osv. Enligt rapport från förbundet har över 20 »jultior» inlevererats från Katrineholm.

Nobr.

● Diabetes red. är tacksam för rapporter och meddelanden från lokalföreningarna, att intagas i denna spalt. Manus till nästa nummer torde insändas senast den 20 mars till Tidskriften Diabetes, Majorsgatan 10, Stockholm Ö.

MASSAGE AVMAGRANDE...

(fortsättning från sidan 17) liga gånger konstaterats vid noggranna observationer av patienter på sjukhus.

Motion och ökat muskelarbete har tyvärr nästan ingen effekt som medel mot fetma, därför att det fordras så stora prestationer för att nå en märkbar effekt. Massage av olika slag verkar avmagrande endast på massören. Bastubad är värdelöst som avmagringsmedel.

Sjukdomen obesitas är så allmän, och misslyckad behandling och återfall förekommer så ofta att förebyggande åtgärder i stor skala är mycket önskvärd, understryker dr Nordlander. I högre grad än vid någon annan sjukdom blir det här tal om folkupplysning och ändring av människors vanor. Det mest effektiva som i dag kan göras för att minska dödligheten hos medelålders och äldre människor, är att försöka förmå dem att hålla sin normalvikt.

CYKRETS

"MESON"



Förpackningar och priser:

Glas om 50 tabletter kr. 1: 80
Glas om 100 tabletter kr. 3: 35

CYKRETS »Meson« det kalorfria sötningsmedlet rekommenderas åt diabetes- och dietpatienter och andra, som skola leva på kalorifattig kost. CYKRETS »Meson« har många goda egenskaper:

- Rent söt smak
- Saknar näringsvärde
- Ofarligt för diabetiker
- Tål kokning, bakning, stekning, konservering och djupfrysning.

CYKRETS »Meson« har 50 gånger större sötningsförmåga än socker. 4 tabletter = 25 g socker. Innan tabletterna tillsettes upplöses de i varmt vatten eller varm mjölk.

För smakens skull bör man inte använda starkare lösningar än 0,8 % (alltså maximum 64 tabletter till 1 liter vätska).

CYKRETS »Meson« säljes på apotek, i ledande livsmedelsaffärer och i färghandel.

AKSJESELSKAPET
MESON

TRONDHEIM

Läkarrådet har sammanträtt

Svenska Diabetesförbundet har till sitt förfogande ett läkarråd, som utgör den medicinska sakkunskapen inom förbundet. Läkarrådet sammanträder minst en gång årligen.

Svenska Diabetesförbundets läkarråd höll sin sedvanliga årskonferens lördagen den 8 december 1956 hos SD:s ordförande, fru Nancy Eriksson och under ordförandeskap av docent Johan Rudebeck, Örnsköldsvik. Samtliga ledamöter utom docent Möllerström hade mött upp och från förbundet deltog fru Eriksson, fröken Gunnel Rathsman, revisor A. Åsbrink och ombudsman Paul Gröön.

Ur den digra föredragningslistan kan noteras att Läkarrådet tillstyrkte anslag till med. lic. John Christiansson, Lund, och med. lic. Gunnar Christiansson, Stockholm, den förra för vävnadsstudier å ögats glaskropp med speciell hänsyn till mucopolyccharider under alloxan-inducerad insulinbrist, den senare för undersökning rörande immunitets- och infektionsförhållandena vid diabetes. Docenterna Engleson och Larsson skall utarbeta en broschyr om »Råd och an-

visning för diabetessjuka skolbarn» som sedan om möjligt skall distribueras genom skolöverstyrelsen. Läkarrådet ställde sig av principiella skäl avvisande till en auktorisation av diabeteschoklad och motsvarande, vilket ingalunda innebär att de avråder från att begagna diabeteschoklad och dylikt.

En fråga av största intresse var ang. upplysningslitteratur om sockersjukan. Läkarrådet beslöt, att rekommendera docent Yngve Larssons bok »Hur man skall klara sin sockersjuka» såsom varande synnerligen instruktiv och lättfattlig. Nordiska Diabetikers Samarbetsskommitté hade angivit några riktlinjer ang. önskvärda insulinsprutor, vilka vann Läkarrådets gillande. De angivna riktlinjerna var följande:

- att* varje diabetiker bör ha två insulinsprutor, alltså en spruta i reserv,
- att* sprutorna bör rymma 2 ml = 2 kubikcm,
- att* sprutorna skall vara graderade i 0,1 ml,
- att* till den spruta som är i användning bör finnas en metallbehållare med sprit,
- att* nålarna bör vara nr 18 eller tjockare.

