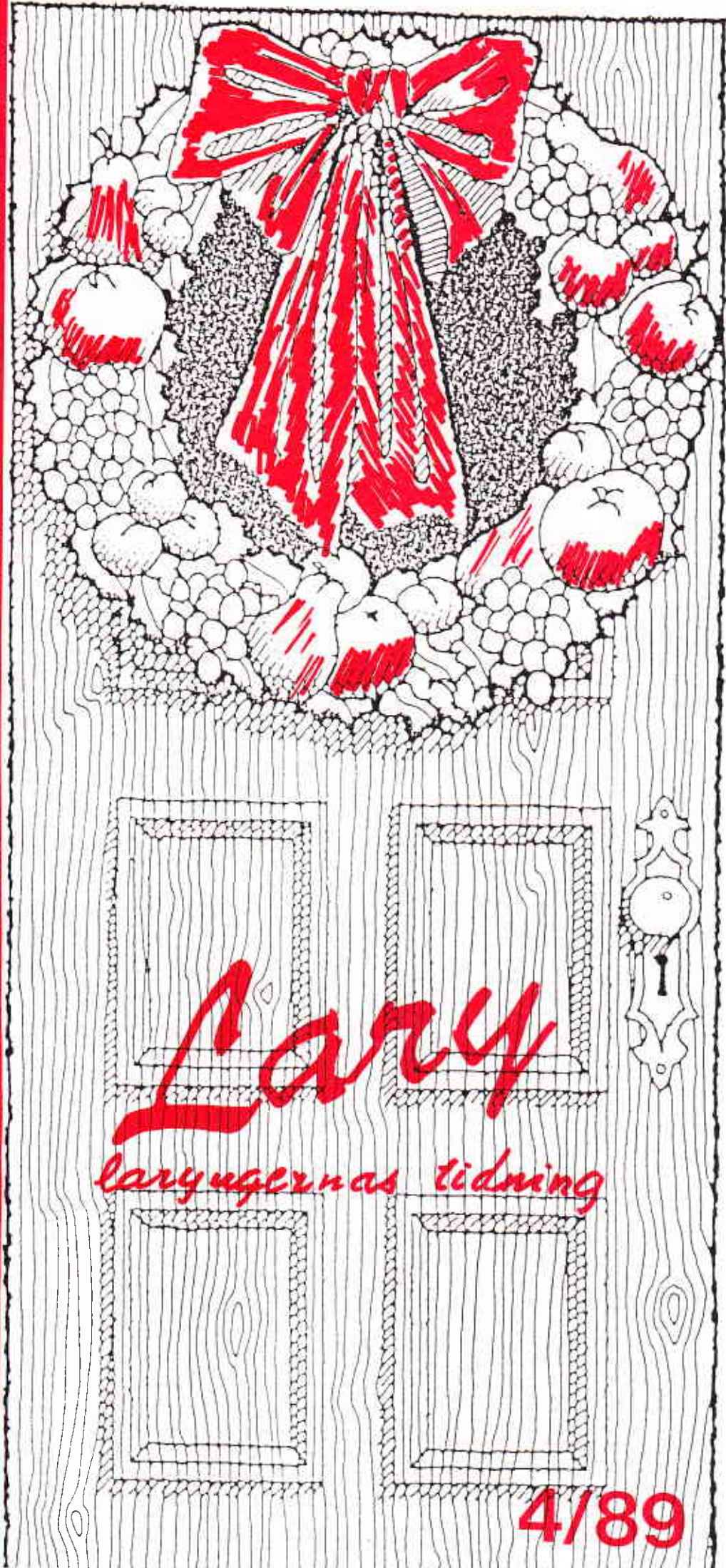


OM RADIOHJÄLPEN - SID 3 och MITTEN



**Lary**  
laryugernas tidning

4/89

**Laryngförbundets kansli**

Kanslichef: Elise Lindqvist  
 Box 360 33, 100 71 Stockholm. Besöksadress: Reimersholmsg. 9.  
 Tel 08-58 58 07, 58 58 09, Texttelefon 08-668 49 30  
 Konsulentverksamheten 08-58 53 33  
 måndag—fredag 08.00—12.00, 13.00—15.00.  
 Övriga tider autom. telefonsvarare. Postgiro: 85 17 54-2.  
 Telefax 08-58 58 07.

**Förbundets kontakter:**

Förbundsordförande: Elof Bystedt, Tors väg 6,  
 145 71 Norsborg. Tel 0753-717 88.  
 Kassaförvaltare: Bo Persson, Övre Hantverksgatan 20 A,  
 831 36 Östersund. Tel 063-12 30 41.

**Lokalföreningarnas kontakter**

Gävle: Siv Baglien, Oxtorget 1 B", 826 00 Söderhamn, Tel 0270-164 59  
 Göteborg: Eric Hermansson, Gitarrg. 1, 421 41 Västra Frölunda,  
 Tel 031-47 87 63  
 Halmstad: Bertil Andersson, Strandgatan 2, 302 46 Halmstad,  
 Tel 035-12 28 13  
 Linköping: Nils Björk, Mårdstigen 4, 590 30 Borensberg,  
 Tel 0141-410 46  
 Lund: Torsten Boo, Långarödsvägen 78 B, 263 00 Höganäs,  
 Tel 042-426 23  
 Stockholm: Rikard Pedersen, Pastellvägen 30, 122 30 Enskede, Tel 08-49 42 42  
 Uppsala: Sven Eriksson, Ekbacken, Löt, 740 11 Lännaholm, Tel 0174-220 84  
 Västerås: Anna-Greta Andersson, Tryffelvägen 16, 725 41 Västerås,  
 Tel 021-525 23  
 Örebro: Bertil Lindström, Ekeberg, 716 92 Fjugesta, Tel 019-914 40

Sista mansdag för nästa nr  
 är 29 jan. 1990.

*Lary* årgång 17, nr 4/1989

Ansvarig utgivare och redaktör:  
 Elof Bystedt

Red.kommitté:  
 Elof Bystedt  
 Lars-Olof Paulsson

Utgiven av  
 LARYNGFÖRBUNDET  
 Tryckt hos  
 Enskede Offset  
 Redigering:  
 Stockholmskonsult

*God jul*

Laryntföreningen  
 Göteborg

Medlemmarna  
 i  
 Lunds  
 Laryngförening

God Jul och Gott Nytt År  
 till alla laryngvänner i hela  
 Sverige önskar medlem-  
 marna i Hallands Läns  
 Laryngförening

Jul och Nyårshälsningar  
 från  
 Uppsalaföreningen

Karlstad  
 Folke Gustafson

**Gävle**

Brita o Erik Larsson  
 Eira o Ingvar Härdin  
 Dagmar Söderman  
 Ingrid o Nils Nilsson

Ingvar Rundborg  
 Astrid o Erik Östberg  
 Siv Baglien  
 Gertrud Baglien  
 Karin Söderberg

**Stockholm**

Rikard Pedersén  
 Karen Paulsen  
 Vivan Belin  
 Göran Welin-Berger  
 Dan och Veronica Södergren  
 O. Lundgren  
 Allan Blomqvist  
 Lilly Westberg  
 Gudrun och Karl-Axel Hallqvist  
 Rune och Ulla Wesbu  
 Gun Molandef  
 Lilly o Åke Amnelius  
 Elsa Lundin  
 Mia o Leif Sundin  
 Sven Meyer  
 Arne Nelli  
 Irma Bruhn  
 Iris o Knut Andersson  
 Lars-Olof Paulsson  
 Karin o Oskar Norén  
 Erik Lindberg  
 Ines Nilsson

*Gott nytt år*

**Linköping**

Eva o Carl Aspling  
 Inge Andersson  
 Paul Bryngelson  
 Solvig o Lars-Gunnar Adolfsson  
 Birgit och Nils Björck  
 Greta o Birger Carlsson  
 Ann-Britt o Karl-Erik Eriksson  
 Katarina Leek o Lennart Gustavsson  
 Lilly o Eskil Holgersson  
 Elsie o Bertil Johansson  
 Ing-Britt o Harald Parmerud  
 Edith o Rune Pettersson  
 Karin och Harry Pettersson  
 Inene Runman  
 Olle Rönnblom  
 Kristina o Manne Swall

Margit Eriksson  
 Inga Gustafsson  
 Linnéa o Elof Bystedt  
 Lena Söderlund  
 Sigrid Lundin  
 Einar Elwing  
 Iris o Sven Svensson  
 Anna-Lisa Sundberg o Karl-Erik Hjellst-  
 röm  
 Kristina Beme  
 Hildur o Arne Johannesson  
 Olaf Reich  
 S. W-B  
 Karin Cedin



# Välbesökt repskap ägnade hel dag åt radiohjälpen

Laryngförbundets repskap genomfördes med gott deltagande på Långholmens nya hotell- och konferenscenter 2 november. Bland annat diskuterades Laryngfondens framtid och beslutades att återknyta fonden till förbundet.

Men redan dagen före — alltså 1 november — fanns repskapet på plats för att diskutera nästa års radiohjälpsperiod.

Två givande och intressanta dagar som var betydelsefulla för Laryngförbundets fortsatta arbete.



Bild ovan:  
Intensivt arbete i en av fängelsehållorna. På bilden från vänster Sven Eriksson, Manne Swall och Ingvar Härdin.

Bilden till höger:  
Yngst var Malin Bengtsson från Halmstad som kom tillsammans med sin mamma Lena, som är logoped.



## Fängelset förlöste kampanjen

Den 1 november träffades föreningsrepresentanter och förbundsstyrelsen på Långholmen — i fängelset — för att prata radiohjälpskampanj. Idéerna sprytnade från deltagarna — allt i från glass till Sammy Davis jr. Vi hoppas givetvis så många som möjligt av de goda idéerna ska kunna förverkligas, så vi har redan skrivit till Sammy Davis jr och bett honom komma hit.

