

## Några Vikingar sammanstrålade i Halmstad.



Peter och Birgitta i samspråk

Det är säkert inte obekant att undertecknad är travintresserad. Har man sedan en fru som är lika intresserad blir livet genast lite lättare. Efter lite planerande från Roger Olssons sida bestämdes att familjerna Holmgren, Ricknell och Olsson skulle träffas över ett veckoslut

i Halmstad där travtävlingen sprintmästaren och V75 gick av stapeln. Mellan fredag och lördag fick vi även stifta bekantskap med familjen Caesar från Växjö, också vikingar. Anledningen till att vi hamnade i Halmstad var att Roger och Birgitta Olsson har travhästar hos travtränare Peter Untersteiner.

Torsdagskvällens tävlingar såg vi från travrestaurangen. Spännande lopp, fantastiska hästar och god stämning. Spelet på hästarna gick som vanligt dåligt. John Blund snodde oss tidigt torsdag kväll.

Fredagen ägnade vi oss åt sightseeing. Sen eftermiddag bar det iväg till travbanan igen. Efter tävlingarna samlades hela vikinggänget i ett av rummen på hotellet.



Här diskuterades det livligt. Vi hade också lösningar på alla problem.

Efter en ganska trög lördagsförmiddag bär det iväg till travbanan. Nu skulle vi få förmånen att uppleva en travtävling från stallbacken. Vi kom mestadels att vara på balkongen som Peter U disponerade. Där hade man en bra utsikt över loppet. Under hela dan passerade många ikoner inom travsporten där vi höll till. Då familjen Olsson hade två hästar till start blev spänningen lite extra laddad. Den första hästen kämpade till sig en mycket hedrande andraplats. Den andra hästen galopperade bort sig.



Professor på trav

Travtränare Peter Untersteiner visar sig vara en fantastisk man. Maken till social människa får man leta länge efter. På något märkligt sätt hade han tid med alla utan att på minsta sätt verka stressad. En spännande person som jag komatt prata en hel del med. Han kallas inom travsporten för professorn. Nu ska man veta att han sannerligen inte är någon professor. Tänkte ställa frågan till honom om hur det känns att inför hela travsverige kallas för professor utan att vara det. Vågade inte.

Efter tävlingarna drog vi vidare mot nya spännande utmaningar. Tack Peter Untersteiner med personal för ert trevliga och generösa bemötande gentemot oss.



Hela Vikinggänget på balkongen



### Kansli:

Viking - Riksföreningen för Hjärt- Lungtransplanterade  
Segelbåtsvägen 2, 112 64 Stockholm  
Telefon: 08-668 32 25 • Telefax: 08-668 23 85  
PlusGiro: 488 60 65-4 • Bankgiro: 420-6017  
Org.nr: 828000-7777  
E-post: info@viking.hjart-lung.se  
Internet: www.hjart-lung.se/viking

### Redaktion:

Ansvarig utgivare: Magnus Braxell  
Redaktör: Folke Holmgren, Tel 0152-198 45.  
E-post: f-am.holmgren@bahnhofbredband.se  
Layout: Gerd Ivarsson  
Tryck: Arkitektkopia Eskilstuna

### INNEHÅLL

|   |   |
|---|---|
| ♥ Några Vikingar sammanstrålade i Halmstad                        | 1 |
| ♥ Ledare  | 2 |
| ♥ Nya medlemmar   | 2 |
| ♥ Vikingspelen  | 2 |
| ♥ Detta är inte sant  | 3 |
| ♥ Nätverksträff   | 3 |
| ♥ Lindvallen 2011   | 3 |
| ♥ Vad skall en patientförening ägna sig åt                        | 4 |
| ♥ Nordiskt möte   | 5 |
| ♥ EHLTF:s års-möte  | 5 |
| ♥ apropå! Bristande organdonatorer! - Mitt hjärta kan bli ditt    | 6 |
| ♥ Föryngrande promenad  | 7 |
| ♥ Sommarsemester 2011   | 7 |
| ♥ ICE-nummer i mobilen underlättar vårdens kontakter med anhöriga | 8 |

