



Hej!

Jag heter Birgitta Johansson och är ordförande i västerbottens Osteoporosförening. (Bensköra)

Vi från föreningen Vill väldigt gärna ha kontakt med dig som Politiker i Västerbotten.

Den 20 oktober i år (2015) är det 20 år sedan riksföreningen för Osteoporos startades i Sverige. Detta vill vi så klart uppmärksamma.

En önskan om att anordna ett seminarium/konferens denna dag tillsammans med läkare/sköterskor/sjukgymnaster/apotek och Ni politiker ligger väldigt högt på min önskelista.

Många av oss bensköra får inte den hjälp vi borde få när vi kommer in på vårdcentral/akutmottagningar med brutna handleder, fingrar mm. Vi tas inte på allvar, vilket

innebär att många bensköra inte får rätt diagnos, som gör att många får lida helt i onödan.

Alla kvinnor borde få göra bentäthets röntgen efter ett "brott". (i alla fall efter klimakteriet).

Eller varför inte ta upp benskörhet vid 50 årskontrollen, med frågor om man brutit något och frågor om genetisk historia. Vi vet att ärftligheten är 70 %.

Även alla med längre cortison behandling borde kollas.

Även män drabbas t.ex. vid prostatacancer, (gäller även många vid annan cancerbehandling)

Det är ju inte bara skelettet som påverkas när man har benskörhet, utan alla organ i kroppen trycks ihop, vilket medför andra problem.

Vi vill verkligen ändra på detta och hoppas på ett gott samarbete med vården och Ni politiker förstås för att kunna starta en Osteoporoskola (tillsammans med Artrosskola) i samarbete med reumatologen, ortopederna, kirurgen, geriatriken och övrig sjukgymnastik. Även kostrådgivning behövs, kanske även psykologer, många på samma ställe vill säga..

Det är inte ovanligt att när man får skador i skelettet, glömmer man bort att tänka positivt, man tror att man inte kan göra saker, har ont och är rädd för att t.ex. ramla mm och det kan man ju förstå. Därför är det livsviktigt att vi kan påverka så att alla får göra sådant som är bra för hela människan, t.ex. bygga muskler, få ett starkt skelett och även hjärngymna mm.

Jag själv har tränat sedan 18 års ålder, är nu 60 år. Vid 55 års ålder, krympte jag, 5 cm på kort tid, har haft mycket värk men håller ryggen uppe, ingen Kyfos, puckel, tack vare (tror jag, finns väl ingen forskning om det) all träning jag gjort, t.ex. styrketräning, pass simning, skidåkning mm. vem vet?

Jag har även kontaktat alla vårdcentraler här i Västerbotten, ska också skriva till skolornas ansvariga. Jag förstår ju att dagens ungdomar kommer att drabbas hårt längre fram, för det är viktigt med rörelse redan vid tidiga barnår....

Vi blir fler och fler människor som blir äldre och äldre, tack vare stor forskning inom bla hjärt-kärl, cancer, diabetes mm. Nu finns det mediciner och kunskap som förlänger liv. men det medför också, att ju äldre vi blir ökar risken att drabbas av benskörhet. Antal som drabbas är 2015 70 000 /år. Kostnaderna för alla "Brott" är ENORMA. 13 miljarder. (information tidningen BOHUSLÄNINGEN 14 MAJ 2015) Ska vi kunna spara både lidande för patienter och dessa stora kostnader för samhället måste något stort hända?! Alltså måste Ni se till att det forskas mer om just benskörhet.

Vi Vill också påminna om de internationella riktlinjerna gällande benskörhet!!!!

Vi vill nu att Ni läser detta och tar till Er så mycket som möjligt.

Vi kommer gärna på besök framöver, jag ser fram emot att Ni hör av Er så vi kan boka in en passande tid, och planera för framtiden....

Tack på förhand
Med vänlig hälsning
Birgitta Johansson

ordf. i Vb Osteoporosförening
070-6771077, birgitta@ostnas.se