



1983-2003
VELFERÐ
Afmælisblað





Við hlustum



Litið yfir farinn veg

Landssamtök hjartasjúklinga urðu 20 ára 8. október sl.

Ástæða er til að þakka frumherjunum þeirra mikilvæga starf þegar samtökin voru stofnuð.

Ingólfur Viktorsson var þar í fararbroddi og þeir sem þekkja hann sjá fyrir sér eldhugann Ingólf þar sem hann kallar fleira fólk til liðs við þessa hugmynd.



Vilhjálmur B.
Vilhjálmsson

Nú þegar tuttugu ár eru liðin lítum við yfir farinn veg og sjáum að þetta starf var farsælt strax í upphafi. Þegar að hjartaskurðeild á Landspítalanum var stofnuð stóðu Landssamtökin að veglegri gjöf til spítalans.

Síðan hafa samtökin lagt mikla áherslu á tækjakaup í þágu lækninga og endurhæfingar.

Er talið að á núvirði sé andvirði gjafa í þessu skyni um 300 milljónir króna.

Alla tíð síðan hafa samtökin staðið fyrir öflugum kynningar- og fræðslustarfi með útgáfu fræðslubæklinga og tímaritsins Velferðar ásamt því að stofna félagsdeildir víðs vegar um landið.

Alls eru nú 11 félög innan samtakanna og er Neistinn, styrktarfélag hjartveikra barna, þar með talinn.

Samtökin ásamt Rauða krossi Íslands eiga íbúð við Lokastíg í Reykjavík sem leigð er hjartasjúklingum og aðstandendum þeirra.

Þá má nefna merka nýjung sem er Hjartabókin ætluð hjartasjúklingum þar sem læknar og hjúkrunarfólk skráir inn lyf og aðrar leiðbeiningar fyrir sjúklinginn og er gert ráð fyrir að þessi bók fylgi sjúklingnum. Þannig getur viðkomandi fylgst með framvindu mála varðandi heilsufar sitt.

Einnig má benda á Styrktarsjóð hjartasjúklinga sem nú er mjög öflugur og veitir styrki til hjartasjúklinga eftir ákveðnum reglum.

Samtökin hafa ávallt leitast við að hafa góð samskipti við stjórnvöld og hafa þau fengið styrki til starfseminnar.

Mikilsvert er hvað samtökin hafa fengið marga góða einstaklinga til starfa, en langflestir þeirra hafa kynnst hjartasjúkdómum af eigin raun.

Í þessu afmælisriti, sem gefið er út í tilefni 20 ára afmælisins er saga Landssamtakanna í hnotskurn, þar kemur glöggt fram að jákvæð hugsun og dugnaður forystumanna hefur alla tíð ráðið för.

Ástæða er til að fagna þessum áfanga og óska Landssamtökum hjartasjúklinga til hamingju með áfangann og megi sami kraftur fylgja starfi samtakanna næstu tuttugu ár.

Vilhjálmur B. Vilhjálmsson,
formaður Landssamtaka hjartasjúklinga

Helstu efnisatriði

Hver er næstur.....	6
Öldrunarrannsókn.....	19
Sjö landsþing að baki.....	22
Hjartasjúklingar hafa náð samband við	
hjartalækna sína.....	28
Litið til baka.....	33
Ég var aldrei kvíðinn.....	37
Frá starfi deildanna.....	40
Happdrætti SÍBS.....	55
Með sömu gervihjarta- lokuna í 40 ár.....	56
Heimsókn í Bjarg.....	57
Barátta öryrkja.....	58
Fyrsta hjartaskurð- aðgerðin.....	62
Heimsókn í FSA.....	66
„Ef mitt hjarta yngist brátt“.....	70

Um blaðið

Landssamtök hjartasjúklinga eiga sér þegar merka sögu sem reynt er í aðalatriðum að segja frá í þessu blaði. Blaðið er fyrst og fremst hugsað sem söguleg heimild fyrir félagsmenn, en um leið er sögð saga um óvenjulega sam-



Sigurjón Jóhannsson.

stöðu og dugnað stórs hóps hjartasjúklinga sem tók hluta af heilbrigðismálunum í sínar hendur með söfnunum og fjárhagslegum stuðningi við stofnanir á borð við Landspítalan,

Borgarspítalan og Reykjalund og síðar með stuðningi við HL stöðvarnar í Reykjavík og á Akureyri.

Árangur starfsins er mjög sýnilegur því óvída er staða hjartalækninga betri en hér á landi og margir fullyrða að í endurhæfingartilboðum stöndum við fremstir allra.

Þetta er að sjálfsögðu mörgum að þakka og við erum bara einn hlekkur í

langri keðju. En við höfum átt erindi sem erfiði og ætlum áfram að vera í fararbroddi.

Svona öflug og ósérhlífín samtök er hafa margsannað getu sína til stórra átaka hafa notið ákaflega lítills stuðnings hins opinbera og er sú saga sorgleg svo ekki sé meira sagt.

Aftur á móti sýnir þetta blað, sýningin í Perlunni og fleiri atburðir að fyrirtæki og almenningur styðja við bakið á okkur og átta sig á hlutverki okkar í þjóðlífinu.

Ég vil þakka fyrir að hafa fengið að ritstýra þessu blaði, þetta hefur verið ákaflega ánægjuleg iðja.

Sigurjón Jóhannsson.

VELFERÐ

Afmælisútgáfa 1983 – 2003.
Október 2003.

Prentun Gutenberg.

Auglýsingar: Markfell, markaðsmál, Birna Sigurðardóttir.

Ritstjóri Sigurjón Jóhannsson.

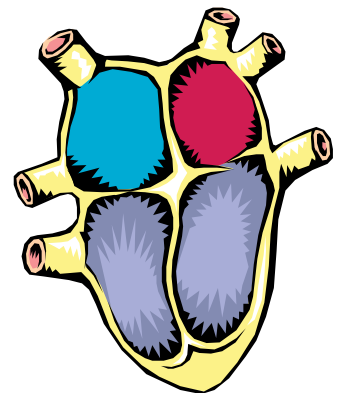
SMITH & NORLAND

Nóatúni 4 – 105 Reykjavík – S: 520 3000 – www.sminor.is



Okkur er umhugað um hjartað þitt!