Till sist kan tacksamt noteras att Läkarrådets ledamöter ställde sig ytterst välvilliga och positiva till SD:s olika insamlingsobjekt såsom jultian, radioinsamling o. s. v. och till spridande av tidskriften DIABETES. SD:s ordförande framförde förbundets tack till Läkarrådets ledamöter för deras stöd åt de sockersjukas sak.

BZ 55 gratis på apoteken?

Mången har undrat, varför inte BZ-tabletterna, som ersätter insulinet, tillhör de fria läkemedlen, i synnerhet då det är många gamla med relativt små inkomster, som använder tabletterna. Vid en förfrågan på medicinalstyrelsens apoteksbyrå, som har att föreslå medicinalstyrelsen, att ett läkemedel uppföres på den fria listan, har emellertid följande svar givits.

Medicinalstyrelsen följer intensivt försöken med BZ. Förhoppningarna på BZ har kanske fått skruvas ner något, men å andra sidan håller man på att få fram modifikationer av ämnet, som kanske visar sig vara bättre. Tills dess man har bestämda uppfatt-

ningar om läkemedlets goda verkningar, lämnas BZ endast på licens av Medicinalstyrelsen i varje enskilt fall. Innan man är säker på resultaten av behandlingen, anser sig Medicinalstyrelsen inte kunna föreslå, att BZ uppföres i förteckningen över fria läkemedel. Svenska läkare har tagit del av användningen av BZ i Tyskland och har nu också kontakt med de österrikiska erfarenheterna. Ingenting underlåtes för att så snabbt som möjligt få ut en säker metod att kanske i viss mån ersätta insulinet.

Dessa upplysningar har gjort, att förbundet avvaktar och icke nu uppvaktat Medicinalstyrelsen med en skrivelse eller föranstaltat om motion i riksdagen. Vi följer frågan och kommer igen.



E

tt betydande försöksarbete vid Novo's forskningslaboratorier i förening med en omfattande klinisk prövning vid Hvidøre Hospital har givit till resultat de tre nya värdefulla insulinpreparaten

Insulin NOVO Semilente

Insulin NOVO Lente

Insulin NOVO Ultralente

Ombud: FERROSAN

NÄR SLIPPER VI...

(fortsättning från sidan 20) berodde delvis på att de antibiotiska medlen under kriget hade en ofantlig betydelse för att rädda genom krigshandlingar sårade personer.

De sockersjuka kanske kan hoppas på att en liknande utveckling kan ske för insulinet tack vare att dess uppbyggnad nu har klarlagts. Att försök i denna riktning pågår bland världens forskare framgår t. ex. av en notis häromdagen i fackpressen (Bull. soc. chim. Belges 65, 180-5 1956). Där meddelade Richard Roberts vid Chicago Med. School att han framställt ett hemin-insulin-kolinkloridkomplex. Detta komplex hade han dragerat så att det absorberades först i tunntarmen. När hundar och kanner fick äta dessa tabletter erhöles en utdragen insulinverkan hos försöksdjuren.

Att ett sådant försök visat sig vara framgångsrikt innebär naturligtvis inte för de sockersjuka att de snart skall kunna slippa sprutorna och i stället få insulinet i tablettform. En sådan glimt visar emellertid att vi inte behöver ge upp hoppet om att denna önske-dröm en dag verkligen skall bli verklighet.

BN

Forskningsfonden

Svenska Diabetesförbundets forskningsfond står till förfogande för forskare som behöver medel för forskning angående sockersjuka eller dess följsjukdomar. Medlen har insamlats av de enskilda föreningarna, donerats eller anslagits av Svenska Diabetesförbundets medel. Svenska Diabetesförbundets Riksstämman beslutar hur mycket som får delas ut och förbundets läkarråd har ett avgörande inflytande på hur pengarna användes.

Till minne av kassaförvaltaren i Kristinehamns Sockersjukeförening *Bror Einar Widar* har vid hans bortgång i januari 1957 i stället för blommor vid baren överlämnats bidrag till Svenska Diabetesförbundets fond för vetenskaplig forskning rörande sockersjukan uppgående till sammanlagt 1.590 kronor.

Svenska Diabetesförbundet framför sin djupt kända uppskattning av detta vackra sätt att hedra den bortgångnes minne genom att söka förbättra de sockersjuka medmänniskornas villkor.