### SID



## VIKING hösten 2011

Helgen 3-4 september var full av aktivitet i Kungsbacka strax söder om Göteborg. Vår förening anordnade då Vikingspelen som vi berättat om i tidigare nummer av tidningen. Helgen präglades av gemenskap och idrott i det varma sensommarvädret. Samtidigt stod vi som förening värd för ett Nordiskt möte där delegater ur de danska, finska och norska föreningsstyrelserna gästade oss. Syftet är att kunna dra nytta av erfarenheter från varandras länder. Till vår hjälp hade vi även Ulla Nyström från Sahlgrenska som arbetar mycket med sina kollegor i de nordiska länderna. Mer om båda dessa aktiviteter i nästa nummer.

Framför oss ligger donationsveckan där vi alla har möjlighet att påverka på det lokala planet. Ta kontakt med ditt sjukhus och andra transplanterade så att ni gemensamt kan dela ut donationskort på tex sjukhus eller shoppingcentra. Material får ni givetvis gratis.

Kontakta oss om du behöver mer information. Vi har fortfarande långt kvar innan alla tagit ställning så det är en mycket viktig aktivitet för att korta väntelistorna för transplantation och därigenom rädda liv. Det är också viktigt att få upp medvetenheten hos berörda politiker om de problem som donations- och transplantationsverksamheten arbetar med. Lagstiftningen öppnar för viktiga tolkningar av hur i synnerhet en donators vilja skall uppfyllas. Vi ser därför stora skillnader i hantering mellan landstingen och de individuella sjukhusen.

I ett av våra grannländer har man 20 aktiva lokala grupper av hjärt- och lungtransplanterade! Vi i styrelsen ser fram emot när fler medlemmar vill engagera sig i vad vi kallar nätverksträffar. Det kan tex vara friskvård, "diskussionsklubbar" eller gemensamma utflykter. I några regioner är aktiviteter på gång men varför inte försöka dubbla antalet lokala grupper före nästa årsmöte. Kontakta oss om du vill dra igång en grupp eller delta. Vi kan även hjälpa till med att identifiera medlemmar i din region och vi ger normalt ett visst ekonomiskt stöd till aktiviteterna. Kom med förslag!

Årets skidresa för barn och ungdomar till Lindvallen närmar sig. Tipsa sjukhus och transplanterade om denna möjlighet så att vi når ut till alla yngre hjärt- och lungtransplanterade. Idrott har, eftersom det är en viktig komponent i friskvården, stort utrymme i vår förening. Vår idrottsgrupp planerar nu för nästa års EM i Apeldoorn i Holland i slutet av juni då vi hoppas kunna skicka en stor trupp.

Vad vill du ha ut av ditt medlemskap i Viking? Ge oss återkoppling, skriv i medlemsbladet och kom med idéer. Vi i styrelsen är här för att företräda er medlemmar och för att förverkliga det ni vill att föreningen ska vara.

*Magnus Braxell*

## Vikingspelen

samlade ett 30-tal medlemmar i helgen som i det härliga sommarvädret idrottade i Kungsbacka.

Nästa års EM i Holland är ett mål för många.

Mer om Vikingspelen och EM i nästa nummer!



### Nya medlemmar

Carina Bilow  
Bo Jönsson  
Agneta Jakobsson  
Marie Berg  
Åsa Johnn

**Hjärtligt välkomna!**

### Avlidna medlemmar

Clas Jerneck  
Lars Hildingsson  
Monica Brömster



**vpm** Växjö  
Prefab  
Montage

**K** KRANPUNKTEN AB

TILLSAMMANS ÄR VI STARKA

**BÄRARELAGET**  
**KRANCENTER**

## ”Detta är inte sant!”

”Detta är inte sant!” står det i en notis i Medlemsbladet nr2/2011. Anledningen är att tidningen Status tolkat en skrivelse till JO fel. Några medlemmar har uppfattat att Viking ställt sig bakom en JO-anmälan angående Socialstyrelsens beslut om att hjärttransplantationsverksamheten i Stockholm inte ska ingå i Rikssjukvården. Alltså att den befintliga verksamheten måste läggas ned. I den frågan har Viking inte agerat. SLL, Stockholms Läns Landsting, har bett Socialstyrelsen ompröva beslutet men utan att få gehör.