Með samstarfsfyrirtækjum á borð við **Siemens, Acuson-Siemens** og **Cardioline** kappkostar Smith & Norland að bjóða lausnir sem stuðla m.a. að bættem rannsóknum og meðferð á hjarta-sjúkdómum.



Landssamtök hjartasjúklinga stofnuð 8. október 1983:

Hver er næstur? Það veit enginn

sagði sr. Emil Björnsson, formaður undirbúningsnefndar og bætti við: „Nú er að vakna almennur skilningur á lífsnauðsyn bættrar aðstöðu til lækningar hjarta- og æðasjúkdóma hér á landi“

Stofnfundur Landssamtaka hjartasjúklinga var haldinn í Domus Medica laugardaginn 8. október árið 1983. Á fundinum var flutt skýrsla undirbúningsnefndar af sr. Emil Björnssyni og sagði hann m.a.:

„Nú er að vakna almennur skilningur á lífsnauðsyn bættrar aðstöðu til lækningar hjarta- og æðasjúkdóma hér á landi, þótt þröngt sé í bú, enda veit fólk nú orðið, m.a. fyrir það sem hefur komið fram í fjölmiðlum, hve mannskæðir, þungbærir og þrálátir þessir sjúkdómar eru en yfir 50% dauðsfalla hér á landi má rekja til þeirra. Og hver er næstur? Það veit enginn...“

Fundinum stýrði síðan Trausti Sigurlaugsson og gerði m.a. grein fyrir drögum að lögum fyrir samtökin og eftir talsverðar umræður og breytingatillögur voru lögín samþykkt.

Undirbúningsnefndin gerði tillögu um Ingólf Viktorsson sem formann samtakanna, Alfreð Alfreðsson sem varaformann og Björn Bjarman sem ritara. Þá var Jóhannes Proppé kosinn gjaldkeri og Sigurveig Halldórsdóttir meðstjórnandi. Í varastjórn voru kosin Emil Björnsson, Reynir Eyjólfsson, Björn Halldórssen, Trausti Sigurlaugsson og Karl Fr. Kristjánsson. Endurskoðendur voru kjörin Friðrik Kristján Sigfússon og Halldóra Ólafsdóttir, til vara Sæmundur Sveinsson.

Árgjald til samtakanna var ákveðið 200 krónur.

Eftirfarandi ályktanir voru samþykktar:

„Stofnfundur Landssamtaka hjartasjúklinga haldinn í Domus Medica 8. október 1983 samþykkir að samtökin beiti sér fyrir kaupum á nýrri hjartamyndsjá handa Landspítalanum.“

Og

„Stofnfundur Landssamtaka hjartasjúklinga heitir eindregið á heilbrigðisráðherra og fjárveitingavaldið að koma upp eins fljótt og frekast er unnt aðstöðu til hjartaskurðlækninga hér á landi.“

Dr. Árni Kristinsson flutti ítarlegt erindi um hjartaskurðaðgerðir og svaraði hann, ásamt Grétari Ólafssyni, yfirlækni, spurningum fundarmanna.

Á fyrsta stjórnarfundum samtakanna var samþykkt að þau myndu beita sér fyrir því að hjartasonartæki sem hafði verið lánað Landspítalanum þyrfti ekki að fara aftur til síns heimalands. Starfsmenn Mjólkursamsölnunar höfðu lofað myndarlegu framlagi til kaupa á tækinu og nokkrir kaupþýslumenn lofað aðstoð.

Þá var samþykkt að skipa fimm manna nefnd til að gera tillögur og koma á laggimar alhliða fjáröflun

Á fundi á Landspítalanum með hjartalæknum ábyrgðist stjórn LHS að safna fyrir hjartasonartækinu og hlaut lof fyrir. Á fundi stjórnar 17. des. 1983 sagði formaður að borist hefðu gjafir og loforð um framlög til kaupa á tækinu fyrir um 400 þús. kr., en Margrét



Undirbúningsnefnd að stofnun Landssamtaka hjartasjúklinga. Talið frá vinstri: Ingólfur Viktorsson, Karl Friðrik Kristjánsson, Reynir Eyjólfsson, Sigurveig Halldórsdóttir, Emil Björnsson, Björn Bjarman, Trausti Sigurlaugsson, Jóhannes Proppé og Alfreð G. Alfreðsson.



Ingólfur Viktorsson fyrsti formaður LHS.

Guðmundsdóttir, verkakona, færði samtökunum kr. 156.212 kr. vegna söfnunarinnar.

Á næstu fundum var m.a. rætt um tengsl samtakanna og hjartasjúklinga sem væru að fara í aðgerð og nauðsyn þess að hafa aðgang að skrifstofu og síma. Á fyrsta almenna félagsfundinum 11. desember flutti Magnús Einarson endurhæfingarlæknir á Reykjalundi ítarlegt og fróðlegt erindi um endurhæfingu hjartasjúkra og segir í fundargerð að ekki fari á milli mála að þessi starfsemi á Reykjalundi sé merkilegt spor í áttina til aukins bata og umfram allt eykur hún á hjartasýni þeirra sem orðið hafa fyrir áföllum af völdum hjartasjúkdóma.

Dr. Árni Kristinsson flutti ítarlegt erindi um hjartaskurðaðgerðir og svaraði hann, ásamt Grétari Ólafssyni, yfirlækni, spurningum fundarmanna.

1984 Aðstaða hjá Hjartavernd – Oddfellow reglan gaf 937 þús. til tækjakaupa

Samtökin fengu aðstöðu í Lág múla 9 hjá Hjartavernd þar sem opið var einu sinni í viku, tvo tíma í senn, leigulaust. Á fyrsta aðalfundi samtakanna í mars 1984 voru félagsmenn orðnir 340. Fyrstu minningarkortin voru komin í gagnið og þeim dreift meðal áhugasamra félagsmanna. Formaður sagði í skýrslu sinni að fjölmargir hjartasjúklingar og aðstandendur þeirra hefðu leitað liðsinnis samtakanna og þeir aðilar sem tóku á móti sjúklingunum erlendis

FIGURÐ • HREYSTI • HOLLUSTA


Skyr

Nýtt ferskt útlit - sama góða innihaldið

Nú hefur KEA-skyrið vinsæla fengið nýtt útlit, auk þess sem 200 gramma dósin er nú með skeið í lokinu sem gerir skyrið tilvalið til neyslu hvar og hvenær sem er.