Vi diskuterade också hur kampanjen ska se ut och resultatet av den diskussionen ser du i kampanjpresentationen som sitter i mitten av tidningen. Ryck ut den och spar! Du kan också beställa fler från

kansliet att dela med dig av till dem du tror är intresserade av att hjälpa till på ett eller annat sätt.

Har du ännu inte hört något från din förening om förberedelser för kampanjen så ring någon i styrelsen! Ju tidigare ni startar med förberedelserna desto roligare blir det när kampanjen drar igång den 22 oktober 1990! I maj träffas vi nästa gång för fler kampanjförberedelser. Gör en markering i almanackan redan nu. Inbjudan kommer.

God Jul och Gott Nytt År!

Eva Bergström

## TOBAKEN:

# Höj priset

## — reklamstopp

Höjda tobakspriser, förbud mot tobaksreklam, ingen tobaksförsäljning till ungdomar under 18 år och upphörande med försäljning av skattefria tobaksvaror på internationella samfärdsmedel, ambassader m.m. Det är några av de förslag som Folkhälsogruppen — ett rådgivande organ till hälso- och sjukvårdsberedningen nu har presenterat. Förslagen har överlämnats till tobaksutredningen.

En särskild arbetsgrupp inom Folkhälsogruppen, som arbetar med möjligheterna att minska risker för två folksjukdomar — cancer och hjärt- och kärlsjukdomar, har tagit fram förslag om åtgärder som kan minska tobaksbruket.

Folkhälsogruppen pekar på att flertalet rökare vill sluta röka. 80 % av rökarna börjar röka före 20 års ålder ofta under påverkan från omgivningen. Få börjar använda tobak efter denna ålder. Det är angeläget att vidta åtgärder som försvårar debut av tobaksbruk och underlättar för de som vill sluta använda tobak.

Folkhälsogruppen föreslår följande åtgärder:

- Regelbundna prishöjningar på tobaksvaror. Folkhälsogruppen anser att tobak och alkohol bör tas bort från prisindex så att en aktiv prispolitik underlättas. \*
- Förbud mot all tobaksreklam, inkl smygreklam. Gruppen menar att riktlinjer som gäller för reklam och marknadsföring av alkoholvaror även bör gälla tobaksvaror. \*
- Lagstiftningen bör utformas så att krav kan ställas på halten av tjära m.m. i tobaksvaror. Inom EG planeras en lag om begränsning av tjärhalt i cigaretter. \*
- Det finns ingen anledning att skattefria tobaksvaror skall kunna säljas eller lagligen föras in i Sverige. Också här hänvisar Folkhälsogruppen till EGs kommande regler. \*
- Tobaksförsäljning till barn och ungdom under 18 år bör förbjudas, menar Folkhälsogruppen, och hänvisar bl a till att en åldersgräns skulle vara ett stöd för de ungdomar som idag av gruppsytrycket börjar röka. Åldersgränsen 16 år finns idag i Norge, Finland och Storbritannien. \*
- Förbud mot tobaksrökning i gemensamhetslokaler, som finns utgivna av socialstyrelsen och arbetarskyddsstyrelsen, efterlevs dåligt. \*
- En undersökning av förutsättningarna för att skapa en kontrollinstans för import, uppköp och distribution av tobak föreslås. \*
- En särskild avgift på tobaksförsäljningen för att finansiera arbetet mot tobaksskadorna föreslås också. Man pekar på att en avgift på 50 öre per cigarettpaket skulle ge 300 miljoner kronor årligen, att använda tex till hälsoinformation. \*

### Nya medlemmar är välkomna till LARYNGFÖRBUNDET

Alla som är laryng-, hemi- eller glossektomerade välkomnas att som medlemmar delta i föreningsverksamheten.

Vi inbjuder även stödjande medlemmar.

Våra lokalföreningar eller Laryngförbundets kansli mottager gärna anmälningar.

På sid 2 finns uppgifter om resp föreningsadresser och tel-nr.

**GÖR DINA VÄNNER EN TJÄNST:  
FÅ DOM ATT FIMPA!**



Vid festligt dukat jubileumsbord i Uppsala (fr. v.) Svea Öst, Elof Bystedt och Elise Karlsson.

## Innemiljön 90-talets stora miljöfråga

90-talets miljöfråga är den dåliga inomhusmiljön, säger den statliga allergiutredningen som överlämnat sitt betänkande Att förebygga ALLERGI/överkänslighet (SOU 1989:76) till socialminister Sven Hulterström. Dålig luft inomhus är en orsak till allergi/överkänslighet som man i regel inte känt till. En tillräcklig luftväxling inomhus innebär enligt utredningen att energianvändningen måste tillåtas öka framför allt i skolor och daghem. Den allvarligaste luftföroreningen inomhus är rökningen. Utredningen föreslår därför laglig rätt till rökfri miljö. För att förbättra utomhusluften krävs bla minskad bilism i tätorter.

*Rökning är den allvarligaste luftföroreningen inomhus som vi känner till. Vi vet att den ger allergi, det gäller också dem som utsätts för passiv rök. Utredningen föreslår därför laglig rätt till rökfri miljö. Det gäller offentliga lokaler och transportmedel, allmänna lokaler och arbetsplatser.*

# Grattis Uppsala

— Jag vill gärna upprepa mina lyckönskningar till 15-årsjubilerande Uppsalaföreningen i vårt förbund, säger Elof Bystedt till Lary.

— Att en så pass relativt liten förening med så hög medelålder bland sina medlemmar kan vara så aktiv är sannerligen berömvärdt. Studieresor, cirklar, talkurser och rehabveckor avlöser varandra. Naturligtvis till medlemmarnas fromma och glädje.

— Det glädjer mej också att föreningen har möjlighet att ställa upp i förbundets styrelse och på så sätt medverka till Laryngförbundets utveckling.

Sven Eriksson som Vice Ordförande, Majny Eriksson som suppleant, dessa två medlemmar med bestämda åsikter och fina idéer tror jag kommer att tillföra förbundet en hel del.

### ■ Lycka till!

— Med hopp om ett fortsatt gott föreningsarbete i många år framåt i samma positiva anda önskas Uppsalaföreningen lycka till av förbundsordförande.

Uppsalaföreningens jubileum firades på anrika Flustret den 28 okt, där det bjöds på en utsökt god middag med un-

derhållning av två mycket duktiga flickor som bland annat sjöng visor och ballader av kända trubadurer.

Uppsalaföreningens Grand-Old-Lady, tillika ordförande, Svea Öst som under många år varit föreningsens ordförande, fick för föreningens räkning emottaga presenter och gratulationer från bland annat Laryngförbundet, från förbundskansliet och från Stockholmsföreningen som representerades av ordförande Rikard Pedersen och kassör Irma Bruhn.

## Laryngföreningen har stora uppgifter

Vid Uppsala-laryngernas jubileums högtidligheter 28 oktober talade logopeden Gunilla Beling.

— Föreningen har stora uppgifter att fylla, anser logopeden Gunilla Beling, som är sekreterare i patientföreningen. Redan opererade patienter får kamrattstöd i föreningen. Själv kan jag som logoped lära mycket av dess medlemmar, eftersom jag bla har som uppgift att informera personer som står inför det dramatiska ingrepp som en laryngektomi innebär.

— Den bästa information en patient i detta läge kan få är att träffa någon som tidigare opererats och levt länge med sitt handikapp.

— Medlemmarna i Föreningen för laryngektomerade har en fin sammanhållning. De träffas ofta tillsammans med anhöriga.

# Kampanj för demokrati

Statens handikappråd inleder nu ett arbete på att vinna opinion för att utveckla demokratin, så att den omfattar alla. Avsikten är att bidra till att reformarbetet intensifieras, så att rättvisa och delaktighet blir verklighet för människor med funktionshinder.

Handikapprådet kallar detta arbete Demokratikampanjen.

De politiska partierna och handikapporganisationerna enade sig år 1982 om ett handlingsprogram för handikappområdet. En enhällig riksdag ställde sig år 1983 bakom detta. Sverige har således ett nationellt handikappolitiskt program.

Statens handikappråd utvärderade år 1987, hur programmet tillämpats, och konstaterade att det inte följts. Människor med funktionshinder får inte hjälpmedel, färdmedel och personlig hjälp som de behöver. Sjukvårdens brister drabbar dem hårt. Rätten till utbildning ifrågasätts för många. De är arbetslösa i alarmerande omfattning. Tidningar är otillgängliga för synskadade. Det råder allvarig brist på tolkar för kommunikation mellan döva och hörande.

Följden är, att klyftorna mellan människor med och människor utan funktionshinder inte minskar. Tecken tyder på att de i stället ökar. Människor med funktionshinder ställs utanför grundläggande demokratiska fri- och rättigheter.

För att demokratin ska utvecklas, måste alla människor kunna medverka i samhället. Eftersom det finns hinder kvar för människors delaktighet, är det angeläget att stärka arbetet för att göra allas medverkan möjlig.

*Lary* har samlat uttalanden, som statens handikappråd gjort.