### Så här var det

Rikssjukvårdsnämnden med ordföranden Lars-Erik Holm tillika generaldirektör i Socialstyrelsen har beslutat att verksamheten hjärttransplantation endast får bedrivas i Göteborg och Lund. Detta beslut har Stockholms Läns Landsting (SLL) överklagat till Socialstyrelsen. SLL påpekar att den Tillståndsutredning (167 sidor) som Socialstyrelsen låtit utföra inte visar några påtagliga skillnader mellan de tre sökande enheterna Göteborg, Lund och Stockholm. Vidare säger SLL att varken Hälso- och sjukvårdslagen eller dess förarbeten har begränsat antalet enheter som kan tilldelas tillstånd för rikssjukvård till högst två. I elva punkter påtalar SLL omständigheter som ligger till grund för omprövningen. En av dessa är frågan om jäv.

Till saken hör att Socialstyrelsens beslut inte kan överklagas. Så SLL:s begäran om omprövning lämnas utan avseende och dessutom har Socialstyrelsen beslutat att jäv inte föreligger. Det anmärkningsvärda är att Socialstyrelsen inte har följt sina egna regler när det gäller jäv vid val av externa experter i utredningsarbetet. Socialstyrelsen beslutar och granskar sig själv!

**Viking är alltså inte part i detta överklagande.**

### Jävsfrågan- en fråga av riksintresse

De personer – verksamma inom hjärttransplantationsverksamheten i Stockholm – som nu begärt att JO utreder om jäv förelegat vid Socialstyrelsens utredning har all rätt i sin oro över hur beslut fattas i viktiga sjukvårdsfrågor som berör hela den svenska sjukvården.

Så här säger en av undertecknarna av ansökan;

Vi i professionen är djupt oroad över den fragmentering av sjukvården i SLL och Mälardalen som Rikssjukvårdbegreppet medför. Förlorar man en verksamhet blir det en dominoeffekt och andra verksamheter går ej att fortsätta då de är beroende av den första, kompetensen blir urholkad och vi får dessutom aldrig chans att söka igen och kunna bedömas! Det viktigast av allt är således att få våra politiker och tjänstemän att ompröva Rikssjukvårdbegreppet och t ex tillåta verksamheter på fler än två centra om kvaliteten är hög!

Tillståndet att utföra hjärttransplantationer gäller i fem år. Sen går Socialstyrelsen ut med en ny förfrågan. Och vad gäller då? Då finns det bara två som har erfarenhet. Hur ska frågan då hanteras?

Det finns all anledning för Viking att stödja en prövning av hur Socialstyrelsen fattar beslut och hanterar jävssituationer. Nästa gång är det någon annan verksamhet, någonstans i Sverige som drabbas. En prövning borde leda till möjlighet att överklaga socialstyrelsens beslut i högre instans och att politikerna kliver in och i just detta fall säger att hjärttransplantationsverksamhet ska bedrivas på tre platser i Sverige.

H-G Ricknell  
E.u.

## Nätverksträff

### Göteborg med omnejd Favorit i repris!

**Lördagen den 15 oktober kl 15.00** planerar vi att gå till Valhalla och bowla och därefter gå och äta en bit tillsammans på närliggande restaurang.

Var vi skall äta är ännu inte bestämt, kom gärna med förslag.

Priset för bowlingen är 220 kr / bana.  
Hyra för skor tillkommer.

