

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

Nummer **5** 1977



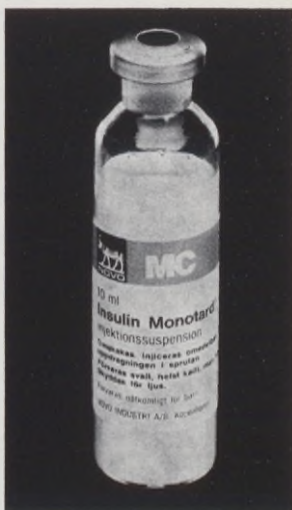
Renast möjliga insulin för alla behov.



MC-Actrapid®



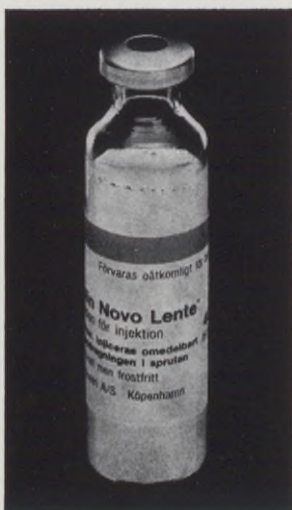
MC-Semilente®



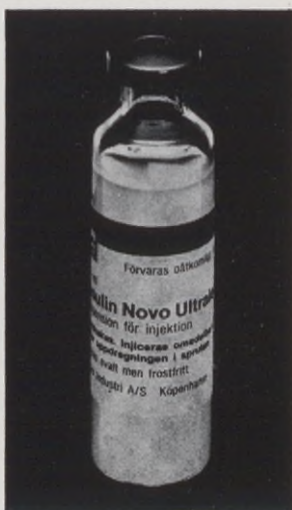
MC-Monotard®



Rapitard®



Lente®



Ultralente®

Novos sex insuliner är blandbara.

NOVO INDUSTRI AB
Box 69, 201 20 Malmö 1, tel: 040/18 11 40.



Ansvarig utgivare:
f. Riksdagsledamoten
Nancy Eriksson

Redaktionskommitté:
f. Riksdagsledamoten
Nancy Eriksson
Docent Jan Östman
Kanslichef
Ingmar Nygren-Bonnier

Redaktör:
Ingmar Nygren-Bonnier

*Redaktion, expedition och
annonskontor:*
Norrbackagatan 8
Box 6609
113 84 Stockholm
Tel. 08/34 09 10
Postgiro 90 09 01 - 0

Prenumerationspris:
25:— kr pr år

Tryck:
Rosenlundstryckeriet AB,
Stockholm

Utges även som taltidning

Svenska Diabetesförbundet:
Norrbackagatan 8
Box 6609
113 84 Stockholm
Tel. 08/34 09 10
Postgiro 90 09 01 - 0

Ordförande:
f. Riksdagsledamoten
fru Nancy Eriksson
Roslagsgatan 11, 113 55 Stockholm
Telefon 08/15 83 45

Kassaförvaltare:
Bankdirektör Lennart Dahlström
Roslinvägen 35, 161 55 Bromma
Telefon 08/87 06 28

Eftertryck tillåtes om källan anges

DIABETES

Nummer 5, oktober 1977, årgång 27
Organ för Svenska Diabetesförbundet

Innehåll:

Om barn och diabetes av Nancy Eriksson	3
Diabetesforskare hedersdoktor av Sven Brodin	5
Fria testmedel	6
Matsidan	7
Sjösportläger på Assö av Anne-Marie Bellman	12
Frågan är fri	17
Minkowskipriset	19
Det där med maten av Sven Strömblad	20
Jul och nyår på Diabetesgården	22
Skellefteåföreningen 25 år av Gun Vallin	24
Föreningsnytt	26

Två goda sötningsmedel:

BIT-SACKETTER.

En bit är lika med en sockerbit.
I ditt kaffe eller te. God smak,
snabblösligt. Tre sötnings-
ämnen: sackarin, mannitol
och sorbitol.

STRÖ-SACKETTER.

Välkommen nyhet på fil,
gröt, bär och flingor, till
saftning, syltning och
annat som kräver sötning.
Baserad på mannitol och
sackarin.



AB Sunco, Södertälje

Om barn och diabetes

Allt mer glider en diabetiker in i arbete, skola och samhälle utan att skilja ut sig från andra. Det är bra, men samtidigt vill vi att både människor och företeelser skall anpassas efter diabetikern. Klaffar det riktigt alltid?

Nej, och de flesta stöttestenarna är kanske i barn- och ungdomsåren, just då det borde klaffa. Forskningen rör medicinska spörsmål och kretsar kring bukspottkörteln och förändringar i blodkärlen, men det skulle behövas även sociologiska och socialmedicinska undersökningar för att utreda, vad diabetikern råkar ut för i olika miljöer.

Tero Kangas, det finska diabetesförbundets vice ordförande och samtidigt läkare, har skrivit en bok som läses mycket i Sverige nu om diabetes. Han är själv diabetiker. Han fastslår, att även om barn-diabetes är oberäknlig till sin natur, så är hörnstenarna för dess behandling desamma som för övriga

diabetiker: *Insulin, lämplig kost och fysisk aktivitet*. Så långt är alla överens. Men det börjar att dyka upp skiftande uppfattningar om hur mycket motion man behöver, hur mycket urinsocker som kan tolereras eller hur mycket sötsaker man får äta.

I Kangas bok står det att fasteblodsockret bör ligga mellan 110—115 mg %, att sockerutsöndringen genom urinen bör vara högst 25 g på ett dygn, och att samtliga urinprov bör vara sockerfria på morgonen och även efter måltiderna. Någon liten godsak kan tillåtas per vecka, men kolhydraterna totalt måste då skäras ner. Bäst att äta helt osötat. Detta stämmer väl med vårdprogrammet från socialstyrelsen. Men det finns idag tendenser till uppluckring. Som psykologen Lena William-Olsson säger: "I diabetesituationen finns det ofta inga objektiva sanningar." Men vi måste dock ha några riktmärken för sanningen. *Forts. på sid. 32*

Sött på ditt sätt.

Utan kolhydrater. Utan sorbitol.



Ny bordsförpackning.

Tryck på knappen!

Ut trillar en Hermesetas. Bordsförpackningen innehåller 1.400 st. Hermesetas.

För kaffe, te och andra drycker. Varje liten Hermesetas sötare som 4 g socker. Det motsvarar två sockerbitar.

Finns också i de platta askarna med 500 och 1.000 st. samt ekonomiburk med 8.000 st.

För mat och bak – strö och dropp!

Ströa direkt på flingor, filmjöll, fruktsallad – Hermesetas strösötmedel som är tio gånger sötare än socker.

Den praktiska droppflaskan är utmärkt till bakning, inläggningar, såser och annat. Lätt att dosera och innehållet motsvarar 1 kg socker.

Hermesetas®

Adaco AB, tel. 018-15 22 60.

Diabetesforskare hedersdoktor vid Uppsala Universitets 500-årsjubileum

av SVEN BROLIN

Inom våra folksjukdomar har situationen för dem som drabbats väsentligt förbättrats under de sista åren. Hur vetenskaplig forskning bidragit till framstegen kan det ofta vara svårt att med en enkel formel klargöra. Då det gäller diabetes synes samverkan mellan olika faktorer ha varit avgörande. En fortlöpande kontakt mellan teoretiker och kliniker såsom i särskilt hög grad förekommer inom de nordiska länderna har varit av betydelse, svenska diabetesförbundet har i hög grad varit kontaktskapande och främjat fruktbar samverkan mellan olika kategorier av läkare och diabetiker. Förbundets stöd av forskning, dess upplysningsverksamhet och arbete för en rättvis ställning i samhället åt diabetikerna är faktorer, som gett resultat och även inger förhoppning om fortsatt framåtskridande.

Då Uppsala universitet nu firar sitt 500-årsjubileum har dess Medicinska fakultet på det internationella planet hedrat vetenskapsmän, som med lysande insatser lagt en grund till fortsatt utveckling. De

framsteg, som gjorts i utforskandet av diabetessjukdomens natur har fakulteten lagt vikt vid genom att bland sina hedersdoktorer utse Paul E. Lacy, som är professor i patologi vid Washington University, St Louis, Mo., USA och som intar en internationellt erkänd och framträdande ställning genom sin banbrytande forskning över det Langerhanska öorganets ultrastrukturella, biokemiska och fysiologiska egenskaper.

