

Lofric®

Dialogen Nr. 10, 2005

dialogen

A photograph of a woman and a child sitting on a large rock by a stream in a forest. The woman is wearing a red jacket and blue jeans, and the child is wearing a red jacket and brown pants. They are both looking at something in the child's hands. The stream is flowing over rocks, and there are tall grasses and trees in the background.

Tema: Livskvalitet

Historier:

Astra Tech Games
Langt ude i skoven...
At rejse er at leve



Lene Kruse



Heidi Blichfeldt

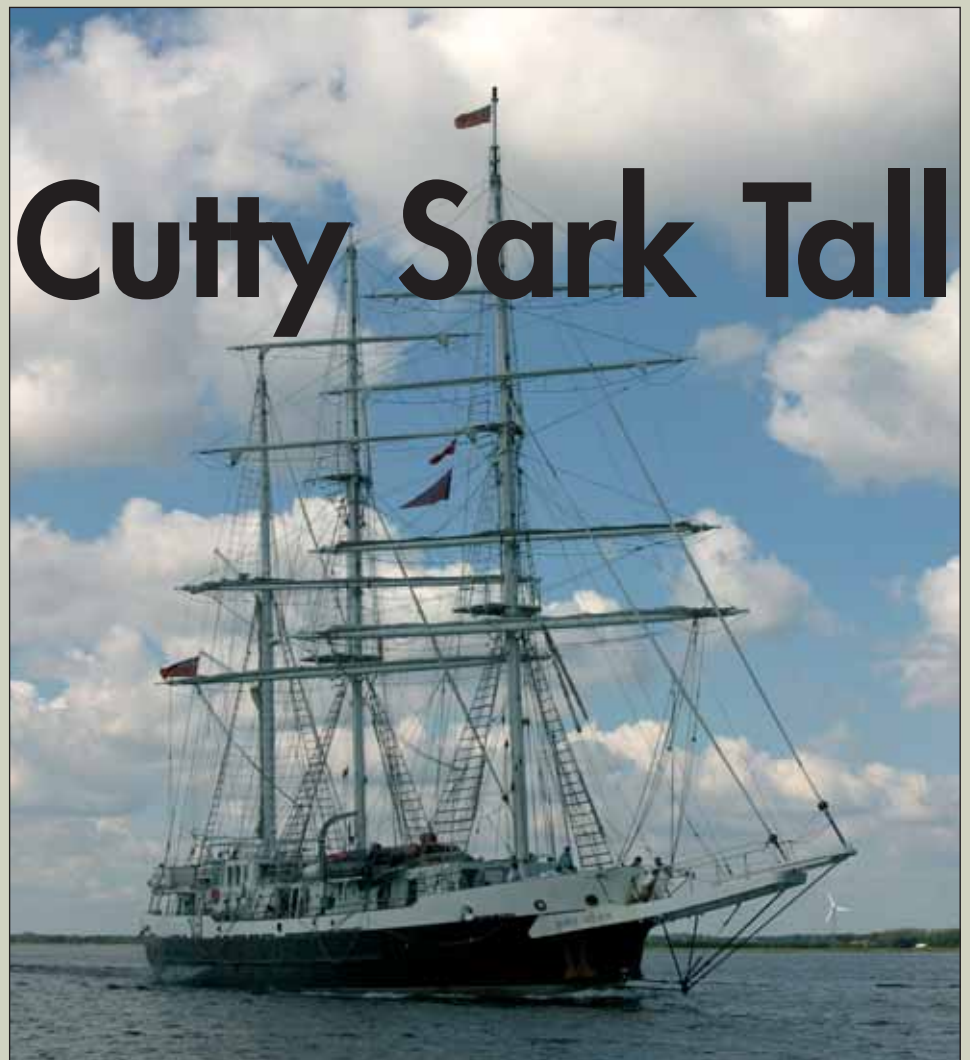
Leder

Dette nummer af Dialogen sætter fokus på emnet livskvalitet. At definere hvad livskvalitet er, kan aldrig blive entydigt, idet vi som individer opfatter livet - og det som det at leve bringer med sig - meget forskelligt. Men livskvalitet er måske på mange måder at få noget positivt og godt ud af livet på trods! Vi oplever alle, på et eller andet tidspunkt i livet, nogle ting der vil påvirke vores livskvalitet, men da vi alle har forskellige ressourcer at trække på vil udfaldet kunne være meget forskelligt.

Helt i tråd med vort ønske om at bidrage til en øget livskvalitet, var Astra Tech i 2004 initiativtager til et nyt sports-event for rygmarvsskadede "Astra Tech Games", hvor formålet var at sætte fokus på spændende udfordringer kombineret med hyggeligt socialt samvær. Det var et par dejlige dage, som gav os alle mange oplevelser med hjem. Læs mere inde i selve bladet.

Lene Kruse
Heidi Blichfeldt

Artikler og indlæg i bladet er skrevet af forskellige forfattere og vi gør opmærksom på, at holdninger og synspunkter repræsenterer forfatternes egne holdninger og ikke nødvendigvis er i overensstemmelse med Astra Tech holdninger.



