

# dialogen

2.11

ET NORDISK BLAD  
FRA ASTRA TECH

Gratis!  
Ditt eget  
blad!

## Med målet i sikte

Paralympics 2012

Side 3-4

Astra Techs arbeid for miljøet:

Omsorg for både brukere og miljø

Side 5-7



Det mobile RIK-teamet  
Side 10



RIK i verden  
Side 9



Prostataens to ansikter  
Side 8

Har du synspunkter på bladet eller forslag til tema vi skal ta opp? Kontakt gjerne redaksjonen: [dialogen.no@astratech.com](mailto:dialogen.no@astratech.com)

# Selvstendighet og RIK

## VELKOMMEN TIL HØSTNUMMERET AV BLADDER!

Dette nummeret står i selvstendighetens tegn. Selvstendighet i betydningen av å ha mulighet til å styre og påvirke sitt eget liv. Det burde jo være helt grunnleggende i alle menneskers liv.

**VI BEGYNNER MED** historien om Marianne Maiböll, den funksjonshemmede danske idrettsutøveren som etter en alvorlig nedtur tok kontroll over sitt eget liv og sin egen kropp, med imponerende resultater.

**ØKT SELVSTENDIGHET** oppnår også barna med ryggmargsbrokk som det mobile RIK-teamet i Stockholm arbeider med. Sakte, men sikkert får de hjelp til å stole på egne evner.

**MANGEL PÅ SELVSTENDIGHET** kan på den annen side gi en følelse av avmakt. Hassan, som vi traff i et tidligere nummer, holdt på å miste livet etter en krigsskade. Takket være innsats fra gode venner fikk han mulighet til å begynne med LoFric, og han overlevde. Nå lever han i høyeste grad et selvstendig liv, noe mange før trodde ville være umulig for hans del.

**EMIL BÖRNER LOT** seg heller ikke knekke av skiulykken han ble utsatt for i fjor. Nå treffer vi ham i Vest-Kina,

dit han har kommet på det store sykkeleventyret han la ut på. Å kunne sykle sine egne veier – det er virkelig selvstendighet!

**ELLERS FORTELLER** vi om Astra Techs miljøarbeid, der vi tar vare på både mennesker og omgivelsene deres. I denne sammenheng er vi stolte over å kunne fortelle om POBE, et materiale som er unikt for kateterne våre, og som får høyeste karakter både når det gjelder pasientkomfort og miljøvern.

God lesning! ♦

**NIELS H. REIN**

Business Unit Manager HealthCare  
Astra Tech Norden



## Innhold

- 2 Leder
- 3 Med målet i sikte
- 5 Astra Techs arbeid for miljøet
- 8 Prostataens to ansikter
- 9 RIK i verden
- 10 Arbeid med barnas nettverk
- 12 Siste siden



## Vil du vite mer om våre produkter:

Ring LoFric-linjen: Telefon 800 31 130

Besøk oss gjerne på: [www.lofric.no](http://www.lofric.no) eller [www.astratech.no](http://www.astratech.no)

**Dialogen** er møteplass for oss som bruker eller arbeider med kateter. **Utgiver:** Astra Tech AS, Karihaugveien 89, 1086 Oslo. Tlf: +47 67 92 05 50 Faks: +47 67 92 05 60 E-post: [dialogen.no@astratech.com](mailto:dialogen.no@astratech.com) url: [www.astratech.no](http://www.astratech.no), [www.lofric.no](http://www.lofric.no) **Ansvarlig utgiver:** Niels H Rein, Astra Tech AS

**Redaksjon:** Marie Bergelin, Kristil Haraldstad, Annika Olsson, Ilkka Rekola, Frank Solberg, Håkan Strandberg, Lise Wrona **Prosjektleder:** Anna M Westberg

**Adm/kundregister:** Marit Halvorsen **Redaksjonell produksjon:** Astra Tech **Omslagsfoto:** Privat bilde **Grafisk produksjon:** Astra Tech **Trykkeri:** Zetterqvist Tryckeri Vi forbeholder oss retten til å redigere innsendt materiale. Sitér oss gjerne, men oppgi kilden.

# London 2012

# Med målet i sikte

**KNAPT ETT ÅR IGJEN.** Knappt tre hundre dager igjen med trening og mer trening. Og så, når de første, friske høstvindene sveiper inn over den olympiske stadion i London, er hun klar: Klar til å gå alt.

Vi snakker om Marianne Maibøll, den danske eliteidrettsutøveren som først begynte på idrettskarrieren da hun nærmet seg de tredve. I dag, drøyt fire år senere, har hun flyttet til Saskatoon i Canada for å satse for alvor i verdens største konkurranse: De olympiske leker. To timer om dagen, seks dager i uken, er satt av til rullestolløp. To timer tre dager i uken til styrketrening. I tillegg til dette bruker hun også tid på fysioterapi og massasje, for at kroppen skal kunne prestere maksimalt.

– Forutsetningene i Saskatoon er optimale, forklarer Marianne. Treneren min er kanadisk, og sammen med de andre fridrettsutøverne her, kan jeg hele tiden trene på elitenivå.

**OG DET TRENGS,** for konkurransen er knivskarp. Marianne konkurrerer i fire distanser: 100 meter, 200 meter, 400 meter og 800 meter. På kort tid har hun bevist at disse grenene passer perfekt til hennes fysikk.

– Jeg har en eksplosiv styrke fra naturens side, sier Marianne. Selv om de fleste av konkurrentene mine har mer erfaring enn meg, er det en fordel at jeg ikke har like mye slitasje på kroppen.