KEA-skyr er frábær hollustuvara, einstaklega prótein- og næringaríkt og nánast fitulaust. Það er mjög bragðgott og án allra aukæfna. Í því eru hvorki sætu-efni né önnur hjálparefni.

Allt þetta gerir KEA-skyr að góðum kosti fyrir alla þá sem hafa hollustuna í fyrirrúmi og vilja lifa á heilsusamlegan hátt.





Borgarspítali fær hjartafjarritara að gjöf árið 1987, talið frá vinstri: Páll Gíslason, Kalla Malmquist, Magnús Skúlason, Haraldur Steinþórsson, Gestur Þorgeirsson, Ingólfur Viktorsson, Gizur Gottskálksson, Sigurveig Halldórsdóttir, Valgerður Gunnarsdóttir, Rúrik Kristjánsson og Gunnar Sigurðsson.

voru ánægðir með þetta starf – sögðu að sjúklingarnir kæmu betur undirbúnir, hjartsýnni og vonbetri en áður. Samtökin fengu 50% af svokölluðu normalverði hjá Flugleiðum fyrir fylgdarmenn sjúklinga og hrósaði formaður vasklegri framgöngu Björns Bjarman í því máli og fleiri málum.

Formaður gat þess að stjórninni hefði í janúar verið boðið til kynningarfundar varðandi starfsemi lyflækningadeildar Borgarspítalans og þá hefði Björn Bjarman flutt fræðslu- og kynningar-erindi um samtökin víðsvegar hjá félögum og klúbbum.

Samkvæmt reikningum gjalddkera var í sjóði óráðstafað söfnun-arfé um áramótin 1983/4 573 þús. kr.

Samtökin ákváðu að taka herbergi á leigu hjá Hafnarskrifstof-umni á annarri hæð Hafnarhússins, en fyrst um sinn var skrifstofan opin einu sinni í viku, tvo tíma í senn, en símsvari tók við skilaboðum.

Oddfellow reglan afhenti samtökunum 937 þús. kr. til tækja-kaupa og gjalddkera bárust kr. 81 þús. til minningar um Halldór Pálsson, búnaðarmálastjóra.

Nýr formaður fjárflyunarnefndar í stað Björns Halldórssonar var kjörinn Rúrik Kristjánsson. Rætt um sölu barmmerkja á næsta ári.

jafnframt til að félagsmenn mynduðu grúppur eða samstarfshópa sem hefðu gönguferðir og aðrar sportiðkanir á dagskrá sinni.

Fjármál samtakanna voru í besta gengi – tekjur á árinu 1984 um 2.8 milj. kr.

Fyrsta merkjasalan undir kjörorðinu **Tökum á – tækin vantar** tókst afburða vel og afhenti Rúrik Kristjánsson gjalddkera samtak-anna, Jóhannesi Proppé, 3 miljónir 249 þús. kr. á stjórnarfundum í júlí. Vitað var um nokkur framlög til viðbótar.

Stjórnin skrifaði bréf til 245 aðila sem gengist höfðu undir hjartarannsóknir og aðgerðir en ekki skilað sér sem félagsmenn. Margir svöruðu þegar kalli.

Hallur Hermannsson ráðinn fyrsti starfsmaður félagsins.

Ákveðið að selja jólakort eftir teikningu Árna Elfars.

Á almennum félagsfundum haldinn 19. október mættu um 120 manns m.a. til að hlýða á erindi Bergþóru Baldursdóttur um þjálfun hjartasjúklinga og erindi Þórarins Arnórssonar, hjarta-skurðlæknis, um hjartaskurðaðgerðir. Aðspurður sagði Þórarinn að hann teldi tvímælalaust sjálfsagt að flytja hjartaskurðlækningar hingað heim enda þegar farið að senda fólk utan til þjálfunar í meðferð hjartasjúklinga, en ekki væri nóg gert í því efni ennþá.

1985 Fyrsta merkjasalan tókst mjög vel – fyrsti starfsmaður ráðinn

Samþykkt að fjármagna kaup á tæki til sritunar blóðþrýstings fyrir Borgarspítalann. Verð um 600 þús. kr.

Samkomulag við Fréttabréf SÍBS um fréttapistla frá LHS.

Stjórnin fékk heimild til að ráða mann í hálf starf fyrir samtökin síðar á árinu.

Félagsmenn um 500.

Á aðalfundi í júní lýsti Guðmundur K. Steinbach yfir áhuga sínum að efla og styrkja þjálfunarstöðina að Reykjalundi og lagði

1986 LHS hlotnast arfur – Fyrsti hjartaupp-skurðurinn á Landspítalanum 14. júní

Jólakortasala skilaði um 200 þús. kr. nettóhagnaði.

Samtökunum hlotnaðist arfur við andlát Marie Sophie Thorsteinsson, Melhaga 15, R. Hún ánafnaði samtökunum allar eigur sínar, en einu kvaðirnar voru að samtökin önnuðust útför hennar.

Á almennum félagsfundum í mars ræddi Anna Edda Ásgeirsdóttir næringarfræðingur á Borgarspítala um rétt mataræði fyrir hjarta-sjúklinga. Á fundinum stóð upp Steingrímur Nikulásson, mat-

sveinn og sagði endurhæfingarstöðina á Reykjalundi þá bestu í heimi! Undir þetta tók Guðfinnur Sigurðsson sem var skorinn á Brompton spítalanum. Sigríður B. Ólafsdóttir Fáskrúðsfirði sagðist hafa farið tvisvar til London í aðgerð og langaði ekki í þriðja skiptið, spurði hvenær aðgerðir hæfust hér heima. Ingólfur Viktorsson sagðist hafa heyrt nefnd mánaðamótin apríl/maí n.k.

Félagsmenn orðnir um 800.

Fyrstu hjartasjúklingar voru skornir upp á Landspítalanum 14. 16. og 18. júní og tókst allt með ágætum. Af því tilefni sagði Ingólfur Viktorsson, formaður samtakanna á aðalfundi 1986 :

„Þetta eru stórkostleg tíðindi og nánast ótrúleg. Í upphafi stofnunar LHS 8. okt. 1983 var eitt af höfuðmarkmiðum samtakanna að vinna að því af öllum kröftum með umfjöllunum í fjölmiðlum, viðtölum við ráðherra, fjárveitinganefnd, áskorunum, fjáröflunum og allskyns ráðum, að nýtt hjartaþræðingatæki yrði keypt til landsins hið allra fyrsta. Það var keypt og það komið í gagnið innan hálfis annars árs.....forráðamenn ríkisspítalanna svo og læknar hafa lofað því að nafn samtaka okkar verði skráð meðal þeirra helstu sem þakka ber að þessum dýrmæta áfanga er náð...“

Logi Einarsson hrl., Steingrímur Nikulásson, matsveinn og sr. Emil Björnsson luku upp lofsorði á störf samtakanna. Þá voru Birni Bjarman þökkuð mjög góð störf, en hann óskaði ekki eftir endurkjöri sem ritari og var Haraldur Steinþórsson kjörinn í hans stað.