Dr Lacys elektronmikroskopiska studier av de olika celltyperna i öarna är nu klassiska. Han visade i dessa hur hormonfrisättning sker genom transport av insulingranulae över cellmembranen. Därutöver gjorde han klarläggande undersökningar över den intracellulära transporten av insulingranuale (insulinet är inuti cellen inslutet i små korn). Dessa bringas till cellens yta där de frisätts, vilket sker med hjälp av ett system av trådar som är så tunna att de endast framträder i elektronmikroskop. Kännedomen om detta mikrofilamentösa system har visat sig vara av grund-



Prof. Paul E. Lacy t.v. som föreläste om "insulinsekretionens mekanism" tillsammans med artikelförfattaren Sven Brodin.

läggande betydelse för förståelsen av hur de insulinproducerande B-cellernas hormonsekretion regleras.

Lacy lyckades i början på 1960-talet utföra mikroanalys av Langerhanska öar, som preparerats från frystorkade snitt och som därefter vägts på kvartsfibervåg. Han kunde kvantitera insulininnehållet, som befanns vara så högt som 12%. Paul Lacy var också den förste, som kvantitativt studerade de Langerhanska öarnas enzymaktiviteter, ett forskningsområde, som fortsättningsvis snabbt utvecklats. Genom att vidareutveckla en metod för isolering av överlevande öar i stor skala har Lacy verksamt bidragit till att skapa bättre förutsättningar för studier av öarnas fysiologi både *in vitro* och efter transplantation. Såväl i hans egna som i många andra laboratorier bl a i Uppsala ligger dessa nya möjligheter till grund för fortsatt forskning.

Fria testmedel

I senaste numret av DIABETES (4/77) informerade vi om att testmaterial för påvisande av socker och syror i urinen är kostnadsfria från den 1 juni 1977.

Vi vill korrigera och komplettera den information som lämnades i förra numret. Föreskrivningsrätt vad gäller test har tills vidare endast läkare. De uppgifter som vi tidigare fått stämmer alltså inte.

De tester som får uelämnas är följande:

Glukos i urin

BM-Test Glucose	(Boehringer Mannheim)
Clinistix	(Ames Co)
Clinitest	(Ames Co)
Diastix	(Ames Co)
Tes-Tape	(Lilly)

Ketoner i urin

Acetest	(Ames Co)
Ketostix	(Ames Co)
Ketur-Test	(Boehringer Mannheim)

Glukos och ketoner i urin

Gluketur-Test	(Boehringer Mannheim)
Keto-Diabus-Test	(Boehringer Mannheim)
Keto-Diastix	(Ames Co)

Red.

MATSIDAN



SÖTT SOM SOCKER

— är det något att sträva efter ????

Har du läst "Öppet brev till tidningen Diabetes" och Jan Östmans svar "aktuell information om sötningsmedel" i nr 3 av tidningen? Om inte — läs den nu.

Det kanske kan tyckas tjatigt, men jag tänker också ta upp detta med sött och sötningsmedel och vill börja med att citera vad som står i Livsmedelsverkets skrift Vår Föda nr 6/77.

"Beteckningar som 'sockerfritt', 'utan socker' och 'socker ej tillsatt' får bara användas när livsmedlet

inte innehåller eller har tillförts någon sockerart alls. Då har i regel använts andra sötningsmedel, som mannitol, sorbitol eller xylitol. De är inte sockerarter utan så kallade sockeralkoholer. De ger dock ungefär samma energi som sockerarten sackaros (vanligt socker).

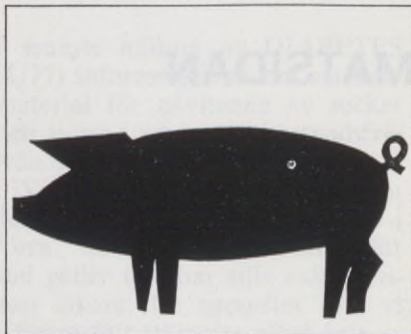
'Utän vanligt socker' får man märka ett livsmedel med, om det är fritt från sackaros. Då kan i stället ingå någon annan sockerart tex fruktos (fruktsocker), glukos (druvsocker) eller laktos (mjölksocker).

Leo insulinpreparat R.I.

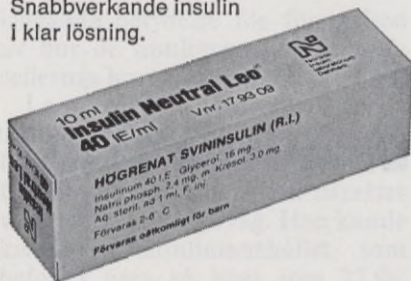
Högrenat svininsulin

R.I. (Rare Immunogenum) anger, att dessa preparat endast sällan medför en immunogen reaktion som leder till bildande av antikroppar.

Leo-insulinpreparaten har alltsedan år 1968 innehållit enbart svininsulin och man har därför kunnat rena dem till R.I.-kvalitet utan att deras välkända duration har förändrats.




Insulin Neutral Leo
Snabbverkande insulin
i klar lösning.



Insulin Retard NPH Leo
Med retarderad verkan.
Mikrokristallinsk
suspension.



Preparaten kan blandas i injektionssprutan i de proportioner som önskas — **utan att de olika enskilda preparaten mister sina karakteristiska egenskaper** — och kan sålunda anpassas till patienternas individuella behov.

 Nordisk Insulinlaboratorium

Ombud:
AB Leo, Hälsovägen, 252 42 Helsingborg
Tel. 042 - 12 06 00

Sötningemedel är olika söta. Sackarin, som inte ger någon energi är flera hundra gånger sötare än vanligt socker. Sorbitol däremot är bara hälften så sött.

Sötningemedel skall deklarerars med sitt namn på livsmedelsförpackningen.”

Livsmedelsverket har i sin text inte tagit med sötningemedlet lycasin som bl a ingår i vissa chokladkakor, karameller och kola, men det skall jämföras med sorbitol och liknande.

Låt oss en gång för alla bli medvetna om

att *sötningemedel som ger energi* dvs sorbitol, mannitol, xylitol (björksocker), lycasin och fruktsocker och förstås produkter, som innehåller dessa bör användas mycket sparsamt

att sockeralkoholerna kan ge magbesvär och diarré och att mängden som förorsakar besvär varierar från person till person

att bakverk, chokladkakor förutom sötningemedel också innehåller mer eller mindre mängder fett

Vem tänker på att en liten småkaka ger ungefär lika mycket energi som en hård smörgås med bredbar ost?

att fruktjuicer, bärsaft m m innehåller naturliga sockerarter och för den skull bör begränsas för att inte orsaka onödig stegring av blodsockret

VARFÖR upplever många diabetiker denna begränsning som ett stort problem?

Ser man inte litet för mycket på den icke diabetiska medmänniskan, som frossar i ett och annat, men som kanske inte mår riktigt väl av det men vägrar erkänna det?

VARFÖR INTE se på alla, som nu börjar komma till insikt om att bra mat betyder hälsa och att man inte alls mår illa av att begränsa konsumtionen av söta och feta produkter och i stället ägna *maten* mera tanke.

Men — frågar sig säkert många — om jag nu vill söta något någon gång *Vad skall jag då använda?*

Det beror litet på vad som skall sötas.

Bröd —

bakat med jäst har vi redan diskuterat i ett tidigare nummer

Bär —

färska eller djupfrysta behöver inget sött alls — de är ju söta i sig själva — och jag tror knappast att någon tycker sig behöva sötningemedel, när man plockar blåbäret i skogen eller jordgubben i jordgubbslandet. Varför då behöva något när bären ligger i dessertskålen?

Saft —

kokt eller ångad kan hällas direkt på heta, steriliserade flaskor eventuellt kan saften behöva en liten tillsats av konserveringsmedel om förvaringsplatsen inte är tillräckligt sval. Vid användning kan den då sötas lätt med sackarin eller cyklamat.

Sylt —

eller rättare sagt kokta bär (+ vatten) förvaras bäst djupfrysta och sötas på samma sätt som saften.

Lingon, som innehåller naturligt konserveringsmedel kan kokas med litet vatten och hällas på heta, steriliserade burkar och förvaras i kall källare eller kylas och frysas och vid användning eventuellt sötas med sackarin eller cyklamat.

Bakverk —

innehåller ju en hel del fett och bör därför höra till undantagen i matordningen.

Men någon gång smakar det kanske med något och då är det de sötningsmedel, som ger energi samt cyklamat, som står till buds eftersom dessa tål upphettning.

Den som nu läst detta ställer sig säkert frågande inför att jag rekommenderar sackarin och cyklamat, som det alarmerats om från USA och Kanada.