**Statens handikappråd  
yttrar sig om handikappolitiken**

## • Handikapp- rådet:

*Oron ökar genom iakttagelser om den diskriminerande inställningen till funktionshindrade. I stor omfattning ifrågasätts deras rätt att bestämma över sin vardagssituation. Handikappfrågan blir alltmer en fråga om att förverkliga demokratin. Funktionshindrade ställs utanför beslutsprocesser, massmedia och kultur.*

*(ur skrivelse till regeringen 1987-12-02)*

## • Handikapp- rådet:

*Som exempel nämner rådet tre betänkanden, vilka inte beaktat handikappfrågorna tillräckligt, nämligen Äldreomsorg i utveckling (socialdepartementet, SOU 1987:39). Snart sagt varje fråga har handikappsynpunkter, och enligt statens handikappråds uppfattning bör det offentliga utredningsväsendet inte förbise detta.*

*(ur skrivelse till regeringen 1987-12-02)*

## • Handikapp- rådet:

*Folkrörelseutredningen förbigår i stort sett handikapporganisationernas betydelse för den politiska inriktningen och för den konkreta utformningen av handikappåtgärderna. Nämnvärd kunskap om handikapprörelsen visas således inte. Det väcker statens handikappråds förundran.*

*(ur yttrande till civildepartementet 1987-12-02)*

## • Handikapp- rådet:

*Det saknas tillräcklig kunskap om funktionshindrades situation och behov av samhällsinsatser. Kunskap saknas också om effekterna av gjorda insatser. Forskning som rör handikappområdet är emellertid fortfarande av ringa omfattning.*

*(ur skrivelse till utbildningsdepartementet 1988-12-14)*

# Lagstifta om handikappades rättigheter

Statsrådet Bengt Lindqvist har nyligen framträtt och talat i FN:s utskott för sociala, humanitära och kulturella frågor. I sitt anförande förslög Bengt Lindqvist att det inom FN påbörjas ett arbete med en internationell konvention om handikappades rättigheter.

— Det världsaktionsprogram som utarbetades under det internationella handikappåret — grundat på målen full delaktighet och jämlikhet — ger en god ideologisk bas för nationernas handikappinsatser. Men det konkreta arbetet med att förbättra villkoren för handikappade har hittills varit otillräckligt. Enligt den svenska regeringen fordras det därför nu ett bindande lagligt instrument — en konvention — för att tillförsäkra handikappades rättigheter, framhöll Bengt Lindqvist i sitt anförande.

## Fp kräver ombudsman

Ge de handikappade en egen ombudsman som tillvaratar de handikappades intressen i samhället. Detta kräver fp:s talesman för handikappfrågor, Barbro Sandberg. Hon menar att detta är ett kraftfullt initiativ för att garantera de handikappade deras lagstadgade rätt till sysselsättning.

Barbro Sandberg är riksdagsledamot samt ledamot av riksdagens socialförsäkringsutskott.

Ombudsmannen bör kallas för handikappombudsman och till viss del ges liknande funktioner som JämO. Hon menar vidare att handikappombudsmannen bör ges rätt att utdöma sanktioner mot dem som uppenbart har brustit i sina skyldigheter.

## AMS vill stoppa "Smygpensioneringen"

Arbetsmarknadsstyrelsen (AMS) vill stoppa den s k 58,3-årspensioneringen. Arbetsgivarna måste stå för kostnaderna om man vill göra sig av med äldre arbetskraft och inte som nu utnyttja socialförsäkringarna, anser AMS. Det framgår i ett remissvar till regeringen. Däremot går AMS emot pensionsberedningens förslag som AMS menar innebär alltför omfattande förändringar i trygghetslagarna.

Den s k 58,3-årspensioneringen innebär att arbetsgivare och fack avtalar om avsteg från turordningsreglerna i lagen om anställningsskydd och säger upp äldre anställda från 58,3 års ålder. Den uppsagde får sedan ersättning från a-kassa fram till 60 års ålder och får då rätt till förtidspension på arbetsmarknadsmässig grund.

Såväl AMS som pensionsberedningen vill sätta stopp för denna "a-kassepensionering".

## Stor efterfrågan på arbetskraft

Läget på arbetsmarknaden präglas för närvarande av en mycket stor efterfrågan på arbetskraft. Efterfrågan på arbetskraft kommer också att vara fortsatt hög även om en viss dämpning av ökningstakten kommer att ske. Det skriver AMS som nu redovisar sin prognos för återstoden av 1989 och för 1990. Sysselsättningen ökar ytterligare men takten blir något lugnare. Arbetslösheten kommer att ligga kvar på en låg nivå. Prognosen bygger på uppgifter från landets länsarbetsnämnder efter kontakter med ca 5 000 arbetsgivare.

## • Handikapprådet:

*Trots att det fn är högkonjunktur och brist på arbetskraft, har funktionshindrades ställning på arbetsmarknaden inte nämnvärt förbättrats.*

*Funktionshindrade har sämre möjligheter till meningsfull fritid än andra.*

*(ur skrivelse till utbildningsdepartementet 1988-12-14)*

## Intensiv rehab-kurs

Rehabiliteringskursen i Tranås (aug) med gott deltagande från fyra föreningar, bjöd på ett digert program.

Sammanfattningsvis och indelat i fack, fick deltagarna information och tillfälle till samtal enligt följande:

### Med LOGOPED:

Matstrupstal, Servox, Talventil. (Logoped närvarande för samtal och rådgivning samtliga tre kursdagar).

### TANDLÄKARE:

Munvård, tandvård, sväljsvårigheter, kost, omvårdnad, samt demonstration av tandvårdsmedel.

### RÖNTGENOLOGEN:

Förberedelserna för strålning, strålningen, efterbehandling.

### KIRURG:

Operation, effekter av ingreppet, tal, sväljning, andning, implantation (talventilen), matstrupsljud och hur detta kan påverkas.

### HJÄLPMEDELSEXPERT:

Talförstärkare (med demonstration), identitetsbrickan, filmen "Hjälpreda kring laryngektomi" med mera.

### ■ POSITIVA VÄRDERINGAR

Lary har haft tillfälle smygtitta i kursdeltagarnas egna värderingar av kursen. De skriftliga beskedena utarbetades gruppsvis.

Så här skrev en av grupperna:

Det finns ett adjektiv som heter bra. Det kan böjas till bättre, bäst. Vi är överens om att stanna för "Bäst".

Kursledarna Ann Britt, Karl-Erik och Nisse är toppen...

Bilden ovan t.h.:

Uppskattad medverkande, logopeden Christina Danbolt.

### • Handikapp- rådet:

Rådet anser det både beklagligt och anmärkningsvärt att just tidningarna anser att synskadades tillgång till det grundlagsfästa fria ordet ska vara beroende av ekonomiskt stöd.

(ur yttrande till utbildningsdepartementet 1987-10-20)



## Ny bok om rehab

Att leva är mer än att överleva... skriver rehabiliteringsläkaren Lars-Göran Ottosson i en nyutkommen bok, där patientens livskvalitet och rehabiliteringsverksamhetens organisation är centrala begrepp.

Patientens liv står i centrum när han diskuterar begrepp som rehabilitering, handikapp och handikapphjälpmedel.

Lars-Göran Ottosson belyser attityder och känslor inför handikappet, liksom sorgearbetet och vårdpersonalens möjligheter att stödja patienten i de olika faserna.

Leva eller överleva? riktar sig till alla som kommer i kontakt med handikappade, till personal i rehabiliteringsteam och vid olika myndigheter, till politiker och vårdutbildningar.

Beställes genom LIC Förlag i Solna.

## Elof valdes till ordförande i Laryngfonden

Laryngfondens interimsstyrelse, som valdes av Laryngförbundets representantskap den 2 november, sammanträdde redan den 8 i samma månad för att konstituera sig.

Uppdragen i interimsstyrelsen fördelas så att Elof Bystedt valdes till styrelseordförande och Elise Lindqvist till kassör. Vidare utsågs Irma Bruhn till sekreterare. Vice ordförande blev Sven Eriksson, v sekr Rikard Pedersen och vicekassör Bo Persson.

Så snart revision skett kommer regionföreningarna att få information om fondens ekonomiska situation.

## tack

Deltagare i Tranåskursen 21-25 aug har i brev genom Carl Aspling framfört ett varmt tack till Laryngförbundet för ett utmärkt arrangemang.



**Tänk dig  
att inte kunna  
prata.**



**LARYNGFÖRBUNDET**

**-DE RÖSTHANDIKAPPADE-**

*Vi tystnar inte för det.*

# Varsågod!

Du håller Laryngförbundet/Rösthandikappades 8-sidiga kampanjpresentation i handen.

Här finner du kampanjtema, innehåll och målsättning med förbundets största informations- och insamlingsåtgärder hittills:

**Radiohjälpskampanj 1990.**

Laryngförbundet är ett av Sveriges minsta handikappförbund som bildades 1962.

Förbundet organiserar de laryngektomerade (cancer i struphuvudet), hemilaryngektomerade (cancer i delar av struphuvudet) och glossektomerade (munhålecancer).

Förbundet är relativt okänt liksom följderna av cancer: Efter en strup-

canceroperation kan man inte prata, efter munhåleoperationen har man svårt både att svälja mat och prata.

Det är hög tid att vi berättar mer. 1990 ska vi informera svenska folket om handikappen, dess problem, hur de uppstår och hur man ska undvika dem.

Och, naturligtvis, hur människor runt om i Sverige kan stödja och hjälpa till.

## Radiohjälpen

Under perioden 22/10 - 2/12 1990 står Radiohjälpens insamlingskonto öppet för Laryngförbundet.

På följande sidor presenteras kampanjen, efter det följer fakta och en svarskupong att fylla i för dem som vill veta mer, hjälpa till eller för företag som vill köpa ett kampanjpaket.

Frågor om och runt sjukdomarna, förbundet eller kampanjen besvaras av:

**Pia Pries telefon 08/58 53 33** och  
**Elise Lindqvist telefon 08/58 58 07**,  
eller skriv till: Laryngförbundet,  
Box 36033, 100 71 Stockholm.

# Välkommen!

# Kampanjens utformning

Annons dags- och veckopress.

