



Nyhet!

I fortsättningen kommer *Apnéföreningen Syd* informera sina medlemmar med ett tvåsidigt informationsblad bifogat varje nummer av *Drömläget*.

Just nu håller du den första utgåvan av informationsbladet i din hand. Föreningen har tidigare kunnat utnyttja en sida i *Drömläget* för att beskriva sin verksamhet. Nu fördubblar vi informationsflödet och samtidigt har alla medlemmar kvar möjligheten att få hem *Drömläget* till sina brevlådor. Mycket i den tidningen berör ju alla som har sömnapné syndrom, inte bara medlemmarna i Stockholmsregionen.

Vi hoppas du kommer att uppskatta den här satsningen på utökad information!

Efterlysning

Vi söker medlemmar som kan hjälpa till att lägga ut foldrar på vårdcentraler, hjälpa till vid mässor och utställningar samt informera om Apnéföreningen vid olika sammankomster.

Kontakta någon i styrelsen.

Årsmötet inramades av en intressant föreläsning

Apnéföreningen Syds årsmöte onsdagen den 25 mars i Annegården, Lund, tjuvstartade med att sex leverantörer visade upp sina produkter med flera nyheter. Vi tackar ResMed, Fisher & Paykel, Philips, SomnoMed, VeriVitas och Breas för deras medverkan. Ett extra tack går till Breas, som ställde upp som kvällens sponsor. Utan våra sponsorer står föreningen sig slätt vid våra arrangemang.



Karin Söderberg, ordförande.

Vi hade ett kort och bra årsmöte som leddes av Olle Lundborg. Karin Söderberg omvaldes som ordförande för ett år, Anders Nyberg till vice ordförande två år, Svenarne Hansson och Kent Rickbo kvarstår ett år. Olle Lundborg går upp som ordinarie ledamot från att ha varit suppleant. Carl-Axel Wildt och Christer Persson valdes till suppleanter. Ulf Johansson omvaldes som revisor med Per Lang som suppleant. Torsten Wenhov och Stefan Wallerek valdes till valberedning, men ytterligare en ledamot i valberedningen fattas.

Professor Peter Nilssons föredrag var mycket intressant och lättförståeligt, där han redogjorde för hur utvecklingen fortgår inom forskningen för att hitta samband mellan vissa sjukdomar och sömnapné. Medlemmarna var mycket intresserade av föredraget och ställde många frågor till Peter.

En annan av kvällens höjdpunkter var frågestunden med politikerna Anna-Lena Hogerud (S) och Anders Åkesson (MP), båda från regionens hälso- och sjukvårdsstyrelse. Tyvärr fick vi det beskedet att i dagsläget pågår ingen utredning beträffande prissättningen av masker för oss patienter. Så fort man drar igång en sådan kommer föreningen att kontaktas för medverkan. Både Anna-Lena och Anders uppskattade att de fick komma och ta del av våra tankar samt även att få den vetenskapliga bilden av Peter Nilsson.

Det hade kommit många medlemmar till årsmötet, cirka 40 stycken, och det blev socialt och trevligt genom att vi kunde sitta ner och dricka kaffe tillsammans och ta del av våra erfarenheter och skapa kontakter. Så tillsammans med utställare och några andra intresserade icke medlemmar var vi närmare 60 personer under kvällen, som får betecknas som mycket positiv och givande.

Karin Söderberg

Adress

Apnéföreningen Syd
Perstorpsgatan 19 C
235 33 Vellinge

Kontakt

Karin Söderberg, ordf. 0411-52 85 06
Anders Nyberg, vice ordf. 0733-74 42 54
Kent Rickbo, kassör 0768-24 00 03

Bankgiro

872-2191

E-post

apnesyd@live.se

Hemsida

apnesyd.se

Envis mamma fick Joakim att ta reson!

Hur livet är för en person med sömnapné innan han diagnostiserats och börjat behandling med CPAP beskriver medlemmen Joakim Johansson i nedanstående brev han skrivit till Apnéföreningen Syd. Tack Joakim för att du delar med dig din historia till oss andra!