Och visst kan frågan vara berättigad. Men tänk efter — hur många soletter, sacketter, sötinetter m m använder Du och har använt i te och kaffe genom åren?

Minska på några och Du får plats med det lilla som behövs för att söta efterrättssoppan, lingonen eller den sura saften.

Tills dess att vi har bättre saker att erbjuda må vi använda de produkter som finns — men använda allt *med förstånd*.

Vi bestämmer ju trots allt själva vad vi äter — men är vi alltid beredda att ta konsekvenserna av vårt handlande som baserar sig på dåliga kunskaper?

Och så till sist en liten

Sammanfattning om sötningsmedel

Sackarin

ca 500 gånger sötare än socker
ger ej energi (kalorifritt)
tål ej upphettning (ger bismak)
säljes som små tabletter, dropp —
och strömedel, ex Hermesetas
ingår i vissa färdigprodukter

Cyklamat

ca 30—50 gånger sötare än socker
ger ej energi (kalorifritt)
tål upphettning
säljes på apotek (beslut juli 1977) i
förpackningar om 150 gram (1/2
tsk sötar som 1 hg socker)
får ej användas i industriellt fram-
ställda produkter

Sorbitol

drygt hälften så sött som vanligt
socker
ger energi (samma mängd som vanligt socker)
tål upphettning
kan ge magbesvär, diarré
säljes som strömedel, ex Sionon,
Heistads dietströmedel
ingår i flertalet safter, sylter, bakverk, snask, glass

Mannitol

Xylitol

Lycasin

} se sorbitol
} säljes ej i ren form

ingår framför allt i snask och tugggummi

Fruktsocker

nästan dubbelt så sött som socker
ger energi (samma mängd som vanligt socker)
tål upphettning

säljes som strömedel ingår i vissa bakverk, snask och glass

Gunnel Isaksson i Hägersten har skickat ett recept på mjuk pepparkaka som helt saknar sötningsmedel, men där ingår ganska stor mängd mjölkpulver och olja, så tänk på energiintaget.

MJUK PEPPARKAKA

3 dl vetemjöl
2 tsk malen kanel
1 tsk ingefära
1 tsk nejlikor
1 tsk bikarbonat
1/4 tsk salt
1 1/2 dl fettfritt mjölkpulver
2 dl kallt vatten
3/4 dl majs- eller solrosolja

Blanda alla torra ingredienser. Tillsätt vattnet och oljan och rör smeten jämn. Hälles i smord och bröad form. Grädda i 175° ca 30–40 minuter.

Gunnel säger i sitt brev att även hennes icke diabetiska vänner tycker om denna kaka.

Jag har provat receptet och förvånar mig över att den får så fin smak. Bikarbonat utan tillsats av fil eller lingon eller något annat syrligt brukar ge den färdiga produkten en lutaktig smak. Jag har också provat att ta i 2 msk helt sura kokta lingon och jag tycker inte att kakan förlorar på det — tvärtom!

Pröva att bröa formen med rågflingor som omväxling.

I förra numret av Diabetes i receptet på rysk rödbets-soppa har trycksnisse varit framme. 1/2 msk

socker skall strykas ur receptet. Sen kanske någon tycker att receptet inte stämmer överens med det egna, men tänk på att med matrecept är det som i musiken — tema med variationer.

Glöm bara inte att bidra till *Mat-sidan* med Dina variationer. Alla recept mottages varmt — alla andra tips också — kanske dröjer det innan dom kommer in i tidningen, men allt sparas och i lämpligt sammanhang, så plockas dom fram.

Skriv gärna adress och telefonnummer — det kan vara något jag vill få ett förtydligande på och det är då lättast per telefon. Med hälsningar

Solweig

Handbok för diabetiker

En omfattande uppslagsbok som tar upp praktiskt taget allt som hör till diabetikerns livsföring.

Arbetslivet
Arvsfaktorer
Barndiabetes
Barnkolonier
Biverkningar
Blodsocker
Blodtrycket
Chock
Dosering
Fotvård
Försäkringar
Graviditet

Hormon
Infektion
Insulinkänningar
Injektioner
Komplikationer
Körkort
Motion
Operation
Röntgen
Sexualliv
Sociala frågor
Åldersdiabetes

Ca-pris med moms 43:—
Köp den i bokhandeln eller direkt från ICA bokförlag,
721 85 Västerås, 021/11 04 40.





TVå av våra Monark-44-or under kappsegling på diabeteslägret på Assö, Vaddö.

Sjösportläger för ungdomar med diabetes

För andra året i följd har ett tre veckor långt sjösportläger för diabetesungdom anordnats. Förbundet arrangerar detta läger i samarbete med Sveriges Flottas Ungdomsförbund. Vad vi vet är initiativet unikt utanför USA.

Ungdomar med diabetes har länge erbjudits motionsläger, helt inriktade på deras sjukdom. På detta läger är seglingen huvudtema.

Förra året startades en försöksverksamhet med 20 ungdomar på Sveriges Flottas lägerö Fejan utanför Norrtälje. Eftersom det blev succé i fjol, ville vi utöka verksamheten i år. Vi tog emot drygt 50 barn i åldrarna 12 till 16 år och fick skaffa nya lokaler; en lägerby på Assö, knutet till Barnens ö. Vi hade 5 hus med 2- och 3-bäddsrum att förfoga över. Det bodde instrukt-

törer i varje hus. Efter att under våren ha gått en snabbkurs i diabetes, kunde instruktörerna hjälpa till vid sprutningen och provtagningen, som regelbundet gjordes två gånger dagligen. Barnen fick också undervisning i sin sjukdom och de som vid lägreets början inte kunde spruta sig själva lärde sig detta under lägervistelsen. Under lägertiden besöktes vi av diabetesförbundets ordf., Nancy Eriksson, som ansåg att lägret, även internationellt sett var mycket avancerat. Vi hade också besök av flera dagstidningar, som gärna skrev om oss i sina blad.

Lägret hade sammanlagt 7 instruktörer (handplockade och vuxna) två lägerchefer, Lars Bellman och Gustaf Quennerstedt (ordf. respektive vice ordf. i Sveriges Flottas Ungdomsförbund). Deras respektive hustrur fungerade som lägermammor och kioskantner. Lägret hade nämligen en diabeteskiosk med specialimporterat godis från USA; barnen fick möjlighet att plocka smågodis, köpa tablettaskar och sockerfri glass. Det var Gustaf Quennerstedt, (som själv har en dotter med diabetes, och därför också tagit initiativ till hela verksamheten) som rest världen över för att skaffa snack. Eftersom han är i resebyråbranschen kunde han också åka till England och hämta hem 840 sockerfria Pepsi Cola.

Seglingsdelen på lägret basades av Lars Bellman, som också var lägerläkare. Största lasset på sjukvårdssidan drog dock leg. sjuksköterskan Christina Jannert-Egelstedt som fick ställa upp dygnet runt vid alla krämpor, från skavsår till

känningar.

Den första veckan regnade det nästan oavbrutet och pulingarna (= lägerdeltagarna) var väl nära att ge upp. Men vid första solgnutta tystnade gnället. Alla ungdomar, som plötsligt fick upptäcka hur härligt det kunde vara att segla, fick blodad tand och tjatade om kvällsseglingar. Flera kappseglingar där stränga sjöregler gällde, anordnades.

Två lägerdeltagare, Tommy Jensen och Hans Rhost lyckades med konststycket att segla upp på valbåt för certifikat. Vår valbåt var nr 123, en riggad libbåt från det gamla pansarskeppet Drottning Viktoria. Vår mest erfarne instruktör, Bo Samuelsson ledde undervisning i förarbevis som reulterade i att 15 av pulingarna lämnade lägret med



På en heldagssegling med medhavd lunch smakar maten bra. Här intar Mikael Quennerstedt och Johan Arnell sin lunch, som består av korb och potatismos.



På lägret idrottade ungdomarna mycket. Bilden visar en situation i en match i landbandy.

sjöfartsverkets förarbevis. 10 av lägerdeltagarna var med på fjolårets läger och skaffade sig redan då sitt förarbevis. Dessa fick förberedande undervisning för skepparexamen.

Eftersom diabetiker också behöver ett visst mått av motion, var pulingarna delade i en s.k. styrbords- och en babordsvakt. Seglade styrbords-, arbetade babordsgänget i land och tvärt om. Vi hade en organiserad 10-kamp där barnen fick visa sin prestationsförmåga i olika idrottsgrenar. Bäst resultat fick Lena Nordgren och Mikael Andersson.

En av de mer populära grenarna var kanotpaddling, dvs kanotkant-ring. Det tycktes vara roligt . . .

