

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.



per

DIABETES

Nummer **6** 1969



Undersök Er urinsockerhalt

med

TES-TAPE

Enkelt. Ingen speciell utrustning, uppvärmning eller reagensvätska behövs

Snabbt. Hela testen tar bara 1-2 minuter.

Pålitligt. Remsan påverkas bara av urinsocker. Inga andra ämnen kan ge felaktig reagens. Så låg glykoskoncentration som 0.1 % ger utslag

Ekonomiskt. Varje förpackning innehåller tillräckligt för 25, resp. 100 tester



Eli Lilly International Corporation,
Indianapolis, U.S.A.

Generaldistributör för Sverige
Apoteksvarucentralen Vitrum,
Stockholm 12



Ansvarig utgivare:

Riksdagsledamoten Nancy Eriksson

Redaktionskommitté:

Riksdagsledamoten Nancy Eriksson
Docent Gunnar Engleson
Docent Jan Östman
Informationschef
Ingmar Nygren-Bonnier

Redaktör:

Ingmar Nygren-Bonnier

*Redaktion, expedition och
annonskontor:*

Västra Trädgårdsgatan 17
111 53 Stockholm
Tel. 08/10 85 40, 10 85 60
Postgiro 50 07 75

Prenumerationspris:

15: — kr. pr år

Tryck:

Lindgrens Tryckeri, Katrineholm

Utges även som talband

Svenska Diabetesförbundet:

Västra Trädgårdsgatan 17
111 53 Stockholm
Telefon 08/10 85 40, 10 85 60
Kontrollgirokonto 90 09 01

Ordförande:

Riksdagsledamoten
Fru Nancy Eriksson
Roslagsgatan 11, 113 55 Stockholm
Telefon 08/32 02 32

Kassaförvaltare:

Byråchef Arne Lokén
Storbergsgat. 11, 126 57 Hägersten
Telefon 08/46 58 26

Eftertryck tillåtet om källan anges

Bilagor medföljer detta nr

DIABETES

Organ för Svenska Diabetesförbundet
Nummer 6, december 1969, årgång 19

Innehåll:

Nordeuropas diabetikerförbund överlägger, av Nancy Eriksson	3
Diabetikervård i USA och Sverige, av Kerstin Sparre	4
En julbetraktelse om laken, av Bo Andersson	12
Tips för julbordet, av Siv Påls- son	16
Kongressresa 1970	21
Frågan är fri	29
Förbundsnytt	30
Föreningsnytt	31

Diabetesspecialister rekommenderar

Självtestning värdefull för kontroll av Er diabetes

Vid ett skandinaviskt diabetessymposium i våras underströks värdet av ett gott samarbete mellan diabetiker och läkare. Framförallt rekommenderades diabetikerna att i samråd med sina läkare **regelbundet** undersöka sin urin beträffande socker.

Har Ni talat med Er läkare om

Självtestning med CLINITEST?

OBS! Ni kan nu erhålla en nytryckt »patientdagbok« för notering av urinsockervärden. Erhålles på varje apotek, diabetesförening eller direkt från Meda.

Tag med den nya »patientdagboken« till Er läkare nästa gång Ni besöker honom!

Ni kan lita på AMES

Ames Company
Division of Miles Laboratories Ltd



Agent för Sverige:

Aktiebolaget **MEDA** Göteborg
Box 2226
403 14 Göteborg 2

Nordeuropas diabetiker- förbund överlägger

Enligt en 20-årig tradition möts de nordiska förbunden vartannat år. En del har kommit emellan och förskjutit träffarna. Norge miste sin gamla ordförande Teig-Olsen för några år sen, nu ersatt av tandläkare Anders Grevstad, som vi nu träffade för första gången. Finlands ordförande Torsten Ekroos, diabetikern med den högsta insulin dosen i Norden, som han alltid kallade sig, har också avlidit utan att ännu ha fått någon efterträdare. Själén i det nordiska samarbetet bokhandlare Viggo Steenberg, diabetiker sen pojkkåren och ordförande i Köpenhamnsföreningen, har måst ersätta sina ben med proteser, men nu kom han hit lika elegant och vinnande som alltid, och den nordiska kretsen var samlad igen. Det skedde vid en novemberlördag-söndag i Malmö.

Här kom dr Erling Wang, från Oslo, han som spelade in vår första nordiska diabetesfilm, ny var professor Knut Aas från rikshospitalet i Oslo och med sig hade han ombudsmannen Aasland. Dr Alfred Hey, ordförande i danska förbundet, kom med ombudsman Oscar Jensen, från det danska förbunds-kontoret i Odense. En nyhet var, att Västtysklands ordförande Heinz Ständer och Hollands generalsekreterare Hans Rotte tillsammans med Englands generalsekreterare James Jackson och hans medarbetare Robin Allard från London förvandlade det nordiska mötet till ett nordeuropeiskt. Stämningen var hjärtlig på tyska, engelska och skandinaviska, och programmet späckat.

Några debattfrågor skall här

Fortsättning på sidan 36

Av Kerstin Sparre

Kerstin Sparre, instruktionsköterska, endokrinologiska kliniken, Karolinska sjukhuset, Stockholm.



Diabetikervård i USA och Sverige

Vid få sjukdomar är behandlingsresultatet så helt beroende av patientens medverkan under loppet av hela dennes liv, som när det gäller diabetes. Behandlingstemat är diet-insulin-tabletter-motion. En diabetiker bör få lära sig att hålla en reglerad kost med möjlighet till rikligt utbyte, med bestämda måltidstider och mellanmålen avpassade till insulinets verkningsstider. Insulinbehandlade diabetiker skall lära var, när och hur de skall injicera insulinet samt att sterilisera och förvara sprutan och kanylerna så att ingen bakterieförstöring hotar insulinet. En diabetiker skall också lära sig att vara observant på blodsockerförhöjningar och

sänkningar. Vissa diabetessymtom som t ex trötthet är så vaga att de inte alltid sätts i samband med otillfredsställande diabeteskontroll. God hälsovård, framför allt fotvård, för att förebygga infektioner hör också till det, en diabetiker bör inpränta. Förutom dessa allmänna upplysningar bör patienten få diskutera sina personliga problem, få sin oro för framtiden stillad och andra medicinska problem tillsedda. En läkare på mottagningen har i bästa fall 20 minuter till sitt förfogande för varje patient. En mottagningsköterska ser kanske 100 patienter på en dag och har en telefon, som säl-lan är tyst. En diabetiker, som blir

intagen på sjukhuset för en tids inställning och vård, hör ofta till avdelningens uppegående patienter och då har man inte mycket tid för honom eller henne. Vårdavdelningspersonalens tid är upptagen med akutvård. Personalen är kanske inte heller så insatt i diabetikernas speciella problem. Måltiderna blir rubbade, insulinet kommer på olika tider och patienten blir kanske skickad till ögonundersökning mitt i lunchtid, då största risken för insulinkänning föreligger. Efter någon tid byter avdelningen läkare, vilket påverkar insulindoseringen. Vid utskrivningen är kanske patientens förtroende för behandlingen rubbat.

Jag har haft tillfälle att vistas som stipendiat 1967/68 i Boston, USA, först vid ett sommarläger för diabetesbarn och sedan i 6 månader vid *Joslinkliniken*, en exklusiv klinik för enbart diabetiker, där dr *Elliot P Joslin* startade sin verksamhet för diabetiker 1897. Sommarlägret har tidigare beskrivits i denna tidskrift. Vid *Joslinkliniken* i Boston lägger man huvudvikten vid undervisning och upplysning av patienterna och deras anhöriga med behandlingstemat som utgångspunkt för att nå målet: 1) en subjektivt besvärsfri person och 2) att förebygga och försena uppkomst av kärlkomplikationer. Det är en grupp privatpraktiserande läkare, som helt ägnar sig åt diabetesproblemen och bildar en självständig klinik i anslutning till New England Deaconess Hospital, ett litet, mycket välorganiserat privat- och undervisningssjukhus om 300 platser. Man samarbetar med universitetet och sjukhuset. Universi-

teten driver ett stort forskningslaboratorium på *Joslinkliniken* med stöd av Diabetes Foundation Inc och New England Deaconess Hospital försörjer en avdelning där, Teaching Unit, avsedd för 40 patienter, som behöver en tids inställning, undervisning och kontroll av sin diabetes. Anställda av *Joslinkliniken* är kontorspersonal och viss administrativ personal samt 9 instruktionsköterskor, som undervisar patienterna och deras anhöriga, 3 st tjänstgör på mottagningen, där de också sköter injektioner, viss provtagning och omläggningar, 3 st tjänstgör på Teaching Unit och 3 på New England Deaconess Hospital.

Teaching Unit skiljer sig markant från andra avdelningar. Rummen är mer privat inredda, sköljrum och undersökningsrum är små och sparsamt inredda. Där emot finns ett motionsrum med redskap, ett pentry, där patienterna kan tillaga te, kaffe eller buljong åt sig när som helst under dagen, samt ett stort kombinerat samlingsrum och matsal. Patienterna sköter själva sina rum och provtagning av urinen. De går till blodssockertagning och hämtar sina matbrickor själva. Maten sköts av en dietist och 2 dietbiträden.

Var och en har en individuell diet. Städning och renbäddning sköts av en städpatrull. Den sjukvårdande personalen består av 3 sjuksköterskor i dagtjänst samt 1 sjukvårdsbiträde samt under natten 1 sjukvårdsbiträde under överinseende av en »superivisor» med ansvar för flera avdelningar. 3 *Joslin*-läkare med var sin underläkare — resident (som fullgör sin praktiska

läkarutbildning efter universitetsstudier) ansvarar för vården och undervisningen av patienterna. 3 instruktionssköterskor svarar för sin del av upplysningen och undervisningen. Medelvårdtiden är 6 dagar och kostnaden hälften mot vårdavgiften på New England Deaconess Hospital.