Joakim Johansson.

Jag, min mor och dåvarande flickvän samt min mammas sårbo skulle i februari 2011 åka med båten till Polen från Ystad. Detta för att fira att jag blev 40 år och min mammas sårbo 60 år. Vi hade en trevlig kväll, åt gott och dansade några timmar tills vi skulle gå och lägga oss i en gemensam fyrbäddshytt klockan 02.00 på natten.

Jag somnade rätt omgående, men min mor väckte mig efter två timmar och sa att jag skakade, snarkade och fick andningsuppehåll. Jag lugnade min mor för jag ville inte bli störd i nattsömnen. Ett par månader tidigare hade jag en längre period kräkts svart blod nästan var och varannan natt. Jag gjorde då gastroskopi och det visade sig att jag hade magmunsbräck, men läkarna trodde inte att det var orsaken till att jag kräktes blod. Vad orsaken var till det visste man inte.

Min mor, som kan vara rätt envis när hon sätter den sidan till, tjtade flera månader efter Polenresan på

mig att kontakta min distriktsläkare för att få remiss till öron-, näs- och halsmottagningen i Ystad. Slutligen löd jag henne och fick tid till en bestämd, men mycket trevlig doktor, Per Emgård. Jag fick med mig hem en apparat som jag skulle ha över natten och sova med. Jag tänkte, något irriterat, *hur skall detta gå till*. Jag inte hade ju inte kunnat sova ordentligt det senaste året.

Jag sov skapligt den natten och morgonen därpå träffade jag Per Emgård igen. Han gav mig beskedet att jag hade allvarlig sömnapné syndrom med ett AHI på 68 och det längsta andningsuppehållet var cirka fem minuter; därav anledningen till att jag hade kräkts så mycket innan, för kroppen tvingade mig att vakna till liv.

Jag fick tid hos Petra Kieman, en trevlig sjuksköterska, som provade ut en mask åt mig och förklarade jag skulle betala 500 kr för en CPAP. Masken skulle jag rengöra en till två gånger i veckan, förkla-

rade Petra. För mig själv tänkte jag, *den där masken har jag på mig när jag anser mig behöva den*.

Redan första kvällen gav jag masken och apparaturen en chans. Jag tog på masken och CPAP:en startade autoset på fem i tryck. Jag kan säga att jag sov i princip hela natten utan uppehåll. Inga kräkningar och inte heller fem-sex toalettbesök som jag alltid gjort innan. Jag var helt chockad. Sovna en hel natt utan irritationsmoment. Det var nästan som trolleri!

Sedan dess har jag alltid min CPAP igång, även när jag tar en tupplur på eftermiddagen. Jag sover jätteskönt och det är underbart med den här CPAP:en. Den kommer jag aldrig att ta bort.

Jag hoppas verkligen på mer satsningar från politikernas sida så att fler får använda dessa maskiner som verkligen gör underverk. Tack för att jag fick berätta detta och jag hoppas även på god sömn för fler.

Med vänlig hälsning
Joakim Johansson

Vad händer inom Apnéföreningen Syd?

Region Skånes sjukvårdsstyrelse har beviljat oss ett anslag för 2015 på 25 000: - som vi tacksamt mottagit och som vi kommer att använda för deltagande i seminarier och för att få intressanta föreläsare till medlemsmöten samt för att delta i diskussioner med politikerna.

Socialstyrelsen håller på att utarbeta nya riktlinjer för hjärt- och kärlsjukdomar och där har man inte nämnt sömnapné varför vi har lämnat remissvar och hoppas att de kommer att ta vårt yttrande i beaktande.

Vi deltar i två Senormässor, en i Furulund i april och den stora Senormässan i Malmö den 6-8 maj. Satsning görs under året för att få fler medlemmar. Vi planerar just nu ett möte i Ystad för både medlemmar och icke medlemmar.