## Tänk dig att inte kunna prata

Varje år förlorar ca 400 personer i Sverige sin tal förmåga. De har drabbats av strup- eller munhåle cancer. Var rädd och tänk på hur det skulle kännas att förlora röstens. Baka i hem manuset. Önskan till sjukdomarna beror till 90% beror på hög konsumtion av tobak. Du insamlade pengarna går i första hand till att informera ungdomar om tobaksens skadeverkningar.

Vi behöver dig för att göra oss hörda. Sätt in ditt bidrag (10 kronor räcker långt!) på PG 90 19 50 - 6 eller BG 901 - 9506.



Affisch, stortavlor/pelare.

## Tänk dig att inte kunna prata

Varje år förlorar ca 400 personer i Sverige sin tal förmåga. De har drabbats av strup- eller munhåle cancer. Vi behöver dig för att göra oss hörda. Sätt in ditt bidrag på PG 90 19 50 - 6 eller BG 901 - 9506.



Liten annons

## Tänk dig att inte kunna prata

Varje år förlorar ca 400 personer i Sverige sin tal förmåga. De har drabbats av strup- eller munhåle cancer. Vi behöver dig för att göra oss hörda. Sätt in ditt bidrag på PG 90 19 50 - 6 eller BG 901 - 9506.



Skjorta



Kampanjnål.

## Tänk dig att inte kunna prata

Förskott att frivilligt dig att du vaknar en morgon som röstlös. Du kan inte mer dig med dina omgivning. Det är viktigt på en period av långt besvär. Av lakta till du besvär. Strup- eller munhåle cancer. Eller om du strup- eller munhåle cancer har du inte tillräckligt tid att säga till.

## Tänk dig att inte kunna prata

Varje år förlorar ca 400 personer i Sverige sin tal förmåga. De har drabbats av strup- eller munhåle cancer. Vi behöver dig för att göra oss hörda. Sätt in ditt bidrag på PG 90 19 50 - 6 eller BG 901 - 9506.

Folder: skickas ut till hushåll och delas ut på postkontor, banker, företag osv.



Tälamodsspel

## Tänk dig att inte kunna prata

Varje år förlorar ca 400 personer i Sverige sin tal förmåga. De har drabbats av strup- eller munhåle cancer.

Vi behöver dig för att göra oss hörda. Sätt in ditt bidrag på PG 90 19 50 - 6 eller BG 901 - 9506.



Streamer.

Busslångsida/tunnelbana.

# Kampanjen hösten 1990

## Tidpunkt

22 oktober till 2 december 1990.

## Mål

att 4 miljoner svenskar känner till handikappen  
att värva nya medlemmar  
att i gåvor få in 6 miljoner kronor

## Pengarnas användningsområden

Förebyggande arbete bland barn och ungdom, så att de förblir rökfria, mera forskning och utveckling av hjälpmedel och bättre rehabilitering för de opererade.

De insamlade pengarna går via Radiohjälpen oavkortat till Laryngfonden, en fond inom Laryngförbundet.



## Finansiering

Informationskampanjen som föregår själva insamlingsdelen hoppas vi ska kunna finansieras till stora delar genom bidrag från offentliga sektorn och organisationer. Insamlingsdelen hoppas vi klara genom sponsorer. Den totala kampanjbudgeten uppgår till drygt 3 miljoner kronor.



## Sponsorer och samarbetspartners

Redan hösten 1989 inleddes arbetet med att finna samarbetspartners till kampanjen. Eftersom förbundet är väldigt litet behövs både ekonomisk och personell förstärkning. Diskussioner pågår med ett antal företag och organisationer. För intresserade företag finns flera olika samarbetsformer. exempelvis kan företag köpa kampanjpaket, delta som sponsorer eller göra insamlingar via sin personal.

## Journalistseminarium

Eftersom handikappet är mycket okänt, förmodligen även bland journalister, kommer vi inbjuda till ett halvdagsseminarium för journalister i september 1990.



## Massmedia

Massmedia utgör en mycket viktig komponent i kampanjen. Tidningar av alla de slag, radio- och TV-stationer kommer att förses med kontinuerlig information, förslag till artiklar/program och intervjupersoner.





## TV-, radiotrailers

I samband med varje radiohjälpkampanj producerar Sveriges Television korta informationsinslag som under perioden sänds mellan olika radio- och tv-program.



## Annonsering

Annonser kommer att publiceras i olika typer av tidningar, exempelvis dagstidningar, personal- och föreningstidningar. Tidningarna kommer att erbjudas färdigt annonsmaterial (både stora och små) att ta in när ledigt utrymme finns.

## Affischering

I mån av kapacitet kommer kampanjbudskapet att presenteras från utomhustavlor av olika storlek samt i färdmedel i de större städerna. Dessutom kommer lokal affischering i butiker, banker, postkontor, apotek, på anslagstavlor på arbetsplatser, utomhus mm att genomföras.



## Lokalt arbete

Förbundets egna föreningar samt samarbetande organisationers föreningar genomför olika aktiviteter som torgmöten, försäljning, utdelning av inbetalningskort, presskontakter, medverkan i närradio, besök av arbetsplatser, placera ut insamlingsbössor och inbetalningskort, utställningar, informera vid sjukhusen mm.

## Inbetalningskort

En folder med förtryckt inbetalningskort distribueras till så många som möjligt i vårt avlånga land.



## Insamlingsbössor

Insamlingsbössor placeras ut på många strategiska platser.

## Kollekt

De kyrkliga församlingarna ombeds avsätta kollekt till förmån för Laryngförbundet.

## Försäljningssymbol

Kampanjsymbolen tillverkas som ett rockmärke, försedd med nål, att säljas för 20,- till privatpersoner och företag.



# Fakta om sjukdomarna

## Vad är laryngektomi?

Struphuvudet med sina stämband är vårt röstorgan. Struphuvudets övre del fungerar som en ventil som hindrar att maten hamnar i luftstrupen när man sväljer.

Den vanligaste formen av struphuvudcancer är stämbandscancer. Beroende på hur stor tumören är och hur den sitter kan stämbanden sparas eller tas bort genom operation. Många botas idag enbart med hjälp av strålbehandling. Vid stora tumörer opereras hela struphuvudet bort för att vara säkra på att cancern avlägsnats.

Då struphuvudet förutom att vara röstapparat även skyddar lungorna och luftvägarna då vi äter och dricker, måste man vid laryngektomi skilja luftstrupen helt från matstrupen. När

man tagit bort struphuvudet sys luftstrupen med sin öppning fast i halsgropen och andningen sker sedan genom hålet som kallas stoma. Efter det kan man svälja utan att få mat och dryck ner i andningsvägarna.

När struphuvudet är borta har man förlorat stämbanden och sin röstkälla. Att lära sig tala igen blir det absolut dominerande problemet.

För att lära sig tala igen behövs hjälp av logoped. Det går oftast med ihärdig träning. Den röst som bildas kallas för "matstrupsröst". Det finns också flera olika hjälpmedel.

På grund av den strålbehandling som ofta föregår operation förlorar man stora delar av lukt- och smaksinnet.

## Vad är hemilaryngektomi?

Hemilaryngektomi innebär att ett stämband opereras bort. Man behåller sin normala andningsväg. Hemilaryngektomerade har dock lika stort behov

av talträning som laryngektomerade. Ett stämband tränas upp att klara vad tidigare två förmådde.

## Vad är glossektomi?

Glossektomi eller munhålecancer innebär cancer i delar av eller hela tungan. Operationen kan även innebära ingrepp i munbotten, käkarna, munhålan eller kinderna.

Före operation utförs strålbehandling, vilken ger bl a sveda i munnen, på läpparna samt muntorrhet. Man drabbas av brännsår i munnen och matlusten försvinner helt.

Glossektomerade tappar i början förmågan att äta och dricka och får dessutom tal- och artikuleringsproblem.

Patienten känner ingen smak och har ingen hungerkänsla. Före varje måltid måste allt slem sköljas ur munnen. En måltid kan ta upp till en timme.

# Fakta om Laryngförbundet

## Bakgrund

Laryngförbundet bildades 1962 och är ett av Sveriges minsta handikappförbund med omkring 800 medlemmar.

Förbundet organiserar de laryngektomerade, hemilaryngektomerade och glossektomerade. I dag finns nio lokalföreningar i Gävle, Göteborg, Halmstad, Linköping, Lund, Stockholm, Uppsala, Västerås och Örebro.

Förbundet ingår i HCK (Handikapporganisationernas Centralkommitté) och är huvudman i Cancerfonden.

Varje år brukar man delta i Tobaksfria Veckan.

Förbundets uppgift är enligt stadgarna § 1, att genom kontakter med

myndigheter, beslutsfattare och andra förbättra levnadsvillkoren för laryngektomerade, hemilaryngektomerade och glossektomerade.

Handikappet och därmed förbundet är föga känt bland allmänheten och således ej heller deras speciella handikapp;

- att ha svårt för att tala
- att ha svårt för att svälja mat.

Varje år får 200 personer strupcancer och 250 – 300 får munhålecancer. 90% av dem som får strupcancer är rökare, fd rökare eller passiva rökare.

### Laryngförbundet arbetar för:

- bredare informationsverksamhet att barn och ungdomar ska förbli rökfria
- forskning och utveckling av hjälpmedel
- god kontakt och information före och efter behandling
- att hjälpmedel och förbrukningsmaterial skall vara kostnadsfria
- utökade resurser till rehabilitering
- handikappersättning, färdtjänst och kostnadsfri tandvård
- subventionerad utlandsvård

# Kampanjmål



6 miljoner kronor



4 miljoner svenskar känner till handikappen



Värva nya medlemmar



**LARYNGFÖRBUNDET**

- DE RÖSTHANDIKAPPADE -

Vi tystnar inte för det.

