

StrokeKontakt

Strokeförbundets tidning

Nr 1 • 2023



Katastrofe når hela världen på Instagram
Sidorna 8–9

- Det går att förebygga stroke Sidorna 4–5
- Johan råder alla att ta en hälsokoll Sidorna 6–7
- Återträffen gynnade Strokeförbundet Sidorna 10–11



**StrokeKontakt utges
av Strokeförbundet**

Strokeförbundet är en ideell intresseorganisation för personer som insjuknat i stroke och deras närstående samt alla intresserade.

Förbundet har 65 läns- och lokalföreningar.

Ordförande

Carina Petersson

StrokeKontakt når cirka 20 000 personer som har fått stroke, närstående, sjukvårdspersonal, forskare med flera.

Ansvarig utgivare

Carina Petersson

Redaktionskommitté

Carina Petersson

Arne Kanth

Ronald Rosengren

Kerstin Holmberg

Erik Jonsson

Bild omslagets framsida

Ronald Rosengren

Adress

Strokeförbundet
Måsholmstorget 3
127 48 Skärholmen
Tel 08 721 88 20
www.strokeforbundet.se
info@strokeforbundet.se

Adressändringar

medlem@strokeforbundet.se

E-post till StrokeKontakt

info@strokeforbundet.se

Annonsansvarig

Erik Jonsson

08-721 88 23

erik.jonsson@strokeforbundet.se

Plusgiro: 441 85 42 - 9

Bankgiro: 615 5337

Strokefonden Pg. 90 05 30 - 7

www.strokefonden.se

Tel 0200 88 31 31

Swish 90 05 307



Tryck

Exakta Print AB, Malmö 2023

Manusstopp nummer 2 2023
den 8 maj 2023

Innehåll

Stroke går att förebygga.....	Sidorna 4–5
Gör en årlig hälsokoll.....	Sidorna 6–7
Katastrofe har över 150 000 följare	Sidorna 8–9
Too Much tillsammans igen efter 54 år	Sidorna 10–11
Juristen: Lättare att få ersättning vid psykiatriska diagnoser.....	Sidorna 16–17
Stöd strokeforskningen	Sidorna 18–19
Torvald har skrivit ny bok.....	Sidan 19
Bengt fortsätter äventyren efter stroke.....	Sidorna 20–21

Har du svårt att läsa tidningen?

Då kan du beställa tidningen i inläst format och välja om du vill ha den på CD-skiva. Givetvis får du även den tryckta tidningen så du kan titta i tidningen medan du lyssnar på innehållet.

Kontakta oss på förbundskansliet!

Tel: 08 721 88 20

E-post: info@strokeforbundet.se



**OBS! Glöm inte att lämna nya
uppgifter vid adressändring**

E-post: medlem@strokeforbundet.se

Tel: 08 721 88 20

Vill du inte få tidningen?

Maila till medlem@strokeforbundet.se

eller ring 08-721 88 20

Det går att undvika stroke!

9 maj 2023 är det Strokedagen. Temat för årets strokedag är: Det går att förebygga stroke!

Har man aldrig haft stroke är det förstås inte att undgå stroke som står i fokus när man funderar på att leva ett sundare liv. För hälsoeffekterna av ett bättre liv påverkar så mycket annat och förhindrar så många andra sjukdomar än stroke. Har man haft en stroke kanske man blir lite mer inriktad på att inte få en till.

Fast det gäller kanske också att vara observant när det händer saker i livet. Ifrågasätta sin livsstil och kanske justera den lite för att på det sättet ge sig själv bättre chans att slippa bli sjuk i förtid.

Under många år var jag blodgivare. Ett bra sätt att några gånger om året få en snabbkoll på hälsan. Det var här man upptäckte att jag hade högt blodtryck. Jag hänvisades till min egen hälsocentral som det heter nu. Då hette det vårdcentral.

Mätningar och kontroller och resultatet var att blodtryckssänkande behandling påbörjades.

Som den moderna människa jag var åt jag min medicin – och gick på som vanligt. Medicinen skulle ju fixa problemen. Jag jobbade oregelbundna arbetstider – mestadels kvällstid. Dessutom engagerad i föreningsliv och med mycket musik både som lyssnare och utövare.

Det höll ett tag. Tills jag en dag vaknade upp och hade fått stroke. Jag fick en månad på sjukhus och gott om tid att tänka efter. För jag hade inte tänkt

efter innan och det var det ju lätt att se att jag borde gjort.

Istället för att bara att äta min medicin borde jag kanske ha reflekterat lite över hur jag hade det och ändrat min livsstil och tagit det lite lugnare. Lära mig att säga nej ibland.

Det behövdes en blodpropp i hjärnan för att jag skulle lära mig att göra en sak i taget och dessutom låta bli att vara en extrem tidsoptimist.

Innan stroken tränade jag regelbundet – har i stort sett gjort det hela livet. Och även om jag försökte hålla goda kostvanor blev det väl då och då inte alltför nyttig snabbmat.

Träningen var till nytta eftersom jag var tvungen att lära mig gå igen. Eftersom man var van vid att träna visste man också att träning är en ständig upprepning där ett träningstillfälle inte ger några synbara resultat.

Jag hade kanske inte gjort allt jag borde göra för att undvika stroke innan jag fick en, men jag tänkte banne mig göra mitt bästa för att undvika att få en till.

Man ska inte gå omkring och tänka på vilka sjukdomar man kan tänkas få, men det är inte fel att någon gång då och då kolla sitt blodtryck och hålla koll på det som är friskfaktorer. Då minskar risken för stroke och andra sjukdomar.

Ronald Rosengren
Strokeöverlevare





Det går att förebygga stroke och TIA med



Strokedagen sker alltid andra tisdagen i maj varje år. I år sker det tisdagen den 9 maj 2023. Temat för Strokedagen 2023 är: Det går att förebygga stroke! Professor Mia von Euler svarar här på några frågor om vad man kan göra för att undvika stroke och TIA.

Vad är den enskilt bästa åtgärden att vidta för att minska risken för stroke?

– Det är inte en enskild åtgärd då olika personer har olika riskfaktorer. Rent allmänt kan man säga att den vanligaste orsaken nog är otillräckligt behandlad hypertoni (högt blodtryck). Rökning, frånvaro av fysisk aktivitet, bukfetma och högt LDL-kolesterol är andra viktiga riskfaktorer.

Mia von Euler konstaterar att högt blodtryck är den vanligaste orsaken till stroke. Foto: Ronald Rosengren



sund livsstil och koll på blodtrycket

För att minska risken för stroke bör man:

- Kontrollera sitt blodtryck, är det högt behandla och följa upp det
- Inte röka
- Röra på sig
- Äta hälsosam diet (till exempel Medelhavsdiet eller hälsosam nordisk diet)
- Gå ner i vikt om man har bukfetma

Vad kan sjukvården bidra med för att minska risken för stroke?