INFORMATION Tall Ship Race er en årlig tilbagevendende kapsejlad for skole-skibe. Sejladsen for de historiske skibe har været afholdt siden 1956.

Hvert år deltager 70-100 skibe af størrelsen 30-300 fod, med besætninger på 3-4000 unge mennesker fra ca. 30 forskellige nationer. Der er tale om historiske skibe af flere typer. Dels skibe opbygget efter ældre principper i nyere tid, men også skibe, der har langt over 100 år på bagen.

Af kapsejladens 1500 sømil er de to etaper seriøs kapsejlad og den tredje etape en hyggelig venskabssejlad.

Sejladsernes hovedformål er at skabe internationale relationer og forståelse mellem unge med forskellige nationaliteter og at give de unge erfaringer og ople-

velser gennem sejlad med de klassiske skibe.

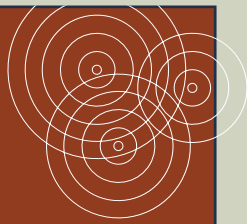
I 2004 deltog endvidere et skib, Lord Nelson, der var indrettet til unge med fysiske handicap.

De unge deltager på lige fod med andre, hvilket bl.a. betyder at kørestole bliver hejst op i masten således at også kørestolsbrugere kan hjælpe til med at bjærge sejlene.



Chefredaktør: Lene Kruse. Redaktionssekretær: Heidi Blichfeldt. Oplag: 8.000.

Layout og produktion: Vang Rasmussen A/S, Rogert Münzberg. Redaktion: Astra Tech A/S, Husby Allé 19, 2630 Taastrup. Tel.: 4371 3377, Fax: 4371 7865. www.astratech.dk



Ship Race 2004



Aktiviteter

Astra Techs specialkonsulenter i urologi deltager ofte med foredrag og information til såvel store som små møder i lokalområderne. Det kan være lokale scleroseklubber, foreninger eller kommuner, hvor der afholdes information for borgerne. Vi stiller også gerne gratis op med en lille udstilling, således at brugerne får mulighed for en konstruktiv dialog.

Livskvalitet er et nøgleord for medarbejderne i Astra Tech og vi bestræber os kontinuerligt på, at forbedre vores produkter og omkringliggende service med det formål at kunne bidrage til en øget livskvalitet.

Har du gode ideer til hvordan vi kan styrke vores indsats, hører vi gerne fra dig og har du brug for at vi holder et lille indlæg eller viser produkter frem, skal du blot kontakte din lokale specialkonsulent (se bagsiden).

Lene Kruse



INFORMATION Astra Tech Games er et nyt initiativ, som så dagens lys i den sidste weekend i august 2004. Astra Tech Games er et sportsarrangement for rygmarvsskadede, paraplegikere, hvor Egmont Højskolen danner de fysiske rammer. Her har vi kørestolesegnede forhold, en pragtfuld natur og nogle veluddannede, engagerede instruktører. Der er fremstillet nogle helt specielle udfordringer til dette arrangement, bl.a. en armgangs-konstruktion, en styrketræk-konstruktion samt en styrkevippe.

Vi mødtes lørdag ved frokosttid til indkvartering, hvorefter deltagerne fik mulighed for at afprøve udfordringerne. Lørdag aften bød på mexicansk buffet og hyggeligt socialt samvær, hvor snakken gik om hvem, der mon var bedst til de forskellige udfordringer, men kortene blev også holdt tæt ind til kroppen, idet der bl.a. var pæne pengepræmier på spil. Søndag morgen mødte alle meget friske og udhvilede op til dagens

strabadser ... og der blev ikke lagt fingre imellem, alle kæmpede til det yderste, men der var en utrolig varm og kammeratlig stemning, hvor alle gjorde deres for at støtte og opmuntre hinanden. Vejrguderne var med os, så vi havde et herligt sommervejr, hvilket billederne også illustrerer.

Det var en spændende og udfordrende weekend, hvor alle ydede en stor indsats for at arrangementet skulle blive en succes.



Her ses de 6 vindere



Af Mogens K. Skadborg,
Ledende overlæge, exam.art.phil.
Anæstesiologisk-Intensiv afdeling I,
Skejby Sygehus.

At leve godt med et handicap

ARTIKEL Min første tanke i forbindelse med overskriften var: Hvad ved jeg egentligt om det spørgsmål? Det næste var: Er det i det hele taget muligt at sige noget fornuftigt på nogle få sider, som rammer den fælles tone der skal slås an, hvis det skal have mening for mennesker med forskellige handicaps.