Vill man inte bowla är man naturligtvis välkommen att bara vara med att äta.

**Anmälan senast den 3 oktober till:**

Gerd Ivarsson, tfn: 031-45 13 93,  
e-post: gerd.ivarsson@hotmail.se  
eller till:

Gunnel Johnsson, tfn: 031-87 64 69,  
e-post: gunnel.jsson@swipnet.se



## Lindvallen 2011

**Årets skidresa till Lindvallen blir den 30 november till 4 december.**

Mer information och priser kommer snart på hemsidan.

Intresseanmälan ska vara inne senast den 1 oktober och bindande från den 1 november.



## Vad ska en patientförening ägna sig åt?

När jag accepterade att ingå i Vikings styrelse fanns en noga genomtänkt idé om vad jag ville förmedla till medlemmarna. Givetvis låg de erfarenheter jag upplevde innan frugan (min fru) blev transplanterad till grund för det mesta. Vartefter som åren gått har jag sedan samlat på mig en massa ny kunskap och erfarenhet.

De två viktigast uppgifterna Viking har, är som jag ser det, att vända sig till transplanterade och de som väntar på transplantation.

**Vad ska man förmedla till transplanterade?** Ingen lätt uppgift att svara på, men några viktiga saker kan vara. Informera om nya mediciner som är på gång. Berätta om förändringar som politiker föreslår som får konsekvenser för enskilda individer. Informera om olika forum där man kan få information och kontakt med andra transplanterade. Stimulera till spontana träffar som ibland kallas för nätverksträffar.

**Till väntande** är kontakten med tidigare transplanterade oftast ovärderlig. Här är det av vikt att man är ärlig och förmedlar en så verklig bild av vad som väntar som möjligt.

Eftersom Viking är en riksförening gäller det också att tänka i ett Sverigeperspektiv när man sitter i styrelsen. När man informeras om hur storstadsregionernas transplanterade hanteras stämmer det oftast inte med hur det är för transplanterade från mindre orter. Från de mindre orterna har man ofta inte direktkontakt med storsjukhusen utan är hänvisad till en vårdcentral. Här kan våra kontaktnät som medlemsblad, facebook och hemsida fylla en funktion.

En annan viktig detalj att förmedla och jobba med är det nya liv som väntar efter transplantation. Sjukvården är mästare på att byta ut, sy ihop och medicinera. Att förstå hur själen kan råka ut för olika snedtändningar är man direkt dålig på. Ofta görs olika undersökningar på hur anhöriga och transplanterade upplever olika situationer före och efter transplantation. Resultaten av undersökningarna har i alla fall inte jag mött på sjukhusen.

Viking lägger också ner massor av energi på de vartannat år kommande så kallade EM för hjärt-lungtransplanterade. Föreningen gör det därför att det som transplanterad är oerhört viktigt med motion. Vi i styrelsen vet att några medlemmar tycker att det är för mycket snack om idrott. Det är helt ok. Min erfarenhet som tidigare hårt satsande idrottsman, där resultatet att komma först var det enda som räknades, har förstätt och upplevt den enorma glädjen ett antal Vikingar visat när de besegrat sig själva genom att efter transplantation göra något som egentligen inte skulle gå.

Vart efter som åren gått har transplantation av allt yngre gjorts. Vad är då naturligare än att Viking de senaste åren

satsat på att ge unga transplanterade möjligheten till utförsäkning i Sälenfjällen.

En annan viktig detalj som styrelsemedlem är att hålla isär begreppen. Som styrelsemedlem är jag en del av styrelsen. Jag kan då inte tycka att Socialdepartementets förslag att höja högkostnadsskyddet är bra eller dåligt om vi i styrelsen inte beslutat detta. Jag kan däremot som Folke Holmgren ha en egen åsikt.