– Kontrollera och följa upp blodtrycksbehandling och blodfetter. Stimulera till rökfrihet, hälsosam diet och motion.

Vad kan den enskilde göra för att minska risken för stroke?

– Se förra svaret. Sen finns det viktiga risker som man inte kan göra så mycket åt, till exempel hög ålder, kön, ärftlighet med mera.

Är det något som är extra viktigt att tänka på om man redan har haft en stroke för att undvika att få en till?

– Följ de allmänna råden om hälsosam livsstil (inte röka, röra på sig, äta hälsosamt), ta de förebyggande läkemedel som föreskrivs och gå på uppföljande kontroller.

Det är självklart så att gör man vad man kan för att förebygga stroke förebygger man också flera andra sjukdomar. För stroke är inte den enda sjukdomen som går att förebygga med en sund livsstil.

Text: Ronald Rosengren

Friskfaktorer för att undvika stroke

- Rör på dig dagligen
- Undvik tobaksprodukter
- Drick måttligt med alkohol
- Håll koll på ditt blodtryck, vikten och dina kolesterolvärden
- Undvik stress

Vill du veta mer om stroke se Strokeförbundets hemsida: www.strokeforbundet.se

Mia von Euler

Professor för medicinska vetenskaper vid universitetet i Örebro.

Överläkare på Universitetssjukhuset i Örebro.

Registerhållare för kvalitetsregistret Riksstroke.

Johan Sörberg från Hela Sverige Bakar råder alla att ha en årlig koll på hälsan

Johan Sörberg hade i princip inte varit på läkarundersökning sedan han gjorde lumpen. Men ska han ge något råd för att undvika stroke är det att göra en årlig läkarkontroll.

Strax efter den senaste omgången av Hela Sverige bakar var inspelad fick han en stroke.

– Min särbo är rättsläkare och i grunden läkare. Hon har i ett par år sagt att jag borde gå och undersöka mig, ta en 50-årskoll.

– Men jag har hela tiden sagt att vi tar det sedan. Men när det inte blev av bokade tid hon på en privatklinik efter midsommar.

Det visade sig att blodtrycket var mycket för högt och blodtryckssänkande medicin sattes in och det blev remiss till läkare i Eskilstuna.



Bullfest med Johan Sörberg. Foto: Erik Olsson

– Han ville boka in en tid en vecka när jag hade så mycket att göra i Svart/Verkstan så vi bestämde tid veckan efter.

Testbageri

Bageri Svart/Verkstan är Johans testbageri på gården utanför Eskilstuna. Han har öppet lite oregelbundna tider men bageriet har blivit populärt.

– När jag har öppet har jag jättemycket att göra. Det här bageriet är inte anpassat för de här mängderna.

– Jag jobbade en vecka i sträck och det var varmt i bageriet. Jag är van att jobba mycket så det bekommer inte mig. Jag skulle till läkaren på måndagen.

– Vaknade upp och jag var trött och lite fumlig i höger hand. Ställde kaffekoppen vid sidan av bänken. Jag förknippade det med att jag hade jobbat mycket.

– Jag var hos läkaren klockan tre och jag sa till honom jag känner i kroppen att jag inte är 100 men att jag hade haft öppet en vecka och jobbat mycket.

Klockan fem kom han hem och skulle förpacka lite kött åt en vän. Innan dess släppte han ut en hund.

– När jag skulle skriva på påsarna kunde jag inte skriva. Kopplade ganska snabbt att det hade hänt något, det här är inte bra. Skulle vissla in hunden men då kunde jag inte busvissla. Fick i alla fall in honom i hundgården. Satte mig i bilen och körde in till akuten.

– Jag insåg väl att det inte var det allra smartaste men skulle gå fortast. Jag kom in snabbt och fick ligga inne en vecka.

Högt blodtryck

Det var ett högt blodtryck som fick Johan över kanten. I efterhand har han fått reda på att det funnits stroke och högt blodtryck i släkten. Annars

blev Johan lite förvånad av att få stroke eftersom han lever bra, odlar själv och är inte överviktig.

– De senaste nio åren lever jag inte ett så stressigt liv som jag har gjort innan.

Konsekvenserna av stroke är att talet är lite hackigt.

– Jag är normalt ganska rapp i käften men det kommer inte ut riktigt som jag vill. Mina närmsta vänner märker det.

– Sedan är muskelminnet borta på höger hand så det tar längre tid att baka, men jag är tvåhänt.

– Jag kan skriva men jag måste bokstavera i huvudet. Skriva litet är svårare än att skriva stort. Det är det jag märker av.

– Jag valde att gå ut med att jag hade haft stroke. När jag hade gjort det var det många som jag inte visste hade haft stroke som hörde av sig. Det är nästan som om många skäms över att ha haft stroke.

– Till en början var jag inte säker på att vi skulle kunna spela in julprogrammet med Tina Nordström. Men vi spelade in det trots allt.

Varit med från början

Johan är den ende som har varit med i Hela Sverige bakar från första programmet. 10 säsonger har det blivit hittills. Johan och producenten har redan börjat på den elfte sängen. Han är med i allt redan från första början.

– Jag skriver alla recepten, provbakar och är med vid castingen. Jag är inte bara med och bedömer utan jag får vara med på allting, det är det jag tycker är så kul.

Det blir 20 timmars material varje program. Det finns många svårigheter för hemmabagarna speciellt i början. De är i ett nytt kök och ovana vid kamerorna och att det kommer fram folk och pratar.

– Det tar tre-fyra program tills de är vana vid allt det här. Dessutom är det utomhus vilket gör det svårt när man sätter ihop utmaningarna.

Egentligen vill han inte lägga sig i hur människor lever men när han uppmanas att ge råd hur människor ska leva ger han ändå ett par råd.



Johan Sörberg i full gång i Svart/Verkstan. Foto: Erik Olsson

– Det är väl egentligen att äta allsidigt, drick gärna men överdriv inte, motionera och gå på årlig läkar-kontroll. Egentligen är årliga läkarkollen nummer ett.

Text: Ronald Rosengren

Johan Sörberg

Johan Sörberg är känd för sin medverkan i Hela Sverige bakar.

Han är bagare och konditormästare som har jobbat med både stora och små bagerier i Sverige och utomlands.

Dessutom har han varit coach för svenska bagarlandslaget.

Han har varit med i juryn för bageri-VM.

Han har dessutom skrivit flera böcker om bröd.

Bageri Svart/Verkstan är Johan Sörbergs hobbyprojekt på gården i Trantorp där han bor och som kommer att ha öppet lite då och då i mån utav tid. När hyllorna fylls med färskt bröd så får hans fantastiska grannar komma och sälja det dem odlar eller föder upp, alltifrån grönsaker, ägg, kött, korvar, blommor och ost.

Katastrofe har följare över hela världen

Annika Gaardsdal i Gislaved kan utan tvekan kalla sig influenser. Hon har ett Instagram-konto där hon dagligen gör inlägg som visar livet som fyrbarnsmamma och strokeöverlevare. Hon har över 150 000 följare över hela världen.