Efter mentalt at have skannet erindringens tåger for at finde eksempler fra det virkelige liv – liv der synes at være levet godt på trods af et handicap – slog det mig at jeg ikke behøvede at gå så langt væk. Jeg er selv handicappet – det havde jeg lige glemt i farten. Ikke noget alvorligt – ja nærmest bagatelagtigt. Jeg er tunghør og har været det hele livet. Som barn var det noget bøvl. Når man som 6-7 årig skal spille fodbold med en lille kasse i brystlommen med snoede grå ledninger op til øret, er det ikke morsomt når bolden rammer mikrofonen. Men i dag er det ikke rimeligt at betragte det som et handicap. Selvfølgelig er det stadig noget bøvl i lærrende omgivelser. Men sådan er der jo så meget. For mit eget vedkommende kan jeg ikke lade være med at finde, at handicappet til tider er en fordel. Tænk bare – det er muligt med høreapparaterne at lytte til fjernsyn og radio mv. ved hjælp af en såkaldt teleslynge. Det er et udstyr der er installeret i huset og sluttet til radio & tv. Det giver mulighed for at jeg kan høre lyden overalt i huset. Også selvom der er skruet helt ned for lydstyrken, så normalthør

rende ikke kan høre en lyd. Det er ganske praktisk. Hvis jeg vil se TV mens ingen andre gider – kan det foregå lydløst – jeg tænder bare for teleslyngemodtageren – så er det som at være der selv uden at genere andre i rummet. På samme måde i kirker og foredragssale, hvor det er ret almindeligt, efterhånden, at der er etableret teleslynger. Det betyder ikke noget, at der er overfyldt eller at foredragsholder taler lavt. Bare han/hun taler i mikrofonen – så virker det nærmest som om der holdes tale alene for mig. Hvilket privilegium det er, oplevede jeg for år tilbage, da filosofen Jürgen Habermas var gæsteforelæser ved Århus Universitet. Det var et kolossalt tilløbsstykke. Jeg kom sent og fik en, for normalthørende, elendig plads helt oppe på anden sal længst væk. Der var flere her som skuffede forlod deres plads efter kort tid fordi de ikke fik noget ud af det. Men ikke jeg – jeg sugede hvert ord lige ind i høresneglen og forlod beriget universitetet, veltilpas med mit privilegerende handicap. Således kunne jeg blive ved med at nævne fordele. Selvfølgelig er der stadig noget bøvl ind i mellem – men fordelene overstiger ganske ulemperne!

Så når det indledende spørgsmål skal besvares – bliver det første svar: at leve med et handicap behøver ikke at være et handicap – det kan sommetider vendes til fordele og muligheder. For mig er det jo ret nemt at leve med – men jeg tillader mig dog at fremføre den konklusion, at hvis man lever med et handicap på en sådan måde at man glemmer sit handicap, synes meget at være nået.

Men ikke alle handicaps er jo på den måde privilegerende. Hvad med mennesker der fx har mistet begge ben og må sidde i kørestol. Eller endnu sværere handicaps, hvor jo desværre kun fantasien sætter grænser for hvor megen lidelse og besvær mennesker kan udsættes for. Men en ting har dog slået mig. De mennesker der kommer til at leve godt med deres handicap, har ofte 3 ting til fælles: For det første lader de sig ikke slå ud af handicapet, forstået på den måde, at de søger at overvinde handicapet på alle mulige måder. Nærmest som om de i fællesskab har forstået den samme recept, om ikke at lade sig kue af handicapet – ikke at lade handicapet blive herre og mester. Selv uden ben er de hele mennesker - der nærmest som en hellig kode bruger deres stær-

ke vilje til at fastslå: "Det er sgu mig der bestemmer!" (og ikke de manglende ben). For det andet har det slået mig, at disse mennesker ofte er meget ublufærdige om deres handicap. Det viser sig ved en nærmest galgenhumoragtig selvhøjtidelighed. De handicappede med det gode liv er oftest de der mest inderligt ler af vittigheder om netop deres egen utilstrækkelighed. Hør blot om de tre yngre mænd i kørestol. Der udspandt sig følgende ordveksling: "Se", sagde den ene af dem, "jeg har fået nye sko". Kvikt replicerede sidemanden: "De er flotte, de skal nok blive gode når de bliver gået till!". Her kunne man tro der ville blive pinlig tavshed over denne groteske bemærkning når alle vidste at ingen af de 3 nogensinde mere ville gå et eneste skridt. Men nej – resultatet var et latterbrøl af dimensioner – en humorens frelse fra misstemningens og selvmedlidenhedens svøbe. Det tredje forhold, som jeg mener spiller en afgørende rolle i menneskers håndtering af deres liv med et handicap – er evnen til at bære handicapet offentligt og at vedgå sig handicapet over for andre mennesker. Det skal ikke forstås som en udstilling af handicapet i tide og utide – men en naturlighed omkring handicapet. Det udtrykker sig oftest ved, at man som handicapet ikke er bange for at bede om hjælp. Ikke at være bange for at sige til og fra når handicapet forhindrer eller besværliggør noget som ellers ikke volder ikke-handicappede problemer. Det handler om livskvalitet i forholdet til andre mennesker. Et forhold der ikke er bundet af eller nødvendiggjort af at vi har et handicap. Livets kvalitet i forholdet til andre mennesker er en mellemmenneskelig forventning som vi alle, med eller uden handicap, har. Det bunder i, at vi alle som mennesker anerkendes som mennesker uanset vore handicaps, politiske overbevisning, jobs, fritidsinteresser eller hvad vi nu ellers bruger til at karakterisere hinanden med.