Så här efteråt är vi ganska nöjda med oss. Men framför allt med pulingarna, som bokstavligt talat i

vått och torrt ställde upp på vårt program. Det var bara Pierre Bör-ling, en puling som lyckades få benet avsparkat första veckan, som "maskade" från den schemalagda verksamheten. Men vi tog det som ett gott betyg, att han inte åkte hem efter 4 dagars sjukhusvistelse, utan återvände till oss på lägret med sitt gipsade ben.

För oss instruktörer och kursledare har det varit tre jobbiga veckor, men ingen av oss skulle vilja byta. Mer fantastisk semestersysselsättning får man leta efter. — Vad långt det är till nästa sommar med nytt läger!!!!

Anne-Marie Bellman

Lägermamma
Kiosktant

VINN

Premieobligationer för 42.857:—

(inkl. skatter)

Bil TOYOTA Corolla

18 PRESENTKORT

i valfri affär

för sammanlagt **42.859:—** (inkl. skatter)

Nästan **8.000 vinster** värda över **450.000:—** kronor

Lottpris ENDAST 2:—

Svenska Diabetesförbundets Rikslotteri 77—78

Beställ på nedanstående kupong eller tag kontakt med Din lokal-förening och hjälp föreningen att sälja.

Var god sänd mot postförskott det jag kryssat för:

5 st. 10 st. 20 st. 50 st. st.
på en gång

5 st. 10 st. 20 st. att sändas en gång per månad fram till den 1 maj 1978.

OBS! För var 10:e lott Du beställer att sändas på en gång får Du en lott gratis.

Namn:

Adress:

Postnr: Postadress:

A

Frankeras
ej.
Adressaten
betalar
portot.

**SVENSKA
DIABETESFÖRBUNDET
Lotteriexp.
Box 214
124 02 BANDHAGEN**

**SVARSFÖRSÄNDELSE
Kontonummer 1400
124 02 Bandhagen**

Ombyte förnöjer...



Diabet strösötmedel
ej granskat av
Svenska Diabetesförbundet.

A.S. Heistad Fabrikker erbjuder ett verkligt brett sortiment av "socker-fria produkter" som gör det möjligt att få önskvärd variation i kosten. Heistads produkter är "granskade" av Svenska Diabetesförbundet. På varje förpackning finns en noggrann varudeklaration.

Heistad

ledande tillverkare av diabetesprodukter.

Marknadsföres av **väljtron ab** Malmö Göteborg Stockholm Örebro
040-687 87 031-87 03 20 08-97 01 55 019-13 04 70

FRÅGAN ÄR FRI

Fråga: Har fått nobben till ett läkarintyg för körkort. Mitt blodsocker var icke stabilt. Hur kan läkaren veta det, när det inte tagits ett blodprov på 4—5 mån. Mitt nästa återbesök är om 4 mån. Då har 8—9 mån gått. *Utan blodprov!* Kan detta vara riktigt?

Lazze
Diabet. sen 1973

Svar: Mycket lågt och mycket högt blodsocker hos en bilförare kan utgöra en trafikfara. Noggranna undersökningar av trafikolycksfall visar emellertid att diabetiker ej är överrepresenterade bland förare som orsakat skador av olika slag. Detta innebär att diabetiker i regel är försiktigare bakom ratten än folk i allmänhet. De har flera riskfaktorer men ej flera skadetillfällen. Det är mycket viktigt att diabetiker även i fortsättningen är speciellt omsorgsfulla i trafiken. Man får aldrig utsätta sig för risken av lågt blodsocker genom att hoppa över eller försena mellanmål och måltider. Man bör också kontrollera urinen före och under en resa så att det ej uppträder för mycket socker eller syror i urinen. Annars är risken att statistiken för diabetiker kan försämrats och då kan lagstiftningen bli strängare.

Det är svårt för mig att bedöma i vad utsträckning du blivit felaktigt bedömd. En sak är klar. Enstaka blodsockervärden är av be-

gränsat värde. Urinsockerundersökning kan du göra själv. Jag föreslår att du undersöker urinen med Clinitest 4 ggr/dag 2 ggr i veckan på morgonen (natturin), före lunch, före middagen och före sängdags. Då kan du vid nästa läkarbesök lägga fram protokoll hur urinsockret varierat. Ett sådant protokoll är av stor betydelse för att bedöma hur stabilt sockret ligger.

Fråga: Jag är diabetiker sedan 1948 och behandlas med Insulin Vitrum 40 ie/ml och Insulin Novo Semilente 40 ie/ml. Nu undrar jag, kan man blanda dessa två i en spruta för injektion istället för att, som jag nu gör, sticka mig 2 gånger vid varje injektion. Detta kanske är onödigt. Har hört mig för både hos sjukhus och apotek, men ingen är säker på denna sak. Det vore skönt att få slippa ett stickhål i låret dagligen.

"Är mycket tacksam för svar"

Svar: Insulin vitrum och insulin novo-semilente kommer från olika fabrikanter och bör ej blandas. Däremot kan du byta endera av dessa 2 insulinprep och ta 2 med varandra blandbara insulin sorter från samma fabrikant.

Fråga: Jag är diabetiker och vet alltså att man inte får äta fet mat, men frågar nu: Vad är egentligen orsaken till detta? Vilka organ angrips? Vad blir eventuella följder om man inte kan vara tillräckligt försiktig.

"småländska"

Svar: Alla människor (utom de som har mycket hårt fysiskt arbete) bör inskränka på fett i födan. Fett ger lätt viktökning. Insulin har sämre effekt hos alla personer med ökad fettmassa. Detta är naturligtvis speciellt betydelsefullt hos diabetiker. En av huvudprinciperna vid behandling av diabetiker är att uppnå en normal vikt eller gärna något lägre. För att kunna nå detta mål fordras inskränkning av fetttillförseln. Fett är det födoämne som innehåller mest kalorier per viktsenhet.

Fråga: Min man har haft diabetes i 13 år, är nu 27 år, han tar insulin på morgonen och mår annars bra. Har hört att sjukdomen kan angripa ögonen. Hur vanligt är detta? Uppträder detta även om man "sköter sig ordentligt"? (fasta mattider-motion-läkarkontroller) vilket han gör. Hur ärvs sjukdomen? Är risken stor att vår nu 2-åriga dotter skall få den? Vilken ålder är vanligast i så fall? Jag är inte själv diabetiker. Vågar man skaffa flera barn med tanke på detta?

"undrande fru P"

Svar: Det är alldeles riktigt att diabetes kan angripa ögonen. En person som haft diabetes mer än 15-20 år får ökande risk för att det uppkommer förändringar i ögonen. Sådana förändringar behöver inte men kan påverka synen. Det är visat att personer som sköter sig mycket bra har mindre risk för att få sådana förändringar åtminstone av allvarigare slag. Men det är många faktorer som spelar in och

man kan inte säga att en person som får ögonförändringar har skött sig dåligt.

Diabetes är ofta ärftligt betingad, men hur sjukdomen ärvs vet man inte. Risken för att din dotter och kommande barn skall få diabetes före 20 års ålder är omkring 1,5 %. Om man vill ha fler barn tycker jag man mycket väl ska våga.

Diabetes kan uppträda vid vilken ålder som helst. Under puberteten är det något vanligare än andra tider hos småbarn och skolbarn.

Docent Paul Ohlsén

Har Ni någon fråga, skriv till

"FRÅGAN ÄR FRI"

Tidningen Diabetes

Box 6609

113 84 STOCKHOLM

**Bli medlem i
Svenska
Diabetes-
förbundet!**

Minkowskipriset

Europeiska associationen för diabetesforskning sammanträdde i Genève sista veckan i september. För 4:e gången utdelades Minkowskipriset till en svensk nämligen till dr John Wahren, Stockholm.

Minkowskipriset utdelades till minne av den man som tidigast upptäckte insulinet och det lämnas till en forskare under 40 år. I Sverige har av de totalt 12 prisen tredjedelen gått till svenskarna Hellman, Umeå, Cerasi, Stockholm och Lars Carlsson samt nu Wahren. Årets Mikowskiföreläsning handlade om fysisk träning och energi-

förbränning vid diabetes. Det var en helt grundforskningsinriktad redogörelse som lämnades men den gav ett kraftigt stöd för behandling av diabetes med motion som en viktig faktor. Vidare berördes insulinbehovet, och det framkom att fysisk träning vid en diabetes med syror självklart inte får ske. Många förhållanden som kliniker haft på känn fick sin vederhäftiga vetenskapliga förklaring, var ett omdöme som jag hörde från en rad kliniker.