Som redaktör för medlemsbladet hamnar man ofta i frågeställningen om det är jag eller Viking som tycker vad. Det blir mer påtagligt när bidragen från medlemmar saknas. Konsekvensen blir då att jag hela tiden bistår med bidrag. Ytterligare en viktig fråga för Viking att arbeta med är att på olika sätt stimulera till att tillgången på organ för transplantation ökar.

**Donationsveckan** är en varje år återkommande aktivitet. Här gör ett litet antal transplanterade med anhöriga ett bra arbete. Inget hindrar någon Viking i Sveriges avlånga land att på eget initiativ anordna aktiviteter. Donationsrådet bistår med material, om man känner för att engagera sig under donationsveckan, som är 17 till 23 oktober. Vad kan man göra som enskild medlem? Prata med ansvarig för köpcentra och där dela ut donationskort en eller flera dagar. Försöka få den lokala tidningen att skriva om just din transplantation. Gå ihop med njurförbundet och hjälps åt att dela ut donationskort. Egentligen är det bara fantasin som sätter gränser för vad man kan hitta på. Om du behöver hjälp ring kansliet.

Två reflektioner om det som ofta återkommer i medlemsbladet.

Ordet **motion** tycker säkert en och annan att det börjar bli uttjat. Problemet är bara att var man än söker information om hur man ska bete sig före och efter transplantation så återkommer ordet. Vad jag däremot har funderat över är varför det blir så viktigt när man råkat ut för olika sjukdomar. Vore det inte på sin plats att med kraft påpeka att motion alltid är viktigt.

Vid senaste årskontrollen fick min fru frågan hur det går med promenerandet. Hon svarar då, inte så bra. Det är så jobbigt att jag undviker det. Läkaren sa då, eftersom du har ett bra hjärta är det inte farligt att pressa dig. Inte ens om du tog i så du svimmade är det farligt.

Ordet donation har på senare tid hamnat i fokus mycket tack vare att det är brist på organ. Förslag på hur man ska komma tillrätta med problemet saknas inte. Vad kan vi som Svensson göra? Ställ följande fråga till dina politiker. Anser du att bristen på organ är ett problem? Svarar man nej tycker jag inte att man ska rösta på det partiet. Svarar man ja tycker jag att man ska ställa frågan. Vad kommer du att göra för att komma till rätta med problemet?

**Läsare av medlemsbladet!** Jag har i artikeln skrivit om ett antal olika frågeställningar. Något av det som räknas upp borde irritera eller glädja någon läsare.

**Tyck till.** / Folke H



Astellas stödjer Viking.

Astellas Pharma AB  
Hansögatan 5, SE-413 34 Göteborg, Sweden  
Tel +46 31 741 61 60, Fax +46 31 711 07 57  
e-mail info.astellas@astellas.com

## Nordiskt möte

I år var det Sveriges tur att arrangera det Nordiska mötet. Delegater från Norge, Finland och Danmark diskuterade transplantationsverksamheten i respektive länder. Mötet gick av stapeln i Kungsbäcksområdet vilket medförde att vissa aktiviteter samarrangerades med Vikingspelen.



Från vänster: Magnus Braxell, Anki Castman, Jari Laurén (Finland), Gerd Ivarsson, Seppo Lösönen (Finland), Ingrid Ricknell, Øyvind Iversen (Norge), Hanne Knudsen (Danmark), Gunnel Johnsson och Peder Lervads (Danmark). Foto: Hans-Gösta Ricknell

Roche är ett läkemedelsföretag som är ledande inom transplantationsområdet. Våra produkter används idag av många patienter och de satsningar vi gör tillsammans med vården syftar till att alltid skall få ett allt bättre liv.

Roche AB • Tel 08-726 12 00  
www.transplantation.roche.se

## EHLTF:s årsmöte

EHLTF höll sitt årsmöte den 28 maj 2011 i Bryssel. Av de 22 medlemsländerna var 17 representerade vid mötet. Viking representerades av Ingrid och H-G Ricknell. Glädjande var att Spanien nu är tillbaka som medlem i organisationen. Mindre glädjande är att Tyskland inte är representerade.