Hun har representert Danmark siden 2008. Sammenlagt er hun rangert som nummer åtte i verden på

sitt nivå. Selv om hun har hatt stor suksess, var det nesten en tilfeldighet som gjorde at Marianne oppdaget idrettstalentet sitt. Marianne har en skiveprolaps som innebærer mye smerter og i perioder også lange sykehusopphold. Rullestolløp hadde hun aldri hørt om før for noen år siden, da hun holdt på å avslutte utdannelsen i folkehelsevitenskap.

– Jeg har det mye bedre når jeg trener, både fysisk og mentalt, sier Marianne. I hverdagen er kroppen min et hinder, siden jeg ikke kan gå, og ofte har smerter, men under treningen blir vi venner igjen. De fysiske og mentale grensene mine kan flyttes enda litt lenger. Det er en herlig følelse!

**LIVET HAR FORANDRET** seg mye for Marianne siden hun begynte sin profesjonelle idrettskarriere. Hun har i stor grad tjenestehunden Fellow å takke for dette.

– Det var den som gjorde at jeg oppdaget gleden over å være i bevegelse og virkelig bruke kroppen igjen, sier Marianne. Jeg fikk Fellow på et tidspunkt i livet der jeg fungerte svært dårlig. De smertestillende medisinene påvirket meg både fysisk og mentalt, og jeg hadde problemer med å utføre selv de minste ting.





**MED FELLOW** forandret dette seg plutselig. Golden retrieveren hjalp Marianne med ulike gjøremål i hjemmet, og når hun hadde ærender i byen. Endelig fikk Marianne mulighet til å flytte fokus bort fra seg selv og sine egne problemer.

– Nå hadde jeg et annet levende vesen å ta meg av, fortsetter hun. Det gjorde at jeg oppdaget energireserver som jeg ikke visste at jeg hadde!

**SAKTE, MEN SIKKERT** ble turene med den trofaste følgesvennen Fellow lengre og lengre, og Marianne merket at hun bygget opp styrken i armer og rygg igjen. Medisindosene ble stadig redusert, og snart var hun så frisk at hun kunne kjøre bil igjen. Et klart fremskritt, og flere skulle det bli.

– Du blir ikke et bedre menneske av å ha konstante smerter, slår hun fast. Det er vanskelig å heve blikket når man er syk. Men jeg tror trikset alltid er å ha noe å se frem mot og kjempe for, selv når det er på det verste.

I den forrige sykdomsperioden limte Marianne opp bilder av familien og minneverdige hendelser rundt hele sykehussengen. Hver gang hun begynte å tvile på om hun noen gang kom til å bli frisk igjen, kikket hun på bildene og minnet seg selv på hva hun lever og brenner for.

**MÅLET ER I SIKTE.** Snart gjelder det. Snart går startskuddet i London, og Marianne gjør sitt ytterste for hver meter hun tilbakelegger. Selv har hun nådd elitetoppen gjennom en kombinasjon av naturlige forutsetninger og hardt arbeid, men hvilke råd ville hun gitt

## KORTE FAKTA

Marianne Maibøll

**Alder:** 33 år

**Bor:** Saskatoon i Canada

**Motto som inspirerer henne:** Jeg har egentlig ikke noe motto, men før hver konkurranse sier treneren min: "Go fast and don't get tired"

**Konkurransesprener:** Friidrett 100 meter, 200 meter, 400 meter og 800 meter i Paralympics 2012

til andre som har en lignende diagnose som henne?

– Å oppdage gleden over å bevege seg! Uansett om du har en funksjonshemming eller ikke, kan man ikke overvurdere betydningen av å kunne bruke kroppen. Det trenger slett ikke skje på elitenivå; Jeg vil råde alle til å være aktive på den måten som passer for dem og som gjør dem opplagte og glade.

**DET ER VIKTIG** å stille godt med kroppen, selv om det ikke alltid er like lett når man er syk, avslutter Marianne. Tenk på at du og kroppen din skal leve sammen resten av livet! ♦

*Les mer på Mariannes egen hjemmeside:*

*[www.mariannemaiboll.dk](http://www.mariannemaiboll.dk)*



## KORTE FAKTA

**Paralympics, noen ganger omtalt som handikap-OL, er et parallelt arrangement til De olympiske leker og gjennomføres rett etter de vanlige lekene.** De første sommerlekene ble holdt i Roma i 1960, og vinterlekene begynte i 1976 i Örnsköldsvik. Den fremste initiativtakeren til Paralympics var den tyske nevrologen Sir Ludwig Guttmann (1899–1980). Han tok initiativ til idrettskonkurransene som ble arrangert i Stoke Mandeville fra 1948, og som egentlig var beregnet på krigsinvalidere fra andre verdenskrig. Disse konkurransene skulle bli et forbilde for Paralympics.

Opprinnelig var det bare personer med ryggmargsskader som kunne delta i Paralympics. Fra 1976 av har det kommet til konkurranser for personer med amputasjoner, synsskader, cerebral parese i tillegg til gruppen "Les Autres" (andre handikap). I 1996–2000 var det også konkurranser for psykisk utviklingshemmede. Mange av grenene er ikke bare delt inn etter kjønn, men også etter hvor sterkt funksjonshemmet man er. Det finnes til sammen 25 offisielle Paralympics-grener.

*Kilde: [www.ne.se](http://www.ne.se)*



I forrige nummer av Dialogen så vi nærmere på Astra Techs arbeid med ulike samfunnsspørsmål under temaet "Ansvarsfull virksomhet". Nå fortsetter vi å fokusere på miljøet.