Katastrofe har hon kallat sitt Instagram-konto och även den hemsida där man kan läsa om hennes förutsättningar, men också köpa diverse hantverk.

– Det var min man Anders som kom på namnet, Katastrofe, berättar Annika. Innan stroke arbetade Annika som lärare, men just då var hon hemma och tog hand om barnen. Familjen bodde i



Ett rum har gjorts om till träningslokal där Annika tillbringar mycket tid.

USA eftersom hennes man jobbade för ett svenskt företag där. 17 mars 2017 fick hon en blödning ganska långt ner i hjärnstammen, troligen var det en aneurysm som brast. Hon var en månad på sjukhus i USA innan hon flyttades hem till svenskt sjukhus där hon var till oktober. Hon konstaterar att det handlar om rehabilitering i stort sett hela tiden.

– Jag känner att det går stadigt framåt, därför blir jag väldigt besviken på regionen att de inte vill ge rehabilitering.

Hela familjen

Stroke är förstås något som berör hela familjen. Det är också ett helt annat liv än innan stroke.

– Barnen får hjälpa till rätt mycket. Jag kan till exempel inte lyfta en tung gryta från spisen. Men man kan inte tvinga dem att göra något om de inte tycker det är roligt. Då får min man rycka in och göra det.

– På ett sätt känns det väldigt tacksamt. Jag kan ju göra mycket, men så finns det saker jag behöver hjälp med. Det kom en kommentar på Instagram, för ett tag sedan, som ifrågasatte hur det var för barnen och hur de skulle kunna få en normal tonårstid.

– Barnen har inte mer onormal tonårstid än någon annan. Skulle man ta bort dom från boendet? Hade det varit mer normalt? Oftast lämnar maken barnen på skolan eftersom det tar lite längre tid att komma igång på morgonen för Annika. Men ibland hämtar hon med hjälp av en assistent.

Daglig arbetsterapi

Instagram-kontot är daglig arbetsterapi. Men hennes tillvaro innehåller mycket annat.

– Jag har planer framåt där jag kopplar ihop idéer från innan stroke med hur det är nu. Men det tar



Framstegen blir en sporre till fortsatt träning.

” Jag har planer framåt där jag kopplar ihop ideer från innan stroke med hur det är nu. Men det tar sin tid. Viktigt är att fokusera på det jag kan, inte på det jag inte kan.”

sin tid. Viktigt är att fokusera på det jag kan, inte på det jag inte kan. Och träningen ger resultat som sporrar till fortsatt träning. Exempelvis som när hon kunde stå tio och en halv minut utan att tappa balansen, för inte så länge sedan kunde hon bara stå 30 sekunder.

– Då kommer jag närmare mitt mål som är att kunna gå själv så småningom. Jag försöker tänka att även om det går långsamt så går det ändå framåt.

– Jag brukar säga att inget blir bättre om jag sitter och glor på TV:n hela dagen. Om jag är i träningsrummet och övar på balansen kan det bli bättre.

Hon tränar mycket hemma med familjen, men också med personlig tränare på gymmet. Dessutom logopedövningar. Bara för att man gör mycket hemma tycker jag inte att den ofentliga vården kan dra sig tillbaka.

– Stroke är en neurologisk skada och då klarar man sig inte bara med träningsprogram.

– Opererar man exempelvis en höft blir man bra efter en tids rehab – vi har ju en livslång träning framför oss.

Samma Annika som förut

I början var det vissa problem med att människor var besvärade och osäkra när de träfades henne.

– Men folk omkring mig har ju förstått att jag är samma Annika inuti som innan. Annika tror att hon har fått så många följare just därför att hon visar att stroke kan drabba vem som helst. Följarna finns i stort sett över hela världen. Det är olika hur många kommentarer hon får. Men hon läser alla. Det är mest positiva kommentarer. Annika konstaterar att de negativa kommentarerna är väldigt läträknade.

– Jag får också många privata meddelanden och det verkar som om det finns ett stort behov av att prata av sig.

Text och bild: Ronald Rosengren

Katastrofe på digitala medier:

Instagram-konto: @_katastrofe_

Hemsida: <https://www.katastrofe.com>





Too Much spelade in pengar till Strokeförbundet

Popbandet Too Much bildades i Tierp av fyra vänner. Efter ett uppehåll på 54 år återförenades originaluppsättningen för en spelning och samlade samtidigt in pengar till Strokeförbundets verksamhet.

Redan i skolan grundades Too Much av kompisarna Anders Willén, Jorma Kujansuu, Sven-Magnus Wirblad och Curt Nilsson. Bandet nådde framgångar och 1967 slutade de på en fjärdeplats i Sveriges Radios Popbandtävling, dåtidens Idol.

I drygt ett halvsekel låg bandet nere, men i slutet av 2022 ordnade biblioteket i Tierp en utställning om popmusiken på 60-talet. Too Much fick frågan om att återförenas för att göra en spelning, men det var inte självklart för bandet att anta utmaningen. För tre år sedan fick nämligen trummisen i bandet, Curt Nilsson, en stroke.

Det blev ett ja trots allt

– Jag har kommit ganska lindrigt undan, men vänstersidan hänger tyvärr inte riktigt med. Min första tanke var att en återförening inte skulle fungera, jag har ju bara en halv kropp. Men mitt svar blev ändå ja berättar Curt.

Fram till för ungefär tio år sedan hade Curt spelat med diverse hobbyband, men nu var hans fysik annorlunda.

– Kroppen fungerar inte riktigt som förr. Men jag började träna och göra armbävningar för att komma igång igen, säger Curt, som sedan två och ett halvt år bor på ett äldreboende i Stockholm.

– Jag har det kanonbra här, men för att inte störa de andra på boendet köpte jag övningsplattor så att jag kunde sitta på mitt rum och träna. Jag har fått anpassa sättet att spela trummor och göra det så enkelt som möjligt, inga eleganta tricks.

Stort intresse för återföreningen

I början av november tog sig Curt upp till Tierp för att återförenas med sina gamla bandkompisar. Efter två dagar med repetitioner var det dags för spelning och intresset var stort.

– Tanken var först att vi skulle spela i ett mindre utrymme, men det stora intresset gjorde att vi fick flytta till en härlig konsertlokal med stor scen. Under konserten började vänsterarmen skaka efter ett par låtar, men jag lyckades hålla ihop det och vi spelade i en timme, säger Curt och fortsätter.

– Vi tog inte betalt för spelningen utan Anders kläckte idén att vi skulle be publiken swisha en gåva till Strokeförbundets verksamhet istället. Folk var givmilda och 4 125 kronor samlades in.