Merkjasala fór fram dagana 5. til 6. júní undir kjörorðinu „Ertu hjartagóður?“ Undirtektir almennings voru mjög góðar og söfnuðust í fyrstu atrennu tæpar 5 miljónir kr. Fénu var varið að mestu leyti til styrktar endurhæfingardeildar fyrir hjartasjúklinga að Reykjalundi. Jafnframt var ákveðið að kaupa þráðlausan hjartarita fyrir endurhæfingardeild á Borgarspítalanum.

Í erindi sem Hörður Alfreðsson, hjartaskurðlæknir, hélt á almennum félagsfundi sagði hann að fyrsti vísir að hjartaskurðlækningum hefði verið peningagjöf til Landspítalans árið 1971. Hann sagði að fram að þessum degi hefðu verið skornir 16 sjúklingar á Lsp., 15 karlmenn og 1 kona. Reiknað væri með um 120 aðgerðum árlega. Talið væri að um 30% hjartasjúklinga þyrftu aðeins á úvíkkun (blásningu) að halda. Í fyrirspurnartíma sagði Hörður að engar tæknilegar hindranir væru í veginum að fjölga aðgerðum á Lsp. Ef velja ætti úr sjúklinga til dvalar í London væru það fyrst og fremst sjúklingar með lokugalla. Hann trúði því að endurhæfing væri til bóta fyrir lang flesta hjartasjúklinga.

Lilja H. Sævars, sem var fyrsta konan sem gekkst undir kransæðaáðgerð á Lsp., var mjög ánægð með þjónustuna á Lsp og síðan í endurhæfingunni á Reykjalundi. Um 110 manns sóttu fundinn.

Á síðasta stjórnarfundum þessa árs kom fram að í sjóði væru um 2.4 milj. kr., en á árunum 1984 og 1985 hefði verið varið til tækjakaupa og í styrki 8.4 miljónir kr.



Valgeir G. Vilhjálmsson var sá fyrsti sem gekkst undir hjartauppskurð hérlandis. Til vinstri við hann eru læknarnir sem framkvæmdu aðgerðina, Þórarinn Arnórsson og Hörður Alfreðsson.

1987 Afturkippur í aðgerðum – aftur farið að senda sjúklinga til Englands

Seld voru 19-20 þús. jólakort og nettóhagnaður sennilega um 360 þús. kr.

Á almennum félagsfundi 14. febr. mættu um 110 manns. Valgerður S. Gunnarsdóttir sjúkrahjálfari flutti erindi um endurhæfingu á Landspítalanum. Haraldur Steinþórsson kynnti bréf sem hann ætlaði að senda nokkrum aðilum með ósk um að þeir tilnefni fulltrúa til að athuga með stofnun og starfrækslu þjálfunar- og heilsuverndarstöðvar.

Á aðalfundi samtakanna kom fram að hagnaður af merkjasölu sumarið áður undir kjörorðinu „Ertu hjartagóður?“ nam um 2.4 milj. kr. og þeirri upphæð varið til kaupa á tækjum fyrir endurhæfingardeild hjartasjúklinga á Reykjalundi.

Félagsmenn nú um eitt þúsund.

Formaður hrósaði starfi fjáröflunarnefndar með „hinn óendanlega hjartsýna og dugmikla galdramann Rúrik Kristjánsson í fylkingarbrjósti...“

Lagt fram bréf frá Smjörliki hf. þar sem samtökunum er boðið að setja merki félagsins á umbúðir Sólblóma smjörliks og Létt Sólblóma og greiðsla til samtakanna 1 kr. á hvert kíló.

Á almennum félagsfundi í október kom fram að afturkippur væri í hjartaaðgerðum á Landspítalanum að undanfögnu aðallega vegna skorts á sérhæfðu starfsfólki og þessvegna hafi stóruáskot á ný að senda sjúklinga til London.

1988 Haraldur Steinþórsson vinnur að stofnun endurhæfingarstöðvar í Rvk.

Hagnaður af jólakortasölu um 900 þús. kr. og inneign á banka-reikningum um 4.4 milj. kr. í ársbyrjun.

Á aðalfundi var umræðuefnið þjálfunarstöð sem Haraldur Steinþórsson hafði lagt mikla vinnu í að þoka áfram fyrir hönd LHS. Magnús Karl Pétursson læknir studdi þetta framtak og sagði æskilegast að þjálfunarstöðin yrði sjálfseignarstofnun og LHS yrði framarlega í þeim rekstri ef ekki fremst.

Ákveðið að næsta söfnun yrði helguð þessu verkefni.

Minningarkort LHS til sölu á um 20 stöðum á landinu.



Fylgst með líðan hjartasjúklings.

GÆÐATÆKI TIL AÐ BYGGJA UPP OG STYRKJA LIKAMANN
**betri
liðan**

Tæki til endurhæfingar og sjúkráþjálfunar



Æ f i n g a t æ k i s e m t r e y s t a m á !

Mikið úrval af;

lyftingasettum, æfingastöðvum, æfingabekkjum, hlaupabrettum, þrekhjólum, þrektækjum, sippuböndum, ökklaþyngingum, jógamottum, handlóðum, lausum lóðum, stöngum, boxhönskum, boxpúðum, o.m.fl.

Gerum verðtilboð

Gerum þjónustusamninga vegna viðhalds og viðgerða

Fullkomin varahluta-og viðgerðarþjónusta

Þjóðum alla velkomna í stærstu og glæsilegustu þrektækjaverslun landsins

ÖRNINN

STOFNAD 1925

Skeifunni 11d, Sími 588 9890

Opið laugard. 11-15 / www.orninn.is

FASSI
Likamræktartæki

CYBEX
Hlaupabrautir

weider
Æfingastöðvar, lyftingabekkir,
þrektigar, magabjálfar

PRO-FORM
Hlaupabrautir, æfingabekkir,
fjölbjálfar

SCHWINN
Spinning hjól, þrekhjól, æfingastöðvar,
þrektigar

EVERLAST
Boxvörur

BALAZS
Boxvörur

LHS barst myndarleg peningagjöf til minningar um Friðfinn Konráðsson sjómann í Hafnarfirði.