## Astra Techs arbeid for miljøet

**I DAG TAR VI FOR GITT** at de fleste bedrifter tar ansvar for miljøet. Det finnes mange ulike lover og frivillige standarder på dette området, men man kan ikke bare nøye seg med å oppfylle disse. Astra Tech er en bedrift med fokus på forskning og har høye ambisjoner på egne vegne. Det utvikles stadig nye metoder for å verne om miljøet, og derfor må bedriften hele tiden holde seg oppdatert på hva som skjer på dette området.

**ALLE ER ENIGE** om at for å kunne skape et samfunn som er bærekraftig på lang sikt, må man bruke rene produksjonsmetoder og samtidig spare på naturressursene, som i stor grad bør være fornybare. Gjenvinning er derfor et av de aller viktigste målene for Astra Tech.

– Dette satser vi mye på, sier HMS-ansvarlig Fredrik Hellman, og som eksempel nevner han den nyeste investeringen som ble gjort for et par år siden for å redusere utslippene av løsemidler i produksjonsprosessen av LoFric-kateter:

– I den nye prosessen gjenbraker vi løsemidlene ca. ti ganger før de blir sluppet ut i luften eller håndte-

res som avfall. Dette er mulig siden løsemidlene blir utskilt ved hjelp av et kullfilter som har en renseeffekt på over 99 prosent. Deretter blir de oppsamlede løsemidlene destillert, slik at de kan brukes på nytt i produksjonen. Dermed har vi redusert utslippene av flyktige løsemidler med ca. 60 prosent per kateter.

**ET ANNET VELLYKKET** tiltak er reduksjonen av utslipp fra steriliseringsprosessen. Tradisjonelt sett har sterilisering i etylenoksid vært den dominerende metoden. Mens de tillatte maksimumsgrensene er på fem hundre kilo i året, blir det nå sluppet ut knapt 100 kg etylenoksid – et nivå som man i løpet av de nærmeste årene forventer å redusere til null, i takt med den gradvise overgangen til strålesterilisering, en renere og sikrere metode.

**MATERIALVALGET** i produktene er minst like viktig.

– Vi utfører omfattende livsløpsanalyser før vi bestemmer oss å bytte ut komponentene i materialene våre, sier Fredrik Hellman. Ved å bruke livsløpsanalysen som

hjelpemiddel, kan vi ta bevisste og gode miljøvalg både for brukerne og våre ansatte.

Sammen med de svært høye kravene til pasientsikkerhet gjør dette at vi kan tilby et svært anerkjent produkt.

Et eksempel er endringen i katetermateriale. Siden 2008 har Astra Tech gradvis faset ut bruken av PVC til fordel for det unike katetermaterialet POBE. Livsløpsanalysen som ble gjennomført i 2008, viste gode og overbevisende resultater for det nye materialet (se faktarute).

**SELV INNPAKNINGEN**, som produktene blir transportert og levert i, må oppfylle strenge miljøkrav. Ingen deler av innpakningen kan inneholde tungmetaller eller andre farlige stoffer. Alt materiale skal kunne gjenvinnes på en eller annen måte, enten gjennom resirkulering, kompostering eller energigjenbruk. For å sikre en høy gjenvinningsgrad på forbrukersiden, bidrar Astra Tech økonomisk til felles regulerings-systemer, som i Sverige blir ledet av organisasjonen REPA.

I dag resirkuleres 39 prosent av det avfallet som blir dannet under

### ASTRA TECH ARBEIDER ETTER FØLGENDE STANDARDER:

- ISO 9001:2008 Kvalitetssikringssystem
- ISO 13485:2003 Medisinsk teknologi – kvalitetssikringssystem med en samling felles krav
- ISO 14001:2004 Miljøsikringssystem

Den uavhengige organisasjonen **Lloyds Register** skal kontrollere at disse overholdes. Astra Tech oppfyller også relevante krav fra det amerikanske myndighetsorganet **FDA** (US Food and Drug Administration).

### ANDRE REGELVERK OG DIREKTIVER SOM ASTRA TECH OVERHOLDER:

- REACH (Registration, Evaluation, Authorisation and restriction of CHemicals) er et EU-direktiv (EC 1907/2006) om produksjon og sikker bruk av kjemikalier.

REACH er basert på prinsippet om at det er produsentene, importørene og brukerne som har ansvaret for at de materialene de håndterer, ikke har skadelige helse- og miljøeffekter. Det innebærer at nye og eksisterende materialer skal registreres, risikovurderes og godkjennes.

bedriftens egen produksjonsprosess. Resten av avfallet blir brukt som brensel i fjernvarmesystem i Göteborg.

– Astra Tech bruker kun fornybar elektrisk energi basert på sol, vind- eller vannkraft eller biobrensel, kan Fredrik Hellman fortelle. Selv fjernvarmen som brukes til å varme opp lokalene våre, blir i stor grad produsert av fornybar energi fra det nye biobrenselkraftverket i Mölndal.

Dette er en viktig forklaring på at Astra Techs utslipp av CO<sub>2</sub> ble redusert med hele 22 prosent fra 2008 til 2010.

**TIL TROSS FOR AT** transporten av materiale til og fra bedriften har økt, har ikke utslippene av klimagasser økt. Grunnen til dette er en positiv teknologiutvikling der bilene har fått mer effektive og renere motorer. Når det gjelder selskapets egne biler, har det nå blitt innført en streng maksimumsgrense for nivået av CO<sub>2</sub>-utslipp. Sjåførene får opplæring i drivstofføkonomisk

kjøring, og dette har redusert drivstofforbruket med i gjennomsnitt 15 prosent.