Årsmötet fattade beslut att tilldela 2014 års EM till Storbritannien. Beslutet var enkelt eftersom the British Heart & Lung Transplant Association var den enda sökanden. Beslut fattades också att utöka styrelsen (MC = Managing Committee) till sju personer. Seppo Lösönen, Finland, hade av sagt sig omval. Mer om årsmötet och EHLTF och EM i Apeldoorn 2012 finns att se på EHLTF:s hemsida [www.ehltf.info](http://www.ehltf.info).

H-G Ricknell



EHLTF:s styrelse fr. v.: Christian Pierard - B, Brendan Gilligan - IRL, Arnulf Pohl, ordf. - A, Pelle Christiansen - DK, David Walker - UK, Øyvind Iversen - N, André Lassooij - NL.

Foto: H-G Ricknell

apropå! Bristen på organdonatorer!

## Mitt hjärta kan bli ditt

Victoria fick ett nytt hjärta när hon var 9 år. Gustav fick sitt när han var 7 år. Filippa, 8 år, stod på väntelistan, men hann inte få ett nytt hjärta innan hennes eget gav upp.

I Sverige väntar drygt 750 personer på ett nytt organ och varje år dör drygt 30 personer på väntelistan för att de inte hinner få ett nytt organ i tid. Behovet blir allt större, medan tillgången på organ minskar.

I början av juni 2009 blev vår yngsta dotter Tilda allvarligt sjuk i samband med en förkylning. Hon slutade andas, och hjärtat stannade. I fyra dygn vårdades hon på intensivvårdsavdelning, där en respirator hjälpte henne med andningen medan hon var djupt nedsövd.

Jag önskar att jag kunde skriva att Tildas liv räddades tack vare en lyckosam organtransplantation. Så var det tyvärr inte.

Läkarna gjorde sitt bästa, men efter tre dygn förklarade en läkare för mig och min man att Tilda inte skulle vakna mer. De sista undersökningarna hade visat att vår dotter skulle utveckla en hjärninfarkt och dö. Det fanns inget mer att göra.

Nästa dag blev min dotter dödförklarad, ett år och fyra månader gammal. Hon var borta, men kroppen hölls varm av att respiratorn skötte andningen. Vi frågade läkarna om det fanns möjlighet att donera hennes organ till andra. Om Tildas liv hade kunnat räddas med en organtransplantation hade det känts fruktansvärt om det då inte hade funnits något organ att få. Frågan om donation väcktes på förmiddagen och sent på kvällen gjordes donationsingreppet

Opinionsundersökningar visar att 80 procent av svenskarna är positiva till att donera sina organ. Och allt fler gör sin vilja känd innan de dör. Hur kommer det sig då att färre organ blir tillgängliga?

En förklaring är att de allra flesta aldrig blir aktuella som donatorer. För att kunna donera måste man avlida av total hjärninfarkt, samtidigt som andningen hålls igång med respirator så att hjärtat kan fortsätta slå. Enligt Socialstyrelsen har Sverige teoretiskt potential att hitta minst 225 möjliga

donatorer varje år. Men nya siffror visar att sjukvården bara identifierade 166 möjliga donatorer år 2010, en minskning med 20 procent jämfört med året före. Dessutom är det stora skillnader över landet. Några landsting identifierade inte en enda möjlig organdonator.

Ingen borde dö i väntan på transplantation för att sjukhusen är dåliga på att identifiera möjliga donatorer.

Det är ett allvarligt problem att läkarna på intensivvården misslyckas med att hitta alla potentiella donatorer. Att många missas kan bero på att läkarna är osäkra på riktlinjerna för fortsatt vård av patienter som misstänks utveckla hjärninfarkt, att de är rädda för att ta upp frågan om donation med anhöriga och att organisationen kring donation fungerar dåligt på en del sjukhus. I en aktuell studie uppgav svenska intensivvårdssjuksköterskor att det händer att en patients respirator stängs av utan att organdonation ens diskuterats. Tänk om just den patienten hade kunnat ge tre–fyra välfungerande organ till lika många behövande medmänniskor?