Box 36033, 100 71 Stockholm. Besöksadress: Reimersholmsgatan 9

Tel. 08/58 58 07, 08/58 53 33

Stöd oss rösthandikappade! Fyll i och skicka in kupongen redan i dag.

## Svarskupong



Jag/Vi vill veta mer, kontakta mig.



Jag/Vi vill ha kontinuerlig information.



Jag/Vi vill gärna hjälpa till med kampanjen.



Jag/Vi vill bidra redan nu och sätter in



Jag/Vi vill bli medlem i förbundet.

..... :- på Laryngförbundets  
postgirokonto nr. 851754-2



Jag är medlem i förbundet.



Jag/Vi vill köpa kampanjpaketet.

Sänd den här kampanjpresentationen till .....

.....

Jag/Vi heter .....

Företag/Organisation .....

Titel .....

Adress .....

Postadress .....

Telefon .....





Prästen och författaren Kjell Arild Pollestad.



Tor Odd Damås; vi bor på rätt sida klotet!

# "Vi bor på rätt sida av jordklotet"

Tre ganska nyligen upplevda dagar med vår norska systerorganisation som värdfolk i Geilo beredde deltagarna både tillfälle till fördjupade kunskaper men också gemyttlig och fin samvaro.

Min hustru och jag var personligt inbjudna gäster och tog del av såväl kunskapsutbud som allt annat som bjöds — allt från dignande bord till erforderlig motion.

En rad föreläsare medverkade. Först i raden ordföranden för Norska Landsföreningen för Laryngektomerade, Kjell Damsleth, som hälsade välkommen så man riktigt kände att man var det. Norske Kreftforeningens ordförande, Morten Harbo, kunde i sin föreläsning betyga vad vi av erfarenhet känner till — nämligen den stora betydelse det har för den som står inför en operation, att få besök av och samtal med en redan opererad.

Men också efter operationen har våra opererade medlemmar en betydelsefull roll att spela inför nyopererade.

Kräftföreningens stora betydelse ligger i forskning, information och omsorg.

## ■ Präst och författare

Kjell Arild Pollestad är präst och författare, och nog äger han ordets gåva.

Han läste ur sin bok — Skool for Norge. Han berättade om en kvinnlig "väninna", Syster Ingeborg. Han berättade i mycket väl valda ordalag om sin vänskap med Syster Ingeborg som om jag förstod rätt var en nunna. Som han berättade fick man den uppfattningen att

hon var en ung och trevlig nunna, men som avslutning för att få effekt för sin berättelse tystnade prästen och såg ut över menigheten och sade "Syster Ingeborg är 82 år".

Sedan tog han upp ordet "vänskap" och talade om sina tankar omkring detta ord.

## ■ Australien ligger i lä...

Tor Odd Damås hade deltagit i en kurs för laryngektomerade och logopedier i Australien. Tor Odd informerade oss om både den sociala och det medicinska förhållandet i Australien. Med Norge som jämförelse så är vi bosatta på rätt sida av jordklotet.

Tor Odd är en mycket aktiv man. Han berättade och visade en egen video från en kurort i Jugoslavien. Kurorten är bland annat för astmatiker och Laryngektomerade.

## ■ Tack!

Min fru och jag vill rikta ett mycket stort tack till Kjell E Damsleth och frun Eila och till alla er som har skickat oss foton från Geilokursen. Vi önskar er alla en GOD JUL OCH ETT GOTT NYTT ÅR.

ELOF BYSTEDT

## Karoliners ändalykt

— 4 timmar av vår resa till Geilo-kursen (se vidstående) åtgick till busstur mellan Fornebu flygplats och Geilo. Om detta berättar Elof Bystedt:

Under den 4 timmar långa bussresan underhöll oss en mycket skicklig bussförare på ett mycket charmerande sätt, bland annat när vi passerade en kyrka berättade han om att till prästgården hade det kommit ett antal av Karl XII karoliner utsvultna och frusna för att få vila ut. Att låta dessa komma in var ogörligt av kända orsaker, men inte i den prästgården, det bjöds på mat och dryck i massor. Karolinerna blev mätta och rusiga samt trötta av stugvärmen och föll i djup sömn. Då smög sig den gästfria kvinnan ut och kallade samman byns folk som överraskade de sovande krigarna och slog ihjäl dem i sömnen. Det kanske var enda sättet att få död på dessa yrkeskrigare.

Sen den dagen var hon en mycket aktad kvinna och som ni förstår så berättas sägnen än idag.

## Anna-Greta Sköld ur tiden

Anna-Greta Sköld finns ej längre bland oss i SVOF/RLE. Hon var med då föreningen bildades här i Västmanland. Hon blev föreningssekreterare i interimstyrelsen för att påföljande år bli vår ordförande.

Förutom sitt arbete i vår förening deltog hon aktivt i SLEs verksamheter. Hon åke med stor förväntan på RLE:s årsmöten, konferenser och kurser.

Genom sitt glada väsen skaffade hon sig många vänner inom RLE. Vi saknar henne mycket men är också tacksamma över att hon befriats från sina plågor.

Vi tackar henne för arbetet i vår förening och för det positiva sätt som hon levde med sin sjukdom.

Vi i vår förening är glada och tacksamma att Anna-Greta Sköld tillhört vår förening här i Västmanland.

## Tyska larynger gästar Göteborg

Förra året var några Laryngektomerade med damer från Örebro och Göteborg inbjudna till Tyskland. Resan var avsedd att diskutera vårt gemensamma handikapp.

I år var Tyska Laryngektomerade inbjudna till Göteborg på ett tre dagars besök.

Från Tyskland kom den 11 augusti tio gäster till Göteborg, samt från Örebro fyra st.

### ■ Fri dag

Eric och Sven mötte upp vid tågets ankomst till Centralen i Göteborg och körde till Hotell Allén där inkvartering var ordnat. På hotellet lämnades en redogörelse för de tre dagarna i Göteborg.

Lördagen den 12 aug. var dagen fri för egna strövtåg. På kvällen kl. 20.00 var middag ordnad på Hotell Novotel, 22 st var närvarande inkl. tre tolkar. Middagen intogs under mycket trevliga och gemytliga former. Tal från såväl Tyskland som Sverige avlöste varandra och fortsatte i vänskapens anda till midnatt.

### ■ Båttur

Söndagen den 13 aug. var en båttur anordnad i Göteborgs skärgård. Vi stannade på Styrso i en timma och gjorde en rundvandring över denna ö med ett mycket fint villasamhälle och inte minst gjorde det vackra vädret det hela ännu vackrare. Tyskarna uppskattade detta mycket.

Efter denna utfärd gick färden åter till utgångspunkten. Resan gick i nästan vindstilla på havet. Färden gick till föreningens lokal där kaffet serverades med mycket gott.

### ■ Nästa år: Celle?

För arrangörerna var besöket i Göteborg avslutat. Många tack och uttalande i positiva ord gjordes och en önskan var att ett fortsatt samarbete skulle ske i likhet med det som varit. Vi hoppas på ett återbesök nästa år, kanske i Celle.

Tyskarna avreste med Stena Line måndag morgon till Fredrikshamn och vidare till Tyskland.

ERIC & SVEN

P.S.

Vi tackar Laryngförbundet för den ekonomiska hjälpen vi erhållit för att kunna genomföra detta arrangemang.

D.S

Bilden upptill till höger:  
Göteborgslarynger med gäster.



## Här finns adress för MedicAlert-anslutning och vidareinformation

I föregående nummer av LARY berättade vi om det nya informations- och säkerhetssystemet MEDIC ALERT. Hur man med en identitetsbricka i ett armband ger sjukvårdspersonal nödvändig medicinsk information.

Den som vill veta mer om MEDIC ALERT eller ansluta sig till systemet tar kontakt med

MEDIC ALERT SCANDINAVIA  
Box 25075  
200 47 Malmö  
som också kan nås per telefon:  
08-762 56 41

En anslutning till MEDIC ALERT ger:

- Armband/emblem med instansat registreringsnummer, viktigaste diagnoser/behandling samt tel-nr till larmcentral
- Plånbokskort med förstahandsuppgifter
- Anslutning till gemensam skandinavisk larmcentral med register.

Livstids anslutningsavgift är 200:—.

## Laryngförening byter namn

Vårt föreningsmöte den 4 sept var välbesökt 28 pers. De kom både från Domsjö i norr och Dalarna i väst samt Hälsingland och Gästrikar i mängd. Vi hade även Georg Antahl som hjälpte oss med handikappersättningsfrågorna. Nio av oss tog hans tjänster i anspråk. Både Antahl och våra medlemmar var nöjda med hans hjälp och den trevliga samvaron som alltid brukar finnas i vår förening.

Vi tog ett beslut under mötet om namnändring från 900101 till LARYNG-FÖRENINGEN GÄVLEBORG

SIV BAGLIEN

## Höjt p-tillskott och bostadstillägg

Regeringen har beslutat om proposition om höjt pensionstillskott och förbättringar i de kommunala bostadstilläggen m.m. Syftet är att kompensera de pensionärer som har de lägsta inkomsterna för de prisförändringar som förväntas bli en följd av skattereformen.

Propositionen innehåller också förslag om ändrad beräkning av basbeloppet

## Tal- och rekreationsresa till Åland

Fredagen den 25 augusti kl. 6.30 embarkerade vi Larynger i Göteborg vår buss för resa till Åland. Antalet medlemmar som medföljde var 43 st varav två st logopederna från Sahlgrenska Sjukhuset i Göteborg.

Resan gick närmast till Brännebrona Vårdshus i Götene där kaffe och smörgås stod framdukat. Vi fortsatte resan Arboga—Uppsala till Grisslehamn där färjan till Åland väntade. Trots en kraftig sjögång smakade vårt smörgåsbord med varmrätter mycket gott. Vi anlände till Eckerö kl. 17.00 och efter en timmas bussfärd var vi framme i Möckelö där vi stannade två nätter.