– Vi oppmuntrer selvsagt alle ansatte til å la bilen stå når de skal på jobben, sier Fredrik Hellman. 25 prosent av oss som arbeider på hovedkontoret i Mölndal går, sykler eller tar kollektivtransport til jobben.

Dette kommer både miljøet og egen helse til gode. Ved forretningsreiser blir dessuten alle ansatte oppfordret til å velge så miljøvennlige alternativer som mulig, samt å vur-

dere andre måter å kommunisere på der dette er mulig, for eksempel via telefon, video eller Internett.

**SELV TILSYNELATENDE** ubetydelige enkelthandlinger kan til sammen utgjøre en stor forskjell. Hva gjør du for å bedre miljøet? La deg inspirere av tipsene på neste side. ♦



Fredrik Hellman, ansvarlig for helse, miljø og sikkerhet.



Astra Techs lokaler i Mölndal, Sverige.

## ASTRA TECH ARBEIDER ETTER FØLGENDE STANDARDER

- **REPA** er det svenske næringslivets løsning for produsentansvar for innpakning av plast, metall, papir/papp og kartong.
- **Grønt Punkt** er opprinnelig et tysk varemerke som har fått stort gjennomslag i resten av Europa. Dette merket viser at innpakningsavgiften er betalt i land der innpakning eller den innpakkede varen selges.

## FNS KLIMAPANEL

**FNs klimapanel** (Intergovernmental Panel on Climate Change, forkortet IPCC) er et samarbeidsorgan for ulike FN-organer og ble dannet i 1988. IPCC samler et stort antall forskere fra ulike vitenskapelige felt for å samle kunnskap om menneskelig påvirkning på det globale klimaet. Astra Tech arbeider etter IPCCs konklusjoner.

## FRA VUGGE TIL GRAV

Livsløpsanalyse er en stadig mer brukt metode for å få et helhetlig bilde av hvor stor total miljøpåvirkning produktet har gjennom hele levetiden, fra råstoffutvinning til produksjonsprosess og bruk til avfallshåndtering, inkludert alle transporter og all energibruk i mellomleddene.



Illustrasjon: Robert Källgren

# Livsløpsanalysen av optimale katetermateriale

POBE kombinerer skånsomme og brukervennlige produkttegenskaper med dagens mest avanserte og miljøvennlige materiale.

**I EN VITENSKAPELIG STUDIE** som ble utført av IVL, Svenska Miljöinstitutet i 2008, sammenlignet man ulike plastmaterialer etter hvor egnet de var som råmateriale til kateteret, med fokus på miljøpåvirkning i et livsløpsperspektiv. Undersøkelsen ble innledet ved at man studerte to materialer: PVC (polyvinylklorid) og TPU (termoplastisk polyuretan).

**DE BESTEMTE SEG** imidlertid snart for å inkludere et tredje materiale i testen, som eventuelt kunne fungere som et fremtidig alternativ. Målet var å skape et høykvalitetsmateriale, både med tanke på miljøpåvirkning og brukbarhet. Valget falt på en polyolefinbasert elastomer, et elastisk, ftalatfritt materiale.

**RESULTATET AV STUDIEN** av de tre materialene var påfallende. Det nye materialet viste seg samlet å ha betydelig lavere miljøpåvirkning. De kunne konstatere at POBE, som materialet kalles, er like anvendbart som PVC, samtidig som det har eksepsjonelt gode miljøegenskaper.



## Med omsorg for miljøet

- Helt uten ftalater
- Lavere energiforbruk under produksjonen
- Reduserte CO2-utslipp
- Reduserte utslipp av nitrogen- og svoveloksid
- Alt dette gir gode miljøvalg\*

## Med omsorg for brukeren

- Lett å håndtere
- Lett å sette inn
- Lett å trekke ut
- Skånsom og sikker

\*Stripple et al, Journal of Cleaner production, volume 16, no 16 2008

Kilder: [www.ne.se](http://www.ne.se), [www.lofric.no](http://www.lofric.no), [www.astratech.no](http://www.astratech.no)

## ER DET FORSKJELL PÅ PLAST?

PVC (polyvinylklorid) ble oppfunnet allerede på 1930-tallet og har et veldig stort bruksområde. Siden PVC er ganske stift og vanskelig å forme, tilsettes det som regel mykgjørere som gjør den smidigere og mer elastisk.

En vanlig mykgjører er ftalater, som er en samlebetegnelse på en gruppe kjemiske stoffer basert på ftalsyre. Ftalater er ganske omdiskutert, siden mye tyder på at noen av dem kan påvirke forplantningsevnen. Et av de mest omstridte ftalatenes er DEHP (Di(2-ethylhexyl) phthalate), og i et EU-direktiv fra så sent som 2010 ble industrien oppfordret til å redusere bruken av DEHP, samt å merke alle medisintekniske produkter som inneholder ftalater DEHP, med et eget symbol.

Dette er noe Astra Tech har tatt til seg, og i dag finnes det ftalatfrie alternativer i hele LoFric-sortimentet.