Der er et fælles sæt af værdier mellem mennesker, som så at sige lukker op for fællesskabets anerkendelse af det enestående ved det enkelte menneske som individ. Ordet individ er netop afledt af betydningen "det udelelige". Derfor er den handicappedes bidrag til andre menneskers muligheder for at leve et godt liv, akkurat så betydningsfuldt som ikke handicappedes. For netop når den handicappede naturligt ønsker hjælp, gives der mulighed for, at den ikke-handicappede får fremstillet

sin menneskelighed og etiske formåen gennem det andet menneske. Det skaber værdighed mellem mennesker. Og på samfundsplan betyder det ikke overraskende, at man ofte kan bedømme et samfunds kvalitet på dets evne til at tage hånd om svagere stillede medmennesker, fordi mennesker ikke kan deles. Heller ikke af deres handicap.

Så når bundlinien skal skrives – regnskab bet gøres op vedrørende spørgsmålet om, hvad det vil sige at leve godt med sit handicap, befinder vi os i en paradoksal situation. Som vi jo ofte gør når det er svært at give enkle svar. Paradokset består i, at vi som mennesker på den ene side skal acceptere og lære at leve med vore handicaps. På den anden side skal man ikke acceptere, at det at leve med handicaps fører til, at man frasorteres som et menneske med en anden status, men netop søge at gøre handicapet til en kvalitet i forholdet til andre mennesker. En kvalitet i forholdet, netop fordi vi søger hjælp – ja nærmest fordrer og forventer hjælp og samvær med andre mennesker. For bemærk, at dette er det fundamentale i forholdet mellem mennesker. At de søger hinanden i fællesskaber. Søger hinanden i gensidige afhængighedsforhold. Uanset synlige eller usynlige handicaps eller ej. Så forventningen fra den ikke-handicappede til såvel den handicappede som til alle andre er: Brug mig til at hjælpe dig med at dit liv som menneske bliver et godt liv.



Astra Tech Games

Det var stærke mænd og kvinder, der kæmpede i armgang, styrkevippe, træstammetræk og cykelskydning ved Astra Tech Games, som blev holdt på Egmont Højskolen på en varm sensommerdag i august. I en kombination af styrke, udholdenhed, præcision og hurtighed dystede deltagerne i de nye discipliner, der er specielt udviklet til arrangementet.



Af Birgitte Bjørkman

ARTIKEL Det var stærke mænd og kvinder, der kæmpede i armgang, styrkevippe, træstammetræk og cykelskydning ved Astra Tech Games, som blev holdt på Egmont Højskolen på en varm sensommerdag i august. I en kombination af styrke, udholdenhed, præcision og hurtighed dystede deltagerne i de nye discipliner, der er specielt udviklet til arrangementet.

På en varm weekend i august var Egmont Højskolen ramme om Astra Tech Games 2004. 26 paraplegikere – mænd og kvinder – var mødt op, klar til at kæmpe. Mest for sjov men også for at få del i præmierne: 5.000 kr. til vinderen og præmier til 2. og 3. pladsen samt Den bedste fighter, Den bedste fairplay deltager og Den mest underholdende deltager.

Knald godt projekt

Astra Tech Games er et nyt og udfordrende sportsarrangement for paraplegikere, som Astra Tech afholder i samarbejde med Egmont Højskolen i Hou. Det kræver styrke og udholdenhed og er ikke for de sarte.

Søren Ingvarsen, Egmont Højskolens koordinator for projektet er begejstret for Astra Tech Games:

- Det er et knald godt projekt. Det er forfriskende at se en ny form for konkurrence. Man fristes til at bruge ord som nytænkende og epokegørende.

Søren Ingvarsen er da heller ikke i tvivl om, at det er alletiders ide at lave et stævne for paraplegikere, hvor de kan udfordre deres råstyrke.

Sjovt at kæmpe

- Det var rigtig sjovt at kæmpe, og alle bakkede hinanden op, fortæller Søren Hansen, som placerede sig som tredje bedste og kunne tage hjem med 2.000 kr. - Jeg havde ikke regnet med at blive blandt de tre bedste, men håbede blot at rende med en af de andre sjove titler.

Søren Hansen hentede højeste point på styrkevippen. En kombination af styrke og hurtighed, som han til dagligt styrker gennem basketball.

- Jeg er sikker på, at der er mange flere med næste år, fortæller Søren Hansen, som ikke selv vil gå glip af næste års Astra Tech Games!

Stærkeste kvinde

Aase Kvolbæk var blandt de deltagende kvinder på årets Astra Tech Games. Havde der været en titel med "Stærkeste kvinde" havde hun fået den. Noget overraskende, ikke mindst for de deltagende mænd, placerede 51-årige Aase Kvolbæk sig som nr. 14 af de i alt 33 deltagere.

- Mændene på mit hold syntes da, at jeg var sej. De var også utroligt gode til at heppe på mig. Selv blev jeg også overrasket. Jeg havde ikke i min vildeste fantasi forestillet mig, at jeg f.eks. kunne gå armgang, fortæller Aase Kvolbæk, som kun går til aerobic en gang ugentligt og blot

FAKTA

Discipliner: Træstammetræk, armgang, styrkevippe og cykelskydning (bueskydning, dartpile og luftgevær).