**Glöm inte
prenumerera
på Diabetes
för 1957**



Zambesi och vi

*Vid Zambesifloden är det lätt att skydda
sina nakna ungar i en bambuhydda.
Där är livet enkelt, man blir mätt
av bananerna i träden rätt och slätt.*

*Men här hemma är det mycket värre
restriktionerna har blivit mänskans herre.
Hon får inte bo och inte bygga.
Alla barnen välklädda och snygga
trampar kring i blanka skor,
men vad hjälper det,
om ingenstans de bor?*

*Flytta hit Zambesifloden säger
alla de som ingen bostad äger.
Vi vill också gärna bygga
vår familj en egen bambuhydda!*

lättsmält

Den 11 april blir en stor fest- och glädjedag bland medlemmarna i våra föreningar. Då fyller nämligen vår jättepopulära ordförande i förbundet *Nancy Eriksson* 50 år. Vi har svårt att föreställa oss en ungdomligare 50-åring. »Redan stora stora», skulle man vilja kommentera det födelsedagsbarnet. Gratulanterna uppmanas att ordna kön i trappan (Roslagsgatan 11, Sthlm) och att helst inte komma före klockan 4 på morgonen.

Så har vi en annan trevlig nyhet att meddela. Stockholmsföreningens lotteri blev fullständigt slutsålt och gav ett netto på omkring 18.000 kronor. Här följer vinstlotterna. Volvobilen nr 12545, kylskåpet 3823, köksmaskinen 4346 och bordsarmaturen 803. Samtidigt meddelar fru Arnewi att Stockholmsföreningens basar gav ett netto på inte mindre än 7.000 kronor, som också kommer att överlämnas till forskningen.

På Söder i Stockholm har det dykt upp personer med insamlingsbössor, som säger sig samla in pengar för bekämpande av sockersjukan. Diabetesförbundet har sig inget bekant angående en sådan insamling och uppmanar sina medlemmar att kräva legitimation så att inte pengarna hamnar i orätta händer.

KUPONG. (23)
(Avsedd för betalningsmottagaren.)

Postgiro-
konto nr

5 0 0 7 7 5

Inbetalt 7 kr — öre

Avsändarens namn och adress:

Trak Madia

Sthlm-Höjden

Inbetalningsdag:

Meddelande till betalningsmottagaren.

Helårsprenumeration
på DIABETES 1957

Jag prenumererade 1956

Jag prenumererade ej 1956

Nu när prenumerationerna strömmar in till Diabetes, kommer också alla de kuponger från postgirot, som saknar namn och adress på avsändaren. Det räcker inte att skriva så här.

Texta namnet och hela adressen!



»Vi skulle vilja överlägga ensamma om ni inte har något emot det»

Har Ni ännu ej prenumererat på Diabetes för 1957?

KUPONG. (Avsedd för betalningsmottagaren.)

Postgiro-
konto nr

5	0	0	7	7	5
---	---	---	---	---	---

Inbetaln _____ 7 _____ kr _____ öre

Avsändarens namn och adress: _____

Inbetalningsdagen: _____

Meddelande till betalningsmottagaren:
Helårsprenumerering på DIABETES 1957

Jag prenumererade 1956
 Jag prenumererade ej 1956

A

POSTGIRO. Inbetalningskort

Avsändarens namn och adress (anges även på kupongen)

Belopp _____ 7 _____ kr _____ öre
 (Beloppet anges med tydliga siffror.)

Till **TIDSKRIFTEN DIABETES**
STOCKHOLM

Gottskrivs postgirokonto nr

5	0	0	7	7	5
---	---	---	---	---	---

Tydliga siffror, en i varje ruta.

Redovisningsnr _____

P.g.k. annot. _____

Medföljer som tidningsbilaga

Bil. 703 A. (Sept. 55.) P.v. tr. Sth.

Lbb resp. pöb kvitto nr _____

Redovisade Postanstalt

Utskrivs med blått eller skrivmaskin.

Plats för frankering.

Gör det nu!



lättsmält

KUPONG. 123
(Avsedd för betalningsmottagaren.)

Den 11 april blir en stor glädjedag bland medlemmarna i våra föreningar. Då fylles igen vår jättepopulära omgång i förbundet *Nancy Eriks*. Vi har svårt att föreställa oss en ungdomligare 50-åring. «Stora damen», skulle man kunna kommentera det födelseönskade. Gratulanterna uppmanas att komma i kön i trappan (Roslags Sthlm) och att helst inte vänta före klockan 4 på morgonen.