Text: Erik Jonsson

TOO MUCH

Jorma Kujansuu, bas och sång

Anders Willén, kompgitarr

Sven-Magnus Wirblad, sologitarr

Curt Nilsson, trummor



Too Much återförenade efter 54 år. Övre raden från vänster Curt Nilsson, Anders Willén.
Nedre raden från vänster Jorma Kujansuu, Sven-Magnus Wirbladh. Foto: Privat

Föreningsrepresentanter träffas i Södertälje i juni

Strokeförbundet håller representantskap och ordförandekonferens i Södertälje den 16-18 juni 2023. Alla föreningar har rätt att skicka en person till ordförandekonferensen och varje länsförening kan skicka ett ombud till representantskapet. Förbundet bekostar resa, hotell och mat för föreningarnas representanter.

Kallelse kommer att skickas ut till föreningarna en månad innan så det är viktigt att rapportera in ombud och representanter till förbundet senast 10 maj på kanslist@strokeforbundet.se eller 08-721 88 20.



Varmare tvätt av hjärnan vid operation mer effektivt

Blödning mellan skallben och hjärna, subduralblödning, drabbar främst äldre och uppstår oftast efter lättare slag mot huvudet.

Behandlingen är operation där vätskan töms ut genom ett borrhål i skallbenet. Därefter sköljer man rent med spolvätska på hjärnytan för att kvarvarande blödningsrester inte ska växa till sig igen och orsaka återfall. I dag är detta den vanligaste hjärnoperationen i Sverige.

Med en enkel metod kan antalet omoperationer vid blödning under skallbenet halveras. Det visar en studie vid Göteborgs universitet. Metoden går ut på att rumstempererad spolvätska vid kirurgin byts mot kroppstempererad vätska. Studiens förstaförfattare är Andreas Bartley, doktorand i klinisk neurovetenskap på Sahlgrenska akademien vid Göteborgs universitet, och neurokirurg på Sahlgrenska Universitetssjukhuset.

– Att man med en så enkel åtgärd kan minska antalet återfall och därmed omoperationer har stor betydelse framför allt för att minska onödigt lidande hos denna äldre patientgrupp, säger han.

▼ ANNONS



Intensiv rehab i berikad miljö för dig med stroke eller annan neurologisk skada

hedlarehab.com

Hedla
intensive rehab



Ny modell för rehabilitering i hemmet efter stroke

Högskolan Dalarna får 4 miljoner kronor för att ta fram lösningar för bättre vård i hemmet efter stroke.

Varje år får 25 000 personer i Sverige en stroke. Många drabbas efter det av funktionsnedsättningar som kan leda till begränsningar i vardagen, begränsningar i aktiviteter och minskad delaktighet i samhället. Trots det fokuserar den traditionella rehabiliteringen till största del på att förbättra personens fysiska funktioner.

– Hemmiljön är en stor del av människors vardag och därför bör den tas med som en utgångspunkt i vård och rehabilitering som sker där. Det görs inte i tillräckligt stor utsträckning idag och det vill vi förändra, säger Marie Elf, professor i omvårdnad vid Högskolan Dalarna.

Det nya projektet som finansieras med fyra miljoner via Formas (Formas är ett statligt forskningsråd för

hållbar utveckling) bygger på erfarenheter från tidigare studier.

– Nu kan vi utveckla en modell som bygger på erfarenheter från våra tidigare studier där vi har studerat hem- och närmiljöns betydelse för hälsa och delaktighet bland personer med stroke som rehabiliteras hemma, säger Marie Elf.

Den nya modellen tas fram för att användas i vården, den förväntas leda till förbättrad livskvalitet, ökad mobilitet utanför hemmet och snabbare återhämtning hos den stora gruppen av personer som rehabiliteras hemma efter en stroke. Modellen skall utvecklas tillsammans med viktiga intressenter såsom personer med stroke och de som arbetar med strokerehabilitering. Dessutom kommer kunskapen att snabbt kunna överföras till vårdutbildningar eftersom alla forskare i projektet är engagerade i utbildning från grundnivå till forskarutbildning.

ANNONS ▼

- ✓ Låg vikt
- ✓ Kompakt & smidig
- ✓ Ta med i egen bil
- ✓ Ta med på flyget
- ✓ Lång körsträcka

Få friheten tillbaka med en hopfällbar elrullstol!

Eloflex gör det möjligt att leva ett aktivt liv med promenader, resor och utflykter. Ta med den i en vanlig personbil och på flygresan. Med en lång körsträcka på 30 km kan du vara igång hela dagen.

ELÖFLEX

Åtta procent patienter med propp fick trombektomi i Sverige

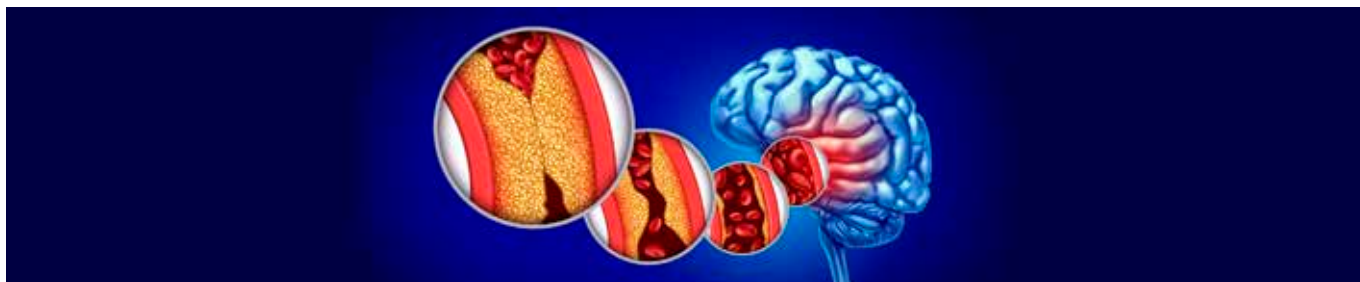
Statistik från Riksstroke och EVAS-registret som släpptes i slutet av 2022 visar att 8,2 av patienterna som hade ischemisk stroke fick trombektomi under andra halvåret 2021 och första halvåret 2022. Totalt utfördes 1306 trombektomier under perioden vid något av de 7 trombektomicentra som finns i Sverige. Mellansverige, Stockholm, Västra Götaland och Södra utförde mellan 220 och 290 trombektomier vardera medan Norra utförde 97 och Sydöstra 79.

Antalet trombolysbehandlingar varierade mellan 298 och 481 i de olika regionerna. Antalet patienter som fått reperfusionbehandling (trombektomi och/eller trombolys) varierade mellan 357 och 656. När man läser siffrorna ska man ha i åtanke att regionerna kan skilja sig åt både befolkningsmässigt och geografiskt.

Andra intressanta siffror som redovisas är att 38 procent av alla strokepatienter kommer till sjukhus inom 4,5 timmar från insjuknandet. 57 procent kommer till sjukhus inom 6 timmar från insjuknandet. 35 procent kommer till sjukhus 6–24 timmar från insjuknandet.

EVAS-registret är det Nationella kvalitetsregistret över endovaskulär behandling vid ett strokeinsjuknande orsakat av en propp i ett av de stora kärlen som försörjer hjärnan. EVASregistret har funnits sedan 2012.