## ENKLE MILJØTIPS TIL JOBBEN

- Sykle, gå eller ta kollektivtransport til og fra jobben
- Kjør sammen til og fra jobben
- Reis sammen på forretningsreiser
- Velg en miljøvennlig bil
- Kjør så drivstoffeffektivt som mulig
- Reis med tog i stedet for fly innenlands
- Planlegg kundebesøkene etter geografi
- Hold møter via telefon- eller videokonferanse
- Innstill skriversiden på dobbeltsidig utskrift
- Skriv bare ut papirer du virkelig trenger
- Kildesorter avfall i kantinen og på resten av arbeidsplassen
- Resirkuler papir
- Slå av datamaskinen når du går hjem
- Slå av lyset når du går ut fra arbeids- eller møterommet

Les mer om Astra Techs miljøarbeid: [www.astratech.com](http://www.astratech.com)

# Fokus: FORSTØRRET PROSTATA (BPH)

TEKST KRISTIL HARALDSTAD & ANNA M WESTBERG  
FOTO ASTRA TECH, PRIVATE BILDER



Med årene kommer problemene. Ikke alltid, men ofte. For nesten halvparten av alle menn over 50 år dreier problemene seg om forstørret prostata. Prostataen, som før ga glede og nytelse, kan nå bli en kilde til uro og bekymringer.

## Prostataens to ansikter

Pekka Hellström, urolog ved Uleåborg universitetssykehus i Finland, har møtt mange menn som har fått diagnosen forstørret prostata (BPH)\*. Løsningen blir ofte medisinerer, men i en del tilfeller der problemene er store, kan det være nødvendig med kirurgiske inngrep. Mens de venter på denne operasjonen, kan pasientene ha behov for kateter for å slippe det verste ubehaget.

### HVILKEN BEHANDLING MENER DU AT DISSE PASIENTENE BØR FÅ FØR EN PROSTATAOPERASJON?

Så langt som mulig foreskriver jeg ren intermitterende kateterisering (RIK), det vil si regelmessig tømning ved hjelp av et engangskateter. Dette er en metode som de fleste enkelt kan lære seg med veiledning fra en uroterapeut. Rundt halvparten av mine BPH pasienter med behov for kateterisering blir satt på behandlingen RIK, og resten på inneliggende kateter (KAD).

### HVILKE FORDELER HAR RIK I DENNE FASEN?

Først og fremst bidrar denne metoden til å opprettholde pasientenes livskvalitet. Med RIK kan de fungere mer normalt enn de kan med inneliggende kateter. RIK er ikke til hinder fra å delta i sosiale sammenhenger, og metoden hindrer dem ikke seksuelt. KAD kan gi både smerte og ubehag, og denne metoden øker dessuten risikoen for urinveisinfeksjon. Dette er en klar ulempe, siden urinblæren blir mer følsom av infeksjoner og blør mer under og etter operasjonen. Med RIK kan de nesten unngå dette problemet helt.

### HVOR MANGE AV PASIENTENE DINE HAR PROBLEMER MED RESTURIN ETTER EN PROSTATAOPERASJON?

Mellom ti og tju prosent har problemer med å tømme blæren etter operasjonen, og mange av dem er pasienter som har brukt KAD. Disse pasientene kan i stedet gå over til RIK for å kunne tømme blæren helt.

### HVA ER DE GENERELLE FORDELENE MED RIK?

Metoden reduserer ikke bare risikoen for urinveisinfeksjon, men også risikoen for andre komplikasjoner under og etter operasjonen. Pasientene kan fortsette sitt seksualliv. Kort sagt blir livskvaliteten bedre på alle måter. ♦

### FAKTA OM PEKKA HELLSTRÖM

Tittel: Dosent  
Yrke: Ledende urolog  
Sykehus: Oulu universitetssykehus

Andre oppgaver:  
Formann i den finske urologforeningen



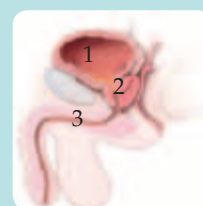
### FAKTA OM PROSTATA

Prostatakjertelen befinner seg rett nedenfor urinblæren, rundt urinrøret. Den har bare én funksjon, nemlig å produsere det tyntflytende sekretet som trengs ved befruktning. Urinrøret går imidlertid rett gjennom prostatakjertelen, og det er denne plasseringen som gir problemer. Når prostataen vokser, strammer den rundt urinrøret, og det kan etter hvert bli vanskeligere å late vannet.

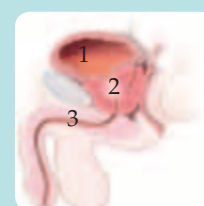
Godartet prostataforstørrelse er en av våre vanligste folkesykdommer. Veksten, som vanligvis avtar etter noen år, blir kalt godartet

prostataforstørrelse, eller benign prostata hyperplasi (BPH). Den er helt ufarlig og må ikke forveksles med prostatakref. Symptomer på BPH kan imidlertid være de samme som ved prostatakref. Vi vet ikke årsaken til at prostatakjertelen vokser, men det skyldes hormonelle forhold.

Kilder: [www.lofrc.se](http://www.lofrc.se), [www.pro.lofrc.se](http://www.pro.lofrc.se), [www.ne.se](http://www.ne.se)  
Referanser: Att tömma blåsan vid förstorad prostata, Astra Tech, 2005



Normal prostata.



Forstørret prostata.

1. Urinblære
2. Prostata
3. Urinrør





Under borgerkrigen i 1989 ble Hassan skutt i ryggen på et sjekkpunkt. Han var 14 år, det var fredag og fri fra skolen og han var på vei til jobb med broren sin. Hassan ble lam fra livet og ned og fikk med dette også problemer med vannlatingen.