Placering:

Nr. 1: Thomas Gerlach,

Nr. 2: Michael Lynge Frandsen,

Nr. 3: Søren Hansen.

Fair Play: Frank Hansen,

Den mest udholdende: Malene Olesen,

Bedste fighter: Peter Nielsen

havde kørt lidt stavgang inden arrangementet.

Hun blev også overrasket over, at se sig selv som fighter.

- Jeg er normalt ikke et konkurrencemenneske, men jeg oplevede, at fighterånden kom op i mig. Det var sjovt!

Bedste Fighter

19-årige Peter Nielsen blev "Bedste Fighter". Udskrevet fra Hornbæk denne sommer skulle Peter Nielsen dyste mod garvede paraplegikere, som ikke skånede ham, når der skulle kæmpes.

- Det var 30 gange hårdere end jeg havde regnet med, men det var fedt at være med. Det gav mig blod på tanden at se de andre kæmpe, og det var både sjovt og udfordrende, fortæller Peter Nielsen, som ved siden af sine studier i gymnasiet er startet på at spille basketball.

Rå kraft

Nogle mener, at stævnet også burde være for tetraplegikere, men det er Søren Ingvarsen ikke enig i.

- Hvorfor skal man ikke kunne lave et projekt for en særlig gruppe? Jeg synes, det var fedt at se de mange paraplegikere udfordre hinanden og sig selv. Det er rå kraft! Det er jo netop det fanden i voldske, der er sjovt. Og det har ikke generet mig, at jeg ikke kunne deltage, fortæller Søren Ingvarsen, som selv er tetraplegiker og ikke kan løfte et 2 kg lod.

Han mener også, at det ville indebære et langt større logistisk arbejde at lave udfordringsgrader og pointgivning for en styrkemæssigt meget forskellig og bred gruppe.

Kvindehold

Planlægningsgruppen vil dog overveje at lave et mande- og kvindehold på næste års Astra Tech Games.

- Det vil vi, fordi det også skal være attraktivt for kvinder med paraplegi at deltage, fortæller Søren Ingvarsen.

Og det er Aase Kvolbæk enig i. Hun ser gerne, at kvinderne får lov at kæmpe om point indbyrdes og foreslår, at mændene også får mulighed for at kæmpe om præmier i to grupperinger.

- Det handler jo også om ære. Man kan være nok så toptrænnet, men har man en høj skade har man flere odds i mod sig modsat de paraplegikere, der er inkomplette eller har ryg- og mavemusklene i behold ... der skal være en fair chance for

at vinde, mener Aase Kvolbæk, som er klar til at kæmpe ved næste års Astra Tech Games.

Astra Tech Games 2005 afholdes den 20.

- 21. august 2005 på Egmont Højskolen.





Langt ude i skoven...

Jakob er rygmarvsskadedet. Historien om, at man ikke skal save den gren over man sidder på, er god nok. Rygterne i byen gik da også på dette mundheld.

© Men sandheden er nu den, at stigen væltede, da Jakob for 5 1/2 år siden skulle beskære et træ i haven hjemme hos sig selv.

Jakob bor langt ude i skoven - faktisk for enden af en vej, hvor man ikke kan komme længere ind i skoven - her kommer man kun, når man skal besøge Jakob eller er kørt forkert. Her har Jakob boet i 20 år. Et skønt sted hvor moder natur viser sig fra sin bedste side. Her er rådyr i forhaven samt et spændende fugleliv. En dejlig have med skønne krydderurter og frugttræer (bl.a. et ferskentræ) omgiver et dejligt hus herude ... langt fra hovedvejen mellem Holbæk og Sorø.

Før uheldet var jeg projektkoordinator i Dansk Flygtningehjælp med arbejde i Bosnien og Serbien under krigen – et spændende arbejde med masser af udfordringer.

I dag har jeg engageret mig i bestyrelsen i RYK (foreningen for rygmarvsskadede) samt i redaktionen af bladet "RYK!". Arbejdet sammen med marginaliserede grupper - det være sig flygtninge eller folk med handicap – har i den grad åbnet mine øjne for, hvor vigtigt det er ikke at putte mennesker ned i bekvemme kasser, men altid at se på det enkelte menneske i dets helhed.

Min hverdag går med at passe mit hus og min have. Jeg har en dejlig urtehave med mange gode krydderurter og salat (når dyrene herude ellers kan lade det være). Jeg har nogle gode højbede, således at jeg kommer fint omkring bedene i min kørestol.

Ved RYK's sommerkurser i Hou har jeg forsøgt mig med sølvarbejde – det er jeg nu blevet så interesseret i, at jeg er ved at lave et lille sølvværksted hjemme, så jeg kan hygge mig med denne fritidsinteresse i hverdagen. Det er lidt af et projekt, idet det kræver flytning af PC'er med mere, men det er godt at få nye interesser.

Dyrelivet og fuglene herude i skoven er mangfoldige. Jeg har altid min kikkert stående på spisebordet i tilfælde af, at en spændende fugl viser sig udenfor. Finder jeg en flot fugl som er omkommet - enten ved slag mod en rude eller andet – pakker jeg den ind, putter den i fryseren og får den udstoppet hos en professionel. Jeg har her på min hylde en udstoppet musvåge, tårnfalk og spurvehøg.