Så har vi en annan trevlig dag att meddela. Stockholmens lotteri blev fullständigt sålt och gav ett netto på 18.000 kronor. Här följde lotterna. Volvobilen nummer 3823, köpt för 4346 och bordsarmatur. Samtidigt meddelar främmande att Stockholmsföreningens lotteri gav ett netto på inte mindre än 7.000 kronor, som också ska överlämnas till forskningsinstitutet.

På Söder i Stockholm dykt upp personer med utslagsbros, som säger att de inte har pengar för bekämpningsmedel. Diabetesförbundet har inget bekant angående insamling och uppmanar medlemmarna att kräva legitimation så att inte pengarna hamnar i orätta händer.

Om du eller din förening vill ha en viss översikt av de pengar som kommer in till oss, kan du få en utvärdering av våra insamlingsresultat. Detta kan göras på följande sätt: Skicka ett brev till oss med namn och adress på en adress i Stockholm. Vi kommer att svara på ditt brev så snart som möjligt.

Inbetalningskortet jämte kupong ifylles utan ändring eller överstrykning på sätt av den tryckta texten framgår. *Kontonumret skall anges tydligt i därför avsett inramat fält.* Kontonumret skrivs så att dess sista siffror kommer i ruta längst till höger, alltså t. ex.

Konto 25

			2	5	

Konto 19 26

			1	9	2
			6		

Konto 90 07 00

			9	0	0
			7	0	0

Å varje inbetalning meddelas kvitto.

Inbetalningsavgiften erlägges vid inbetalningen och redovisas med frimärke på därför avsedd plats på kortet.

Vid inbetalning på postanstalt, som deltagit i utväxlingen av telegraphpostanstaltningar, kan avsändaren använda inbetalningstelegram till postirokontoret i stället för inbetalningskort. Avsändare kan begära, att betalningsmottagaren av inbetalningspostanstalten telegrafiskt underrättas om beloppets avsändande (telegramavt).

Bl. 703 A. (Sept. 55.)

»Vi skulle vilja överlägga ensamma om ni inte har något emot det»

Har Ni ännu ej prenumererat på Diabetes för 1957?

Meddelande till betalningsmottagaren.

Med inbetalningskort kan på postkontor, postexpedition eller poststation inbetalas obegränsat belopp. För inbetalning till postombud eller lantbrevbärare gäller viss begränsning av beloppets

6000248815



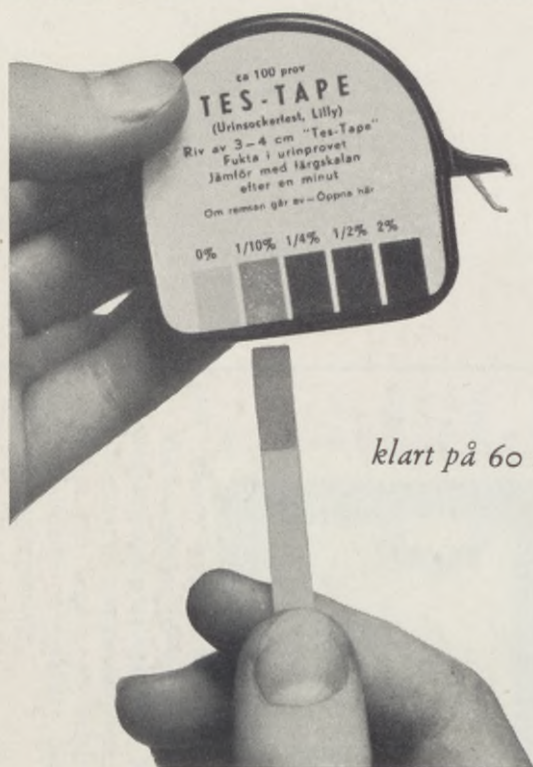
Göteborgs universitetsbibliotek

Gör det nu!



TES-TAPE

det nya förenklade urinsockerprovet



klart på 60 sekunder

Riv av en bit Tes-Tape, doppa remsan i provet, vänta 60 sekunder, jämför med kassetten färgskala - inga provrör, ingen uppvärmning, inga reagenser - provet är klart!

Tes-Tape är ett indikatorpapper, som i en skala från ljusgult över grönt till mörkblått kvantitativt anger glykoshalten i urin. Färgreaktionen bygger på ett enzymssystem, som reagerar specifikt för glykos. Remsan i Tes-Tapekassetten räcker till ca 100 prov.

Tes-Tape kostar 11.50 och finns på varje apotek och i vissa sjukvårdsaffärer.

ELI LILLY AND COMPANY • INDIANAPOLIS 6, INDIANA, U.S.A

Generaldistributör

APOTEKSVARUCENTRALEN VITRUM

STOCKHOLM 12