Sjuka diabetiker, vare sig det gäller diabetescoma, acidosis eller andra sjukdomar, som t ex hjärtsjukdom, kommer till New England Deaconess Hospital. Det är dock alltid Joslinläkaren, som är huvudansvarig för patienten och exempelvis hjärtspecialisten konsulteras. En Joslinläkare och en resident ansvarar för ungefär 20 patienter på sjukhuset. En instruktionssköterska från Joslinkliniken går till diabetikerna på 3—4 avdelningar och har cirka 25—30 patienter att undervisa. Diabetikerna är inte samlade på en avdelning på sjukhuset. Man skiljer inte på medicinsk och kirurgisk sjukvård i Amerika.

Mottagningens kapacitet är 1—1½ veckas väntetid trots en enorm press. Tiden på mottagningen för en ny patient är 1½—2 timmar och 30—45 minuter för ett återbesök. Under denna tid ser patienten både läkaren och instruktionssköterskan.

Undervisningen är framför allt individuell men sker också i grupp. Grupperna kan vara upp till 50 personer. I gruppundervisningen deltar förutom patienter och anhöriga, sjukvårdspersonal, elever och besökare. Från måndag till lördag undervisar en läkare varje förmiddag om diabetes, syftet med behandlingen, komplikationer etc, på

söndagar har jourhavande läkare en frågestund med gruppen. Från måndag till fredag undervisar en sjuksköterska varje eftermiddag i praktisk tillämpning såsom dietutbyte, självkontroll, förebyggande åtgärder vid infektioner, högt socker och insulinkänningar.

Som stöd för undervisningen har man utarbetat en folder och delar ut flera trevliga broschyrer. Patienterna rekommenderas att köpa en födoämnestabell av Bowes and Church och en bok: »The Joslin Manual». Boken är rörande i sin entusiasm och uppmuntran till patienter men är ganska dålig i jämförelse med dr Bo Anderssons: *Sockersjuka och dess behandling hos vuxna*. I samarbete med Diabetes Foundation Inc har man gjort TV-filmer och har symposier för sjukvårdspersonal från andra orter och arrangerar föredrag och besök för företagsledare och försäkringsfolk.

Anställda på Joslinkliniken får undervisning parallellt med tjänstgöringen. Instruktionssköterskorna har ingen speciell utbildning och har mindre betalt än sjuksköterskor på vårdavdelningarna. Sjuksköterskeeleverna har praktiktjänst på avdelningarna dels på den sjukvårdande sidan och dels på den administrativa sidan. De kommer då i kontakt med de speciella problemen, som diabetikerna har.

Joslinkliniken kan inte jämföras med andra kliniker, där diabetesbehandling ges. Joslinläkaren ägnar hela dagen åt diabetes och problem, som har anknytning därtill. Som hjälp har han instruktionssköterskor. Övrig personal är också inriktad på diabetesproblemen.

Joslinkliniken har inget upptagningsområde, utan patienterna söker sig dit, därför att de tror på behandlingen. Det görs ingen skillnad på fattiga och rika, när de väl är på Joslinkliniken. Det finns alltid fonder för personer, som inte kan betala, men det säger sig självt att inga fattiga negrer kommer från främmande orter. Genom att patienterna söker sig till kliniken undviker man i stor utsträckning en kategori, som är negativ till behandlingen och saknar förutsättningar att leva efter de råd Joslinkliniken ger. Instruktionsskötterskorna är ofta rekryterade nästan direkt från sjuksköterskeskolorna med mycket liten sjukvårdserfarenhet. Deras pedagogiska insats som hälsovårdsupplysare kan diskuteras. Det bästa med Joslinkliniken är den fina individuella behandlingen och kontakten mellan patienten - läkaren - sjuksköterskan samt det föredömliga samarbetet med övriga specialiteter. Ingen diabetisk fot blir tex föremål för kirurgiskt ingrepp utan att patientens sockerstatus undersökts, antibiotikabehandling inletts. Diabetesläkare och kirurg sköter hand i hand eftervården.

Mina amerikanska erfarenheter möttes av stort intresse av prof Luft, endokrinologiska kliniken, Karolinska sjukhuset, på vars inrådan jag rest till Boston, och av sjukhusledningen. Så småningom inrättades en sjukskötersketjänst för instruktion och upplysning av diabetiker på Karolinska sjukhuset, som jag nu innehar. Tidigare hade diabetikerna på endokrinologiska kliniken fått kostinformati-
oner i grupp, 2 ggr i veckan. Denna

verksamhet utökades samtidigt. Sedan oktober 1968 bedriver dietisten Barbro Borg och jag själv i samråd med doc Jan Östman, endokrinologiska kliniken, på försök praktisk informations- och upplysningsverksamhet. Vi har följande funktioner:

- 1 Vi uppsöker varje intagen diabetiker framför allt på endokrinologiska kliniken, där de flesta vårdas, och på medicinkliniken samt på andra kliniker i den mån vi anlitas därifrån.
- 2 Onsdagar och fredagar samlar vi uppegående patienter till gruppinformation. Kursen påbörjas onsdagar och avslutas fredagar. Barbro Borg talar om näringslära och diabeteskost och jag om mekanismen vid diabetes, vad självkontroll syftar till, blodsockerhöjande och sänkande faktorer, infektionsförebyggande och fotvård. Fredagar avslutas med en 2 timmars frågestund med doc Jan Östman.
- 3 Vi deltar i den öppna mottagningen för diabetiker 3 gånger i veckan och talar med så många patienter vi hinner. Varje patient ägnas 30—60 minuter.
- 4 Vi informerar personalen på avdelningarna efter behov och deltar, när det behövs i matservice och insulingivning samt omläggningar av patienter med fotsår.
- 5 Jag har också en viktig förmedlande telefonkontakt. Många diabetiker ringer dels för att de inte lyckats få kontakt med sin läkare och dels för att de inte vet, om de skall söka läkare och i så fall vem. På mottagningen träffar de oftast olika läkare.

Nya Dietic.
Ej sötad
med cyklammat



"stor" sockerfri fruktläsk

Dietic — den måste Ni smaka! En frisk, fyllig fruktläsk med apelsin smak. Dietic är konstgjort sötad, alltså helt sockerfri!

roberts Örebro

Andra behöver få kontakt med kurator eller enbart få ett råd.

Förutsättningarna för att hålla blodsockerhalten i blodet normal är beroende av kostens sammansättning av kolhydrater, fett och äggvita. Kaloritalet måste vara bestämt efter behovet. Den reglerade kosten är alltså A och O i diabetesbehandlingen. Om patienten inte begriper detta eller inte förstår dietlistan kommer han eller hon att misslyckas att föra diet. Läkaren föreskriver ett kalorital efter kön, kroppsvikt, ålder och sysselsättning. Tillsammans med patienten planerar Barbro Borg dieten, varvid hänsyn tas till patientens kostvanor och typ av insulin eller tabletter. Genom att få grundläggande kunskaper i näringslära skapar patienten större möjligheter att variera kosten.

Jag gör en intervju med varje patient enligt ett fastställt formulär för att utröna, vad patienten vet om sin diabetes och undervisa därefter. Jag försöker schematiskt förklara ämnesomsättningen och berätta hur kost, insulin och aktivitet påverkar blodsockret. Patienterna får lära sig att behandla insulinkänningar i första hand med socker, saft eller skummjolk, att undvika dem genom att undvika dietförändringar, t ex öka kosten vid ökad aktivitet. Vid förkylning eller annan infektion kan blodsockret öka kraftigt. Förvånansvärt många diabetiker känner inte till detta eller negligerar det. De får lära sig att upptäcka blodsockerförhöjningar genom att känna igen symtomen, väga sig och kolla urinsockret med Clinitest eller Clinistix. Äldre patienter med tablett-

behandlad diabetes, som utsöndrar socker i urinen först när blodsockret överstiger 200 mg⁰/₀, tillråds använda den enkla och lite känsliga metoden Clinistix och testa en dagsportion urin. Unga insulinbehandlade diabetiker, som utsöndrar socker i urinen, när blodsockret överstiger cirka 150 mg⁰/₀, tillråds pröva urinen med den mindre känsliga metoden Clinitest, som ger en rikare skala. De undervisas att testa urinen 3—4 gånger på dagen före måltid på ett färskt urinprov, d v s tömma blåsan en halv timme före provet. De får då ett mått på blodsockret, vilket är enklare än att samla en dagsmängd. Före frukost ger fastevärdet, före lunch talar om ifall snabbinsulindosen är adekvat, före middag blir ett mått på NPH eller Lente, på kvällen visar provet om middagsmålet är täckt av insulin samt om det finns en reserv av blodsocker till natten. Patienterna tillråds att rutinmässigt testa urinen minst var 14:e dag och följa upp förändringar i sockerstatus, öka insulindosen själva eller i tid ta kontakt med läkare. Ett besök på mottagningen sker en gång var 3:e eller 4:e månad, då patienten lämnar en dygnsmängd urin och ett blodsockerprov. En medförd dagbok med rutinmässigt gjorda Clinitestprover ger en rikare bild av patientens sockerstatus under de gångna månaderna.

Injektionsteknik och sterilisering är en viktig del av undervisningen. Mycket ofta kommer patienter med fula stickmärken, därför att de använder kanyler, som är som metkrokar, och stora bullar på benen, därför att de injicerar på

samma ställe hela tiden. Det är inte ovanligt, att de injicerar insulinet iskallt. En patient hade inte steriliserat sin spruta på 20 år. Hon hade gjort det en gång och då sprack glaset. Sedan gjorde hon inte om försöket.

Fotvård är en annan viktig del av undervisningen för de äldre diabetikerna. De får lära sig att undvika förhårdnader, undvika trånga skor, undvika vissa instrument och starka antiseptiska medel samt att titta på sina fötter dagligen för att i tid upptäcka eventuella sprickor eller skador. De, som behöver, rekommenderas fotvård. Karolinska sjukhusets pedikurist kan ofta ge fotvård i samband med besöket på mottagningen. Ett önskemål är att få henne knuten till diabetessektionen.