Vården ska rädda liv. Ett sätt att göra det är att bidra till att organ från avlidna används för att rädda livet på människor med livshotande organsvikt. Vårdpersonalen på intensivvården har en nyckelroll när det gäller att hitta varje möjlig organdonator i vårt land. När detta steg inte fungerar spelar det ingen roll att du eller jag är positivt inställda till att donera våra organ. Om vården inte ställer frågan om donation, då kan inte mitt hjärta bli ditt – även om jag vill.

*Karin Söderlund Leifler  
medicine doktor och förälder,  
Stockholm*

Från Läkartidningen nr 26–28 2011 volym 108



**skåne montage** AB  
akustik och ljudmiljö

Vi stödjer VIKING

**DIREKT  
LAMINAT**

## Föryngrande promenad

En av konsekvenserna av Einsteins relativitetsteori är att tiden går långsammare för föremål som är i rörelse. Fenomenet blir påtagligt först vid extremt höga hastigheter, nära ljusets. Men principen gäller för alla hastigheter.

Nu finns en Iphone-applikation som mäter denna så kallade tidsdilatation. Den som laddar ner appen "Einsteins pedometer" och sen tar en promenad kan se att han eller hon är yngre jämfört med om han eller hon suttit stilla. I rask takt under en rejäl promenad handlar det bara om någon tusendels nanosekund – men ändå!

(Saxat ur Hjärt-Lungfondens tidskrift *Forskning för hälsa*, nr 3/2011) Folke H



kommenderade oss en liten fin restaurang där de bara serverar grekisk mat och det var den bästa restaurangen som jag har varit på under alla mina år där.

Mannen som ägde stället lagade all mat själv och hade själv fångat fisken, vilken smakade underbart. Alla grönsaker och kryddor hade han plockat i sin mors trädgård. Snacka om ekologiskt.

Förra året blev jag ju som sagt sjuk och hamnade på sjukhus.



*På väg in till gamla stan*

## Sommarsemester 2011

Jag och min bror har de senaste sex åren varit på semester på Rhodos och dit ville vi åka även denna sommar. Med tanke på vad som hände förra sommaren, då jag blev sjuk därnere och fick ligga lång tid på sjukhus både i Grekland och i Sverige så hade jag förberett mig denna semester. Jag diskuterade med min lungläkare om jag kunde åka. Han tyckte att det bara skulle göra mig gott men att jag skulle vara uppmärksam på om jag blev ?hostig? m.m. Sagt och gjort med all den vanliga medicinen i handbagaget plus antibiotika och en extra dos med cortison, i fall att jag skulle bli sjuk, så åkte vi på en tvåveckors semester till Rhodos.



*Kollar en tröja vid marknaden*

Flygresan till Rhodos var en av de märkligaste och häftigaste som jag har varit med om. Regnbågen har man ju sett från jorden men att se den från flygplanet och under oss var verkligen en stor upplevelse. Jag trodde att regnbågen var så högt upp att man inte kunde se den ovanför molnen men så är det tydligen. Vi träffade också en trevlig familj som var från Gävle och mannen var ursprungligen från Rhodos. Han re-

På hotellet som vi bodde på då och där de även har en butik, var värdinnan, Maria, jättebussig och tog hand om min bror och pratade mycket med honom medan jag låg på sjukhus. Jag ville visa min uppskattning och tacka henne och hade köpt en present här i Sverige som jag ville ge till henne. Vi gick förbi hennes hotell/butik flera gånger och dagar innan jag tog mod till mig och gick fram till henne där hon stod i kassan. Hon blev jätteglad att se oss, gav mig hur många kramar som helst och hade undrat så hur det hade gått för mig. Det blev en lång kö när vi stod och pratade men det brydde hon sig inte om. Vad hon tycker om presenten vet jag inte för hon öppnade inte den medan vi var kvar men jag hoppas att hon tycker om den. Jag förklarade för henne vad det var för något och hoppas att hon förstod mig.