Merkjasalan undir kjörorðinu „Söfnum kröftum“ tókst vel, nettóhagnaður um 5 millj. kr.

Samningur gerður við Sólarfilmu h.f. um útgáfu jólakorta (5 kort saman í lokuðum plastposa).

Fimm ára afmælis LHS minnst 8. október. Félagsmenn nú um 1300 og samtökin hafa á þessum fimm árum gefið tæki til spítalanna að verðmæti um 25 miljónir króna. Afmælisfundinn sóttu 185 manns.

1989

Velferð hefur göngu sína – HL stöð opnuð – innganga í SÍBS?

Inneign á bankareikningum í byrjun árs um 10.6 milj. kr. 950 manns höfðu greitt árgjald fyrir árið 1988 eða um 72% félagsmanna. Hagnaður af jólakortasölu líklega um 920 þús. kr.

Ákveðið að gefa út fréttabréf á vegum LHS, ritstjóri og ábyrgðarmaður Alfreð G. Alfreðsson. Þrjú tölublöð komu út á árinu. Stjórnin veitti styrk að upphæð 1000 pund til að setja íslenskt tal á myndband fyrir sjúklinga á Brompton sjúkrahúsinu í London.

HL stöðin formlega opnuð 1. apríl að viðstöddu fjölmenni. Fjórir hópar hefja æfingar 3. apríl.

Á aðalfundi samtakanna flutti Uggi Agnarsson, hjartalæknir erindi um helstu áhættuþætti hjá hjartasjúklingum. Hann sagði að kransæðapræðingar hefðu verið 639 árið 1988, en biðtími samt enn allt að 6 mánuðir. 87 kransæðaaðgerðir voru framkvæmdar árið 1988 og 38 æðablásningar.

Haraldur Steinþórsson kynnti starfsemi HL stöðvarinnar á fundinum og félagsmenn sem höfðu notið þjónustunnar luku lofsorði á starfseminu.

Á stjórnarfundum í júní skýrði Haraldur frá viðræðum sínum við Magnús B. Einarson lækni og Odd Ólafsson lækni um áhuga þeirra að fá LHS inn í raðir SÍBS sem sérstaka deild.

Ingólfur formaður LHS sagði að Jón Þór Sverrisson, hjartalæknir á Akureyri hefði mikinn áhuga á að stofna endurhæfingarstöð á Akureyri í svipuðu formi og HL stöðin í Reykjavík.

Þriggja manna nefnd frá LHS ræddi við stjórnendur SÍBS um hugsanlega inngöngu LHS í SÍBS en til að svo megi verða þarf að breyta lögum SÍBS og LHS.

Á félagsfund í október mættu 133 félagsmenn. Þar flutti dr. Gunnar Sigurðsson, yfirlæknir á Borgarspítala, erindi um nýjungar í meðferð hækkaðrar blóðfitu.

Haraldur Steinþórsson taldi að tími væri kominn til að svæðaskipta LHS og setja kraft í starfrækslu endurhæfingarstöðva en ekki bara að safna fé til tækjakaupa.

1990

Sigurður Helgason nýr formaður – Deildaskipting LHS í undirbúningi

Tekjur af jólakortasölu um 1.4 millj. krónur. Nokkur halli á útgáfu Velferðar. Inneign á bankareikningum um 6 millj. kr. í ársbyrjun.

Rætt við Sigurð Helgason, fyrrv. sýslumann, að hann taki við formennsku í LHS af Ingólfi Viktorssyni sem hefur ákveðið að láta af störfum á árinu.

Gunnlaugur Jóhannsson Akureyri lagði fram bréf frá Hjarta- og



HL stöðin að Hátúni 14. Þar æfa oft um 400 manns.

æðaverndarfélagi Akureyrar þar sem lýst er stuðningi við LHS og óskað eftir samvinnu með endurhæfingarstöð á Akureyri í huga.

Á aðalfundi 10. mars voru ræddar hugsanlegar lagabreytingar er beindust að því að deildaskipta LHS og fá heimild til að gerast aðili að heildarsamtökum annarra líknarfélaga, t.d. SÍBS eða Öryrkjabandalaginu. Þessar tillögur voru síðan samþykktar á framhaldsaðalfundi 31. mars.

Oddur Ólafsson læknir lést á árinu og minnst stjórn LHS hans á verðugan hátt.

Um 80% félagsgjalda innheimtust fyrir árið 1989.

Ákveðið að stofna styrktarsjóð fyrir ágóða af minningar-kortasölu.

Á aðalfundi flutti Magnús B. Einarson, yfirlæknir erindi um endurhæfingu hjartasjúklinga.

Brúttótekjur af merkjasölu verða allt að 10 millj. kr.

Stjórn LHS boðið að Reykjalundi. Hjartavernd og LHS ræddu samstarfsmál.



Stjórn Landssamtakanna og Reykjavíkurfélagsins í heimsókn á Landspítalanum.

Stefnt að stofnun deilda á höfuðborgarsvæðinu og Eyjafjarðarsvæðinu í september og áfram út árið. LHS greiði kostnað vegna stofnunar deildanna þar til þær hafa möguleika á öflun eigin tekna.

Sigurði Helgasyni boðið að verða upplýsinga- og fræðslufulltrúi Hjartaverndar í hálfu starfi.

Sjúkrasjóður Verslunarmannafélags Suðurnesja afhenti LHS 500 þús. kr. gjöf og vænta mætti viðbótarframlags ef hafist yrði handa með endurhæfingarstarf eða rannsóknir í þágu hjartasjúklinga á Suðurnesjum.

LHS staðfesti í bréfi til Félags hjartasjúklinga á Eyjafjarðarsvæðinu að framlag samtakanna til væntanlegrar endurhæfingarstöðvar á Akureyri yrði 2 millj. kr.

Samþykkt í stjórn að Ingólfur vinni að stofnun deildanna í fullu starfi.

Haraldi og Jóni Júlíussyni falið að afla upplýsinga um samtök hjartasjúklinga erlendis.