Jag informerar om Diabetesförbundet och delar ut deras broschyurer: *Vad är sockersjuka och Diabetes i uppväxtåren*. De får också en dagbok för Clinitest- eller Clinistixresultaten (som kan rekvireras från Svenska Diabetesförbundets lokalföreningar. Red:s anm.). Vi har själva utarbetat lösblad som stöd i undervisningen. Dr Bo Anderssons utmärkta bok: *Sockersjuka och dess behandling hos vuxna* rekommenderas.

En gång i veckan sammanträffar doc Jan Östman, dietisten Barbro Borg och jag och diskuterar veckans arbete.

Undervisningen sker helt i samråd med läkarna och syftar på intet vis att ersätta kontakten mellan läkaren och patienten. Genom att den praktiska diabetesundervisningen sker genom sjuksköterska och dietist, får läkaren bättre tid

att ägna sig åt patientens verkliga problem. Den hårt belastade vårdavdelningspersonalens arbete blir också i viss mån avlastat. Patienterna får en bättre service. Försökstiden hitintills har visat att de nyupptäckta diabetikerna har lyckats sköta sin diabeteskontroll tillfredsställande. De övriga har reagerat mycket positivt på att kontakten har förbättrats och att det finns ett gemensamt intresse från läkare-sjuksköterska-dietist att förbättra deras möjligheter att sköta diabetessjukdomen. Patienter, som tidigare intagits på sjukhuset på grund av otillfredsställande sockerstatus, sköts i större utsträckning med tätare kontroller på mottagningen.

(Ur *Tidskrift för Sveriges Sjuksköterskor*)

Diabetiker!

— gör som sockersjuka över hela världen, använd HELINOS injektionspistol för smärtfri injektion!

- det cylindriska ansättningsstödet spänner huden kring injektionsstället och nålen slås blixtnabbt in till rätt djup — även när det gäller den mest förhårdnade hud.
- kanylen är synnerligen hållfast och kan aldrig lossna av sig själv.
- steriliserbar utan isärtagning.
- vid förelitning behöver endast glascylindern utbytas.
- tätslutande metallbehållare underlättar den hygieniska förvaringen
- enklare att sköta än en vanlig spruta och ger garanterat smärtfri injektion

Godkänd av Sv. Diabetesförbundet
OBS. Nyhet! Praktisk plastfot.

Säljes genom apotek, sjukvårdsaffärer
och Sockersjukas Föreningar

HELINOS AB

Kirurgiska Instrumentfabriken,
SKARHAMN Tel. 0304-702 24

7.320 vinster väntar på att bli avhämtade i 1969/70 års rikslotteri

Försäljningen pågår i vårt nya rikslotteri. Det är ett s. k. kvicklotteri där dragningen redan är gjord — givetvis efter att lotterna noga blandats — och Ni kan omedelbart se i den medföljande dragningslistan om Ni vunnit.

Volvo 142, Luxor färg-TV, stereoskivspelare bland de högsta vinsterna.

Lottpris 2 kronor. Rekvirera lotter genom nedanstående kupong eller per brev, som insändes till

De Sockersjukas Lotteri
Västra Trädgårdsgatan 17
111 53 STOCKHOLM

Vill Ni hjälpa oss att sälja lotter markera då i rutan på kupongen så sänder vi ombudsvillkor.

De Sockersjukas Lotteri 1969/70
Västra Trädgårdsgatan 17
111 53 STOCKHOLM

Undertecknad beställer härmed st lotter à 2 kronor
att sändas mot postförskott (porto tillkommer)

är intresserad av att sälja lotter och ber om
ombudsvillkor

Namn:

Adress:

Postnr/
Postadr:

Av dr Bo Andersson



En julbetraktelse om laken och dess rätta bruk

Jag skall inte höja något varnande finger inför julbordets frestelser. Det skulle i så fall riktas mot hela folket och inte bara mot diabetikerna. För det mesta på ett julbord är ganska äventyrligt för kroppsvikt, hälsa och kärll. Dess bättre inte allt! Kalvsylta med rödbetor, mager skinka med rödkål eller äppelmos, lutfisk och julost, ja till och med en liten portion julgröt kan man äta med mer eller mindre gott samvete, och inte ens juldoppet behöver utgå, om det begås i stället för det margarin man eljest breder på brödet. Och sedan har väl inte heller någon sagt att inte diabetikern någon gång kan få

synda. Vid julottan eller nyårsbönen skall man ju ändå gå igenom årets synder och söka absolution.

Jag tänker i stället tala om en fisk som är som läckrast efter jul och nyår, allra bäst i februari, och som är mager. När jag nu berättar lite om den fisken, så sker det helt utan snegling på diabetesproblemet. Låt mig bara säga att stuvad lake är syndigt gott och att uppgiften om socker inte behöver avskräcka.

Lake är ett fornsvenskt ord och betyder enligt somliga språkforskare något fuktigt och slemmigt, enligt andra något löst och slappt, besläktat med ordet slak. Det hör till den lilla grupp fisknamn som

är gemensam för baltiska och germanska språk. Detta och mycket mer vet Elof Hellquist att berätta i Svensk etymologisk ordbok.

Laken var tydligen ingalunda okänd för fornsvenskarna och ordet »laki» finns f. ö. i isländska språket. Av namnet att döma tycks man ha fäst sig vid lakens slemmiga fodral och sönderkokt lake tycks också tidigt varit känd, eftersom man velat påskina att dess kött skulle vara slappt och slakt.

Fransmännen tycks ha haft vissa svårigheter med sin lakanpassning. Från Ludvig den heliges korståg till Egypten omkring 1250 berättar kungens vasall, Jean de Joinville, att truppen inte fick annan fisk att äta än lake och det tyckte dom sannerligen inte var något att stå efter, eftersom laken var en glupsk fisk och åt människolik. Joinville tyckte till den grad illa om lake att han ansåg den vara en av orsakerna till att hären drabbades av fältsjuka, dvs. vad vi nu skulle ha kallat skörbjugg, som ju beror på C-vitaminbrist.

Lakälskarna protesterar givetvis mot dessa grova beskyllningar — att laken skulle vara slak och därtill framkalla skörbjugg — men med det sinne för rättvisa och proportion som följer av ett långt umgänge med denna fisk vill vi naturligtvis inte påstå att den skulle skydda mot skörbjugg. Nu är väl sanningen den att man säkert skulle kunna livnära sig enbart på fisk utan att få skörbjugg, blott fisken var färsk och man inte förolämpade den genom att ta av skinnet där vitaminet finns efter vad en islänning, professor i Aarhus, hygieniker och vitaminfors-

kare berättat mig. Tyvärr måste jag erkänna att laken är en av de få fiskar vars skinn jag inte gärna äter.

Den är säkert en av våra äldsta fiskar. I både arom och smak av en stuvad lake upplever man historia, känner miljoner av år slå mot sig, tycker sig höra fornhistoriens vingslag. Jag vet bara en fisk till som ger mig samma vision och det är nejonogat, också den en av våra hemvattens intressantaste invånare.

Rolf Edberg berättar i sin bok, »Spillror av ett moln», om hur den första kvastfenade fisken ålade sig upp på fastlandet och blev till den första reptilen. Det skedde för så där ca 300 000 000 år sedan. Jag vågar inte ge laken den prioritet, men nog finns det ett och annat i lakens form, både huvud och stjärtparti, som för tanken på en reptil. Enligt Ane den Gamle, »Vid gryta och grill», 1926, har fruarna länge haft detta på känn och därför ogärna köpt lake av rädsla att föda barn med drakliknande huvud. Och det förstår man så väl, lakens kvalifikationer finns visserligen också där, lakhuvudet är kanske vårt läckraste fiskhuvud, men det är ju en helt annan sak; på ett människodjur skulle det varken pryda sin plats, befordra den personliga kariären eller tjäna till mänsklighetens förkovran.

Laken anses tillhöra torskfiskarna och förekommer i sötvatten på skilda håll i Europa och därjämte också i bräckt vatten, finns t. ex. utefter större delen av vår ostkust. Det var inte så länge sedan målarklake var ett heligt begrepp, skälen till att vi nu föredrar saltsjölake skall jag inte ta upp här, intresse-

rade hänvisas till Hans Palmstierna och diverse vattenföroreningsutredare, en fascinerande titel f. ö.

Per-Erik Wahlund nämner i sin bok »Bordssamtal», 1964, att lake första gången nämns i ett rimverk från mitten av 1400-talet. Den förekommer i våra gamla svenska kokböcker. Det föresvävar mig att lake finns upptagen bland köksredovisningar från Vasaslott på 1500-talet, men den uppgiften har jag inte kontrollerat. Däremot finns ett recept på griljerad lake i den Elzbergiska kokboken från år 1751. Cajsa Warg omnämner två tillagningssätt av lake, kokt och stuvad. Hennes kokbok, »Hjelpreda i Hushållningen», trycktes på egen bekostnad 1755 och blev snart en den tidens best seller. Cajsa Warg omnämner både rivebröd till redningen och muskotblomma till smaksättningen jämte franskt vin och citron. Det i samband med lake så förhatliga mjölet lyser med sin frånvaro. Hennes recept på stuvad lake kan med fördel användas än i denna dag och lyder som följer:

»Laken skärs sönder i lagom stycken och sköljes väl, sedan lägges han varvtals uti en kastrull med smör, fint skuren rödlök, persilja, litet muskotblomma, peppar samt rivet bröd, och därpå slås vatten att det mest står över honom. Låt därmed sakta koka med lock, till dess han bliver mjuk, så saltas och slås litet franskt vin därpå, några citronskivor läggas också däruti. Om det saltas, eller vinet kommer förut till, så bliver laken hård.»

Kort kommentar: fel kön, en lake skall vara en hon och inte en han, lever och rom omnämnes icke, ifråga om rom har det dock sina

skäl. Observera hennes rädsla att fisken inte får bli fast i köttet utan skall göra skäl för sitt namn.