Riksstroke är ett nationellt kvalitetsregister för strokesjukvård främst riktat till hälso- och sjukvårdspersonal samt beslutsfattare inom sjukvården. Registret stöds sedan 1994 ekonomiskt från Socialstyrelsen och Sveriges Kommuner och Regioner.



▼ ANNONS



Rehabilitering i naturskön miljö

Mälargården Rehab Center ligger naturskönt vid Mälaren i Sigtuna nära Stockholm. Mer än 40 års erfarenhet av framgångsrik neurologisk rehabilitering, kunnig och engagerad personal. Lokaler med 34 graders varmvattenbassäng, gym och gymsal. Enkelrum med dusch/WC och vi lagar all mat själva från grunden. Vi har avtal med flera landsting och hälsar dig välkommen till oss i Sigtuna. Remiss skickas direkt till oss för bedömning. Vi tar även emot elektroniska remisser via journal-systemet TakeCare.

Mälargården
Rehabilitering som gör skillnad

Läs mer på vår hemsida: www.malargarden.se | Telefon växel: 08-59 49 36 30

Läkaren som önskar att en stroke gjorde mer ont

Forskaren och läkaren Michael Mazya konstaterar att stroke för de allra flesta är en relativt smärtfri sjukdom vilket förmodligen är anledningen till att många dröjer med att söka vård.

Han berättar om hur man känner igen de typiska symtomen om riskfaktorer och hur forskning har förbättrat omhändertagande och behandling. Det gör han i Karolinskas podd Medicinvetarna. Det är avsnitt 108 som handlar om stroke.

En stroke beror oftast på att det bildats en propp i ett blodkärl som försörjer hjärnan – en proppstroke. Men det kan också orsakas av en hjärnblödning. Behandling beror på orsak men i båda fallen är det bråttom.

– Vid en proppstroke i den mellersta hjärnartären dör cirka 2 miljoner hjärnceller per minut. Visserligen har vi runt hundratals miljarder men ju snabbare man kan få loss proppen desto större chans till överlevnad och bättre återhämtning efteråt, säger Michael Mazya, läkare och patientflödesansvarig för Stroke under Medicinsk enhet neurologi på Karolinska Universitetssjukhuset och docent vid institutionen för klinisk neurovetenskap, Karolinska Institutet.



Michael Mazya önskar att en stroke gjorde mer ont eftersom det skulle innebära att patienterna kom snabbare under vård. Foto Andreas Andersson.

I avsnittet sammanfattar han det viktigaste du behöver veta om stroke och berättar om en udda variant av stroke (den märks genom att personen inte längre kan namnge de fem olika fingrarna), varför rökning är så stor riskfaktor (det skadar blodkärlen och snabbar på deras åldrande) och ger sitt bästa tips på populärvetenskaplig skildring av sjukdomen (My stroke of insight/Min stroke av Jill Bolte Taylor).

ANNONS ▼



Stötta Strokeförbundet genom en prenumeration

Folkspel är föreningslivets eget lotteribolag. En ideell organisation, där **Strokeförbundet** är en av våra medlemmar och som sedan starten 1991 genererat ett överskott på över 17,5 miljarder. Pengar som oavkortat gått till Sveriges klubbar, föreningar och organisationer.

Bara det senaste året har vi på ideella Folkspel gett 320 miljoner från försäljningen av bl.a. bingoletter och Sverigelotter.

Just nu kan du stötta Strokeförbundet genom att teckna en prenumeration.



Stötta här!

Ny bedömning av undersökningsfynd i sjukintyg

Länge har Försäkringskassan krävt undersökningsfynd i sjukintyg vid sjukpenning oavsett vilken sjukdom som ger arbetsoförmågan. Nu har Högsta förvaltningsdomstolen prövat kravet på undersökningsfynd i en dom som i vissa fall ger lättnader från det kravet.

I 27 kap. 25 § första stycket i socialförsäkringsbalken anges att den försäkrade genom läkarintyg ska styrka att arbetsförmågan är nedsatt på grund av sjukdom. Det innebär att det är den försäkrade som har bevisbördan för att hens arbetsförmåga är nedsatt på grund av sjukdom i sådan omfattning att hen har rätt till sjukpenning.

Försäkringskassan kräver oftast vid bedömningen av rätten till sjukpenning att det ska föreligga dokumenterade undersökningsfynd för att sjukpenning ska beviljas. Med undersökningsfynd menas fynd som kommer fram genom till exempel undersökning, provtagning och mätning. Psykiat-

riska diagnoser går ofta inte att ställa med hjälp av undersökningsfynd. Vid diagnostisering av dessa är det ofta patientens egna berättelse, självskattning och läkarens iakttagelser som leder fram till en diagnos.

Mätbar fynd

Fram tills nu har det varit svårt att få ersättning från Försäkringskassan vid sjukdom om den inte ger upphov till symptom/begränsningar som är konstaterbara genom undersökningsfynd. Det kan vara fråga om psykiatriska diagnoser som exempelvis utmattningssyndrom, depression och ångest. Uppgifter från den försäkrade och läkarens iakttagelser har inte varit tillräckliga för att ge rätt till sjukpenning eller sjukersättning. Kravet har varit att läkaren ska kunna visa på undersökningsfynd som stödjer läkarens slutsats.

Det har länge riktats kritik mot denna ordning då psykiska begränsningar är svårare än fysiska att mäta och kunna skriva ner undersökningsfynd för.

” Domstolen poängterar att ett läkarintyg där bedömningen huvudsakligen grundas på den enskildes egen beskrivning av sitt tillstånd kan vara tillräckligt för beviljandet av sjukpenning.”

Dom i högsta instans

Nu har Högsta förvaltningsdomstolen i en dom prövat frågan om kravet på undersökningsfynd i sjukintyg är nödvändigt vid vissa diagnoser. I denna dom kommer de fram till att undersökningsfynd, i vissa fall, inte ska vara ett krav i ett sjukintyg för att en patient ska få rätt till sjukpenning.

Frågan i målet var i vilken grad Försäkringskassan kan ställa krav på undersökningsfynd vid sjukintyg upprättade av läkare när det kommer till psykiatriska diagnoser (till exempel utmattningssyndrom, depression, ångest). Enligt Högsta förvaltningsdomstolen krävs inte att det i det medicinska underlaget redovisas undersökningsfynd som bygger på annat än läkarens iakttagelser och uppgifter från den enskilde. Domstolen poängterar även att ett läkarintyg där bedömningen huvudsakligen grundas på den enskildes egen beskrivning av sitt tillstånd kan vara tillräckligt för beviljandet av sjukpenning.