## Verdien av intermitterende kateterisering

**I VÅR DEL AV VERDEN** vil alle i Hassans situasjon få tilbud om terapien Ren Intermitterende kateterisering. Behandlingen var revulsjonerende for ryggmargsskade da den kom på 1970 tallet. Den redder liv da den forhindrer skade på nyrene.

**I LIBANON ER IKKE** dette noen selvfølge og Hassan fikk aldri noe tilbud om å starte med RIK, han brukte innebyggende kateter og når han ikke hadde tilgang på det, presset han ut urinen gjennom å trykke på magen og bruke uridom. Dette førte til at han aldri fikk tømt seg tom, og når han presset ut urinen presset han den også opp i de øvre urinveier.

**I 2006** var Hassan meget syk. Urinrøret hans var tett av arrvev, han hadde utvidet nyrebekken, infeksjoner både i blære og nyrer og var resistent mot alle de antibiotikaene de kunne tilby han på klinikken. Legen hadde gitt han opp og så ingen utvei for Hassan.

Hassan fikk gjennom venner i Norge prøve å sette inn et Lofric kateter og mot all formodning kom det inn gjennom urinrøret og inn i blæren. Siden har Hassan tappet seg 6 ganger om dagen og han har også fått "blæredempende" medisiner.

**DETTE GJORDE UNDERVERKET** for Hassan. Han ble frisk og har ikke hatt infeksjoner på 4 år, Nyrebekkenet har normalisert seg og han har gått fra Ch 10 til Ch 14 i katetertykkelse. I dag er Hassan en frisk mann.

**I 2010 GIFTET** han seg med Maryam og i juli i år fikk de lille Ahmad. Hassan hadde aldri trodd at han kunne bli gift pga sitt handikapp og absolutt ikke drømt om å bli pappa.

Våren 2011 lagde Astra Tech en film om Hassan og hans historie, denne filmen vil vi bl.a. bruke til å spre "budskapet" om RIK til deler av verden hvor det er forholdsvis ukjent. ♦

For dere som jevnlig leser Dialogen så husker dere kanskje Hassan fra tidligere nummer, da vi har fulgt han siden 2006. For dere som møter han for første gang så lever Hassan sør i Libanon i en liten landsby som heter Sidiquine, hvor han er født og oppvokst.



Emil på sykkel gjennom Istanbuls travle gater.

## Beijing nærmer seg

Nå har Emil kommet helt til Kina. Du husker kanskje at vi i forrige nummer fortalte om Emil Börners sykkeleventyr der Beijing var målet.

**EN DRØM SOM ENDELIG** ble virkelighet til tross for at han bare ett år før reisen begynte, hadde skadet ryggen i en alvorlig skiulykke.

På veien har Emil og turkameraten reist gjennom både travle storbyer og vennlige små landsbyer. De har møtt

brølende grensevakter og blitt jaget av villhunder, men de har også opplevd en utrolig hjelpsomhet fra mennesker på veien. ♦

Les mer om Emils reise på [www.thebigtrip.se](http://www.thebigtrip.se) eller [www.lofric.se](http://www.lofric.se)



Det overordnede målet er å kunne gå på do på et hvilket som helst toalett. Over hele verden! Dette kan virke som et ambisiøst mål for barn og unge med ryggmargsbrokk, men det er i de fleste tilfeller fullt gjennomførbart. Det viser metodene som det mobile RIK-teamet arbeider etter.

# Arbeid med barnas nettverk

**FRIDA ER FEM ÅR** og har ryggmargsbrokk\*. Helt siden fødselen har hun måttet bruke kateter for å tømme urinblæren flere ganger om dagen med RIK (ren intermitterende kateterisering, en metode for å tømme blæren). Tidsskjemaet må holdes, og kateteret må hentes frem og klargjøres. Frida må kles av og legges på stellebordet. Etter kateteriseringen må hun kles på igjen og stellebordet ryddes.

**SLIK VAR DET I** starten av småbarnsperioden. Men allerede siden toårsalderen har Frida blitt stadig mer involvert. Det har gått langsomt, men skritt for skritt har hun blitt mer og mer delaktig og selvstendig.

I dag kan Frida kle av seg på egen hånd og sette seg på det spesialtilpassede toalettet før hun får hjelp med kateteriseringen. Det er tydelig at hun er stolt: Hun er stor jente nå! Og snart kommer hun til å kunne gjøre enda mer selv.

**- DET ER VIKTIG Å** la disse barna få utvikle seg på samme måte som andre barn, i så stor grad som mulig, sier Elisabeth Nordmark-Andersson, ergoterapeut ved Karolinska universitetssykehus og den

ene halvparten av det mobile RIK-teamet på Astrid Lindgrens barne- sykehus i Stockholm.

- Selvbildet utvikles når barna er små, fortsetter hun. Det er viktig å styrke det så tidlig som mulig, og unngå at barna blir altfor avhengig av omgivelsene.

**AKKURAT DENNE** mangelen på delaktighet var en av grunnene til at teamet ble dannet. Avdelingspersonalet så at selv store barn ble lagt på stellebordet og i liten grad fikk kontrollere sin egen hygiene. Den opplæringen som ble gitt på sykehuset, var vanskelig å overføre til barnas hverdag, bl.a. fordi det fantes få spesialtilpassede løsninger. I løpet av de ti årene teamet har eksistert, har imidlertid mye forbedret seg.