Margareta Nylander utgav 1835 »Handbok wid den nu brukliga Finare Matlagningen». Hon ger oss ett recept på lake med ostron. Man hade blivit kräsen och fint skulle det va'. Men skall sanningen fram så är väl ändå ostrat litet malplacerat i sammanhang med en så rustik fisk med sådan profil. Som uttryck för artighet mot laken får det väl uppfattas, men efter betygad vördnad är jag mest böjd att lämna tillbaka det till fiskhandlaren eller tära det som förrätt. Visserligen fisk på fisk, men i samband med lake kan man aldrig vara nog kräsen i sitt val av förrätt om man nu anser sig behöva sådan.

Så här tillredde Margareta Nylander sin stuvad lake:

»Så snart laken kommer ur watten, bör den genast kemas och flås, ty annars äter den upp sin egen lefver, sedan skäres laken i stycken, sköljes och nedlägges i en kastrull med smör, en hel-lök, litet watten, salt och rifwet bröd, hwar efter kastrullen sättes på swageld att lyckat koka. När fisken är kokt, kan deri läggas ostron med sin sås, hwilket är ganska godt; sedan anrättas fisken på täckfat och ätes med sin egen sås, hwilken afredes med några ägg-gulor, wispade tillsammans med ett par skedblad grädda.»

Jag vet inte när mjölet ingick sin olyckliga förening med laken och därigenom drog ned det gamla fina sättet att stuva fisk. I Eva Mannerheim Sparres »Kokbok för finsmakare och vanliga hungriga», 1935, finns det där, till stor för-

argelse för alla lakälskare. Vem har inte upplevt misären på restaurang att få kokt lake, upplagd i karott eller gryta med mjölsås överhållid alldeles innan den bärs in till gästen och serveras under falsk etikett av stuvad lake.

Franska kokböcker anger ett flertal recept på lake, t. ex. Lotte à la Bourguignonne, Quenelles de Lotte (lakfiskbullar), Lotte à la Dugléré, Lotte à la Provençale m. fl. Ur Mme Prunier's fiskkokbok, svensk översättning 1952, plockar jag ut följande recept:

»Pochera laken i en buljong av rödvin, örter och kryddor, som iordningställts i förväg, låt fisken rinna av, lägg den på ett fat och garnera den med champinjoner och små lökar, kokta i smör. Tillsätt litet färg i buljongen, koka ihop den, avred den med beurre manié, tillsätt extra smör och håll såsen över fisk och garnityr. Vid serveringen lägger man några krutonger, stekta i smör, tunt omkring fatet.»

Själv stugar jag min lake efter Ane den Gamles anvisningar och han gjorde det i sin tur efter sin mammas värmländska recept.

Ane den Gamle hette egentligen Ane Randel och var en mycket lärd publicist. Hans tre böcker om kokkonst är inspirerande, just därför att han ger tillräckliga anvisningar för att man skall lyckas, men undviker för mycket detaljer om mått och vikter som lätt gör matlagningen till bruksanvisningsstudie i stället för skapande fantasi.

Han avger först följande programförklaring: »Vid en stuvad lake med självaktning får *icke* mjölk eller grädde, *icke* mjöl och *icke* romkorn låda.» Brott mot en-

dera eller samtliga dessa regler uppfattade pappa prosten i Värmland som brott mot den Helige Ande. Och följderna blev därefter. Jag delar helhjärtat denna programförklarings innehåll.

Så här gjorde Anes mamma, han själv och så jag förstår: Den flådda laken skall vara stor och givetvis av honkön. Ett stycke smör läggs i den upphettade grytan och vägarna beströs med finsiktat rivebröd. De saltade lakbitarna nedlägges varvtals med smörklickar och rivebröd, en sista överdoft med rivebröd och fisken döps i hälften vatten och torrt vitt vin tills bitarna är nått och jämt täckta. Får så sakteliga småputtra utan omröring tills fisken är färdig. Lakbitarna läggs upp i en varm karott, såsen avsmakas med citronsaft och något socker tills den får den smak som Ane den Gamle och hans förfäder gillade. Såsen hålls över fiskbitarna och stuvningen avnjutes.

Kommentar: Jag föredrar att ta en knivsudd muskot och 8—10 pepparkorn till stuvningen. I fråga om sockret får man komma ihåg att sockret förr i tiden var mycket vanligt som tillägg till en mängd maträtter. Enligt min mening behöver det inte förekomma något socker alls. Om någon absolut vill ha en sockerliknande tillsats så lägg i en cyklamatbit i karotten om händelsevis några sådana bitar blivit kvar efter 1 januari.

Den råa rommen blandas med en tesked fin cognac, salt och därjämte vitpeppar. Hackad rödlök kan blandas i eller serveras separat till rommen. Jag ersätter helst saltet med anjovisspad men det gjorde
Fortsättning på sidan 30

Tips för julbordet

Av Siv Pålsson

Hur firar en familj med en diabetiker i familjen sin jul? Jag kan väl säga att den är inte mycket annorlunda än för alla andra familjer. Dock får allt socker undvikas. Skinkan sockersaltas ej, i stället får jag röka den ett dygn, efter att ha haft den liggande 10 dygn i saltlag.

Skärböner och brysselkål är delikata att ha till skinkan, och eftersom jag kommer från södra Sverige får inte brunkål saknas på bordet. I stället för att använda det feta skinkspadet, som naturligtvis saknas, då jag ugnsteker skinkan och dessutom har den så mager som möjligt, använder jag majsolja och vatten att koka kålen i, den kokas tills den blir brun. Den smaksättes sedan med vitpeppar, salt och ättika samt sötningsmedel, allt efter tycke och smak. Kalvsylta och kalvrullad ersätter pressyltan. Vidare finns sillsallad på bordet och små köttbullar. Lutfisk och risgrynsgröt får ej heller saknas. Gröten kokas på vatten och lättmjolk, smaksätts

med hel kanel och soletter, de senare är bäst att tillsätta sedan gröten är kokt. Kryddsill och en mager julost skall också vara med. Som huvudrätt har jag på juldagen grillad kalkon och efteråt tusenbladstårtan.

Kalkonen delar jag och grillar i två delar. Är man inte så många vid måltiden kan man lätt lägga den ena delen i frysen. Till julskinkan använder jag som omväxling vitkålssallad med ananas, gjord enligt receptet nedan:

Vitkålssallad med ananas

4 portioner

- 1/2 vitkålshuvud
- 1 burk sockerfri ananas
- 2 msk vinäger eller nypressad citronsaft
- 5 msk majsolja
- salt, peppar

Strimla kålen fint. Häll av spadet på ananasen, skär den i små bitar. Varva vitkål och ananas. Blanda vinäger eller citronsaft,

salt, vitpeppar till såsen. Vispa den kraftigt och håll den i salladsskålen. Kyl salladen och blanda samman de olika ingredienserna med såsen innan salladen serveras. Gott även till grillad cassler.

Några recept till julbaket

Julpepparkakor

- 150 g margarin
- 3 dl sionon
- 1 dl vatten
- 1/2 msk ingefära
- 1/2 msk kanel
- 1/2 msk nejlikor
- 1 tsk finstött kardemumma
- 1/2 msk bikarbonat
- 8 dl vetemjöl

Rör margarin och sionon smidigt. Tillsätt vatten, kryddor och bikarbonat och arbeta in det i mjölet. Arbeta degen smidig på bakkbordet. Låt den vila över en natt. Kavla ut degen tunt, tag ut kakor med mått. Grädda kakorna i 200° ugnsvärme. Låt dem kallna på plåten, så de inte går sönder.

Frasringar

- 200 g margarin
- 3 1/2 dl vetemjöl
- 1/2 dl vatten

Hacka ihop margarin och mjöl till en grymig massa på bakkbordet. Tillsätt vatten. Arbeta raskt ihop degen. Den blir seg om den arbetas för länge. Lägg degen kallt att stelna. Kavla ut degen till en kaka ungefär 1/2 cm tjock. Tag ut runda kakor med ett mått ca 5 cm i diameter. Gör ett hål i mitten med ett mindre mått. Pensla kakorna med kallt vatten, strö med mandel eller kokosflingor. Grädda dem i 225° i 8—10 min.

Tusenbladstårta

Pajdeg:

- 200 g margarin
- 200 g vetemjöl
- 4 msk vatten

Blandningen sker som ovan. Dela degen i sex bitar. Gör runda bottnar. Kavla mellan smörgåspapper. Lägg sockerfri sylt eller äppelmos mellan. Garnera med tjock grädde eller visp. Bottnarna kan gräddas i förväg men får ej läggas samman förrän strax innan de skall användas.

Denna deg kan användas till tårter och bakelser.

Mördegsbaka med ananas

- 3 dl mjöl
- 1 kg margarin
- 1/2 dl sionon
- 1 äggula

Arbeta ihop degen hastigt. Lägg den i en rund form, gärna med lös botten. Gräddas guldgul i cirka 225° och låt den kallna. Lägg kakan på serveringsfat. Täck hela ytan med sockerfri ananas eller annan frukt, lite fuktighet gör kakan mindre smulig. Av det överblivna spadet görs en gelé, som öses över kakan.

För gelén räcker ett blad gelatin per dl. Låt den gärna stelna litet, innan den slås över kakan.

*

Ja, detta är mitt julfirande vad beträffar maten. Samtidigt som jag önskar Er alla en angenäm jul vill jag komma med ett litet råd: tyck aldrig synd om Er själva, så går allting lättare. Och kom ihåg, att det finns alltid de, som har det värre.

Visst kan ni äta sött - här får ni receptet



Sionon heter det. En fullgod ersättning för socker. Lika sött. Lika gott och utan bismak. Används på samma sätt. I maträtter, bakverk och kompotter. I varma drycker, i filmjolk och på bär. Tål höga temperaturer. Och har goda matlagningstekniska egenskaper.

Sionon är en ren naturprodukt, 99,89% sorbitol och resten kristallsackarin. Det är inget kolhydrat. Det tas upp av organismen helt oberoende av insulin och är en utmärkt näringskälla. Med Sionon kan man alltså göra upp en dietplan, som trots inskränkningar av kolhydrat och fett ger tillräcklig energi.