Lördagen den 26 aug. var en shoppingtur anordnad för våra fruar till Mariehamn mellan kl. 10.00—12.00.

För Laryungektomerade 15 st var en talkurs aktuell och här var våra två logopedlärare som vanligt.

Efter en hård och intensiv träning samlades alla resenärerna till en gemensam rundtur i Mariehamn och dess omnejd. Under saklig ledning av en Åländsk guide erhöll vi en fantastisk historik över Åland. Rundturen som företogs i ett strålande solsen var mycket sevärd och innehållsrik.

Vårt middagsbord stod nu dukat på rest. La Cave. På kvällen samlades vi alla till en trivselafton med dans och



Glada Ålands-resenärer.

dragspelsmusik. Under kvällen serverades kaffe med dopp samt förfriskningar.

En mycket uppskattad såväl dag som kväll avslutades omkring midnatt.

Söndagen den 27 aug. tog vi farväl av Åland och gick ombord på färjan där frukosten stod serverad. Från Grisslehamn gick färden över Uppsala—Västerås—Arboga till Brännebrona Vårdshus där vi intog vår middag. Resan gick sedan direkt till Göteborg där vi ankom kl. 19.00.

ERIC — SVEN

## Västmanland med Pentti till Väddö

Den 7 juni hyrde vi Larynger i Västmanland en liten buss. Med den och med vår medlem Pentti vid ratten ställdes, en solig morgon, färden mot Väddö och till vår kassör Torstens sommarstuga därstädes.

Var och när smakar morgonkaffe bäst — jo på en vacker plats vid sidan av vägen och solen skiner och fåglarna kvittrar.

Efter denna uppiggande kafferast fortsatte vi till Väddö och Torsten.

Efter gott välkomstkaffe gick vi ut på en vandring ner till "havet" och tittade på bl a fåglar och blommor, och naturligtvis inandades vi härlig "sjöluft".

Efter ankomsten till Torstens stuga smakade ostkustens specialitet — strömming utmärkt.

## Intressant i radio om strålbehandling

Den 5 oktober sändes i P1 radioprogrammet Kropp och själ, som handlade om besvär och skador efter strålbehandling i halsregionen.

Specialisttandläkaren Gösta Karlsson, som tidigare tjänstgjorde vid Karolinska sjukhusets tand- och käkavdelning (se Lary 2/89), redogjorde för sin mångåriga erfarenhet om de skador som uppstår i halsregionen efter strålbehandling. I programmet deltog glossektomerade Sigrid Lundin från Stockholmsavd. Hon berättade om problemen efter behandlingar och operationer i munhålan. At- och talproblemen är dominerande.

Programmet leddes av radions Gunilla Myrberg.

Efter lunchen samtalande vi om höstens verksamheter.

När vi skulle återvända till Västerås efter denna trevliga dag började regnet falla men vi kom hem glada och mycket nöjda.

ANNA-GRETA

## Linköping ställer upp för radiohjälpen

Linköpings-laryngerna har i dagarna tre gästat Missmyra Friluftsgård i Åtvidbergstrakten.

Besöket inleddes 1 september med månadsmöte (hela 32 deltagande). Månadsmötet hade många dagordningspunkter och naturligtvis var den kommande radiohjälpskampanjen en central sådan.

Harald Parmerud, som tillhör den centrala kampanjkommittén, informerade om att det nu var helt klart med kampanj hösten 1990. En kampanj som har två huvudsyften: Dels samla in pengar, dels sprida kännedom om vårt handikapp. Dessutom bör kampanjen tillföra vårt förbund fler medlemmar.

Ett beräknat och önskvärt netto av kampanjen är tre miljoner kronor.

Månadsmötets deltagare förklarade sig beredda att helhjärtat ställa upp för och i kampanjen.

Återstående dagar ägnades åt rehabiliteringsfrågor, under medverkan av logoped Christina Danbolt och klinikchef Gunilla Blixt-Johansen.

De ämnen som berördes i föreläsningarna gällde bl a hjälpmedel, tandvård och -skötsel, munhygien med flera frågor.

Resekäseri:

# Skäggig chaufför och titt i stjärnorna

Så har vi då ånyo företagit en resa, den här gången genom Sveriges paradlandskap Skåne, som vi mest sett på vykort förut. Vi startade som vanligt vid centralen, där som alla bussar tycker om att trängas. Det regnade, men denna sommar är det ingen som svurit över lite regn.

Till Helsingborg tog det hela dagen nästan och som belöning blev vi inkvarterade i rum, med alla tänkbara bekvämligheter, mitt i stan. Vi åt på en grekisk restaurang, och sedan hade vi all möda i världen att ta oss upp till Kärran. Men skam den som ger sig. Upp kom vi.

## ■ Minskat spannmålsöverskott?

Andra dagen tog bussen, med sin skäggige chaufför, oss med till Höganäs, där vi gjorde av med en hel del av våra surt förvärvade. Vi kom vidare till Mölle och sedan till Kullens fyr, där det blåste, nästan som i Stockholm. I Norrviken åt vi, ja, vi åt nog en gång för mycket varje dag, tror jag, så jag ska inget säga om det. Kanske hedrade vi Skåne därmed, kanske kämpade vi mot spannmålsöverskottet på detta sätt.

Ja, sedan for ju många över till Helsingör också, varje kväll, eftersom Danmark har ännu större överskott.

## ■ Alla köpte...

Tredje dagen var det fortfarande lika varmt och vid gästgiveriet "Spången" tittade vi bara förbi och for till spettekaksbageriet istället. Ingen tyckte att spettekaka var särskilt gott, efter vad jag förstod, men alla köpte vi varsin ändå. Det är sånt som bara händer. Ingen vet varför. Spettekaksbageriet hade en underbar liten, inte så liten heller, trädgård.

Ja, sen var vi till några platser till som Bosjökloster och Lund, men nu hade alla spettekakor att tänka på så jag har glömt vad vi mera såg, den dagen utom korsvirkeshuset förstås och planetariets film, som inte precis rörde hemmaplan, utan alldeles tvärtom.

Fjärde dagen passerade vi Skanör och Falsterbo och vid Smygehuk pekade Richard, med fältherreblick ut, Sveriges sydligaste hölada. Den blev omsorgsfullt fotograferad och inrangerad bland de viktigaste minnena, denna arma hölada.

Ales stenar är ju märkliga eftersom det nästan är de enda stenar, som Skåne har. Urskåningarna kanske ville hävda sig på detta sätt.

Glimmingehus borde snyggas opp, tyc-

ker jag. Riddarborgen ser så lessen ut. Den är värd ett bättre skick, eller kanske ser den bättre ut i solsken.

## ■ Mat bland cyklar

Ja, den här dagen hade vi regn också, till allt annat elände. Inte kom vi till Kristianstad heller, vad nu den staden gjort för ont, istället blev vi inkvarterade på ett gästgiveri, som jag förmodar var något äldre än Glimmingehus, men nu tog jag kanske till? Men vi åt bland cyklar och kärror och maten smakade utmärkt.

Sen kom femte dagen med laxfiske i Mörrum. Vi fick napp så pass att det räckte till en ordentlig bit lax till kaffesmörgåsen. Här vimlade det av laxfiskare, de där obekanta, som går omkring och ser hemlighetsfulla ut och kanske är grevar och baroner? Men de betalar mycket pengar till Kronan och till restaurangen, så dem kan vi aldrig få för många av. Ju mer vi tänkte på detta, ju mer högaktningfulla mot dem kände vi oss. Vi blev nog riktiga kameleonter den här dagen vid Mörrum.

## ■ Hawaji sövde

Hemfärden vidare till Sthlm gick till sövande musik, men här somnade ingen. Då tillgreps guiden en gammal, prisbelönad film om Hawaji. Då somnade en och annan. Och Stockholm välkomnade oss med ett ihärdigt regnande, så vi kände oss genast som hemma.

HOLGER

GOD HELG

och

GOTT NYTT ÅR



LARY

LARYNGFÖRBUNDET

Stockholm:

## Glossarna med oss i Tranås

Laryngföreningen i Stockholms län hade förlagt sin aktivitetsresa till Tranåsbaden under tiden 8—12 maj 1989. Bussresan ner startade i vackert väder den 8:e från Klara-bergsviadukten. Vid 14-tiden anlände vi till Tranåsbaden, denna synnerligen vackert belägna anläggning vid Sommen.

De 28 deltagarna samlades varje dag till information och planering av olika aktiviteter. Vid ett tillfälle behandlades mer ingående våra resp sjukdomar och de problem som kan uppstå, särskilt vid kommunikation med andra personer. Allmänna intrycket var, att följderna av våra sjukdomar är mycket lite kända och därför kan oanade problem uppstå i det dagliga livet.

Då det var första gången laryng- och glossektomerade deltog tillsammans i en resa, så presenterades de besvär gloss lever med. Mycket var okänt för många.

Vi var överens om, att våra levnadsproblem ligger nära varandra och att det gemensamma arbetet inom föreningen därför är till stor fördel för alla medlemmar.

En kväll visade den alltid alerte föreståndaren Ulf Nilsson bilder från Tranåsbaden och berättade om dess historia.

Bland utomhusaktiviteterna förekom Tranåsbadens egen lilla tipsrunda, bussutflykt i Tranåstrakten med besök på Julseryds hembygdsgränd, där fint hantverk visades. En dag ägnades åt utforskning av Tranås affärer och en annan dag gjordes utflykt till Gränna och ett köpcenter i Jönköping.