Sigurður Helgason ætlar í Bandaríkjaför að reyna að ná sambandi við American Heart Association.

1991 Endurhæfingarstöð opnuð á Akureyri – Fyrsta hjartagangan tókst mjög vel

Endurhæfingarstöðin á Akureyri opnuð með viðhöfn 19. janúar.

Á fyrsta stjórnarfundum hófst undirbúningur að fyrsta þingi samtakanna.

Samþykkt að leita eftir því við Sigurjón Jóhannsson blaðamann að aðstoða Hall Hermannsson ritstjóra Velferðar við útgáfu blaðsins. Ritnefnd skipuð Halli, Birni Bjarman og Sigurjóni falið að ráða starfskrafta til að afla auglýsinga. Samið við fyrirtækið Þjóðráð.

Ákveðið að efna til bílahappdrættis í september.

Sigurður Helgason fór á fund Evrópusambands hjartasjúklinga í Frankfurt.

Reykjavíkurfélagið býðst til að greiða hálf stöðugildi á skrifstofunni og 20% í húsaleigukostnaði. Stjórnin samþykkti tilboðið. Rúrik Kristjánsson í hlutastarfi við undirbúning happdrættisins.

Rætt um að efna til fyrsta göngudags samtakanna 31. ágúst. Gangan gekk mjög vel og þátttakendur um 3 þúsund manns.

Brúttótekjur af bílahappdrættinu um 13.5 milljónir kr.

Samþykkt að breyta einnar milljón kr. láni til HL stöðvarinnar frá árinu 1989 í framlag.

Styrktarsjóður hjartasjúklinga tekur til starfa og afgreiddi strax fjórar styrkbeiðnir.

Sala á sérstökum jólafrímerkjum gekk illa.

Pizzahúsið Grensásvegi 1 hefur ákveðið að styrkja LHS til tækjakaupa með 4% af nætursölu fyrirtækisins frá 15. nóvember til 31. desember 1991. Gert í tilefni 10 ára afmælis fyrirtækisins.

Jón Júlíusson sem hafði heimsótt Hjerteforeningen í Danmörku skýrði stjórninni frá heimsókninni.

1992 LHS hlotnast arfur – Fyrsti fundur Norrænu hjartasamtakanna

Bréf barst frá Hjartavernd þar sem stungið var upp á að stofnuð verði samstarfsnefnd landssamtakanna og Hjartaverndar.

Alþjóðlegur hjartadagur haldinn hátíðlegur 7. apríl. Undirbúning annist fulltrúar frá LHS, Hjartavernd og SÍBS.

Merkjasala undir kjörorðinu „Vinnum saman – verndum hjartað“.

Haraldur Steinþórsson reifaði hugmynd sína um breytingu á nafni samtakanna sem gæti orðið: Hjartasamtökin – landssamtök hjartasjúklinga, skammstafað HLH.

Öldruð kona, Guðrún Einarsdóttir að nafni, hefur ákveðið að gefa samtökunum andvirði lítillar íbúðar eftir sinn dag.

Félagið á Eyjafjarðarsvæðinu hefur fengið tvær loo þús. kr. gjafir.

Hjartagangan fór fram um allt land, leiðindaveður í Reykjavík en samt voru þátttakendur um þúsund talsins.

Fyrsti fundur í Nordisk Hjerteunion í Kaupmannahöfn. Haraldur Steinþórsson mætti fyrir hönd LHS.

Öryrkjabandalagið/SÍBS lofa 500 þús. kr. framlagi til að gera upplýsingabækling um samtökin.

Lagt til að LHS gerist aðili að European Heart Network frá árinu 1993. Ekki varð af því hverju sem um er að kenna.

Stjórn LHS mótmælir ýmsum atriðum í frumvarpi til laga um breytingu á lögum um almannatryggingar og segir í lokasetningu: „...verði enn sú stefna höfð að leiðarljósi, að enginn verði án lífsnauðsynlegra lyfja vegna slæms efnahags...“



Svipmynd frá fyrstu hjartagöngunni sem reyndist fjölmennasta gangan til þessa.

1993

LHS og Rauði krossinn kaupa íbúð –
10 ára afmæli samtakanna

Þrír stjórnarmenn heimsóttu Heilsustofnunina í Hveragerði í boði yfirlæknis þar og hófst formleg endurhæfing hjartasjúklinga þar í september.

Stjórnin samþykkti kaup á Lokastíg 16 á móti Rauða Krossi Íslands. Íbúðin verður til afnota fyrir aðstandendur hjartasjúklinga sem eru að gangast undir aðgerðir.

Afmælisnefnd skipuð vegna 10 ára afmælisins.

Samþykkt að leggja fram 1.5 millj. kr. til tækjakaupa á Reykjalundi.

Öryrkjabandalagið samþykkti að styrkja gerð bæklinga um hjartasjúkdóma með 500 þús. kr. framlagi.



Lokastígur 16, en þar er sameiginleg íbúð LHS og Rauða kross Íslands.

Ákveðið að kynna starfsemi LHS á sýningunni Heilsa og heilbrigði sem haldin verður í Perlunni 9. –17. okt.

Að hjartagöngu stóðu ásamt LHS UMFÍ, Hjartavernd og skátahreyfingin. Þátt-taka mun minni en búist hafði verið við.

Sigurður Helgason sótti ráðstefnu á veg-um Evrópusambands hjartafélaga og kynnti niðurstöður á stjórn-arfundi.

LHS og Hjarta-vernd verða gestgjafar Norrænu hjartasam-takanna sem halda fund hér 21.-23. okt.

Jóhannes Proppé gjaldkeri skýrði frá því á fundi 11. ágúst að búið væri að greiða

út styrki á árinu að upphæð 5.5 milj. króna.

Formannafundur haldinn í Perlunni á afmælisdegi samtakanna. Formenn gáfu skýrslur um starfsemi deilda sinna og færðu LHS gjafir, þ.á. m. gaf Reykjavíkurfélagið LHS 500 þús. kr.

Lesið upp bréf frá Grétari Ólafssyni, yfirlækni hjartaskurðeild- ar Landspítalans, þar sem hann kvartar yfir færri skurðaðgerðum og vaxandi biðlista (um 100 manns). Óskaði hann eftir stuðningi LHS í málinu.