Pröva Sionon! Det är vårt recept. Och gör det efter våra recept. Gratis får ni en hel samling. På mjuka kakor och småkakor. På såser och desserter, sylt, saft och drycker. Goda, "Söta rätter med Sionon", som ger er omväxling i kosten utan att rubba era individuella dietföreskrifter.

Samtliga recept ger upplysning om de olika rätternas innehåll av äggvita, fett, kolhydrat och kalorier. Så ni kan lätt beräkna de tillåtna mängderna av de näringsämnen. Skicka redan nu efter "Söta rätter med Sionon", så ni inte glömmer bort det.



Finns på apotek och i specialaffärer.

Till Bayer Farma AB,
Box 4009, 102 61 STOCKHOLM 4

Skicka kostnadsfritt receptsamlingen
"Söta rätter med Sionon" till

Namn: _____

Bostad: _____

Postadress: _____

(Var vänlig texta!)

BAYER

KUNGÖRELSE

Stiftelsen Svenska Diabetesförbundets Forskningsfond ställer härmed ett belopp på kr 150.000: — till förfogande för forskning rörande diabetes.

Anslag från stiftelsen utdelas huvudsakligen till ograduerade forskare från de nordiska länderna för vetenskaplig forskning rörande diabetes.

Ansökan om anslag göres skriftligen i 10 exemplar hos stiftelsens styrelse, adress Västra Trädgårdsgatan 17, 111 53 Stockholm, före den 1 februari 1970 och skall åtföljas av plan över den undersökning, för vilken anslaget sökes, specificerat kostnadsförslag samt uppgift om var undersökningen kommer att bedrivas.

Därest sökande ansökt om anslag från annat håll för samma ändamål skall uppgift därom lämnas.

Inkomna ansökningar remitteras till Svenska Diabetesförbundets Läkarråd för bedömning.

Stiftelsen Svenska Diabetesförbundets Forskningsfond
Styrelsen

Injektions- och självtestmaterial

till reducerade priser

MEDI-SWAB, steril bomullssudd i folieförpackning	Kr. —:10/styck
Kanyler nr 16, 17, 18 och 20	» 6:—/duss
Sprutor 1 cc	» 7:—/styck
» 2 cc	» 7:50/ »
Reservglas 1 cc	» 5:—/ »
» 2 cc	» 5:50/ »
Leopoldfodral av stål, komb. för 1 och 2 cc	» 16:—/ »
Engångsprutor 2 cc	» —:17/ »
Engångskanyler nr 20	» —:15/ »
Clinitest-set, kvant. urinsockerkontroll	» 12:85/ »
Clinitest-reagetter, 100 st.	» 8:—/frp
Acetest-reagetter, syrakontroll, 100 st.	» 5:75/ »
Albustix-strips, äggvitekontroll, 60 st.	» 6:—/ »
Clinistix-strips, kval. urinsockerkontroll, 60 st.	» 6:—/ »
HELINOS injektionspistol	Inkl. oms, porto tillk.

Beställ direkt från

ESKILSTUNA SOCKERSJUKEFÖRENING

Postbox 97 631 02 ESKILSTUNA Postgiro 46 88 57

Beställningstelefon 016/254 51, endast efter kl. 18

Kansli: Carelligatan 7 A, tel. 016/11 07 16 - Öppet tisd. 18.30—20.00



Utsikt över Rio de Janeiro från Corcovado med Kristusstatyn i förgrunden

Kongressresa till Buenos Aires

och Lissabon - Dakar - Rio de Janeiro - Iguassofallen - Lima -
Cartagena - New York - Reykjavik 18/8 - 7/9 1970

Den sjunde internationella Diabeteskongressen äger rum i Buenos Aires, Argentina 23—28/8 1970. I anslutning till den ordnar Svenska Diabetesförbundet en charterresa som vi tror kan intressera inte bara läkarna utan även en del medlem-

mar. Nedan följer en presentation av resan som — i mån av plats — står öppen för våra läsare. Som Ni kommer att märka när Ni läser dag-för-dag-programmet blir resan säkert ett minne för livet.

För de läkare som ej har möjlig-

het att följa med på denna relativt långa resa men ändå önskar närvara vid kongressen, rekommenderar vi anslutning till den av European Association for the Study of Diabetes anordnade resan som utgår från London.

I samråd med långreseexperterna på Trivselresors specialreseavdelning har vi beslutat genomföra denna resa med chartrat plan av typ Douglas DC-6 B. Flygpriset skr 2.875 per person, som härigenom erhålles, är ca 50 % lägre än billigaste motsvarande jettflygpris.

Routen är omsorgsfullt vald med ingredienser från Västafrika, Nordamerika och Karibien samt innehåller de skönaste och mest sevärda målen i Sydamerika utöver Buenos Aires. Läs dag-för-dag-programmet!

Det är synnerligen angeläget att Ert beslut om ev. deltagande kommer till vår kännedom så snart som möjligt.

PROGRAM:

18 augusti

Flyg med chartrat plan av typ Douglas DC-6 B från Stockholm via Köpenhamn till Lissabon. Ankomst på kvällen till Portugals huvudstad där vi tar in på centralt belägna lyxhotellet *Ritz*.

19 augusti

Förmiddagen till vars och ens fria disposition. Lissabon erbjuder många goda shoppingmöjligheter. Efter lunchen på vårt hotell gör vi en kort stadsrundtur och bekantar oss med huvudstadens sevärdheter. Denna rundtur avslutas så små-

ningom vid flygplatsen, där vårt plan väntar för att flyga oss vidare till Dakar.

Samma kväll anländer vi till Senegals huvudstad och vårt hotell är förnämliga beachhotellet *Grand Hotel N'Gor*.

20 augusti

Efter frukost på vårt hotell gör vi en sight-seeingtur i Dakar med omgivningarna. De synnerligen brokiga och livliga infödingsmarknaderna är något man gärna offrar åtskilliga meter färgfilm på. En del av rundturen ägnas även åt stadens moderna ansikte med det eleganta universitetet och regeringsbyggnaderna i spetsen. Afrikas västligaste punkt, Cap Verde beses.

Innan vi återvänder till Grand Hotel N'Gor besöker vi även ett fiskeläge samt en västafrikansk hantverksbasar, där man kan inköpa diverse träsniderier, elfenben, djurhudar, textilier etc. till förbluffande förmånliga priser.

Eftermiddagen kan lämpligen ägnas åt avkoppling med exempelvis tennisspel på hotellets tennisplan efter bad och solbad vid den fina beachen alldeles nedanför hotellet.

Kl 20.00 flyger vi vidare över Atlanten mot Brasilien och närmare bestämt Rio de Janeiro.

21 augusti

Ankomst på morgonen till Rio de Janeiro. Transfer till *Excelsior Copacabana Hotel* mitt på Copacabana-beachen. Denna dag står till vars och ens fria disposition. Goda shoppinggator finns i hotellets

omedelbara närhet, men ändå närmare ligger en av världens mest berömda badstränder, nämligen Copacabana Beach.

22 augusti

Dagens stadsrundtur i underbart vackra Rio innebär bl a besök på Maracana-stadion, som är världens största fotbollsarena med plats för över 200 000 åskådare. Vi genomkorsar den berömda och tropiskt vackra Tijucaskogen för att slutligen komma upp till Rio de Janeiros förnämsta utsiktspost, Corcovado. Härifrån beundrar man miljonstadens skönhet på ett över-skådligt sätt och i närbild har vi stadens vårdtecken, den jättelika Kristusstatyn, som uppförts här på Corcovados högsta topp med medel, som insamlats av stadsborna. På vägen ner genom Tijucaskogen har vi möjlighet att få se en skymt av ett privatresidens tillhörande den världsberömda brasilianske arkitekten Oscar Nieburg, känd bl a för sina många »skapelser» i Rio och framför allt i huvudstaden Brasilia. På vägen tillbaka till vårt hotell passerar vi den fascinerande botaniska trädgården Rodriguez de Freitas' konstgjorda sjö. Likaså kör vi en lång stund längs ett par av världens mest berömda beacher, nämligen Ipanema och Copacabana.

23 augusti

På förmiddagen har vi fortfarande möjligheter att koppla av och njuta av allt det som Copacabana-beachen har att erbjuda.

På eftermiddagen flyger vi från Rio de Janeiro till Buenos Aires,

där vi tar in på förnämliga *Plaza Hotel*. Hotellet är beläget alldeles centralt vid Florida, stadens hjärta och shoppingcentrum nummer ett.

23—28 augusti

Kongressen i Buenos Aires.

29 augusti

Flyg på morgonen från Buenos Aires till Iguassufallen. Tack vare att vi har vårt eget plan kan vi stanna upp på denna märkliga plats, som förbinder länderna Argentina, Paraguay och Brasilien och är ett av världens märkligaste naturunder. Dessa vattenfall, som störtar ner med en intensitet fyra gånger överträffande Niagarafallens, utgör ett oförlikligt skådespel för alla fotografer.

Efter att vi väl intagit lunch på Iguassu-hotellet, gör vi en gemensam båtutflykt för att finna de allra bästa fotovinklarna nedanför vattenfallen. Utsökta tillfällen till bad och strövtåg i den tropiska djungelvegetationen, som omger Paranafloden.

Efter att ha beskådat detta naturens under till vårt lystmäte berger vi oss till vårt väntande flygplan. Vi fortsätter vår flygresan till Perus huvudstad, Lima, dit vi anländer på kvällen. Vårt hotell här heter *Grand Hotel Bolivar*.

30 augusti—1 september

Lima har åtskilliga verkliga sevärdheter att visa upp ifrån såväl den spanska kolonialtiden som ifrån inkatiden dessförinnan.