Det er de rovfugle, som jeg ser her omkring. Jeg kører også ud i skoven med min kikkert og ser på fuglene. Min hoveddør er ofte åben, og en dag fandt jeg en død spurvehøg i mit vindfang. Den pryder nu på min hylde siddende på en smuk gren sammen med mine andre fund.

Med hensyn til dyrelivet, har jeg har ofte rådyr gående tæt på min hoveddør. Jeg ser også grævlinge og ræven kigger da også forbi indimellem.

Engang da jeg var på vej ud af huset var det nær gået galt.

Jeg kom kørende i min stol omme bagfra huset og aktiverede, med min fjernbetje-

Jakob med Schwiss Track udenfor huset

ning, bagdøren i min kassebil, allerede før jeg var kommet rundt om huset. Bagdøren begyndte selvfølgelig at sige lyde. Hvad jeg ikke vidste var, at der stod et rådyr ved siden af bilen og spiste af vegetationen omkring bilen inde i selve indkørslen. Den blev selvfølgelig forskrækket ved lyden af den elektriske dør i bilen – den fór omkring netop som jeg kom kørende – og var nær landet på skødet af mig. Lidt af en oplevelse for os begge !!!

Transportmidler er jo vigtige, når de fungerer som ens ben.

Jeg har tidligere haft en såkaldt minicrosser, som jeg kunne køre på i terrænet, hvor det er svært at komme rundt med kørestol – det er f.eks. meget tungt at køre i vådt græs. Problemet var, at jeg ikke kunne have minicrosseren med på ladet i min bil sammen med min kørestol – den var for stor.

Nu har jeg en Schwiss Track, som jeg er meget glad for. Det er en "halv minicrosser" som kan sættes på kørestolen. Den er opladet elektrisk, kan køre ca. 30 km. ad gangen og fylder ikke mere end at den kan komme op på bilens lad sammen med min kørestol. Så det fungerer fint. Jeg har den med, når jeg skal besøge venner, til havefester og når jeg kører ude i skoven.

En god ting når man skal vælge en bil er at få tonede ruder – det sker jo, at jeg bliver nødt til at skulle tømme blæren i bilen. Jeg er meget tilfreds med de nye LoFric H₂O hvor både kateter og steril vand er indeholdt i kateterposen – det har gjort livet lidt lettere m.h.t. blæretømningen. Så jeg vil anbefale andre, som skal have handicapbil, at få tonede ruder – det er bekvemt og selvom bilen er høj, er det ikke rart, hvis blæretømningen foregår i fuldt offentlighed. Endvidere kan jeg kun anbefale andre rygmarvsskadede at melde sig ind i RYK, og dermed få adgang til dels de aktiviteter RYK står for og dels den spændende og positive kontakt det er, at møde de ofte imponerende engagerede mennesker, der kommer til RYK's forskellige aktiviteter og arrangementer.

www.ryk.dk

Glad, fireårig børnehavedreng!



© Rasmus er 4 1/2 år og er født med rygmarvsbrok. Han er en glad og charmerende dreng, der for ca. en måned siden begyndte i børnehave. Storesøster Amalie, der er et år ældre end Rasmus, går nu i den samme institution. Rasmus kan ikke tisse selv og er blevet RIK'et siden han var ca. 6 måneder. Tidligere brugte Rasmus LoFric Plus både hjemme og ude. Da Rasmus skulle på tur med den nye børnehave spurgte pædagogmedhjælperen, om ikke der var en lettere løsning end LoFric Plus, til når de skulle ud.

Rasmus fik prøver på Hydro-Kit, og det var noget, der gjorde en forskel! Turen med børnehaven gik helt uden problemer, og når Rasmus skal på ferie med

familien eller på weekends, så er Hydro-Kit blevet en tro følgesvend.

Det er dejligt at være uafhængig af vand og om der er en pusleplads, dels fordi puslepladserne for det meste er lavet til spædbørn, men også fordi det kan være svært at få fat i vandet. RIK kan nu foretages i bilen, på et tæppe på gulvet, eller ude i naturen. Man skal bare huske at have vådservietter med, hvilket jo ikke er noget problem, når man har to mindre børn, der i forvejen får fedtede fingre!

Rasmus har intet imod at få sin blære tømt, og spørger: "Har jeg tisset meget i dag?". – Storesøster Amalie er også interesseret og kigger sommetider med!

Vandladningsproblemer efter operation

Af Dorthe Jensen

⊙ Jeg var udsat for en arbejdsskade, hvor jeg beskadigede ryggen og blev opereret – men operationen gik ikke helt som planlagt og efterfølgende kunne jeg ikke lade vandet.

Jeg blev undervist i at kateterisere mig selv, men det var svært på grund af operationsåret i ryggen. Jeg måtte ikke komme hjem, før jeg havde lært teknikken og selv kunne tømme blæren.

Efter 20 dage kunne jeg stadig ikke tømme blæren selv, og jeg kunne heller ikke klare at være på hospitalet længere ... jeg ville hjem.