Högsta förvaltningsdomstolen skriver i sin dom: ”Läkaren ska således även i dessa fall göra en bedömning av vad som talar för att det aktuella tillståndet föreligger samt beskriva vilka funktioner som påverkas av tillståndet och vilken aktivitetsbegränsning det medför. Ju längre den försäkrades besvär består desto större möjligheter bör det finnas för läkaren att säkerställa och fördjupa bedömningen. Detta innebär att det ofta med tiden bör kunna ställas högre krav avseende läkarens bedömningar för att det ska anses vara sannolikt att arbetsförmågan är nedsatt i den grad som fordras för att sjukpenning ska lämnas.”

Den försäkrades uppgifter kan räcka

Högsta förvaltningsdomstolen skriver vidare i sin dom:

”Däremot krävs alltså inte att det i det medicinska underlaget redovisas undersökningsfynd som bygger på annat än läkarens iakttagelser och uppgifter från den försäkrade. Även ett läkarintyg där bedömningen huvudsakligen grundas på uppgifter från den försäkrade kan vara tillräckligt för att det ska anses vara sannolikt att den försäkrade saknar förmåga att utföra den typ av arbete som prövningen av rätten till sjukpenning avser.”

Det konstateras alltså i domen att en läkares bedömning av psykiatriska tillstånd i stor utsträckning måste utgå från vad patienten själv säger och att det avgörande för prövningen av rätten till sjukpenning är läkarens värdering och bedömning av uppgifterna i kombination med läkarens eventuella egna iakttagelser.

Hur Försäkringskassan kommer att tolka domen och vilka tillstånd den kommer att vara tillämplig för får tiden utvisa. Påtaglig trötthet och kognitiva begränsningar bör vara tillstånd som omfattas av slutsatsen i domen.

Källa:

- HFD 2022 ref. 47 (Högsta förvaltningsdomstolen meddelade den 16 november 2022 följande dom (mål nr 5070-21 och 5071-21)).
- 27 kap. 25 § första stycket socialförsäkringsbalken



Du som är medlem har rätt till ett kostnadsfritt samtal om strokerelaterade frågor med vår jurist Patrik Magnusson. Han nås på 0707 71 61 92. Om han inte svarar, lämna ett meddelande så ringer han upp.



90 KONTO | **SVENSK
INSAMLINGS
KONTROLL**

Svensk insamlingskontrollens logga är ett tecken på att 90-kontot uppfyller de höga krav som ställs på innehavaren av ett 90-konto.

Stöd strokeforskningen

Stroke är ett stort samhällsproblem och Strokeförbundet jobbar aktivt för att minska problemet med stroke. Vi samlar in gåvor till Strokefonden från framför allt privatpersoner för att stödja strokeforskning och att öka kunskapen om stroke. Som insamlingsorganisation med 90-konto är vi anslutna till Svensk Insamlingskontroll vilket innebär en kvalitetsstämpel.

Förra året samlade vi in nästan åtta miljoner kronor. Vi använder pengarna till just forskning och att höja kunskap om stroke. Gåvorna kommer bland annat in från testamenten och minnesgåvor. Det är hedrande att våra gåvogivare tänker på Strokefonden vid livets slutskede.

Strokeförbundet jobbar för att färre ska få stroke, att de som får stroke kan behandlas så snabbt som möjligt och att vården och rehabiliteringen gör att fler ska komma vidare efter stroke och kunna leva ett värdigt liv.

Pengar till strokeforskningen fördelas utifrån förslag från ett vetenskapligt råd under ledning av professor Katharina Stibrant Sunnerhagen vid Göteborgs universitet.

I november 2022 delade vi ut nästan 4,4 miljoner kronor i forskningsanslag till 44 olika projekt. Alla

medel som fördelas fokuserar på olika delar av stroke inklusive situationen för anhöriga och närstående. Styrelsens prioriterade områden är patientnära forskning och rehabilitering.

Hjälp oss i kampen mot stroke!

Arne Kanth
Verksamhetschef

Fakta

För många kan det kännas avlägset att skriva ett testamente. Det kanske upplevs som komplicerat eller är något man vill skjuta på framtiden. Att skriva sitt testamente behöver inte alls vara svårt och vi kan ge dig handledning på vägen.

Ring oss på 0200-88 31 31!

Du kan också läsa mer på:

<https://strokeforbundet.se/stod-oss/testamente/>

Torvalds bok ska hjälpa och inspirera

Strokeöverlevaren Torvald Engvall har tio års erfarenhet av att leva med stroke och 11 000 tränings-timmar i bagaget. Med boken Patientglasögon, proffs och lekmän är bäst vid träning efter stroke!! vill han hjälpa och inspirera andra.

I boken utgår Torvald från sina egna erfarenheter och ger många handfasta råd. Hans språk är tydligt med olika praktiska exempel som gör att man kommer nära verkligheten.

– Utgångspunkten är att boken ska hjälpa andra och att den ska bidra till förbättrad rehabilitering. Jag har skaffat mig erfarenheter under åren som jag vill dela med mig av. Boken innehåller konkreta tips för den som är drabbad av stroke och dess närstående, säger Torvald.

Boken är relevant även för frivilliga och yrkespersonal och inte minst de som utbildar sig för att arbeta med dessa patienter. Med patienten i centrum beskriver han hur en organisation av rehabiliteringen skulle kunna fungera på lång sikt.

– Att patienten och dennes anhöriga ska få ett bättre liv är det som är allra viktigast, understryker Torvald.



Torvald och fysioterapeuten Conny Bergqvist har spenderat många timmar tillsammans.

– Torvald har verklig talang att inse vad som är viktigt vid rehabilitering. Typiskt för honom är också att han har en uttalad vilja att hjälpa och inspirera andra, säger Eva Lilliecreutz, specialist inom neurologisk fysioterapi, Universitetssjukhuset i Linköping.

Text: Erik Jonsson
Foto: Leif Jonsson

Bokens namn: Patientglasögon, proffs och lekmän är bäst vid träning efter stroke!!

Författare: Torvald Engvall

Tryckning: Föreningshuset Fontänen i Linköping

Pris: 135 kr + porto

Beställning: www.fontanen.se eller telefon 013–101 719





Bengt Rodin och Holger Bernhardsson paddlar i Stockholms Norra Skärgård. Foto: Per Lind

För mer information
om Bengt och boken:
bengt-rodin@bredband.net

Med lite anpassningar fortsätter Bengt Rodin sitt äventyrliga liv

Bengt Rodin har intresserat sig för vildmarken och paddlat kajak på många platser i världen. Den 15 november 2017 fick han en stroke med förlamning. Han låg på sjukhus i 3 veckor och fick sedan träning av ett stroketeam. Hans mål var att fortsätta att paddla kajak och vistas i naturen.

Bengt visar på att det går att fortsätta med sitt stora intresse. Med en anpassad kajak kan han fortsätta att uppleva naturen även om resorna idag är lite mindre äventyrliga än före strokeanfallet.

Bengt kan nu paddla i en enmanskajak men han har alltid någon annan med sig. Han behöver stöd för att ta sig i kajaken, han har satt fast ett hand-

tag/en flaggstång att hålla sig i, då klarar han ombordstigningen själv. Sittplatsen har han höjt upp så han sitter lite högre. Det är små justeringar som gör att det fungerar.