Nancy Eriksson

BonSwab tvättsudd

c:a 150 suddar

6:—/burk

Beställ direkt från

ESKILSTUNA DIABETESFÖRENING

Postbox 97 631 02 ESKILSTUNA Postgiro 46 88 57-8

Beställningstelefon 016/11 78 30, endast efter kl. 18.00

Kansli: Klostergatan 4, tel. 016/11 07 16

Öppet tisd. 18.30—20.00

Det där med maten

Det där med maten är ett stort problem.

Nu tänker jag inte på de miljoner människor som svälter. Där är det inte fråga om vad man ska äta utan om man över huvud taget får något alls att äta. Där skulle det verka som ett håttala om sådana problem som skall beröras här.

Vi har ett överflöd av mat. Det är inte många människor som saknar mat för dagen. Men just det att vi har så gott om mat, skapar problem.

Tidningarna är fyllda med bantningsråd, om hur man ska äta för att bli och hålla sej slank. Det där med slankhet bör man dock tänka på innan byxorna blir för trånga.

Diabetes är en vällevnadssjukdom. Borde kallas fettsjuka i stället för sockersjuka har det sagts. Olämplig kost och för litet motion i bilismens och televisionens tid. Folk blir bredare om baken, vilket är estetiskt tilltalande på ett fåtal.

Diabetikern känner sej utkastad i en främmande värld, när han ska börja en ny livsföring.

Att vara utan sötsaker är inte så svårt som många tror. Fast det är klart att man nån gång kan längta efter en chokladbit på ett sätt som man aldrig gjorde förr.

Men det är så mycket annat man får försaka.

Så enkelt det vore, om man som tidigare åt sitt bästa mål mitt på dagen och sen kunde nöja sej med ett par mackor på kvällen eller litet gröt.

Min hustru lagade havregrynsgröt en gång efter recept i en diabeteskokbok. Det blev en liten klick i botten på tallriken. Inte mättade den! Nej, jag vill ha en rejäl grötportion.

Det är möjligt att vi tycker ibland att våra riksdagsmän inte handlar så klokt alla gånger, men i gamla riksdagshuset var deras älskingsrätt på nattplena rågmjölgröt med lingon, sk vattgröt. När jag kommer till himlen en gång, ska jag redan vid porten be Sankte Per att ordna till med ett riktigt skrov-mål åt mej.

Tänk, om det i Diabetes spalter nån gång framträdde en professor och förklarade att han upptäckt att gröt var något alldeles utomordentligt för kroppen. Och socialstyrelsen kunde låta grynfabrikanterna basunera ut att socialstyrelsen vill att vi äter minst en tallrik gröt om dagen.

Mycket förändras under årens lopp.

Första gången jag låg inne för diabetes, fick jag ingen lax på midsommaren som de andra, men det gjorde mej ingenting. Jag fick kummel i stället. Och det är en god fisk det också. Tio år senare fick också jag lax. Den sköna dietisten avskräckte mej för att ha socker i sillsalaten, men nu har dom visst kommit underfund med att det gör ingenting med litet socker i inlagd sill och inlagda rödbetor. När jag legat inne på sjukhus för diabetes, hade hönorna varje gång tydligen semester, men när jag opererades för gråstarr värpte hönsen varje dag för mej och de andra diabetikerna. Vi var tre som frossade varje morgon. På min dietlista har jag efterhand fått stryka flera punkter som omoderna. Min rara dispensärsköterska spände blickarna i mej en dag och sa: — Du äter väl inte mer än ett ägg i veckan? Nej, svarade jag och kände hur jag rodnade.

När man ligger inne på sjukhus, känner man sej så trygg. Här kan dom ju inte ge en något olämpligt, här där dom springer och provar blod och urin stup i kvarten. Men man kan ju inte ligga på sjukhus jämt, dessbättre. Men så står man där utanför sjukhusgrindarna och känner sej rädd och villrådig.

Det där med maten är inte så lätt för en diabetiker. Ibland visar urinprovet oroväckande färger och man börjar fundera över hur man levat, vad man ätit och hur mycket man motionerat och även om det kanske är sant att ingen ljuger så mycket som en diabetiker, när det gäller livsföringen, kommer man till den slutsatsen att ha uppfört sej som en riktig mönstergosse, väl för-

tjänt av en mörkblå färg i Clinitesten. Men ack nej, det hade oroväckande färg. Då deppar man och känner sej mogen för ytterligare någon spruta om dygnet.

Det är inte lätt att klara maten för en diabetiker. En sådan ska ju äta mycket grönt men man blir ju nästan grön i ansiktet av att bara gå förbi ett grönsaksstånd och se priserna på allting har ju blivit skyhöga. Det är ett problem för en "vanlig" människa med maten — så mycket mer för en diabetiker.

Det skulle inte vara så tokigt med en kokbok, som var och en kunde begripa. Varför inte ta hela matprogrammet för ett helt år på ett sjukhus och utge det i bokform? Sedan det granskats och allt som blivit olämpligt enligt de senaste rönen tagits bort och allt som blivit tillåtet tagits med. Det är inte lätt att handskas med alla dessa tabeller och räkna ut kalorier och sånt och sitta med en hushållsvåg bredvid sej vid matbordet.

Ibland är det tillåtet även för en diabetiker att synda. I vintras var jag ned till byn med sparkstötting. På hemväg fick jag insulinkänning. Det hjälpte inte med de sockertabeller jag alltid bär i fickan. Hela kroppen skakade, tänderna skallrade, svetten flöt och jag såg bara vit, vit snö. Dessbättre hade min måg anat oråd och kom och hämtade mej. — Men, svärfar, du går ju mitt på vägen, sa han. Du kan ju bli överkörd när som helst.

Vad varmt och ljusst det var i köket när jag kom hem. Och jag fick kalvdans med — sockerfri — lingonsylt.

Sven Strömblad

Diabetesgården - Nordanede

Jul och Nyår

Som vanligt hålls Diabetesgården i Nordanede öppen för diabetiker och deras anhöriga under jul- och nyårshelgerna. Vi håller gärna gården öppen längre om det blir tillräcklig beläggning.

Alla som någon gång besökt gården känner till den trivsamma atmosfären, det lugna läget och vid jul det goda, diabetesvänliga julbordet.

Boka plats omgående, gården brukar bli fullbokad på kort tid. Priset för helpension är 75 kronor per dag (för diabetiker 50 kronor). Barn under 15 år halva priset.

Anmälan direkt till
Svenska Diabetesförbundet
Box 6609
113 84 STOCKHOLM
Tel 08/34 09 10, Monica Hulting

I och med att Du erhållit bekräftelse på att plats finns reserverad skall en anmälningsavgift (som dras av vid betalningen) å 100 kronor per person inbetalas till Svenska Diabetesförbundets postgiro 90 09 01 - 0. Denna anmälningsavgift återbetalas vid t ex sjukdom eller annan tvingande omständighet som gör att man ej kan fullfölja den planerade vistelsen på gården. Detta måste i så fall på lämpligt sätt kunna styrkas.

Till Svenska Diabetesförbundet
Box 6609, 113 84 Stockholm

Undertecknad beställer härmed plats på Diabetesgården för

..... personer (varav barn under 15 år)

fr o m den t o m den
(Texta gärna!)

Namn:

Adress:

Postnr/Postadress:

Tel bost:/..... arb:/.....

Det är lätt att få värdefull information.



NU PÅ HJÄLPMEDELSKORT



Ames Company



Division Miles Laboratories, Ltd.

Agent for Sverige: Meda AB, Box 138, 401 22 Göteborg 1. Tel.: 031/17 68 40

Diabetesföreningen i Skellefteå med omnejd 25 år

Söndag 20 februari höll Diabetesföreningen i Skellefteå med omnejd sitt 25:e årsmöte i St Olovsgården. Mötet var välbesökt och det berodde väl till stor del på att vi hade glädjen att ha överläkare Bo Andersson med oss denna dag. Lokalen var extra smyckad och jubileumsyran låg i luften.

”Sockersjukas förening Skellefteå” bildades 20 februari 1952 och dess förste ordförande var Helge Linder. I oktober samma år ändrades föreningens namn till ”Föreningen för Sockersjuka i Skellefteå med omnejd”. Medlemsantalet var 1955 så stort som 102 medlemmar. En av föreningens första uppgifter var att skriva till taxeringsmyndigheterna ang beviljande av extra avdrag för diabetiker. Helge Linder var ordförande fram till 1959. Samma år ändrades föreningens namn till nuvarande ”Diabetesföreningen i Skellefteå med omnejd”.