Jeg sagde til min mand og datter, sådan lidt for sjov, at jeg kun kunne komme hjem, hvis de ville hjælpe mig. Min mand blev lidt bleg, men sagde: "Det må vi finde ud af". Min datter, der på dette tidspunkt var 13 år, sagde: "Det kan jeg da godt hjælpe dig med mor, men så vil jeg sgu' også ha' nogle flere lommepenge."

Måske var det det der skulle til, for næste dag, hos den urologiske sygeplejerske på hospitalet, fik jeg lært at kateterisere mig selv. Næste dag var jeg på vej hjem!

I dag 3 år efter, går det stadig fint med selv at tømme blæren, og det gør jeg 5-6 gange i døgnnet.

Jeg har efterfølgende haft en meget givende telefonsamtale med en konsulent fra Astra Tech, som gratis har sendt mig prøver på LoFric Plus, samt LoFric H₂O, idet jeg havde nogle problemer med kateteriseringen udenfor hjemmets fire vægge.

Jeg bruger nu det korte LoFric Plus 15 cm hjemme og LoFric H₂O, når jeg er udenfor hjemmet, så nu er det ikke længere noget problem for mig at tage ud.

Kontakten til konsulenten oplevede jeg som meget sober og utrolig givende!

En skøn ferie med Star Tour:

At rejse er at leve

⊙ I 2003 tog min kæreste og jeg ind til Star Tour for at undersøge mulighederne for en rejse. Jeg er kørestolsbruger, 43 år gammel, har rygmarsvbræk og dermed også ventil i hovedet. Jeg har problemer med vandladning og tømmer blæren 8-10 gange i døgnnet. Idet min blære er meget aggressiv tager jeg også noget medicin som dæmper den, så der er en del ting som bare skal være i orden når jeg skal rejse.

Vi blev meget fascineret af, at Star Tour kunne oplyse os om hvor brede dørkarmene var på værelserne. Min kørestol er 60 cm bred, og de gjorde sig generelt meget umage med at give os så korrekte svar som muligt og indhente de oplysninger, som var nødvendige for at rejsen skulle blive en succes. Derfor valgt vi dem og det har vi aldrig fortrudt.

Vi valgte Hotel Cactus på Rhodos, værelse 323, og der var bestilt taxa til og fra hotellet til os - selvfølgelig på egen regning. Hotellet har elevator og på selve værelset fungerede alt perfekt, vi måtte blot afmontere døren til badeværelset. Når jeg sad på toilettet kunne bruseren

sagtens nå over, så det var muligt at få et dejligt bad. Udenfor hotellet er der en rampe, godt nok lidt stejl, men det går med lidt hjælp!

Vi har også tilbragt 4 skønne uger derude i sommeren 2004 og nyder den venlighed og hjælpsomhed som grækerne udviser overfor folk med et handicap. I år har mange af restauranterne fået lavet ramper, men at bevæge sig rundt er ikke altid helt let, idet der mange høje og ujævne kantstene og man ofte er nødt til at køre i selve vejsiden, hvor der dog tages pænt hensyn af bilisterne.

Jeg har tidligere døjet meget med blærebetændelser, specielt når jeg var i fremmede miljøer, hvorfor jeg har valgt at bruge LoFric H₂O når jeg er udenfor hjemmet. Dette har betydet en tryghed og øget livskvalitet.

Praktiske oplysninger:

