



Verksamhetsberättelse för osteoporosföreningen i Norrbottens län år 2019

Styrelsen har bestått av följande ledamöter: Anita Sandström ordförande, Siv Ögren sekreterare, Pia Elmgren vice ordförande och kassör, Inger Sandlund, Ingemar Cederlund och Karin Johansson ledamöter.

Revisor: Anna Wedén

Valberedning: Gunhild Glanberg-Persson och Berith Loggert

Verksamhetsåret startade med årsmöte 2019 01 23 EFS- lokalen i Luleå. Efter årsmötesförhandlingar bjöds på kaffe/the och tårta och föreläsning av skolsköterska från Boden

Under året har **6 styrelsemöten** hållits i osteoporosföreningen.

Medlemsvärvning

Styrelsen har under året fortsatt med medlemsvärvning. Medlemsregistret för Norrbottens län har återigen uppdaterats med aktuella mailadresser.

För närvarande saknas mailadress för 49 medlemmar. Dessa har kontaktats via telefon eller brev och de har uppgivit att de ej har dator och därmed inte heller någon mailadress.

Ca 11 nya medlemmar har registrerats och i dagsläget har vi 173 medlemmar.

Styrelsen har satsat på **tre** huvudområden under året. **Medlemsvärvning och kontakt, kunskapsökning** om osteoporos genom att sprida information samt **förebyggande insats** med stöd av broschyren "Starka ben hela livet".

Projektarbete

Arbetet med projektarbetet "Starka ben hela livet" har fortsatt. I Bodens kommun fortsatte arbetet med skolsköterskor och Siv träffade skolsköterskor i Piteå kommun 2019 02 28.

Utskick av broschyrer till skolsköterskor i Piteå skedde via administratör Eva Isaksson, Folkhälsocentrum, Region Norrbotten. I maj presenterades broschyren för samtliga skolsköterskor i länet. Broschyren finns tillgänglig som PDF-fil på Osteoporosförbundets hemsida. Gotlands osteoporosförening fick sig tillskickade 100 ex av broschyren för utdelning under Almedalsveckan.

Föreläsningar och möten och övriga aktiviteter

Styrelsemöte hölls 2019 03 18 Kyrkgat. 16 Boden. Beslutades att Anita deltar på Osteoporosseminarium Umeå Universitetssjukhus. Medlemmar i Osteoporosförbundets styrelse har utarbetat mallar för stöd i föreningarna som vår styrelse anser är en bra vägledning. Anita deltog på möte Läkemedelsverket/Expertråd.

Anita deltog och informerade på Ordförandemöte Funktionsrätt i Norrbotten, årsmöte/föreläsning den 17/4

Föreläsning 2019 03 19 av Anita och Siv för personal inom Socialförvaltningen, Luleå kommun.

Spridning av broschyrer på Hälsocentraler i länet kollades upp.

Beslutades att behålla nuvarande modell för Pluggannonser i NSD, NK och Piteåtidningen.

SPSM: Kortkurser kan startas när som helst, verksamhetsbidrag 34 000kr/år

Föreningsportal i Boden. Föreningen skall ha sitt säte i Boden. Ingemar gjorde fullmakten och blev kontaktperson

Beslutades att Siv är kontaktperson för broschyren "Starka ben hela livet". Vi har upphovsrätt på broschyren i 70 år. Broschyren skall ligga på vår hemsida. Övriga föreningar får nyttja broschyren i nuvarande skick.

Inger och Anita hade möte m 15 skolsköterskor i Piteå 2019 02 28 och de var positiva till att nyttja broschyren.

Beslutades att Ingemar Cederlund, Inger Sandlund, Anita Sandström och Siv Ögren skall delta i Osteoporosförbundets stämma 2019 04 26. Siv och Anita delade ut och presenterade broschyren. Inger deltog i valberedningen.

Siv uppdaterade text och bilder på hemsidan.

Möten med politiker och personer med ledande funktion inom Regionen

Anita och Siv träffade 2019 09 04 Linda From, ansvarig politiker för primärvården i Regionen. Fokus lades på information om frakturkedjor, kompetensökning bland berörd personal och inrättande av osteoporoskolor.

Anita och Siv träffade 2019 09 04 även Pia Näsvall, Medicinsk rådgivare i Regiondirektörens stab Region Norrbotten och Anna Alm Andersson, Divisionschef, Närsjukvården. Information gavs om frakturkedjor, kompetensökning och osteoporoskolor.

Siv skickade en skrivelse till Regiondirektör Anna-Stina Nordmark Nilsson i november. I den skrivelsen påtalade Siv de önskemål som Osteoporosföreningen i Norrbottens län har beträffande diagnostisering av Osteoporos. Vi önskar ytterligare en DXA-mätare till länet och en ökning av personal till osteoporosmottagningen. Nu är väntetiden för mätning mellan 7-8 månader.