En av förmiddagarna ägnar vi åt sightseeing i själva staden. Katedraler, palats och ståtliga minnes-

märken är kännetecknande för Lima. En av dagarna besöker vi det förnämliga arkeologiska museet — förmodligen Sydamerikas bästa — varefter vi gör en två timmars bussutflykt parallellt med kusten i sydlig riktning för att komma till Pachacamac, inkornas stad, som vid spanjorernas ankomst fortfarande var hela kustområdets ledande. Erövraren Francisco Pizarro tillbringade själv flera veckor i denna stad för att planera ett eventuellt omdanande av densamma till huvudsatd. Än idag finns här förnämliga lämningar från inkakulturens äldsta tid i form av bl a Soltemplet, som upprests till ära för skaparen av hela världsalldet.

För den som så önskar kan i stället en tvådagarsutflykt till ännu mer enastående Cuzco och Machu Picchu arrangeras. Cuzco är ett levande minnesmärke ifrån inkatiden och Machu Picchu, inkas forna huvudstad i det inre av landet bland bergen, är vid vacker värderlek en upplevelse svår att jämföra med någonting annat man tidigare sett. Man har svårt att begripa hur inkaindianen för århundraden sedan lyckats bygga denna bergsfästning på toppen av ett par imponerande bergsmassiv. Långt nedanför slingrar sig Urubambafloden.

2—3 september

Flyg Lima—Cartagena i Columbia. Vårt hotell heter här *Del Caribe Hotel*.

På förmiddagen gör vi sightseeing i denna unika gamla fästningsstad från den spanska tiden här i

södra karibiska havet. Stadens fästningar är av i det närmaste otroligt slag. Sir Francis Drake och många andra berömda sjöfarare har varit med och erövrat denna spanjorernas utskeppningshamn för sydamerikanskt silver och guld. Stadsmurarna är så breda att man kan köra med buss uppe på dem.

Under eftermiddagen, som är ledig, njuter vi i fulla drag av de enastående palmstränderna och det azurblå karibiska havet. Del Caribe Hotel har sin egen beach men dessutom egen stor swimmingpool.

Trots att vi redan i Rio de Janeiro haft tillfälle att göra förmånliga inköp måste det dock framhållas att bl a smaragder och en del andra juveler, som man utviner just i Columbia, är ännu förmånligare att inhandla här.

4 september

Flyg Cartagena—New York, där vi tar in på *Waldorf Astoria Hotel*.

5 september

Halvdags sightseeingtur på Manhattan: Central Park, Frihetsgudinnan, Broadway, Harlem, Chinatown och FN-byggnaden etc.

På kvällen flyger vi vidare till Islands huvudstad Reykjavik.

6 september

Ankomst till Reykjavik på morgonen. Kort rundtur i staden och resten av tiden fri för shopping och egna strövtåg.

Avskedsbankett på Saga Hotel.

7 september

Flyg Reykjavik—Stockholm.

Flygpris per person	2.895 :—
Landarrangemang enligt specifikation	2.000 :—
Resans totalpris	4.895 :—

Tillägg:

Enkelrum	540 :—
Eventuellt deltagande i extratur till Cuzco/ Machu Picchu	500 :—

Priset inkluderar följande prestationer:

- Samtliga flygningar från och till Stockholm/Köpenhamn i enlighet med programmet
- Alla de i programmet angivna utflykterna med entréavgifter, guidning och betjäningavgifter
- Logi i dubbelrum med dusch/bad på första klass hotell såsom namngivits i programmet, eller motsvarande
- Halvpension under hela resan med undantag för vistelsen i Buenos Aires då amerikansk frukost ingår dagligen
- Transfers från flygplats till hotell samt åter och bagageavgifter såväl vid flygplatser som hotell
- Rutinerad svensk färdledares tjänster
- I samband med måltiderna ombord på flygplanet serveras gratis rödvin/öl

Ej inkluderade prestationer:

- Visumavgifter
- Flygplatsskatter

Enkelrum kan erhållas i begränsad omfattning.

Flygetappernas längd varierar mellan ca 5 och 8 timmar. De två flygningarna över Atlanten blir dock ännu längre, men man har då

tillfälle att sträcka på benen under ca 2 timmars tekniska landningsuppehåll i Pernambuco respektive Gander.

Vaccination mot smittkoppor och gula febern är obligatorisk. Researrangören hjälper till att anskaffa samtliga nödvändiga visum.

Anmälan om ev. deltagande önskas snarast möjligt och senast per den 1 februari 1970. För att anmälan skall anses bindande måste samtidigt med insändandet av anmälningsblanketten en depositionsavgift på 500 kronor insättas på Svenska Diabetesförbundets postgirokonto nr 90 09 01. (Var god märk talongen »Buenos Aires 1970«.)

Vid eventuell avbeställning sker återbetalning enligt följande:

- före den 15/6 återgår 350 :—
- under tiden 15/6—15/7 återgår 200 :—
- efter den 15/7 förfaller 50% av hela resans pris till betalning

Reservation måste göras för pris- och tidtabellsändringar utanför resebyråns kontroll.

Researrangören svarar ej för eventuella olycksfall eller förluster av bagage. För sådana eventualiteter rekommenderar vi Er kontakta Trivselresors frk Ståhlfors, på telefon 08/63 09 80, som hjälper till att ordna Er combiförsäkring. I samband med tecknandet av denna har Ni även möjlighet att teckna en försäkring mot avbeställning på grund av sjukdom före resans start. Detta emedan automatiskt avbeställningsskydd icke ingår i en resa av denna omfattning.

Samtliga intresserade kommer att förses med närmare instruktio-

Äntligen!!!

En svensk nationaldessert osockrad! Kallrörd nyponsoppa.

Nu kan Ni njuta av C-vitaminrik nyponsoppa!

Pröva redan idag Ekströms goda och dietanpassade nyponsoppa!

En portion Ekströms nya osockrade nyponsoppa innehåller dagsbehovet C-vitamin. Kolhydraterna motsvarar en fruktportion.

Jättegod även som snabbkräm.

Granskad av



ner om resan. Alla eventuella rese-
tekniska frågor besvaras gärna av
herrar Kontala och Lindqvist på

Trivselresors specialreseavdelning,
telefon 08/63 09 80.
Väl mött i Buenos Aires!

ANMÄLNINGSBLANKETT

för Buenos Aires-kongressen i augusti 1970

Härmed anmäles följande person/er att deltaga i rubricerade resa:
V g texta!

Namn	Namn
Titel	Titel
Adress	Adress
Postadr	Postadr
Tel arb hem	Tel arb hem

Jag/vi önskar avresa från: Stockholm Köpenhamn

Inkvartering önskas i kategori: dubbelrum med dusch/bad
 enkelrum med dusch/bad

Önskar dela rum med:

Anslutningsflyg önskas reserverat från:

Jag/vi önskar teckna reseförsäkring genom Trivselresor: ja

Samtidigt med anmälan till resan skall anmälningsavgiften à kr 500
insättas på Svenska Diabetesförbundets postgirokonto nr 90 09 01. (Var
god märk talongen »Buenos Aires 1970».)

Anmälan sändes till Svenska Diabetesförbundet, Västra Trädgårdsgatan
17, 111 53 STOCKHOLM. Anmälan skall vara oss tillhanda senast
den 1 februari 1970.

..... den / 19

.....
namnteckning

Vintersportveckor i Nordanede

Under sportlovsveckorna i februari 1970 anordnas läger på Diabetesgården i Nordanede för diabetesungdom i åldern 15—20 år.

Här finns utomordentliga möjligheter till skidåkning i skiftande terräng. Det finns också tillgång till närbelägen skidlift i vilken åtminstone en dag brukar tillbringas av de slalomsugna.

Avgift per vecka 250:— kronor per person (helpension).

Anmälan kan göras genom insändande av nedanstående kupong eller brev till Svenska Diabetesförbundet, Västra Trädgårdsgatan 17, 111 53 Stockholm. Vi är tacksamma för att få in anmälan så snart som möjligt.

Undertecknad anmäler sig härmed till
VINTERSPORTVECKAN PÅ DIABETESGÅRDEN

under tiden/..... —/.....

..... den 1969

Namn:

Adress:

Postnr/
poststn:

Telefon:

Född den:

FRÅGAN ÄR FRI

Undertecknad som är diabetiker sedan ungefär ett år skulle vilja ställa ett par frågor.

Fråga 1: Extra avdrag vid deklarering för diabetiker medges ju i regel ej om inkomsten överskrider 30.000 kronor. Men om det nu är så att det är två personer i samma familj som har sjukdomen ifråga, gäller då samma inkomstgräns?

Fråga 2: Jag går för närvarande på läkarkontroll varannan månad, och varje gång måste jag av skilda anledningar ta ledigt från mitt arbete hela den dag läkarbesöket sker. Det medför ett inkomstbortfall på ca 125 kronor.

Kan jag utan att det är olagligt sjukanmäla mig dagen före och på så sätt få sjukersättning för den dag läkarbesöket sker?

Bohusläning

Svar fråga 1: Som bilaga till detta nummer medföljer Svenska Diabetisförbundets taxeringsbilaga där Ni bl. a. kan se de förbättringar som rekommenderas av riksskattenämnden fr. o. m. beskattningsåret 1969. Vi har varit i kontakt med riksskattenämnden angående Er speciella frågeställning. Man förklarar att de gränser som omnämns i deras rekommendation avser förhållandet att en person i familjen

är diabetiker, varför man utgår från att högre gränser måste bli aktuella när fler personer i samma familj är diabetiker. Dock har riksskattenämnden inte haft tillfälle att ta ställning till problem av Er art, utan rekommenderar Er att ta kontakt med Er taxeringsnämnd (taxeringsnämndsordföranden) för att gemensamt söka komma fram till en lämplig gräns.

Svar fråga 2: Enligt lagen om allmän försäkring utgår sjukpenning först från dagen efter det att sjukdomsfall inträffat. Svaret på Er fråga är tyvärr nej.

Till alla som skickat frågor angående cyklammat, sorbitol etc. får vi meddela att svar tyvärr ej kan komma förrän i nästa nummer då utredningar f. n. pågår.

Red.