Åren 1959—1964 var Nils Andersson ordförande och 1964—1965 Sigvard Linde. 1965 tog Henry Holmberg över ordförandeposten och innehade den till 1975 då han tvingades avgå på grund av sjukdom. Sommaren 1975 tog Barry Jonsson över ordförandeskapet.

Henry Holmberg var den som 1965 tog initiativet till att tillsammans med Lycksele och Umeå bilda en länsförening. Genom sitt arbete i länsföreningen medverkade han bl a till att diabetiker i Västerbotten har fria sprutor och spetsar. Diabetesföreningen i Skellefteå — med Henry som drivkraft — förverkligade idén om informations- och motionsveckor. En idé som varit till stor nytta och glädje för oss diabetiker.

Mötet inleddes med sedvanliga årsmötesförhandlingar och det var med glädje vi kunde notera att vi under det gångna året fått nästan 50 nya medlemmar. Verksamheten under 1976 har varit bl a två medlemmöten, representation vid riksstämman i Örebro och vid regionskonferensen i Saxnäs. Vidare har 1976 års kursvecka varit förlagd till Saxnäs med gott resultat. Vi kunde även notera att vi lyckats få diabetesförbundets riksstämma förlagd till Skellefteå 1978 och att förberedelserna redan är i gång.

Vid val av styrelse för de närmaste åren beslöt årsmötet enligt följande. Till ny ordförande efter avgående Barry Jonsson valdes Gun Vallin. Till ny kassör valdes Monica Warg och till ny sekre-

rare Ulla Rosén. Övriga i styrelsen blev Ingvar Dahlin, Maj Grundström, Ally Holmberg och Karin Dahlin.

Under punkten nya frågor presenterade Gun Vallin några av de aktiviteter man har på förslag för kommande året. Bland annat ska man börja med arbetsträffar. Det som tillverkas vid dessa träffar ska senare i höst försäljas vid en planerad auktion. En utflykt till Lycksele-föreningen är också med på programmet liksom en matlagingskurs som startar i höst. Den kommer att ledas av dietisten Solveig Eriksson. Medlemmarna verkade entusiastiska och lovade att ställa upp.

Så överlämnades ordet till överläkare Bo Andersson som höll en mycket uppskattad föreläsning över ämnet "Diabetes 40 år — En blick tillbaka och framåt". Vi fick under hans sakkunniga ledning bli veta det mesta om insulinet och dess betydelse, — om hur man alltsedan insulinet upptäcktes arbetat med att förbättra det och hur värdefullt det är att idag ha tillgång till insulin med snabbeffekt, medium-effekt och långverkande effekt.

Bo Andersson avslutade sin föreläsning med följande science fiction: "Man kan nu börja gå in i den genetiska koden, den som ärftligt bestämmer hela vårt livsöde och ändra på den. Och man har lyckats ändra på den så att man till och med kan få främmande celler att bilda insulin, ja till och med bakterier. Det finns en del forskning som talar för att man skulle kunna, kanske i en framtid, tämja kolibakterier, dom som ofta ger urinvägsinfektioner för övrigt, till



Överläkare Bo Andersson höll en mycket intressant föreläsning vid Skellefteåföreningens 25-årsjubileum.

att bli fredliga producenter utav mänskligt insulin. Men nu börjar det kanske bli så science fiction-betonat så nu slutar jag min framställning."

Därefter, när applåderna för Bo Andersson lagt sig, blev det fika och dragnig på de lotterier som sålts ut under årsmötets gång. Under kaffet avtackades även Barry Jonsson för det arbete han lagt ner för föreningen under de år han varit ordförande och fick motta en bukett blommor.

Gun Wallin

**TÄNK PÅ
NARKOTIKA-
PROBLEMET!**

**Glöm ej att förstöra
Era använda
engångssprutor**

FÖRENINGSNYTT

LYCKSELE

Lycksele Diabetesförening gjorde en bussresa till Östersund, lördagen den 18 juni. Ett 30-tal medlemmar följde med.

Några av Östersunds medlemmar samt en guide mötte oss när vi kom fram. Därefter åkte vi till Frösön där vi åt en gemensam lunch. Sedan åkte vi runt på Frösön, vi besökte bl a Frösö kyrka och Pettersson-Bergers sommarhagen. Östersunds förening bjöd på kaffe på deras expedition. Därefter besökte vi Jamtli. Till sist åt vi middag och sen var det dags att återvända hem.

En mycket trevlig resa med fint väder.

UI

GÖTEBORG

På förmiddagen söndagen den 5 juni samlades ca 160 personer i alla åldrar från Diabetesföreningen i Göteborg på Heden för att delta i den traditionella vårutflykten. Färden gick med buss till Antens station vid sjön Anten, där vi bytte färdmedel. Av den smalspåriga järnväg, som fram till 1970 förband Västergötland med Göteborg, är 11 km utmed Antens västra strand bevarad och trafikerad under söndagar sommardag. Efter att ha tagit en titt på uppställda vagnar och lok tog vi våra platser i tåget i besittning. Under den knappt timslånga

resan, som företogs i maklig takt, kunde man njuta av vacker utsikt över Anten eller försommarblommor i backar och trädgårdar. Säkert mindes många av de lite äldre resor på hårda träbritsar. För de yngre deltagarna var tågresan med stenkolsröken, ångvissletjuten och vattenpåfyllningen säkert dagens höjdpunkt.

Vid ankomsten till Gräfsnäs station började det regna så smått, vilket gjorde att lunchen, som vi tänkt äta i slottsparken, fick intas i bussarna eller i slottsruinen. Värdet inbjöd inte heller till några mer omfattande strövtåg i parken eller till lek på lekplatsen. Regnet fortsatte under resten av dagen, vilket gjorde att de utomhusaktiviteter som planerats gick om intet.

Bussarna förde oss vidare till Nääs slott, där ungefär hälften av deltagarna företog en rundvandring på slottet tillsammans med en guide, som berättade om dess historia. De andra fann vägen till den stora hemslöjdsutställning, som varje försommar anordnas här. Där fanns mycket vackert att njuta av och kanske inhandla. Dagen avslutades på Nääs med en välkomponerad och välsmakande middag, som fick de något frusna resenärerna att åter känna sig riktigt väl till mods.

Achimenes

BLEKINGE

Blekinge Diabetesförening höll söndagen den 11 sept höstens första möte på Savoy Karlskrona. Ordförande Bertil Robertsson redogjorde för föreningens kost och motions-

vecka som hållits på Ekekullen Spjutsbygd under augusti. Dessa veckor är mycket uppskattade av både läkare och expertis inom diabetesvården, främst då genom att deltagarna får lära sig mera om sin sjukdom och hur den skall skötas. Mötet beslutade att uppvakta landstingsrådet Björnsson om att en tredje tjänst som fotvårdsspecialist skall tillsättas på vårt lasarett. De två tjänsterna som nu finns är inte tillräckliga för att täcka behovet för de som önskar komma till behandling. Föreningen har under lång tid arbetat för att få en fotvårdsklinik även till Karlshamns lasarett, nu faller detta på att ingen söker denna tjänst. Styrelsen framhöll också vikten av att motionera och hålla sig i god kondition. Under mötet delades ut små gymnastikprogram som alla kan utföra t o m sittande på en stol. Meningen är att väcka medlemmarnas intresse för motion och att sedan bygga på detta program till en högre svårighetsnivå.

Sjukvårdsföreståndare Sten-Erik Lindström visade filmen: "Blekinge från Sisebäcken till Brömsehus". Han kåserade mycket trevligt och underhållande till sina vackra bilder. Under kaffet spelade och sjöng Titti och Sivert Forsberg visor, dom hade kallat sitt program: "En bukett flickor". En trevlig söndags-eftermiddag avslutades med ett lotteri.

G.S.

GÄLLIVARE—MALMBERGET

Norrlands-regionen har haft sin årliga konferens. Den ägde rum den

10—11 september, och i år stod diabetesföreningen i Gällivare-Malmberget för värdskapet.

Cirka 160 deltagare mötte upp. De flesta anlände, p g a lång resväg redan på fredagskvällen. Vi blev mottagna med the och härliga landgångar, innan det bar iväg till hotellen för välbehövlig nattvila.

På lördagsmorgonen inleddes konferensen med ett föredrag av Dr Bo Andersson, Stockholm, som ett lättfattligt sätt redogjorde för de senaste rönen inom diabetesforskningens område. Föredraget följdes av frågestund och livlig diskussion.