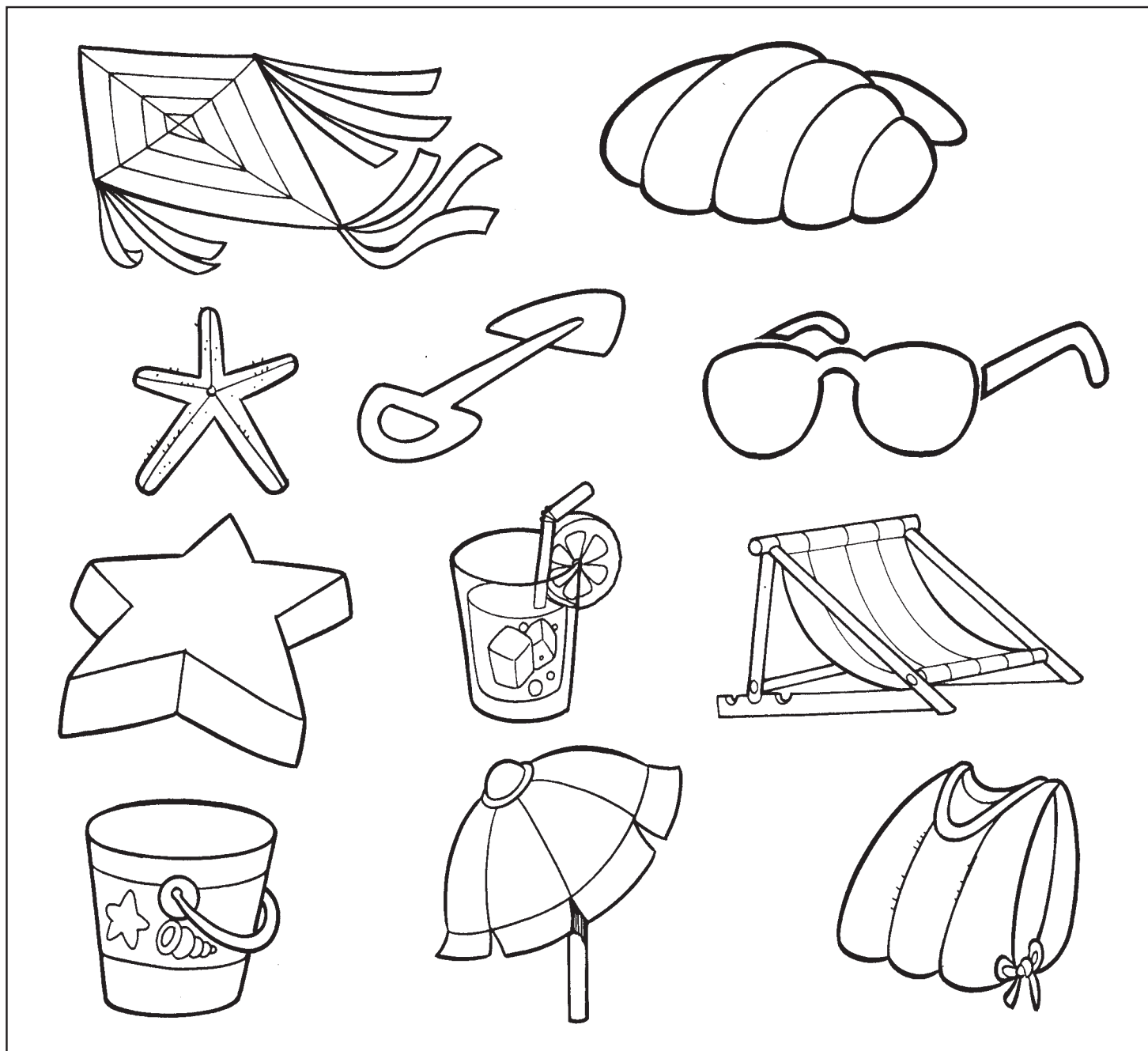
Lappegrej bør medtages, da der ikke umiddelbart findes cykelhandlere ... vi mødte to kørestolsbrugere på den sidste rejse og de havde praktisk taget fået ødelagt deres dæk.





BØRNESIDEN

TEGN SELV

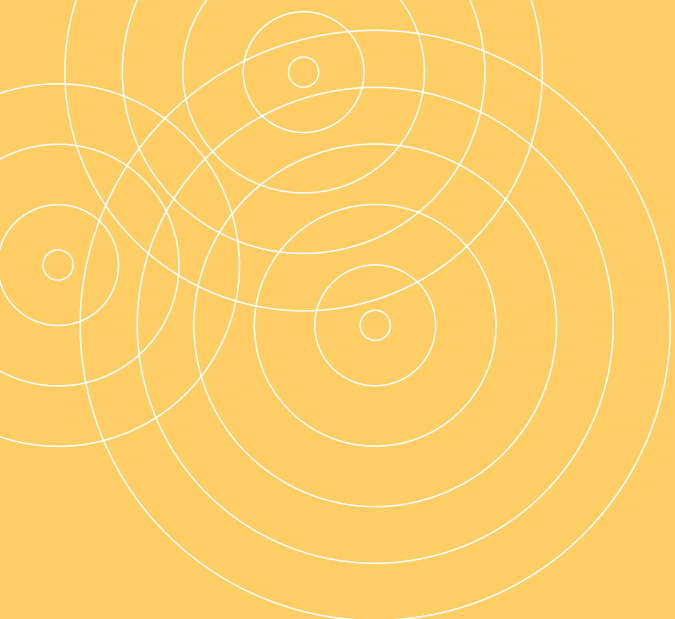


SEND DIN TEGNING

Vi glæder os til at modtage din tegning. Husk at sætte navn og adresse på, så du kan være med i lodtrækningen om en lille gave.

Tegningen skal indsendes inden den 1. juni 2005 til:

Astra Tech A/S,
Husby Allé 19,
2630 Taastrup



Hvis du har brug for direkte kontakt til en af vore specialkonsulenter, er distrikterne fordelt således:

Anne-Mette Lange

Ansvarlig for:
Københavns,
Frederiksborg og
Storstrøms Amter.



Mobil: 2968 7902
E-mail: anne-mette.lange@astratech.com

Mariann Vang Christensen

Ansvarlig for: Ringkøbing,
Århus, Viborg og
Nordjyllands Amter.



Mobil: 2968 7908
E-mail: mariann.v.christensen@astratech.com

Jette Vilstrup

Ansvarlig for: Københavns
og Frederiksberg
Kommuner, Roskilde,
Vestsjællands og
Bornholms Amter.



Mobil: 2968 7916
E-mail: jette.vilstrup@astratech.com

Michael Juul

Ansvarlig for:
Fyns, Sønderjyllands,
Ribe og Vejle Amter.



Mobil: 2968 7931
E-mail: michael.juul@astratech.com