Har Ni någon fråga, skriv till

»FRÅGAN ÄR FRI»

Tidningen Diabetes

Västra Trädgårdsgatan 17

111 53 STOCKHOLM

i Norden

Information om bilagor

Med detta nummer följer ett antal bilagor.

Jultian. Som vanligt skickar vi i år ut vår Jultia och vi hoppas på ett generöst bidrag. Vi har i år utökat vår julkampanj så att förutom denna Jultia sker en direkt insamling på vissa platser.

Deklarationsbilagan. Till medlemmarna bifogas i detta nummer deklaraionsbilagan för år 1970. Önskar Ni fler exemplar kan Ni

vända Er till Er lokalförening. Observera de höjda inkomstgränserna.

Frågeformulär angående barnkoloni. Med detta formulär vänder vi oss till föräldrar och barn och ber om synpunkter på frågor rörande vår koloniverksamhet. Detta för att så långt möjligt kunna förbättra denna så viktiga verksamhet.

Frågeformulär beträffande p-piller. För att kunna göra en representativ översikt över diabetikers erfarenheter av användandet av p-piller är vi tacksamma för att bifogade formulär snarast insändes till oss.

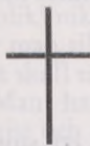
OBS! Förbundskansliet hålles stängt den 22/12 1969 – 6/1 1970

Fortsättning från sidan 15
inte Ane den Gamle. Denna kaviar, serverad på smörsjudna veteskivor, är inte bara en »spis för höge gudar och gudarnes älsklingar», den är också den bästa och egentligen enda värdiga förrätten till en stuvad lake. Så där får allt ostronen stå i skamvrån.

Vad dricker man till detta? Till

en så robust fisk med dess litet grova drag passar ett glas öl utmärkt, men vill man ha ett vin så föredrar jag rhenskt framför Mosel, ett Alsace vin eller ett schweiziskt vitt vin. Vinerna skall vara torra och varför inte ta ett glas vit bourgogne, t. ex. Bourgogne Ali-goté till det facila systempriset av kr 7: 25 per helbutelj.

FRÅN VÅRA FÖRENINGAR



Oskarshamnsortens Diabetesförening har fått sorg. Vår vän och kamrat, kassören Helge Ohlsson har för alltid lämnat oss. Hans hastiga bortgång kom som en chock både för hans familj och för Diabetesföreningen. Trots några månader över 78 år har han under den gångna sommaren varit ovanligt vital och pigg.

Hans insats i arbetet för vår förening var inspirerande och kraftfull. Käre Helge, Du var en eldsjäl för vår verksamhet när livslågan blåstes ut. Vår saknad efter Dig kan inte med ord uttryckas, vi kommer alltid att minnas Dig som en god organisatör och en innerlig kamrat. Tomrummet efter Dig är stort, men det bör stå klart för varje medlem inom Oskarshamnsortens Diabetesförening att inte ge upp utan kämpa vidare i Helge Ohlssons anda, då hedrar vi bäst hans gärning.

Vid jordfästningen och gravsättningen talade bl. a. föreningens ordförande Axel A. Karlsson, där han i några väl valda ord tackade den bortgångne för hans tjänster. Förutom mycket blommor hade gåvor till Diabetesföreningen inlutit. Ditt minne skall alltid leva. Vila i frid!

E W

SKÖVDE

Vi passerar en milstolpe med enkelhet och anspråkslöshet. Jag vill säga att vi jubilerar med arbetskläderna på, vi planerar för framtiden, inledningstalade Bengt Käll vid Skövdeföreningens 5-årsjubileum den 4 oktober 1969 i Odens nedre hörsal.

Drygt 150-talet deltagare välkomnades till jubileet, främst hälsades de inbjudna Nils Andersson från Karlskogaföreningen och Alf Sjöberg från Lidköpingsföreningen med fruar samt kvällens hedersgäst förbundsordf. Nancy Eriksson, Stockholm. Bengt Käll poängterade att det faktiskt tagit 5 år innan föreningen gästades av någon förbundsrepresentant trots att vi väl kan räkna oss som en av de livaktigaste föreningarna i landet.

Fem år är ingen lång tid för en förening, fortsatte Käll, men i vår förening har det hänt en hel del under dessa år, från en blygsam början med 50 medlemmar har vi nu vuxit till 300 medlemmar. Under dessa år har föreningens medlemmar sålt 50.000 lotter och samlat in åtskilliga 1000-tals kronor. Den nyligen avslutade insamlingen gav drygt 12.000 kronor som Käll i form av en check överlämnade till Nancy Eriksson.

Därefter talade Nancy Eriksson en dryg timme och hon inledde sitt föredrag med att tacka för den storslagna gåva hon fått och med att hylla föreningen som är en re-

kordförening, både när det gäller medlemssiffror, arrangemang m. m. Den är verkligen en föregångare på många sätt. Förbundets koloni i Bocksjö hade aldrig kunnat genomföras utan Skövdeföreningens hjälp. Det är verkligen synd att inte alla föreningar i landet är lika aktiva i sitt arbete, vi skulle då kunna nå ett enastående resultat.

Nancy Eriksson övergick sedan till att tala om sockersjukan och dess följder för den sjuke. Det finns för närvarande 160.000 människor i landet som har diabetes. Många har sjukdomen utan att veta om det och det finns faktiskt också människor som skäms för att dom är diabetiker. Diabetesförbundet har bl. a. till Skolöverstyrelsen överlämnat ett 10-punktsprogram där vi vill ha skolan diabetesvänligare, vi vill ha en stödidrott för skolungdom med diabetes, t. ex. tennis och bordtennis som är ypperliga sportgrenar för diabetiker. Kosten i skolan måste bli bättre, skolläkaren skall se till att diabetikerna sköter sig ordentligt.

Vi har fina sjukhus, kanske på toppen, men vi är lite efterblivna här i landet när det gäller den personliga omtanken, sa Nancy Eriksson vidare. Full sjukförsäkring är ett krav som förbundet har, varför kan inte en student som har diabetes få försäkra sig frivilligt? Det måste ändras på.

Nancy Eriksson omtalade vidare att förbundet skall sända ut ett frågeformulär till alla som deltog på koloniverksamheten i Bocksjö för att undersöka hur intresset var för denna anläggning och vad deltagarna tyckte om denna verksamhet. Någon namnunderskrift för de

utfrågade behöver inte göras på detta formulär.

Bengt Käll tackade därefter Nancy Eriksson för hennes intressanta föredrag och så följde dans till Jan Welanders Show.

H. G.

GÖTEBORG

I närvaro av ett stort antal medlemmar höll Göteborgsföreningen onsdagen den 22 oktober sitt höstmöte. En bidragande orsak till den stora anslutningen var säkert all den uppståndelse som sedan några dagar rådde i press och etermedia kring ämnet cyklamot. Förhandlingarna leddes av hr Rune Johansson. Hr Ragnar Steen höll presentation över konsthandlare Pelle Börjesson, som varit med vid starten av Svenska Diabetesförbundet och även under många år varit föreningens ordförande, samt Bror Nilsson, ledamot av stadsfullmäktige och hedersmedlem i föreningen. Mötet beslöt enhälligt om oförändrad medlemsavgift för nästa år. Sven Svärd gav i styrelsens rapport bl. a. besked om vad som förekommit under diabetesveckan och han nämnde även att EPA-varuhuset har ett lotteri, som beräknas kunna ge föreningen ett betydande tillskott till kassan. Mötet ansåg att stadgarna var ålderstigna och behövde en översyn, varför en stadsgekommité bestående av hrr Lenart Magnusson, Ragnar Steen, Sture Odqvist och Ulf Nilsson tillsattes. Denna skall vid behov kunna anlita juridisk expertis. Styrelsen önskade ge medlemmarna bättre service och man hade därför kontaktat Länsarbetsnämnden be-

träffande arkivarbetare, men då frågan ännu inte utretts tillräckligt, enades mötet om att bordlägga frågan till årsmötet. Docent Alvar Svanborg, föreningens nye förtroendeläkare, berättade om den nyöppnade polikliniken vid Vasa Sjukhus, där man tills vidare varje tisdag främst skall ta hand om diabetikerna. Man har tillgång till kurator, dietist och ett demonstrationskök och till dagsjukvården är knuten sjukgymnast och arbetsterapeut. Man bad även docent Svanborg uppmärksamma betydelsen av förebyggande fotvård för diabetikerna. En hel del frågor rörande cyklammat ställdes givetvis också och mötesordföranden uppmanade medlemmarna till sans och måtta och framhöll att det inte fanns någon anledning till hysteri. Till kaffet fick deltagarna smaka på olika sorters matbröd från Pååls Bröd AB, ett inslag som säkerligen högt uppskattades.