Efter ett mellanmål bestående av färsk frukt, följde grupparbeten där deltagarna delades in i två grupper. Den ena gruppen togs om hand av dietist Marja Aho från Boden, som "gnuggade" deltagarna i näringslära. Ett knepigt frågeformulär fick oss att verkligen anstränga hjärncellerna. Näringslära är svårt, men samtidigt är den ju en av grundpelarna i behandlingen av diabetes. Vi måste kunna det här, och med Marjas hjälp blir det både lättfattligt och roligt.

Den andra gruppen fick tillfälle att höra sjuksköterskan Berit Bose-dahl från Kiruna, berätta om sitt arbete vid den relativt nystartade Diabetesklinikerna där. Det var mycket intressant och åhörarna fick tillfälle att fråga om och diskutera allt detta som sker inom diabetesvården. En önskan kunde vi formulera innan vi lämnade salen. En diabetesklinik vill vi alla ha tillgång till.

Efter en god och näringsriktig lunch var det dags för förbundsordf. Nancy Eriksson att ta till

orda. Hon redogjorde för förbundets planer för den närmaste tiden, bl a berörde hon den medlemsvärvningskampanj, som dras i gång under hösten, och som förhoppningsvis och i bästa fall, ökar vårt medlemsantal med 100 procent. Nancy påminde också deltagarna om allt det, som förbundet utråder för diabetiker, medlemmar eller inte, och talade också om på vilka punkter man närmast avser att påverka beslutsfattarna. Här kommer bl a frågor om handikappersättning, vårdbidrag och skatteavdrag in i bilden.

Efter denna intressanta föreläsning följde kaffepaus, och därefter en frågestund, där panelen bestod av alla dem, som stått för undervisning och föreläsning under dagen. Och fortfarande var aktiviteten hög bland deltagarna, som passade på att fråga om allt det, man annars glömmet att fråga om.

Den här intressanta lördagen avslutades med supé och dans på hotell Vassara. Även här var stämningen hög, och vi höll på till långt efter midnatt. Men så dansade vi ju "Bergsprängartango" i Gällivare också!

Söndagen ägnades åt sammanträden med länsföreningarna och åt regionskonferens. Här diskuterades bl a medlemsvärvningskampanjen, den nya regionsindelningen, diabeteskliniker m m. De, som inte deltog i dessa möten, bjöds på sightseeing runt Gällivare-Malmberget.

Och efter lunch var det dags att vända hemåt igen. Vi tackar Gällivare-Malmbergets diabetesförening för en synnerligen välorganiserad och alltigenom trevlig konferens.

Nästa års regionskonferens blir i Östersund, och vi hoppas på glatt återseende där.

MS

KALMAR

Länsföreningen i Kalmar län har hållit en veckoslutskurs för föräldrar och vårdnadshavare av diabetesbarn. I kursen som blev mycket lyckad deltog ett 30-tal medlemmar från hela Kalmar län. Kursledare var Edvin Strömberg diabetesföreningen och Ruben Hallenberg ABF. Föreläsare var barnläkaren vid Västerviks lasarett Per Göran Petzén, barnpsykolog Bengt Sandberg och dietist Mona Nilsson även dessa från Västerviks lasarett.

Dr Petzén, redogjorde för vad som hänt under de senaste åren inom diabetesforskningen, han berörde även något om det som just nu sysselsätter forskarna, och framför allt när det gäller barndiabetikerna. De tre viktigaste hörnstenarna inom all diabetesvård är: Insulin, kosten och motion, därtill kommer ett fjärde måste när det gäller barndiabetes, information till föräldrar. Han berörde även de problem som kan uppstå i pubertetsåldern för en diabetiker som får sin sjukdom i unga år. Om en diabetiker trots noggrannhet med kost och insulin, skulle falla i koma, finns det numer mycket bättre möjligheter att häva detta tillstånd utan att komplikationer tillstöter.

Barnpsykolog Bengt Sandberg talade om de psykiska och sociala problem som alltid uppstår när särskilt ett barn får diabetes, här är det viktigt med information, och att informationen lämnas på ett så-

dant sätt att den uppfattas rätt. Det är inte bara föräldrarna som måste lära sig sjukdomens karaktär, utan alla. Exempelvis lärare, bespinningspersonal, när barnet är i skolåldern. Även släktingar och vänner bör känna till att man inte får bjuda det diabetessjuka barnet på sötsaker eller dylikt, hur gärna man än vill. Informationen bör gå ut till båda föräldrarna, så att man kan hjälpas åt att dela på ansvaret.

Dietist Mona Nilsson talade över ämnet diabeteskosten i praktiken, och började med en redogörelse över hur människokroppen är uppbyggd, Söttningsmedel var en av frågorna som hon belyste, det är i de allra flesta fall opassande för en diabetiker, med de s k sockerfria varor som de flesta affärer för. Många innehåller sorbitol och detta sötningsmedel är alltför kaloririkt för att passa en diabetiker. Det är endast saccarin och cyklamat som är kalorifritt, och glädjande nog har cyklamat mer och mer kommit tillbaka, det har visat sig inte alls så skadligt som man lättit påskina, det är bara så att ger man ett ämne i mycket stora doser, så kan även det ofarligaste bli farligt.

Grupparbete över en del uppsatta frågor förekom även under kursdagarna.

Från Svenska diabetesförbundet deltog Margit Stridh, som i ett kort anförande talade om hur diabetesförbundet arbetar, och om forskningsfonder som står till forskarnas förfogande. Hon informerade även om ungdomsverksamheten på bl a Bocksjölägrat. Förbundets tidning Diabetes som även kommer ut som talband omnämndes också.

Kursen kommer att följas av flera liknande framöver, och nästa gång skall man försöka få med nyblivna diabetiker och lite äldre.

ES

BORÅS

Lördagen den 27 augusti hade ungdomssektionen under Freeds ledning anordnat en fisketur från Borås ut på böljan den blå.

Vi startade vid 12 tiden efter lunch från Borås med buss och på vägen ner mot hamnen i Träslövs-läge blev bussen full av 30 ungdomar och några ledare som med fisktindrade ögon bara väntade på första nappet.

Kl 14.00 tuffade Fanö, en 25 meter lång fiskebåt, ut från hamnen och efter bara 40 min kunde första torsken landas på däck. I en jämn ström drogs sedan torsk, bleka, vittling, knot och en och annan långa upp. Tomas Brink fick upp den tyngsta och längsta torsken, som vägde hela 9,2 kg nästan 1 meter lång. Flickorna som var med var inte sämre dom, utan fångade lika mycket som pojkarna. Töserna fick flera bamsingar mellan 6 och 8 kg.

Vädret var det bästa tänkbara dvs inga vågor eller dyningar alls och sol nästan hela tiden.

På de sex timmar som båturen varade fångade vi cirka 300 kg fisk, vilket betydde att alla var synnerligen nöjda med fiskafänget, då alla fick åtminstone en fisk, vilket ledaren hade lovat i bussen på nervägen.

Kl 20.00 var vi tillbaka i hamnen igen trötta och lyckliga där bussen

väntade. Den blev tung av fisk och fiskare. På vägen hem fylldes bussen av fiskehistorier om vem som hade tappat den största och vilken fisk som rusat mest och på så sätt fördrevs tiden tills vi tömde bussen utefter vägen till Borås, där vi var kl 22.00 efter en helt igenom lyckad fiskeres. Och nu går vi bara och väntar på nästa tur.

Lördagen den 3 sept. var det dags för en busstur för de övriga medlemmarna, nu mot Bohuslän.

Resan startade kl 8 under Thorstens och Einars ledning mot Trollhättan, där det medhavda kaffet smakade gott i det nu alltmer strålade vädret. Bussen gjorde också en runda runt slussarna för att sedan styra mot Uddevalla. I god tid anlände man till Bohusgården så att alla fick en uppfriskande promenad före lunch på en plats som har härlig utsikt över hamnen och varvet i staden.

Efter lunchen gick färden mot Skärhamn där man hade hyrt en båt som tyvärr inte kunde ta alla 98 resenärerna utan man delade upp sig i 2 grupper. Den ena gruppen åkte med M/S Valona på en fin sjötur runt flera öar medan den andra gruppen bekantade sig med fiskeläget, det mysiga Skärhamn. För att komma till Skärhamn måste man naturligtvis åka över de vackra stiliga Tjörn-broarna, som verkligen välver sig mellan öarna och ger en vidunderlig utsikt.

Efter båttur och promenad fortsatte man till hotell Nordvik för kvällsmackan innan bussen for hem över Göteborg mot Borås, där man stannade kl 21.00.

Hela den här fina resan kostade bara 30 kr per resenär vilka uttryckte sin stora tacksamhet till de två ledarparen Marianne, Lillemor, Thorsten och Einar för den trevliga resan.