## ■ Glosspremiär

Som tidigare nämnts, var detta premiär för glossdeltagande i en resa. Åt- och sväljproblem hade före avresan delgivits köksmästaren. Han och kökspersonalen medverkade föredömligt till att maten blev tillagad på ett sätt som väl passade gloss.

Sista kvällen var stor kaffefest med väfflor. En lyckad avslutning på en trevlig vecka.

Resan hade arrangerats av ordf. Rikard Pedersen och kassör Irma Bruhn. Deras stora insatser resulterade i en värdefull och avkopplande vistelse på trevliga Tranåsbaden.

Hjärtligt tack Irma och Rikard.

ANNA-LISA och LARS-O.

Siv Baglien berättar:

## Upplevelse i Stockholm

Då jag hade varit på Förbundets styrelsemöte fredagen 25 sept och skulle åka tillbaka hem så inträffade ett par saker som man tror inte skall hända en själv.

Den första var att när jag steg på bussen tappade jag balansen något så jag kom förbi chauffören. Då ropade han "hallå där". Ja, här får du biljetten svarade jag. Döm om min förvåning när han säger "gjorde jag rätt så skulle jag kasta av dig". Svar från mig: Vad du var trevlig då. Åkte vidare till centralen.

Väl på centralen gick jag in och köpte mig en tidning, lade tillbaka plånboken i handväskan och skulle dra igen dragkedjan då det plötsligt kom en tjej och försökte rycka av mig väskan. Då det misslyckades stack hon handen rakt ner i väskan. Då exploderade jag och följande hände:

Jag hade en tung svart väska i andra handen som jag svängde runt och slog till henne och sa Va F-n tar du dig till. Hon blev troligen storligen förvånad och svarade "Vad håller du på med?". Replik från mej: Det är väl för h--e jag som skall fråga dig! Försvinn! Då säger hon "Vad du låter konstig". Svaret från mig: Stick för F-n innan jag smittar ner dig. Hon försvann som en dimfigur.

När jag sedan gick ut på perrongen fick jag höra ett idiotskratt och tittade. Där stod hon och hoppade och skrek samtidigt som hon pekade på en kille som åkte elektrisk rullstol. Först då ingrep vakterna. Men när hon antastade mig satt det fullt med folk på bänken mitt emot, men ingen reagerade.

Ett litet ryggskott blev följden av att jag slog till med den tunga väskan.

## Muntorrhet ger fri tandvård

Patienter med kraftigt nedsatt salivsekretion efter strålning har tidigare inte tillhört dem som erhållit fri tandvård.

Sedan 1 februari 1987 gäller emellertid nya regler som ger dessa personer frivård efter sk förhandsprövning.

Om detta sägs i tandvårdstaxan: ... försäkringskassan betalar hela arvodet och kostnaden för tandtekniskt material förbehandling...

... som görs till följd av muntorrhet på grund av strålbehandling.

## Hjälpmedelsspalt

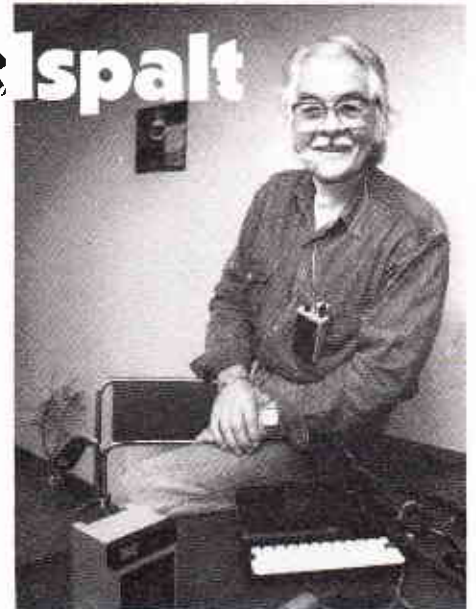
Hjälpmedelsspalten denna gång kommer i huvudsak att innehålla rapportering.

Jag börjar med ett fel i föregående spalt. Där står det Telefonförstärkare MMT, det skall vara Talförstärkare MMT.

När jag nu är inne på talförstärkare så får jag meddela er att Sennheisers Talförstärkare EKF 101011 inte längre tillverkas. Så med andra ord kan vi inte få den som fritt hjälpmedel, sorgligt men sant.

Medela Medical jobbar vidare med att finna nya vägar för att förstärka vår röst, bland annat en kombination röstgenerator — Talförstärkare, med gott resultat. Ett resultat finns med på vår nya film — Hjälpredda kring laryngektomi.

Den årligt återkommande dagen på HI (Handikappinstitutet) för talskadade, var lika informativ och intressant som alltid. Filmen — Hjälpredda kring laryngektomi visades och fick ett mycket positivt mottagande. HI informerade oss



om en del världskongresser som skall hållas under 1990 bland annat i USA. De flesta kongresserna är för experter inom talvärden. Logopederna med flera.

Till slut vill jag önska alla läsare en Riktig God Jul och ett Gott Nytt År.

ELOF

## Trevlig resa till Borås

Gävleborgarna är ett rörligt folk eller vad tycker ni? Vi åkte både hit och dit under året. Nu senast var vi till Borås där vi gjorde Knalleland osäkert med vårt besök på alla de katalogvaruhus som finns där.

Vi besökte också den omtalade guldsmeden som säljer för billigt enligt de stora guldkedjorna.

På hemvägen besökte vi Guldkrokens försäljning i Hjo där det gick att fynda om man kände för det.

Vi bodde utmärkt på ett toppenhotell. Vi åt mycket och gott där bl a kräftor stod på menyn. Jag får heller inte glömma att berömma vår underbara chaufför Gunilla som stod oss bi i alla situationer. Det var vi alla 12 överens om.

Nästa resa hoppas vi skall locka flera medlemmar. Det blir troligen Öland i maj 90, dit vi tänkt oss sedan vi är ett gäng i Hälsingland och ett i Gästrikland som skall läsa cirklar om Öland i vinter.

Hälsningar från oss alla genom  
SIV BAGLIEN

## • Handikapp- rådet:

*Människor med funktionshinder måste komma ifatt andra. I den mån klyftorna mellan människor med och utan funktionshinder ökar, vilket tecken tyder på, måste denna utveckling vändas. Demokratifrågorna måste komma i förgrunden.*

(ur skrivelse till regeringen 1987-12-02)

## • Handikapp- rådet:

*Goda möjligheter till förflyttning har grundläggande betydelse inom handikappområdet. Lagen om handikappanpassad kollektivtrafik mottogs år 1979 med tillfredsställelse. Men den efterlevs dessvärre inte.*

(ur yttrande till socialdepartementet 1988-11-02)

**Ragn-Sells Företagen AB  
stöder Laryngförbundet**

# MATSIDAN

## Vårt dagliga bröd



Hur får man i sig de rekommenderade 6–8 brödsnivåerna de dagar när munnen känns sårig och "misshandlad", när tungan är svullen och käklederna ömmar vid minsta försök att gapa, eller när tänderna är på reparation? När den nyttiga fullkornsmackan fungerar som tortyrredskap och man lääängtar efter smörgås!

För det gör man. Smörgås hör till det slags föda som det är svårast att avstå från.



Liksom matlagningssättet spelar stor roll för den lagade maten till en fördelad kost, är också sättet att anrätta smörgåsen av avgörande betydelse. Alla med sväljsvårigheter är kanske inte betjänta av alla våra följande förslag, men förhoppningsvis ska någon av idéerna passa.

### Lättätta smörgåsar

Välj ett poröst bröd t ex formfranska, fiberfranska. Om du bakar själv, baka på mjölk och utan sirap. Bröd bakat på mjölk känns lite lenare än vattbröd. Undvik sirapslimporna, de blir oftast till en kletig degklump i munnen.

Skär en tunn brödsleva och skär bort kanterna på den.

Bred på en fördelad blöt massa. "Påläggen" i receptdelen är egentligen fyllningar till sandwiches och smörgåstårter.

Gör gärna dessa kalla smörgåsar i förväg, och låt dem ligga och safta till sig. Ett bra sätt är att göra frukostsmörgåsarna kvällen innan, och göra en bädd åt dem på följande sätt:

Blöt en handduk eller servett i kallt vatten. Vrid ur den och lägg den slätt i botten på en låg kylskåpslåda med lock eller annan lämplig form.

Lägg de färdiga smörgåsarna på det blöta tyget. Bäst är att smörgåsarna fyller ut lådan ända ut i kanterna, inget onödigt luftrum alltså.

Sätt på lockat eller, om du inte har något lock, lägg över ett fuktat smörpapper och täpp till längs sidorna. Ställ lådan i kylen under natten.

Smörgåsarna kan ätas antingen kalla eller varma. Varma smörgåsar gör man så här:

Häll lite mjölk i botten på en låg vid kastrull, inte av rostfritt stål som lätt bränns vid. En kopparplåt med lock är utmärkt.

Lägg i smörgåsarna, lägg på lockat och låt stå på svag värme tills "pålägget" smält ner i brödet.

Såväl de kalla som de varma smörgåsarna äts fördelaktigast med sked eller skvickningsgaffel.

Lägger man flera lager stora brödsivor på varann med fyllningar emellan och dekorerar den översta, åstadkommer man en festlig smörgåstårta. Av tunna brödsivor och krämiga släta fyllningar blir det en helt ätbar tårta även för den som har svårt att tugga och svälja. Dekorationen möjligen kan ju få vara "skådebröd".

Att göra smörgås på hårt bröd är inte lyckat, utan vi rekommenderar att laga bryta av det hårda brödet.

### Brytor

I den gamla svenska husmanskosten förekom brytor i många skepnader. Som namnet anger, anrättas de genom att man bryter ner bröd i, vanligtvis, mjölk. Många av dessa recept kan vara värda att prövas av den som har svårt att äta hårt bröd torrt.