**TEAMET, SOM OGSÅ** består av uroterapeut Gun Bussman, begynner arbeidet med et nettverksmøte, slik at barnet tidlig kan få delta i toalettprosedyren ved RIK. Nettverket omfatter alt fra familie og behandlingsspersoner i barnehagen og senere på skolen. Hensikten er å bli kjent med barnet i dets eget miljø, se hvilke forutsetninger barnet har, og hjelpe til i valget av et praktisk toalett.

Samtidig er det også viktig å få på plass nye rutiner som gjør RIK-prosedyren lettere for alle involverte. Ikke minst er det viktig å utdanne og informere om barnets behov for deltakelse og oppmuntring.

**- NÅR BARNET BEGYNNER** på skolen, bør det helst kunne utføre RIK på seg selv, forklarer Gun Bussman. Dette betyr ikke at barnet er helt selvstendig på toalettet, siden andre deler av RIK-prosedyren kanskje ikke er helt på plass ennå, som av- og påkledning. Vi jobber hele tiden mot ulike delmål for å komme dit.

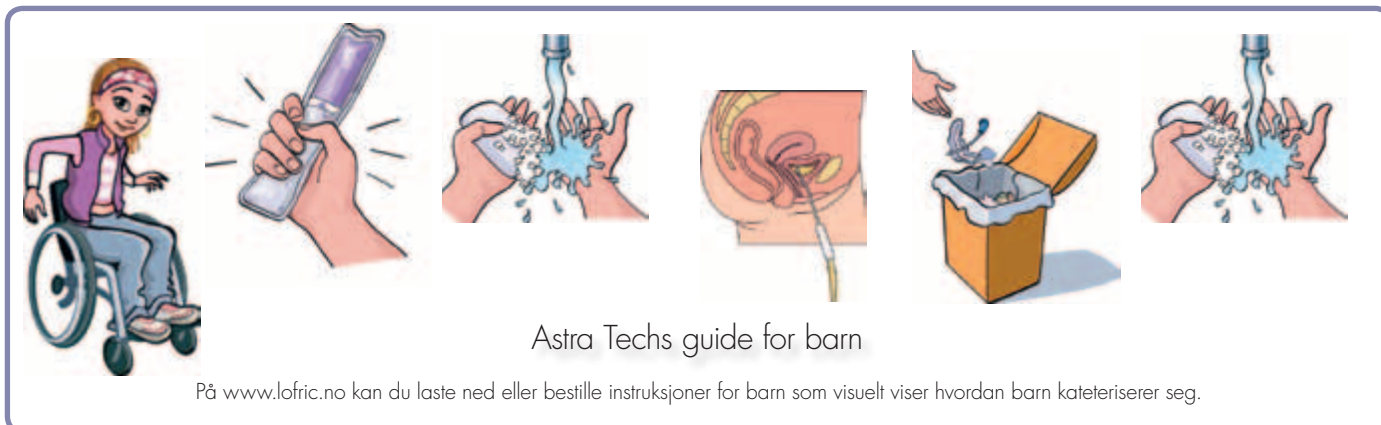
Det dreier seg om å ta av og

## DET MOBILE RIK-TEAMET

Det mobile RIK-teamet for barn og ungdom ble startet som et prosjekt på begynnelsen av 2000-tallet i Stockholm. Et par år senere ble arbeidet gjort permanent da man så resultatene av innsatsen.

Formålet er å hjelpe barnet og barnets nettverk å lære seg toaletttrinitene ved ren intermitterende kateterisering (RIK) i barnets nærmiljø. Teamet består av en uroterapeut og en ergoterapeut, i samarbeid med ergoterapeuten på behandlingsavdelingen og barnets/familiens nettverk.

Uroterapeuten informerer om urinveienes oppbygning og funksjon, samt rutinene ved toalettbesøk med RIK, mens ergoterapeuten legger til rette for et godt fysisk, psykisk og sosialt miljø ved toalettbesøkene, slik at barnet kan medvirke i så stor grad som mulig. Det finnes også lignende modeller andre steder i Sverige.



på buksen, sette seg på og gå av toalettet, vaske hendene, holde i kateteret mens urinen renner, og senere til og med føre inn kateteret selv.

**DET ER VIKTIG** å ikke presse barna til å prestere, påpeker Elisabeth Nordmark-Andersson.

For å gjøre de ulike delene av RIK-proseduren enklere, kan det være nyttig med bilder på veggen ved toalettet som viser barnet hvordan de skal gjennomføres.

Toalettet og toalettmiljøet må som regel tilpasses og/eller utstyres med et sittehjelpemiddel, slik at RIK-prosessen blir enklere og mer behagelig. Det kan også være nyttig med et speil og en lampe for å lette prosessen. Generelt sett skal hjelpemidlene anses som midlertidige, siden

målet er at barnet til slutt skal kunne håndtere hele forløpet selv.

**DEN REDUSERTE FØRLIGHETEN** gjør at det blir ekstra viktig å gjøre barnet bevisst på sin egen kropp og kroppens funksjoner. Man kan stimulere denne bevisstheten ved å gjøre barnet oppmerksom på lyden av urinstrålen som treffer toalettskålen. Her handler det både om barnets selvfølelse og delaktighet: Å kunne ta seg av egne, personlige behov på en så diskret og privat måte som mulig, samtidig som mestringsfølelsen øker.

Metoden gir likevel ikke en problemfri vei mot selvstendighet. Barn med ryggmargbrokk må ofte gjennomgå flere operasjoner i løpet av oppveksten. Også opplevelser som flytting og skolebytte

eller at personale slutter, kan påvirke læresyklusen, slik at man må starte på nytt.