Um 500 manns mættu á afmælishátíðarfundum LHS 9. okt. Í ræðu Sigurðar Helgasonar kom m.a. fram að nauðsynlegt væri að sett yrðu lög um grundvallarréttindi sjúklinga og þeim tryggð réttar-vernd í framtíðinni.

Guðmundur Árni Stefánsson heilbrigðisráðherra sagði að LHS hefði áorkað miklu í endurhæfingarmálum og það starf væri til mikillar fyrirmyndar.

Heiðursgestur á afmælinu var frú Anna Cronin. Sjá grein um hana á bls. 38.

Haukur Þórðarson, formaður SÍBS, sagði að áhugi og atorka hjartasjúklinga í endurhæfingarmálum veki aðdáun og endurhæf- ingardagur er í þeirra augum sama og vinnudagur.



Svipmyndir frá tíu ára afmæli LHS 8. október 1993. Forseti Íslands, frú Vigdís Finnbogadóttir, heilsar Sigurði Helgasyni, þáverandi formanni og Ingólfi Viktorssyni fráfarandi formanni.

„Samtök eins og ykkar þarf að efla, en ekki bara treysta á ríki og borg“, sagði Ólafur Ólafsson, landlæknir m.a.

Ásgerður Ingimarsdóttir, framkvæmdastjóri Öryrkjabandalags- ins, hvatti LHS til að taka höndum saman við aðra innan Öryrkja- bandalagsins til að þrýsta á það að velferðarkerfið verði ekki minningin ein.

Magnús Karl Pétursson formaður Hjartaverndar, sagði m.a. að það væri sameiginleg barátta Hjartaverndar og LHS að vinna gegn frekari útbreiðslu hjarta- og æðasjúkdóma og hafi ágætis samvinna tekist á því sviði. Hann hrósaði kraftinum í samtökum LHS.

Helgi Seljan, félagsmálafulltrúi Öryrkjabandalagsins, fræddi stjórnarmenn um starfsemi ÖBÍ Ákveðið að halda næstu merkja- sölu í maí á næsta ári.

1994

Kona arfleiddi LHS að 2.9 millj.kr. –
Merkjasala skilaði 4.5 millj. kr. hagnaði

Guðrún Einarsdóttir, Kleppsvegi 134, arfleiddi LHS að íbúð sinni og var hún seld fyrir 2.9 millj. kr. (Sjá árið 1992).

Bæklingurinn um hjartasjúkdóma sendur öllum félagsmönnum og til læknastofa.

Stjórnarmenn fóru í kynnisferð til Reykjalundar og fræddu hjartasjúklinga þar um starf samtakanna. Ákveðið að gera þetta mánaðarlega.

Slagorð merkjasölu er „Vinnum saman – verndum hjartað“.

Merkjasalan skilaði um 4.5 milj. kr. í nettótekjur. Bjarni Torfason hjartalæknir hvatti stjórn LHS í erindi að hún reyndi að hafa áhrif á heilbrigðisráðherra að hann beitti sér fyrir fjölgun hjartaaðgerða því biðlisti væri allt of langur – um 100 manns.

Rekstrarvandi HL stöðvarinnar í Reykjavík mikill – heilbrigðisráðuneytið beið um að hækka fjárframlag sitt úr 11 millj. kr. í 15 millj.

Samþykkt að bjóða upp á ráðgjafarþjónustu á skrifstofu LHS einu sinni í viku.

Ingibjörg Magnúsdóttir bar fram þá tillögu að LHS hvetti Mjólkursamsöluna til að hefja framleiðslu á jógúrt úr undanrennu. Tillagan send Mjólkursamsöluinni

1995

Neistinn stofnaður – Hallur og Sigurveig hætta – LHS fær umtalsverðan ari

„Björgunarsveitin“ nefnist nefnd sem á að fjalla um fjárflyun fyrir LHS.

Stjórnin ræddi tilvísunarkerfi sem boðað hefur verið og taldi það til óþurftar.

Hróðmar Helgason og Bjarni Torfason, hjartalæknar, fluttu erindi á fundi Reykjavíkurfélagsins 25. mars. Þeir töldu 30 milljónir vanta til að koma upp fullkominni barnaskurðeild og 5 milljónir kr. til tækjakaupa á Landspítalanum.

Fjórar mæður hjartveikra barna mættu á fundi hjá LHS 4. apríl og kváðust hafa brennandi áhuga á því að stofna félagsskap hjartasjúkra barna er síðar meir gæti orðið deild innan LHS. Stofnfundur ákveðinn í Múlabæ 9. maí og þar mættu af hálfu LHS Sigurður Helgason og Jón Þór Jóhannsson.

Stjórnin heimsótti nýjan heilbrigðisráðherra, Ingibjörgu Pálmadóttur, og fór yfir athafna- og áhugasvið LHS, m.a. hvort ekki væri tímabært að setja sjúklingalög.

Hallur Hermannsson og Sigurveig ákveðin að hætta störfum á skrifstofu LHS og ákveðið að formaður tali við Davíð Erlingsson, lektor við HÍ og féлага í LHS, um að taka við ritstjórnastöðu við Velferð.

Sýningin Heilsa og heilbrigði í Perlunni tókst mjög vel.

LHS gefur 300 þús. kr. til undirbúnings merkjasölu SÍBS dagsins. Rúrik Kristjánssyni falin framkvæmd verksins.

Gengið á fund Póst- og símamálastjóra með beiðni um að fyrirtækið selji jólamerki til styrktar hjartasjúklingum.

Hjálmar Guðmundsson arfleiddi LHS að öllum eignum sínum.

Jóhannes Proppé og Rúrik Kristjánsson ráðnir til starfa á skrifstofunni í stað Halls og Sigurveigar.

Sigurjón Jóhannsson ráðinn ritstjóri Velferðar og með honum í ritstjórn Haraldur Steinþórsson, Ingólfur Viktorsson og Árni Kristinsson, læknir.

Á formannafundi á Akureyri í septemberbyrjun kom m.a. fram að tvö félög óskuðu inngöngu í LHS – Neistinn og Félag heilablóðfallsskaddaðra, en gera þyrfti lagabreytingar til að þau fái aðild.