Som sagt, vi hade två härliga veckor på Rhodos men nästa år blir det nog någon annan grekisk ö för även om det är mysigt på Rhodos så tycker vi att vi kan den ön nu.

*Anki*



*Utsikt mot Mandrakihamnen by night*

## VIKING

Riksföreningen för  
Hjärt- Lungtransplanterade  
Segelbåtsvägen 2  
112 64 Stockholm

# B



VIKING

MEDLEMSBLADET 3 ♥ 2011

## ICE-nummer i mobilen underlättar vårdens kontakter med anhöriga

Genom att lägga in telefonnummer till närmast anhörig i sin mobiltelefon, under rubriken ICE (In Case of Emergency), kan räddnings- och sjukvårdspersonal snabbt se vem som bör kontaktas när olyckan eller den akuta sjukdomen inträffar. När svåra olyckor eller akut sjukdom inträffar behöver ofta räddnings- och sjukvårdspersonal komma i kontakt med anhöriga till skadade och avlidna. För att få tag på rätt personer kan den nödställdes mobiltelefon, och dess telefonbok, fungera som en viktig informationskälla. Idén med ICE-nummer i mobilen kommer ursprungligen från Storbritannien, och sprids just nu snabbt över världen, något som sjukvården i Sverige också uppmuntrar.

– Det är positivt om varje medborgare förstår värdet av att anhöriga är tillgängliga när det inträffar en svår olycka eller akut sjukdom, säger Kristina Hedin, biträdande klinikchef på akutkliniken i Linköping.

– Vården har ett ansvar för att dels identifiera den person som har kommit till sjukhuset, dels värdera när anhöriga ska underrättas. ICE är ett bra stöd och komplement för att vi snabbare ska kunna hitta rätt anhöriga. Men vården kontrollerar även uppgifterna mot offentliga register, för att det inte ska råda någon tvekan om att rätt personer underrättas.

Kristina Hedin menar att tydliga och bra ICE-nummer i mobiltelefonen bör omfatta den anhöriges namn samt den nödställdes relation till den anhörige (till exempel make, son, mamma och så vidare). På så sätt underlättas sökningen och kontrollen, så att rätt personer kontaktas.

– Det är även viktigt att informera den person vars telefonnummer ligger som ICE i mobilen.

## Så här lägger du in ICE

Lägg in dina närmaste anhöriga i din mobiltelefons adressbok under namnet ICE. Då kan de snabbt kontaktas om du skulle hittas akut skadad eller sjuk och inte kan tala.

Så här gör du för att lägga in ICE i mobilen:

1. Lägg till en ny kontakt i telefonboken
2. Skriv in ICE1 följt av vilken relation du har till personen t ex wife, dennes namn, +46 och sedan telefonnumret - utan den första nollan
3. Spara den nya kontakten
4. Vill du lägga till fler kontakter, skriv ICE2 och fortsätt som i punkt "2" etc.

Tänk på att:

- använda det internationella utlandsprefixet + istället för "00", som endast används inom Europa.
- landsnummer för svenska kontaktpersoner är 46.
- använda engelska som språk så att funktionen även fungerar när du är utomlands.

Tips!

Om du vill undvika att din mobiltelefon presenterar dina kontaktpersoner som ICE+namn när de ringer till dig kan du lägga in tecknet \* direkt efter numret till din ICE-kontakt.



**Kynningsrud**  
Är med och lyfter VIKING

Medlemsbladets planerade utgivningsdatum 2011

|      | <u>Manusstopp</u> | <u>Utskick</u> |
|------|-------------------|----------------|
| Nr 4 | 7 november        | vecka 48       |

Gör din röst hörd i medlemsbladet!