Regiondirektören svarade brevlades 2019 11 15. Regionens ambition är att öka antalet bentäthetsundersökningar och de arbetar för att säkra bemanningen vid Osteoporosmottagningen i Sunderbyn. I början av 2020 kommer en läkare att introduceras och utbildas för halvtidstjänst vid mottagningen. I nuläget finns ingen plan på att utöka med ytterligare en DXA-mätare. Ett standardiserat vårdförlopp för osteoporos skall tas fram och väntas börja användas från och med 2021.

Medlemmar i Boden träffades tillsammans med Siv, Ingemar och Karin för stavgång under september månad. I Piteå ordnade Inger stavgång med medlemmar under våren.

Anita och Siv deltog i Patientrådets möte Sunderby sjukhus 1919 09 06

Ingemar och Siv besökte PRO i Gällivare 1919 09 24

Septemhernumret av medlemstidningen ON presenterade Norrbottens läns osteoporosförening

Anita och Inger närvarade vid Osteoporosällskapets utbildningsdag 1919 10 18

Anita och Siv informerade hjärtlungföreningen i Boden 1919 10 20

I samband med **Internationella Osteoporosdagen** inbjöd föreningen till en välbesökt (cirka 100 deltagare) konferens, Sunderby sjukhus 2019 10 21.

Ordförande Anita Sandström inledde med välkomsthälsning och förhoppning om en givande konferens. Anita påtalade att denna "dolda" sjukdom, med onödigt lidande och åtskilliga miljarder per år i samhällskostnader, nu har börjat få förtjänat utrymme inom vården.

Siv Ögren, styrelsemedlem, berättade om den av föreningen framtagna broschyren "Starka ben hela livet". Den har emottagits mycket positivt för användning inom bland annat länets skolhälsovård. Den påtalar bland annat värdet att under tidiga år bygga upp bästa möjliga skelett och hur senare under livet bevara bästa möjliga skelett.

Enhetschef Lena Stafström och sjuksköterskorna Ulla Nordmark och Erica Öhman, Osteoporosmottagningen, Sunderby sjukhus berättade om mottagningens arbetssätt. På grund av svårigheter i nuläget att rekrytera läkare, köps två distansläkare in (från Göteborg och Uppsala) för bedömning av den bentäthetsundersökning som utförs på Sunderby sjukhus.

Johannes Norberg, geriatiker, Skellefteå sjukhus, beskrev bl a: anatomi, fysiologi, riskfaktorer (t ex kvinnor efter menopausen, hög ålder, genetik, läkemedelsbieffekter m.m.) inom Osteoporos. Han ingår i flera riksorganisationer t ex Socialstyrelsen, LäkeMedelsverket, SKL m fl.

Irene Vikman, fysioterapeut, lektor vid LTU, beskrev bl a hur fallrisk kan minskas, värdet av rörelse -och balanskontroll.

Malin Olsson, sjuksköterska, docent och Carina Nilsson, sjuksköterska, filosofie doktor vid LTU, presenterade en ny studie om hur kvinnor med Osteoporos kan bibehålla sin vardag. Kontinuitet i vårdmöten och att tro på sig själv och sina egna förmågor ansågs vara viktiga faktorer.

Siv, Ingemar och Karin anordnade Livscafé med föreläsning av hälsocoach Lisbeth Eriksson i EFS-lokalen i Luleå. Medlemmar fick information av styrelsemedlemmarna och blev bjudna på fika 1919 11 07

Siv informerade om hur det är att leva med osteoporos i Vetenskapens hus Luleå 1919 11 13

Siv intervjuades av en journalist från "Forska!Sverige". Deras uppdrag är att informera och väcka uppmärksamhet kring betydelsen av medicinsk forskning för hälsa och välbefinnande. Det skall sammanställas ett Faktablad om osteoporos som innehåller både forskning och erfarenheter från patienter.

Den 10 december ordnade Inger och Ingalill S ett livscafé/julträff i Piteå. Ungefär 20 medlemmar samlades på Ernst café i centrala Piteå. Inbjuden till träffen var Åse Borgeryd, tränare och hälsoinspiratör från Piteå. Hon berättade hur hon jobbar med gruppträningar och hon ville gärna göra något i osteoporosgruppen. Vi får se vad som händer under våren. Efter glögg, kaffe/te, skinksmörgås och mycket prat önskade man varandra God Jul och tackade för en trevlig eftermiddag.

Styrelsen, genom Inger, skickade julbrev, via brevbärning, till samtliga medlemmar. I brevet ingick även en inbjudan till årsmöte med lunchbuffé på Hotell Bodensia i Boden. Medlemmar och blivande medlemmar blir bjudna på lunchen. Förbundets ordförande Mai Bergström deltar på mötet.