Bengt hade ett föredrag för Strokeföreningens medlemmar i Örebro. Det blev diskussion om erfarenheter av förmågor och begränsningar före och



Bengt Rodin föreläste för Strokeföreningens medlemmar i Örebro. Foto: Inga Blomstrand



Det svåra är att ta sig ner i kajaken. Foto: Per Lind



Rollatorn kommer till hjälp när man ska ta sig upp ur vattnet.



Rollatorn är användbar också som kanotvagn.

efter stroke. Ett fint utbyte av upplevelser. Gruppen kunde enas om att stroke också givit möjligheter till förändringar. Flera bekräftade att de numera lever ett sundare liv, än de gjorde tidigare. Han har också skrivit en bok om sitt kajakliv efter stroke som heter Att återgå till livet efter stroke.

Text: Inga Blomstrand

Uttryck från pandemitiden blev utställning i Malmö

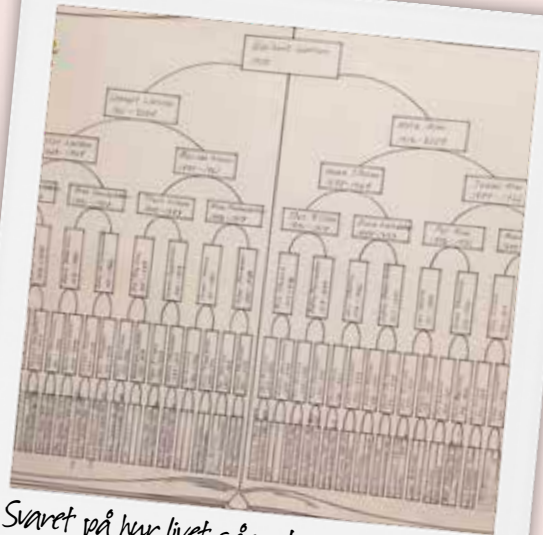
Strokeföreningen Malmö höll under december en utställning på Föreningscenter Nobel 21.

När föreningen frågade sina medlemmar hur livet sett ut under tiden med pandemin kom svaren i en mängd olika former. Det var allt från släktforskning, textilhantverk, akvareller, oljemålningar, fotografier och texter. Det blev en utställning.

Anne-Grethe Holt är en del av Kulturverksamheten inom Strokeföreningen Malmö.

– Vi vill visa att det i situationer som pandemin inte nödvändigtvis måste handla om att ställa in, utan om att ställa om, sade hon om utställningen.

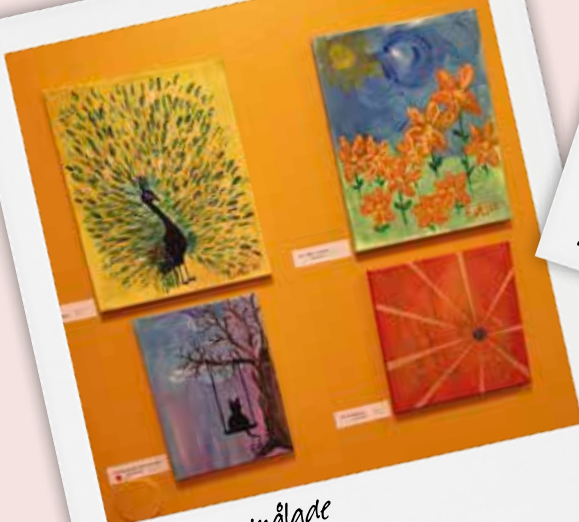
Foto: Kerstin Holmberg



Svaret på hur livet såg ut under pandemin kunde exempelvis vara ett släkttreid.



Svaret på livet sett ut under pandemin kunde också vara textilarbeten eller akvareller.



Eva Ekman målade i olja under pandemin.



Bosse Andersson, Holmsund
underhåll på julfesten i Umeå.



Ordförande Christer Bäckman och Bosse
Andersson delar ut vinst till Pär Miedbach.

Hög stämning i Umeå

Strokeföreningen Umeå med omnejd höll traditionsenlig julfest på Sjuans mötesplats den 1 december.

Kvällens underhållare Bosse Andersson, Holmsund, startade sin underhållning medan gästerna bänkade sig.

Ordförande Christer Bäckman hälsade alla välkomna. Det serverades en jultallrik med kallskuret i olika former med potatis till samt småvarmt.

Emellanåt kunde man bry sin hjärna med ett batteri med frågor av vitt skilda slag – sport, världshändelser, historia.

Då och då klev Bosse Andersson upp på scenen med sin gitarr och han levererade mycket väljudande sång och musik ur de flesta genrer. Det var exempelvis Sven-Ingvars, Elvis och Cornelis. Julsånger saknades förstås inte och då blev det allsång.

Som sista punkt på programmet stod prisutdelning till de som lämnat in det besvarade frågeformuläret. Det var så många som svarat alla rätt att man fick lotta ut vinsterna.

Sist riktade ordförande ett varmt tack till Bosse Andersson och gästerna för den höga stämning som rått under kvällen.

Text och foto: Görel Lindahl



Jenny Marmsten och pappa
Douglas Hallöf trivdes på julfesten.



Ugnsbakad kyckling med klyftpotatis

Denna goda allt-i-ett-kyckling med potatis innehåller nio ingredienser och är perfekt när man är många runt bordet. Låt kycklingen gotta sig i marinaden över natten för maximalt med smak.

Ingredienser (4–6 portioner)

- 4–6 kycklingfiléer
- 1 dl olivolja
- 6 klyftor vitlök, skivade
- 2 tsk chiliflakes
- 2 citroner, rivet skal och saft av
- 1 tsk svartpeppar, nymalen
- 6 potatisar
- salt
- färsk bladpersilja, hackad

Gör så här

1. Blanda olivolja, vitlök, chili, citronsaft och skal i en bunke. Lägg ner kycklingfiléerna och låt marinera över natten.
2. Sätt ugnen på 225 grader. Skala och klyfta potatisen.
3. Koka klyftorna i lättsaltat vatten i cirka 10 minuter, de ska vara nästan klara.
4. Låt dem rinna av och lägg ut dem i en ugnsfast form tillsammans med kycklingfiléerna. Häll över lite av marinaden, salta och blanda runt potatis och kyckling.
5. Stek i ugn i 30–40 minuter eller tills kycklingen är genomstekt och fått färg. Strö över lite bladpersilja.

Sudoku

Lös ett sudoku genom att placera ut siffrorna 1–9 på spelområdet så att varje siffra bara finns en gång per rad, en gång per kolumn och dessutom bara en gång per större ruta. Lösningen hittar du på sidan 27.