FreeD

SKELLEFTEÅ

Lördag 4 juni gjorde Skellefteå Diabetesförening ett studiebesök på histologiska institutionen vid Umeå universitet. Vi fick tyvärr erbjudandet litet för sent för att hinna erbjuda alla medlemmar att delta men vi blev i alla fall 25 personer som åkte iväg denna regniga lördag.

Efter en god lunch på Sävangården vid framkomsten åkte vi till universitetet. Där tog Inge-Bert Täljedal emot oss och vi samlades i en av föreläsningssalarna för att få en mera allmän information om forskningen om diabetes av idag. Vi fick även tillfälle att ställa frågor och det var många som tog chansen.

Därefter delade vi upp oss i tre grupper för att gå runt på institutionen och titta på i förväg iordningställda moment. Förutom Inge-Bert Täljedal som tog hand om en grupp tog Lars-Åke Idahl och Jan-Ove Sehlin var sin grupp. Det var ett mycket intressant besök med bra och lättfattlig information och vi fick veta att forskningen om diabetes ingalunda glöms bort utan ständigt är lika aktuell och att framsteg görs hela tiden, även om det ibland verkar obetydliga.

Innan vi åkte hemåt igen bjöds

vi på kaffe och smörgås och fick tillfälle till en gemytlig pratstund. Vi tackar Täljedal, Idahl och Sehlin för att dom ville ställa upp och hoppas att vi ska få återkomma fler gånger.

gv

KARLSKOGA—DEGERFORS

Diabetesföreningen företog lördagen den 20:e aug. en alltigenom lyckad bussutflykt där 68 medlemmar deltog. Vi startade från Karlskoga och fortsatte till Degerfors samt vidare över Laxå och Askersund. Vi gjorde även ett besök vid Verner von Heidenstams Övralid där de medhavda smörgåsarna och kaffet smakade bra.

Färden fortsatte sedan mot Gränna där vi intog en god lunch på Ribbagården. Efter lunch åkte vi ned till hamnen och steg ombord på en båt till Visingsö och detta var resans höjdpunkt då vi bl.a. åkte

remmalag på planvagn dragna av parhästar där de åkande sitter längs sidorna med ryggarna vända mot varandra och fötterna på fotsteg längs vagnens sidor. Vi besökte även Brahekyrkan uppförd på 1160-talet men den fick sitt nuvarande utseende i "renässansstil" under 1600-talet.

Så var det dags att fara tillbaka med båt till Gränna och fortsätta resan med buss söderut över Huskvarna och Jönköping och vidare mot norr efter Vätterns västra sida, vi anlände till resans sista mål Karlsborg, vid 18.30-tiden då det smakade bra med kaffe, te och smörgås. Därifrån fortsatte resan hem till Degerfors och Karlskoga. Alla deltagare var mycket belättna med resan eftersom vi också gynnades av fint väder.

Vi får framföra vårt hjärtliga tack till resans arrangör vår ordförande Harry Karlberg.

S. E.

Lydia och Oscar Linders minnesfond

Svenska Diabetesförbundet, som förvaltar "Lydia och Oscar Linders Minnesfond", får härmed meddela, att viss avkastning av fondens medel enligt testamentsvillkoren "*skola årligen i god tid före jul utdelas till behövande icke arbetsföra sjuka efter rekommendation av överläkare på sjukhus eller tjänsteläkare*".

De som önskar söka anslag ur fonden skall inkomma med ansökan och övriga handlingar senast den 1/12 1977. Ansökan skall ställas till Lydia och Oscar Linders Minnesfond, Svenska Diabetesförbundet, Box 6609, 113 84 Stockholm.

Forts. från sid 3

På en koloni i somras fick barnen äta så mycket godis de ville (med sorbitol). Läkaren menade, att det reglerade sig själv, för sorbitolen gav diarréer. På en annan koloni förfäktades, att man kunde nöja sig med att ha ett svagt urinsocker utan att behöva motionera bort det. "Man bör rätta sig mer efter barnen och vad de tycker." Dessa uppmjukningar måste diskuteras, så mycket mer som efterfrågan på koloniplatser blir allt större. Förbundet skall samla barnläkare och sjuksköterskor och dietister till överläggning, och vi har planerat en ungdomsbroschyr under hösten, den skrivs i samarbete med läkare på St Görans barnsjukhus i Stockholm.

Ett par intressanta undersökningar som gäller barn och diabetes har just kommit fram. Det är Sterky, som fortsätter det arbete, han skrev som sin doktorsavhandling om barndiabetes. Han har gjort en epidimiologisk undersökning som visar bl a att förekomsten av diabetes är störst i de norra och kallaste delarna av landet liksom i Finland. Vidare att barnen sjuknar i sin diabetes under främst januari månad och att det är under åren då skolan börjar och då puberteten inträder som de flesta fallen barn-diabetes bryter ut. Något år tidigare för flickor än för pojkar, men med en starkt minskad frekvens efter 14 år. Många intressanta iakttagelser finns där. Johnny Ludvigsson läkare i Linköping har gjort enkäter om skolbarn med diabetes. Han har funnit, att kunskapen om diabetes är dålig särskilt hos vi-

karierande lärare, gymnastiklärare och bespisningspersonalen. Där fanns gymnastiklärare, som haft diabetiker som elever under ett par år utan att veta ens att de var sjuka. Sjuksköterskorna är de bästa informatörerna, det förefaller som om de hade mest kontakt med föräldrarna också. Hälften av eleverna med diabetes ansåg sig inte ha grundkunskaperna om sin sjukdom. Här finns ett enormt informationsbehov, som måste täckas på olika sätt, genom föreningarnas villighet att gå in i skolan och tala om vad diabetes är.

Ja, vad skall man vänta av lärare och kökspersonal på en skola, när följande kan hända på ett sjukhus. Under sommaren måste en elev föras från ett sommarläger till närmsta sjukhus. Eleven hade insulinkänningar, när han kom in, och den som följde honom in sa, kan vi få ett glas mjölk omedelbart. Där fanns mjölk att få. Då måste ni först skriva in honom, svarade sjukhuspersonalen. Följeslagaren tvangs att springa ner på kontoret och betala 15 kronor, innan pojken som kippade efter andan och var nära koma kunde få mjölkglaset.

— Det var om barn, det.

Wesley Eriksson

Brunswick kombinationsspruta -”morgondagens spruta”!

6000248944



Göteborgs universitetsbibliotek



Vi skulle också kunna kalla kombinationssprutan för ”snabbspruta”, eftersom kanyl och spruta redan från början är kombinerade. Detta innebär bl a en snabbare och enklare hantering. Dessutom har ”snabbsprutan” en del andra fördelar:

1. Mindre risk för kontaminering (förorening), vilket ger bättre hygien.
2. Bara en förpackning att hålla reda på.
3. Ur steriliseringssynpunkt innebär förpackningens konstruktion ökad säkerhet.
4. Ekonomiskt fördelaktig - billigare än separat spruta och kanyl.
5. **Omfattande sortiment**, vilket dessutom kommer att utvidgas med två storlekar under hösten 1977.

I dag finns Brunswick kombinationssprutor i följande storlekar:

Sprutstl.	Gradering	Kanylstl. Diam. Längd
1 ml	1/100	0,5x16 mm
1 ml	1/10	0,5x16 mm
2 ml		0,4x20 mm
2 ml		0,5x16 mm
2 ml		0,6x25 mm
2 ml		0,8x38 mm
5 ml		0,8x38 mm

Vill du veta mer om Brunswick kombinationssprutor, hör gärna av dig till Anita Henricson, Beiersdorf AB, Sektion bmp, Box 18, 431 21 Mölndal 1, tel 031-27 51 10. (Efter 1977.08.01 är adressen: Box 10056, 434 01 Kungsbacka, tel 0300-170 00.) Dessutom skickar vi gärna ”LILLA SPRUTBOKEN”, där du kan läsa om hela Brunswicks sortiment av kombinationssprutor, separata sprutor och kanyler.

 **bmp**
beiersdorf
medical
programm

Om adressaten flyttat, v. g. returnera till
Diabetes, Box 6609, 113 84 Stockholm.
Vi betalar portot.

Visste Du att

- den första patienten, som blev behandlad med insulin, var en 11-årig diabetisk pojke? Han fick sin första injektion i januari 1922 och kunde tack vare insulinet leva ett normal liv i många år. Han omkom vid en motorcykelolycka.
- Vitrum har tillverkat insulin i Sverige sedan 1922?



Vitrum

Vitrums insulinserie erbjuder ett urval, som täcker behovet i varje enskilt fall.