*Lingonbrytan* fortlever än i dag. Bitar av hårt bröd i mjölk och lingon *kan* fungera i en sväljningsvänlig kost, om man gör puré av sylten och låter brödet ligga tillräckligt länge i mjölken.

Man kan göra bryta på syrad mjölk också.

*Bänkvälling* är en urgammal allmogerrätt som ofta äts som kvällsvard innan man "gick i bänken", dvs gick till sängs. Den tillreddes genom att man vid dagens början rörde ner mjöl i sur mjölk eller grädde, och så fick blandningen stå och svälla till kvällen. Med socker på blev det gott. Och definitivt lätt att både tugga och svälja!

Fil och flingor kan väl sägas vara en modern motsvarighet till bänkvällingen. Vi



har idag flera sorters fil att välja på, men det finns på den svenska marknaden inte en enda "flinga" att ta till för den som måste ha sin kost finfördelad. Utvecklingen på flingsektorn går åt rakt motsatt håll, fabrikanterna tycks tävla om vem som kan få i flest hårda nötter, rusin och torkade fruktbitar i en portion!

I Finland köper man Talkuunamjöl i livsmedelsaffären. Tillverkaren rekommenderar att äta det med fil och sylt. Och det gör finländarna också. Talkuunamjöllet liknar vår svenska havremust.

*Havrefil* i receptdelen har jag själv ätit till frukost periodvis, liksom även kolleger och patienter.

*Pepparkaksfil* är en lite snaskigare variant.

*Flottbröd* betraktas i Norrland som en lämplig kvällsrätt.

*Gräddbryta* är en lyxig festdessert.



### Brödpuddingar

Ännu mer lättätta än brytor kan brödpuddingar vara, men lite omständigare att laga eftersom de ska gräddas i ugn.

Man blöter först upp brödsivor i mjölk. Sedan varvar man dem med deet finfördelade "pålägget" eller moset i en smord form. Sist håller man äggstanning över, så att allt täcks, och gräddar puddingen.

Beroende på vad man varvar brödet med, passar puddingen till olika måltidstyper. Med riven ost, leverpastej, kaviar, puré av skinka eller saltkött blir puddingen ett alternativ till frukostsmörgåsen eller nattmackan. Eller den kan motsvara smörgåsen till en varm soppa.

Brödpuddingen utvecklas till dessert, om man fyller den med frukt- eller bärpuré och serverar vaniljsås eller annan söt sås eller grädde till. Som en riktigt elegant dessert betraktar engelsmännen sin "brödpuddingarnas drottning", se recept. Och det gör nog dysfagikern också!



### Brödbrytor

#### Havrefil

2—2 1/2 dl filmjolk  
2 msk havremust  
socker  
kanel eller ingefära

Blanda ihop fil och must. Krydda vid bordet efter smak. **Anm.** havremust är mer eller mindre ångpreparerad eller förkokt. Det medför att dess stärkelse är lättare för vår matsmältningskanal att bearbeta än rått mjöl.

#### Pepparkaksfil

1 port  
5—8 pepparkakor  
1/2 dl vatten  
1 1/2 dl gräddfyl

Bryt ner pepparkakorna i vattnet och låt dem lösas upp. Rör sedan ner pepparkakslösningen i filen. **Variation:** Andra spröda småkakor och torra kex går också bra.

#### Fin lingonbryta

1 port  
2 msk puré av lingonsylt  
2 dl filmjolk  
1 bit Weetabix

Smula ner Weetabix i filen och rör om. Låt stå en timme och svälla. Rör där efter ner lingonpurén.

#### Flottbröd

tunnbröd, helst bakat av kornmjölk  
fläskflott  
vitpeppar

Använd flott som blir kvar i stekpannan efter fläskstekning. Häll ner mjölken i detta och hetta upp. Bryt ner brödet. Mal över vitpeppar. Låt koka sakta på svag värme under lock tills det hela "gått ihop" och koknsistensen blivit som en lös pudding. **Serveringstips:** Skinkpuré eller lingonpuré eller båda dera passar bra till.



#### Pålägg

#### Köttsmör

100 g salt kött, hamburgerkött, kokt tunga  
50 g smör  
1/2 dl vispgrädde  
ev. worcestershiresås

Skär köttet i småbitar. Kör dem i matberedare tillsammans med grädden och smöret till en slät massa. Smaksätt med worcestershiresås. Lägg upp köttmassan på ett vattensklöjt smörpapper och forma den till en långsmal rulle. Linda in köttrollen helt i smörpapperet, kläm till papperet i ändarna och vrid runt så att det sluter tätt. Lägg in köttsmörsrullen i kylskåp att stelna. Vid smörgåsberedning skär man sedan av en lagom bit köttsmör.

#### Leverpastejkräm

100 g leverpastej  
1/2 dl mjölk eller grädde  
ev. ansjovisspad

Dela pastejen i mindre bitar. Kör dem i

matberedaren eller shaker tillsammans med mjölken eller grädden till en fin puré. Smaksätt eventuellt med ansjovisspad.

#### Böcklingmousse

1 stor böckling  
2 dl keso  
1 dl creme fraiche  
1 msk tomatpuré  
lökpulver  
salt

Rensa böcklingen fri från skinn och ben. Kör filéerna i matberedaren tillsammans med keso, tomatpuré och creme fraiche tills blandningen är slät. Krydda. Ställ kallt.

#### Citronsmör

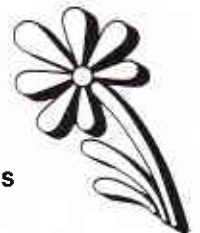
50 g smör  
2 äggulor  
citronjuice

Rör smöret med äggulorna tills det blir blankt och pösigt. Tillsätt citronjuice efter smak.

#### Kaviargrädde med kvarg

2—3 msk kaviar  
2 msk kesella  
3/4 dl vispgrädde

Vispa grädden till hårt skum. Rör ihop kaviar och Kesella. Vänd ner blandningen i grädden.



### Desserter

#### Queen of Puddings

3 port  
6 brödsivor  
3 ägg  
3 dl mjölk  
2 msk socker  
2 tsk citronjuice  
135 g hallonpuré, barnmatsburk

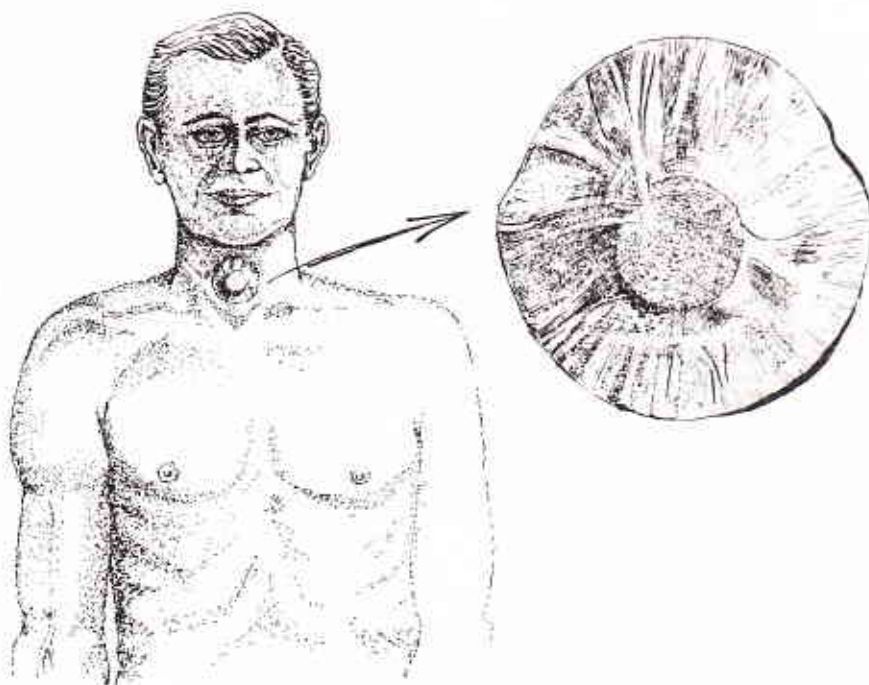
Skär bort kanterna på brödet och skär det i kuber. Dela äggen. Värm upp mjölken och vispa ner gulorna. Blanda i brödbitarna. Smaksätt med juicen. Häll smeten i smord form och grädda i 200° ca 15 minuter. Vispa under tiden vitorna med sockret till hårt skum (maräng). Ta ut puddingen ur ugnen, bred över hallonpuré och överst marängsmeten. Sätt in puddingen i ugnen igen till den fått färg (ca 10 min).

#### Gräddbryta

tunnbröd av vete  
grädde, visp- eller kaffe-  
bärmos

Vispa ev grädden något lite. Blanda i bärmoset. (Det ska egentligen vara hjortronmylta, men hjortron är sällsynta och innehåller dessutom små hårda frön som är omöjliga att finfördela.) Bryt brödet i småsmulor och blanda i.

# Den magiska pappersrullen



## Stom-Vent<sup>®</sup>

höjer Din livskvalitet genom att  
Du med Stom - Vent kan slippa

- infektioner och förkylningar
- störd nattsömn
- besvärande hostattacker

Och därmed ökar Ditt sociala självförtroende.

Stom-Vent är en genialisk liten fuktvärmväxlare som ger en riktigt tempererad och befuktad inandningsluft för laryngektomerade. Om du har frågor eller kanske vill göra ett försök att höja din livskvalitet, så ring/skriv till oss på Gibecks för information eller prover.

## Gibecks

Gibeck Sverige AB  
Box 718, 194 27 Upplands Väsby  
Telefon 0760-860 65