Lätt

	1					5		
2				7		8		1
			3				9	
							1	6
		9	7					
	2		5	8	9			
		8	2				3	5
6				9				
	7			5				

Svårt

					9			6
		6	5	7	3			
					1		5	
2		4					6	5
	9			5		1		
								3
	1			2	7			
	4	9		1		2		
	8						7	

Vårkrysset

Ett kryss att lösa när våren kommer. Se bara till att det är inskickat senast 8 maj 2023 om du ska vara med i utlottning av Sverigelotter som är vinsten. Adressen finns på sidan 27.

										KLARHETSREFERENS	SYSSLAR MED AVSKRIVNING	PÅ RESA MED STIGHELMER	GÖR PARET SAMSPELT	ÄR KANSKE BARA EN ILLUSION?	BLIR LYCKA IHOP MED JACK	BÖR ROLL-INNEHAVARE KUNNA	KORTARE CHEF
										PLOMBHOT							
														ANDLIG VÄGLEDARE STÅR PÅ SPEL			
										GÖR SMÅTT TILL STÖRT							
										KAN PRICKAS			ROBERTSON HÖJDARLÅGE		TRÄFFAS		MISSLJUD
										SÄDAN VISA ÄR FÖGA LUSTIG							
HAR SINA KANALER				BITTERT I BAR FRAMPARTI			BRUKAR BÄGFIL										
FRAN TRI-POLI	VÄXT PÅ LAND SOM BLIR DJUR I HAVET	SPRITT TOXIN	KVAR EFTER FEST	SVÄVANDE	HÖGER I LONDON	HAR KLUVEN BLANKT SED	UPP-SATS	GÅR SOMLIGT TÖS I MAINAU	HAR VIT VERKSAMHET	ÄMNA KAN VARA AV YRTYP	TIG-ÄMNE LÄGGA TILL						
SPEKTAKULAR SPEKTRAKULAR					VON ESSEN LACK			GRÄSLATT SMÅTT MÅTT	BRUKAR BLEV MÖR FÖRST		STÅR FÖR UNDERHÅLLNINGEN						
GER TRÅ FÄRG-TON				MÖBEL-MATERIAL BRUKAR GRIPEN?													
		GÖRA EN STEK NATTLINNE				ALP-DRAG HELA SURVEN			EFTER ECU EJ ÖVER NIO								
RUM FÖR RÖRELSE			VÄXER UPP PÅ MJÖLK OCH GILL		INMUNDIGA MÅ PYTON		GEOLOGISK ENHET	FRAMSIDA PÅ MYNT GNÄLL			FORMELL ANMÄRKNING						
FRAN NÖD-STÄLLD HAR SKÅL			BILDAR BRITTER			AMATÖR NOBEL BRIT-TISKA				GÖR VITNE TÄNDS FÖR SALVA							
BILDAR ALLIERADE	KLIVA I DRIVA	KORT OM STORLAG GRÖNFÄRGAR			HAN MED TESLA FILM-FESTER			HANDE MED SIG	OSTTOPP VÄLLAR VILLOR		BLOTTAT						
ÖVER-DRAG				GÖRA KRYPT-TISKT GRANIT			KYRKORÄN MOT TOPPEN				HEMLIG BYRÅ TROLL-MOR						
			ÄR VALSEN SYSS-LÄR MED				KOMMER INTE PÅ FRÅGA STÖT										
INGEN KO PÅ ISEN					RÖR SIG I DAMM AVSLUTAR VECKA			VERKS-CHEF VARU-HUS		TAR I TRÅ FRÖKEN-FACK							
FALLER UTAN BULLER			VASA-VIRKE			TAR GARNNA ALLT			KLACK-ARNA I TAKET								
TILKOM-MER I RENA ILSKAN							DEN ÄR FÖR-KRÖS-SANDE				SVANTE DREJENSTAM						

©MEDIAKRYSS

Vårquiz

Våren har förstås kommit olika långt i vårt avlånga land när den här quizen kommer till läsarna. Vi kallar det ändå för vårquiz och det kommer att finnas lite koppling till vår i en del frågor – dock inte alla. Rätta svaren på sidan 27.

1 Ordet vår kan betyda olika saker beroende på hur det används. Vilken ordklass tillhör det i meningen: *Vår båt läcker mycket.*

- 1. Pronomen
- X. Adjektiv
- 2. Adverb

2 Vilken vitamin finns det mycket av i fet fisk?

- 1. A
- X. D
- 2. E

3 Vilken uppfinning förknippar man James Watt med?

- 1. Glödlampan
- X. Ångmaskinen
- 2. Kylskåpet

4 Vilken tro hade hugenotterna i de franska religionskrigen på 1600-talet?

- 1. Katoliker
- X. Protestanter
- 2. Judar



5 Vad hette pappan i den tecknade serien Barna Hedenhös?

- 1. Ben
- X. Sten
- 2. Urax

6 Ja visst gör det ont när knoppar brister. Varför skulle annars våren tveka?

Detta är en välkänd inledning på en dikt av en välkänd poet. Vem?

- 1. Karin Boye
- X. Edith Södergran
- 2. Anna Maria Lenngren

7 När sattes den första gatubelysningen upp i Stockholm?

- 1. 1800-talet
- X. 1700-talet
- 2. 1600-talet

8 Vilken mediakoncern äger sajten "hitta.se"?

- 1. Stampen
- X. Schibsted
- 2. Bonnier

9 ICE är ett snabbtåg, men i vilket land?

- 1. Tyskland
- X. Frankrike
- 2. Sydkorea

10 Vilken barnsjukdom orsakas av samma virus som orsakar bältros?

- 1. Mässling
- X. Vattkoppor
- 2. Röda Hund

11 Brunbjörnen är det största rovdjuret i Sverige. 2018 gjorde man en uppskattning av hur många björnar det finns i Sverige. Hur många är det?

- 1. 1900
- X. 2900
- 2. 3900

12 Vem är skådespelaren Drew Barrymors gudmor?

- 1. Sophia Loren
- X. Ingrid Bergman
- 2. Joan Collins



Välkommen till Sveriges första assistansbolag

I slutet av 70-talet var Mikael Särnmark med om en olycka som gjorde honom rullstolsburen och i behov av daglig hjälp från hemtjänst. Det funkade inte särskilt bra. Därför startade Mikael, tillsammans med Cecilia Ekholm, Sveriges första assistansbolag 1992.

Viljan att leverera den bästa personliga assistansen är vad som fortfarande driver oss. Inga stora vinster hamnar i riskkapitalisters fickor och det mesta återinvesteras i verksamheten.

Idag är Särnmark ett av de största assistansbolagen i Sverige med kunder över hela landet. Hos oss får du bland annat kostnadsfri juridisk hjälp, bemanningsgaranti och koll på varje krona som rör din assistans ekonomi.

Har du en fråga? Våra informatörer svarar gärna: 010-498 99 90, kontakt@sarnmark.se.
Läs mer på www.sarnmark.se.



FRI &
JURIDIK

BEMANNINGS
GARANTI

KOLL PÅ VARJE
KRONA

Särnmark.
Personlig assistans