U. N.

NORBERG

Föreningen firade Diabetesdagen söndagen den 28/9 1969 med ett samkväm i Björkängens samlings-sal. Ett femtiotal personer hade infunnit sig. ABF:s allt i allo Arne Fridh, Fagersta medverkade och informerade om ABF:s studieverk-samhet i höst. Föreningen kommer i vinter att ordna två studiecirklar »Känn din sjukdom» samt »Vår förening». Dagens gästföreläsare var dr Aasmund Roch-Norlund, Stockholm. Han höll ett mycket intressant föredrag om diabetes och poängterade vikten av motion och gymnastik. Därefter följde en

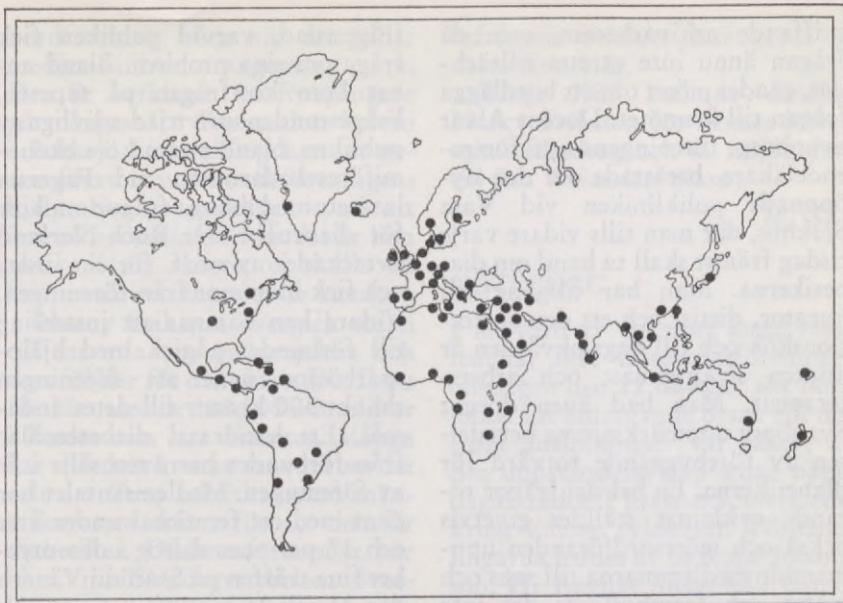
frågestund, varvid publiken fick fråga om sina problem. Bland annat kom kostfrågan på tapeten. Frågestunden utnyttjades livligt av publiken, bland andra kom ekonomiföreståndarinnan vid Fagersta lasarett med många frågor om kost för diabetiker. Dr Roch-Norlund avtackades av ordf. för sin insats och fick blommor från föreningen. Vidare kan nämnas att insamling till förbundet pågick med hjälpsparbössor samt att föreningen skänkt 300 kronor till detta ändamål. Ett hundratal diabetesnålar från förbundet har även sålts i år av föreningen. Medlemsantalet har ökat med ett femtiotal under året och 37 personer deltog i den mycket fina träffen på Storön i Vänern den 23 och 24 augusti.

J. L.

KALMAR

Två medlemmar i Kalmarföreningen, Sven Jömark, Willy Hagström och deras fruar tyckte det skulle vara roligt att på något nytt sätt försöka få in lite pengar till deras förening. De körde runt i bygden och stakade ut vägen för ett litet familjerally med bil. Företagare i staden var villiga att skänka några priser.

Söndagen den 19 oktober flaggades 71 ekipage med 230 personer iväg utefter en sex mil lång runda, en kul och omväxlande väg, där man kunde stöta på både knepiga frågor och manuella prov. Vädret var inte det bästa, men deltagarna trivdes ändå, och vid målet kunde vi bjuda på kaffe, våfflor och läsk, allt sockerfritt, och skänkt av fabrikanterna. Vinnaren av rallyt,



● = Novo-ombud

Novo Insulin jorden runt

Ett betydande försöksarbete vid Novos forskningslaboratorier i förening med omfattande kliniska prövningar vid eget diabetessjukhus har lett fram till många värdefulla insulinpreparat. Välkända är sedan länge **Insulin Novo Lente, Semilente och Ultralente.**

De senaste tillskotten
Rapitard och Actrapid
har rönt ett mycket positivt mottagande.



NOVO INDUSTRI A/S
Köpenhamn

Ombud: **SAN-BOLAGEN AB**
Malmö

Karl-Olof Trulsson, Kalmar fick en prydnadssak i keramik samt Läkerols hederspris. Nettot till föreningens kassa blev trots allt 350 kronor, ett gott resultat på en ny idé.

OSKARSHAMN

Med middag för 50-talet deltagare och föredrag av riksdagsledamoten Nancy Eriksson firade Oskarshamnsortens Diabetesförening sin femåriga tillvaro på söndagen. Föreningen startade med 40-talet medlemmar och har nu drygt 200. Representanter för staden och kyrkan gratulerade föreningen till god verksamhet.

Högtidsfirandet inleddes med middag i Domussalen där hr Helge Ohlsson hälsade dagens föredrags-hållare, inbjudna gäster och medlemmarna välkomna. I samband med tal till föreningen överlämnade stadsfullmäktiges ordförande Gustav Lönngren blommor, från grannföreningen i Västervik överlämnades en check och från Kalmar en blombukett. Tal vid middagen hölls också av riksdagsledamoten Nancy Eriksson.

Efter middagen följde samling med offentligt föredrag i Församlingshemmet. Här talade fru Nancy Eriksson om diabetes — en folksjukdom. Talaren berörde därvid sjukdomen och dess återverkningar på individens livsföring samt föreliggande vård- och hjälpmöjligheter m. m.

Föreningens ordförande Ivar A. Karlsson öppnade detta möte och avtackade talaren efter föredraget. Musik utfördes både före och efter föredraget av Kårbokvartetten.

Sist avslutades högtidsfirandet med kaffesamkväm på Domus-salen.

ARBOGA

Pigg 75-årig diabetiker

Fredagen den 12 september fyllde änkefru Judit Andersson, Arboga 75 år. Hon är uppväxt utanför Arboga och har haft ett hårt och strävsamt liv. Bl. a. kan nämnas att hon började förvärvsarbete redan vid 13 års ålder.

Arbogaortens Diabetesförening bildades 1963 och Judit har varit medlem hela tiden. Judit har haft diabetes sedan 1918 (har alltså haft diabetes i 51 år, rekord för Sverige?). På den tiden fanns inget insulin i Sverige, det kom hit först år 1922 och Judit har därefter tagit insulininjektioner, som hon klarat själv hela tiden. Vid Arboga-föreningens möten och sammankomster är Judit alltid en trogen och uppskattad medlem. Det kan också tilläggas, att Judit tills för bara något år sedan periodvis arbetade på Rådhusbaren i Arboga, vidare att stickmaskinen var flitigt i bruk hos henne tidigare. Där växte det fram strumpor, vantar, tröjor o. d.

Till sist vill vi inom föreningen — styrelsen och alla medlemmar — önska dig en god fortsättning efter dina nu fyllda 75 år.

V. A.

Bli medlem i

Diabetesförbundet!

Fortsättning från sidan 3

kommenteras. Cyklamat stod i brännpunkten just då. Diabetesläkare och vetenskapsmän i alla de sex länderna hade emellertid uttryckt samma skepsis mot det drastiska beslutet att förbjuda sötning med cyklamat på grund av risk för cancer i urinblåsan.

»11 fördömda amerikanska råttor, som övergötts med cyklamat och fått cancer i urinblåsan, är inget styrkt bevis för att människor, som sötar vanligt med cyklamat, skall löpa samma risk», var dr Englesons mening, och den delades av läkare i alla länderna. Många läkare rekommenderade rent av diabetikerna att hamstra cyklamat, så länge det får köpas, för att ha till matlagning och bakning, och för övrigt behövs inte så mycket sött. Man tror, att det snart kommer ett nytt sötningsmedel med cyklamatets goda egenskaper utan dess förmenta cancerframdrivande effekt.

Den testning som förbundet gör av diabeteslivsmedel kommer att fortsätta. Producenterna byter snabbt ut cyklamatet mot något annat. Frågan om märkning av livsmedel för diabetiker diskuterades f. ö. också i Malmö. Meningarna om nyttan av en sådan märkning är delade, men alla ansåg, att det var riktigare att ha en varudeklaration, som upplyser konsumenten om vad som verkligen finns i livsmedlen, än en etikett med »speciellt för diabetiker» på. Då kan patienten förledas att tro, att man kan äta obegränsat av ett sådant livsmedel, och det är fel.

Världskongressen — Internationella diabetesfederationens — hål-

les 1970 i Buenos Aires. Programmet är överväldigande vetenskapligt, lekmännen har emellertid också ett stort socialmedicinskt föreläsnings- och debattprogram. Malmömötet beslöt att hemställa till kongressledningen, att tid skulle ges varje dag för mera informella samtal mellan ombuden från förbunden.

Barnkoloniverksamheten redovisades av de olika länderna i samband med ett besök under söndagen på Malmöföreningens underbara barnkoloni i Höllviksnäs. Diabetesbarn i skolan, märkning av insulinampuller för synskadade och internationella läger var andra frågor. På förslag av Jackson från England beslöts att försöka ordna ett *internationellt ungdomsläger i Europa 1971*, i samband med 50-årsminnet av insulinets upptäckt.

Organisationsfrågor togs också upp. I Skandinavien finns ett samarbete mellan cirka 300 läkare i diabetesfrågor. Likaledes har läkare i Europa sökt ett organiserat samråd som en viss motvikt mot USA:s mäktiga diabetesläkarförbund. Samförståndet mellan läkarna och diabetesförbunden är i Skandinavien föredömligt. Vi tror, att den organisationsformen, med självständigt arbete vid sidan om varandra, ger bästa utbytet.

När danskar och norrmän på söndagen for hem i flygbåt, engelsmännen i flyg och Rotte och Ständer satte sig i sin bil hem, kippade vi nästan efter andan.

Vilken veckända!

Waiely Eriksson

**Soletter
är sötningsmedel
framställt av
kristallsackarin.
Och finns i er affär.**



INSULIN *Vitrum*

Diabetes måste behandlas individuellt, med prövning från fall till fall. Ett av problemen är att välja rätt insulin-sort. Vitrums insulinserie erbjuder ett urval, som täcker behovet i varje enskilt fall. Den omfattar för närvarande

Insulin 40 IE

Insulin 80 IE

Insulin NUSO 40 IE

Deras effekt inträder inom 1 timme, är maximal 2—3 timmar och avklingar efter 6—8 timmar.

Insulin Special 40 IE

Detta insulin är också snabbverkande. Det är specialrenat och avsett för särskilt insulinkänsliga patienter.

NPH-Insulin 40 IE

Dess effekt inträder inom 1—2 timmar, är maximal 10—12 timmar och avklingar efter 28—30 timmar. NPH-insulin kan blandas i sprutan med vanligt snabbverkande insulin.

Zink-pr

Effekten inträder efter 4—6 timmar och avklin

Vitrum började tillverka insulinproduktion har allt sedan dess v täcka landets behov. Preparaten anpassats till den vetenskapliga preparat är beredda av re framställt i Vitrums moderna f



Göteborgs universitetsbibliotek



6000248897