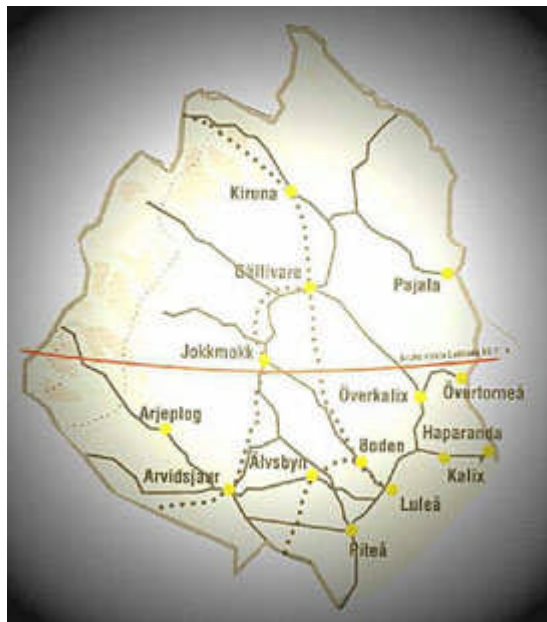


Länsföreningen Osteoporotiker í Norrbotten

- Är en resurs för medlemmarna.
- De kan lätt kontakta oss för råd och stöd.
- Informerar allmänheten, sjukvårdspersonal, skolpersonal och beslutsfattare.
- Erbjuder information till pensionärsföreningar.
- Verkar för en god vård för osteoporotiker i Norrbotten.
- Verkar för att länet får en osteoporosmottagning.
- Påverkar politiker i Norrbotten.
- Stödjer forskning.
- Anordnar intressanta föredrag som rör osteoporos.



Vill Du veta mer? Har Du lust att bli medlem?

Du är i så fall välkommen att kontakta någon av nedanstående

Anita Sandström
Kullenvägen 23, 961 51 Boden
0921-690 33, 070-601 09 17
akutanita@telia.com

Gunhild Glanberg-Persson
Sunderbyv.190, 954 42 S Sunderbyn
0920-26 18 12, 070-244 50 11
gunhildgp@gmail.com

Ivar Lindh
Stengatan 59, 972 52 Luleå
0920-22 98 38, 070-245 98 38
ivar@lbmail.se

Berith Nilsson
Kullenvägen 13, 961 51 Boden
0921-728 88, 070-462 49 53
berith.nilsson@tele2.se

Nanna Stoltz
Storgatan 61, 972 31 Luleå
0920-987 46

Birgit Johansson
Ymergatan 6, 974 36 Luleå
0920-22 39 87, 070-273 89 65
bj.0920223987@telia.com

Ann-Mari Karlsson
Järvstigen 7, 974 52 Luleå
0920-619 78
ebbe.k@bredband.net

Rakel Lindell
Sunderbyvägen 23, 954 42 S Sunderbyn
0920-26 11 97
bengt261197@telia.com



Norrbottens landskapsblomma Åkerbär

Risk- faktorer för ben- skörhet och benbrott



Gåva till Länsföreningen
Osteoporotiker i Norrbotten
bankgiro 286 - 8511

Icke påverkbara
Hög ålder
Tidigare fraktur
Kvinnligt kön
Tidig menopaus
Ärftlighet
Etnicitet
Lång kroppslängd

Påverkbara riskfaktorer
Fysisk inaktivitet
Låg vikt i relation till kroppslängd
Kortisonbehandling
Fallbenägenhet
Rökning
Alkohol
Låg solexponering
Nedsatt syn
Inadekvat nutrition
Miljögifter
Läkemedel

Vad är benskörhet?

Hur märker du att du
drabbats av benskörhet?

Varför drabbas vissa av
benskörhet?

Hur kan du förebygga
benskörhet?

Finns det någon
behandling?

*Vill du ha svar på dina
frågor?*

*Ta kontakt med någon på
ovanstående sida!*

Verksamhet 2008

Den 28 februari hölls årsmöte på konferenscentrat, Sunderby sjukhus. Riksföreningens ordförande Margareta Vänngård medverkade och var även mötets ordförande. Distriktsläkare Robert Svartholm föreläste om utredning och behandling av osteoporos. Ordförande Anita Sandström berättade om osteoporoskolor som bedrivs på Björknäs vårdcentral och vice ordförande Gunhild Glanberg-Persson om projektet "*På stadiga ben*" som bedrivs på ortopedien vid Sunderby sjukhus.

En informationsbroschyr har utarbetats, ett kontaktnät är under uppbyggnad med målsättning att få kontaktpersoner i samtliga 14 kommuner.

Den 25 september anordnade Landstinget i Norrbottens län en temadag, "*På äldres villkor*", där länsföreningens ordförande och styrelse medverkade med information om folksjukdomen osteoporos och om länsföreningens syfte och arbete.

Under året har även informationsarbete bedrivits i form av att bland annat besöka damloger, pensionärsmöten, husmodersförening och Boden kommuns pensionärsrådsmöte.

"*Nu höjer vi kvalitén i Osteoporosvården i Norrbotten*", utbildningsdag den 11 december på Sunderby sjukhus. Totalt 110 deltagare varav 3 orter var uppkopplade via videokonferens.

Landstingsrådet Agneta Granström, Folkhälsa NLL, ordförande Anita Sandström och överläkare Anders Sundelin, länschef inom ortopedi, inledde dagen. Professor Östen Ljunggren, allmänläkare Robert Svartholm och ortopedläkare Yelverton Tegner medverkade tillsammans med projektledare Margareta Eriksson, leg. sjukgymnasterna Agneta Daunfeldt och



Patrik Hedqvist, sjuksköterskan Gunhild Glanberg-Persson och enhetschefen, projektledaren Eva Goldkuhl. Utbildningsdagen var såväl välbesökt som lyckad!

Anita Sandström medverkade även i ett morgonprogram i Radio Norrbotten P4, och lokalpressen NSD gjorde ett reportage om utbildningsdagen.



Verksamhet 2009

Arsmöte tisdagen 3 februari i HELEX lokaler. Mötet avslutades med en visning av DXA, bentäthetsmätaren på läkarhuset Hermelinen, en intressant redovisning som ortopedläkare Yelverton Tegner och sjuksköterskan Barbro Hansson bjöd på.

Länsföreningen Osteoporotiker i Norrbotten kommer att fortsätta arbetet med de i vår folder uppräknade uppgifterna och verka för nya projekt.

För våra kontaktpersoner i Norrbotten planeras en utbildningsdag under våren.

En utbildningsdag planeras till hösten med temat "Fysisk aktivitet och kost".

Starta upp cirklar, träningsprogram från osteoporosskolans sjukgymnaster.