**- ALLE BARN ER FØLSOMME** for forandringer, fortsetter Gun Bussman. Vi må være oppmerksomme på dette og støtte barna, slik at de får mulighet til å hente seg inn igjen.

Det er også viktig med engasjement og lydhørhet fra de voksne rundt barnet. Da kan selv barn med funksjonshemminger som ryggmargbrokk vokse opp med selvtillit og tro på egne evner. ♦

*\*Frida i artikkelen eksisterer ikke i virkeligheten, men brukes som et eksempel for å vise situasjonen for barn med ryggmargbrokk.*

## FAKTARUTE

Ryggmargbrokk, myelomeningocele (MMC), er en medfødt skade som oppstår i løpet av den første fostermåneden. Det er da nervesystemet, som består av ryggmargen, hjernen og nervene, dannes av celler som samler seg rundt et rør, nevrallrøret. Det er i den øvre delen av nevrallrøret hjernen utvikler seg. De andre delene danner ryggmargen. Ved ryggmargbrokk lukker ikke ryggmargskanalen seg helt, og det dannes en brokksekk på ryggen. Fellesnavnet for alle typer ryggmargbrokk er spina bifida, delt ryggrad. En kirurgisk lukking av ryggmargbrokken utføres så snart som mulig, helst i løpet av det første levedøgn.

Kilder: [www.lofric.se](http://www.lofric.se), [www.rbu.se](http://www.rbu.se)

## REFERANSER OG MER INFORMASJON:

*Mobila RIK-teamet för barn och ungdomar i Stockholms län, Karolinska Universitetssjukhuset, 2011*

*SittRIKtigt på toaletten, Katarina Allbrink Oscarsson, Hjälpmedelsinstitutet 2002*

*Ökad medverkan vid Ren Intermittent Kateterisering (RIK) för barn med ryggmärgsbråck, Katarina Allbrink Oscarsson, Handikapp & Rehabilitering, FoU-rapport 2004-02*

*Hur resonerar familjen kring toalettbestyren – en Interojustudie kring toalettbestyren i samband med Ren Intermittent Kateterisering av barn och tonåringar med ryggmärgsbråck, A. Gawell, Handikapp & Rehabilitering, FoU-rapport 2006-05*

*Elever med ryggmärgsbråck. Neuropsykologiska och pedagogiska aspekter, M. Strinnholm & A. Butler Nordkvist, Folke Bernadottehemmet, 2009*  
*Tid till eget ansvar? – tidsplanering i förskola/skola och dess inverkan på aktivitet och delaktighet för barn och ungdomar födda med ryggmärgsbråck, Nr 3/2003, Region Skåne 2003*

# Svarkupong

## Løs kryssordet og vinn 2 Telyslykter!

Konkurranse!



SEND INN KUPONGEN  
SENEST 31. JANUAR 2012.



### HAR DU LØST KRYSSORDET?

Her fyller du inn bokstavene fra de fargede rutene.  
Bokstavene skal danne et ord.

.....

### JA TAKK!

Jeg er ny abonnent og ønsker fremtidige utgivelser av Dialogen  
kostnadsfritt sendt til min adresse.

### SENDT AV

Navn .....

Adresse .....

Postnr ..... Sted .....

Telefon .....

E-post .....

Jeg vil også motta informasjon og reklame om emnet  
urologi og samtykker at Astra Tech benytter mine  
kontaktdata til dette formål.

### Send også tilbud om abonnement på Dialogen til:

Navn .....

Adresse .....

Postnr ..... Sted .....

Telefon .....

Ved å kontakte Astra Tech AS, Karihaugveien 89, 1086 Oslo, kan du få  
opplyst hvilke kundedata Astra Tech har registrert på deg og hvordan disse  
benyttes. Du kan når som helst be om at alle dine opplysninger slettes eller  
korrigeres.

IKKE GLEM Å FYLLE INN ADRESSEOPPLYSNINGER PÅ INNSIDEN AV DENNE FOLDEREN!

**ASTRA TECH AS**

SVARSENDING 4004  
0093 OSLO



DISTRIBUERES AV  
POSTEN NORGE

## Siste siden

LoFric ble lansert i 1983 og er et svensk originalprodukt som er utviklet av forskere i Astra Tech. LoFric er det eneste svenskproduserte hydrofile tappekateret.

I LoFric-familien finnes det ulike typer LoFric-kateter. LoFric Sense, LoFric Primo og LoFric Hydro-Kit er pakket med vann og er derfor lette å ha med på reiser.



## Vinn 2 Telyslykter!

Løs kryssordet och send inn kupongen senest 31. januar 2012.

**Vinner av kryssordkonkurransen**

**i nr. 1/2011 er:**

Odd, Berlevåg  
Kjersti, Oslo  
Sissel, Mandal

*Konkurranse!*



## Vi arbeider med LoFric

Bak fra venstre: Hilde Langlete, Roar Lindberg, Magnhild Haukeland, Kristin Halten-Eggen, Una Holth, Thomas Engelhart, Sonja Toppe, Marit Halvorsen, Hanne Waaler, Frank Solberg. Forran fra venstre: Terje Gjengaar, Britt-Marie Rak, Irene Austevoll

## Kontakt kundeservice!

Vennligst kontakt kundeservice dersom du har spørsmål om våre produkter. Telefonen er åpen alle hverdager fra kl. 08.00 - 16.00.

Dersom du er kunde hos oss, kan du sende ordre på e-post.

Telefon kundeservice: 815 59 118

Telefaks: 67920560

E-post: [ordre.no@astratech.com](mailto:ordre.no@astratech.com)