Jón Þór taldi að gera þyrfti grundvallarbreytingu á tilhögun SÍBS svo áhrif LHS yrði í samræmi við félagsmannafjölda. Haraldur Steinþórsson útskýrði umfang starfsemi SÍBS og Reykjalundar og þess yrði að gæta að félögin er stæðu að baki starfsemiinni væru þar ráðandi afl, en ekki nokkrir einstaklingar eða sérfræðingar. Hann bar fram tillögu þess efnis að LHS aðstoði við



Forráðamenn Neistans taka á móti gjöf frá velunnara. Börnin í forgrunni halda á fána Neistans.

að koma á starfsemi til endurhæfingar hjartasjúklinga á sjúkrahúsum, heilsugæslustöðvum og íþróttahúsum.

Kaffifundur með læknum Borgarspítala og hádegisverðarboð á Landspítala vegna tækja- og skipulagsmála.

Í desember var búið að greiða um 70% félagsgjalda fyrir árið 1995.

1996

Sigurður hættil sem formaður, Gísli J. Eyland tekur við

Frumvarp er varðar lög og réttindi sjúklinga lagt fram á Alþingi. Stjórn LHS fagnar framkomnu frumvarpi en biður um lengri tíma til að kynna sér efni frumvarpsins til hlítar og koma fram með breytingatillögu fyrir lok árs og fresta þá afgreiðslu frumvarpsins til næsta reglulegs alþingis.

Söfnunin „Merki á mann“ tókst mjög vel, brúttósala 6-7 milljónir.

Sigurður Helgason flutti erindi á þingi hjartasjúklinga í Dublin og létu fundargestir í ljós aðdáun á kraftmiklu starfi LHS og SÍBS.

Haraldur Steinþórsson sagði að Félag heilablóðfallsskaddaðra ætti frekar heima í Sjálfbjörgu sem gæti boðið upp á æfingar- aðstöðu og sund.

Sigurjón bað um leyfi til að skipta um prentsmiðju vegna Velferðar. Samþykkt.

Sigurður Helgason sagði á fundi í ágúst að hann myndi ekki gefa kost á sér lengur í formannsstöli og lagði til að Gísli J. Eyland varaformaður yrði næsti formaður LHS.

Hrein eign LHS í árslok 1995 var 20,9 millj.

Gísli J. Eyland ákveður að taka við formannsstöðunni og óskaði eftir að Jón Þór Jóhannsson yrði í kjöri sem næsti varaformaður. Stefán Arngrímsson kemur inn í stjórnina sem ritari í stað Haraldar Steinþórssonar sem óskaði eftir að láta af störfum í stjórninni.

Sigurður Helgason sótti þing norsku hjartasamtakanna LHL og skýrði stjórninni frá ýmsu markverðu frá þinginu.

Anna Cronin lést 12. ágúst 1996.

Gísli J. Eyland og Sverrir Hermannsson, f.h. Landsbanka Íslands, afhentu sameiginlega 2 milljónir kr. (eina milljón hvor) til Endurhæfingarstöðvar Reykjalundar.



Er kominn tími á ...

rennurnar?
málninguna?
gluggana?
klæðninguna?
bakið?
hurðirnar?
sóliskálann?
garðinn?
bústaðinn?
Innkeyrsluna?
bílskúrinn?
gólfefnin?
viðbygginguna?
stéttina?
pallinn?
girdinguna?
hekkid?
sláttuvélina?
pottinn?
skjólvegginn?

Færð þú
endurgreidda
vexti?*

Við leggjum þér lið!

- **Yfirdráttur** er góð skammtíma fjármögnun. Í samráði við þjónustufulltrúa ákveður þú hversu hárfirdrátturinn á að vera. Þeir sem eru í Vildar- eða Valþjónustu geta jafnframt stýrt upphæðinni sjálfir í Netbankanum innan tiltekinnna marka.
- **Húslán** eru verðtryggð lán með breytilegum vöxtum. Lánin eru veitt í öllum útibúum Íslandsbanka og þú færð svar um lánveitingu innan sólarhrings.
- **Víxill** er skammtíma fjármögnun, yfirleitt til þriggja mánaða, og greiddast vextir fyrir fram en höfuðstóll að lánstíma loknum.
- **Skuldabréf** eru bæði verðtryggð og óverðtryggð og taka vextir mið af viðskiptum og tryggingum.
- **Fjárfestingarlán** eru verðtryggð veðlán, vextir eru fastir í 5 ár og eru endurskoðaðir á 5 ára fresti. Lánstími er allt að 25 ár. Vextir taka mið af tryggingum og greiðsluhæfi skuldara.

Ef þér finnst kominn tími á endurbætur skaltu skoða öll þau hagstæðu lán sem Íslandsbanki býður fólki í framkvæmdahug. Við bjóðum verðtryggð og óverðtryggð lán til lengri og skemmri tíma.

Fáðu nánari upplýsingar hjá þjónustufulltrúum okkar, á isb.is eða í þjónustuveri bankans í síma 440 4000.



ÍSLANDBANKI

* Skilvísir viðskiptavinnu í Vildar- og Valþjónustu frá vexti endurgreidda að hluta.



Átaksfundur í Perlunni 1998, en þá var hrundið af stökkunum söfnun til kaupa á leysigeislataeki til hjartaaðgerða og hjartagæslutæki fyrir Fjórðungssjúkrahúsið á Akureyri.

1997 Nýtt myndband um hjartasjúkdóma frumsýnt

Frumkýnt myndband um fræðslufni fyrir hjartasjúklinga sem LHS var að hluta til útgefandi að, en unnið af nemendum í hagnýtri fjölmiðlun í HÍ.

Samningur um greiðslu fyrir merki LHS á Omega 3 lýsisglösom. Vangoldnar greiðslur fyrir tvö ár gerðar upp.

Rætt um frekari samvinnu LHS og SÍBS, m.a. að sameina útgáfu fréttabréfa þeirra, en stjórnarmenn almennt mótfallnir þeim hugmyndum.

Jón Þór Jóhannsson sat fund norrænu hjartasamtakanna í Kaupmannahöfn 29. og 30. okt.

Unnið að endurgerð bæklingisins um hjartasjúkdóma. Sótt um 500 þús. kr. styrk hjá Fjárlaganefnd alþingis til útgáfunnar.

1998 Safnað fyrir leisertæki – LHS gefur 1 millj. kr. til endurhæfingarhússins nýja

Fyrsti stjórnarfundur ársins haldinn í nýju húsnæði að Suðurgötu 10.

Undirbúningur hafinn fyrir næstu merkjasölu, skipaðar tvær tíu manna nefndir, framkvæmdanefnd undir forystu Ríkis Kristjánssonar og áróðursnefnd undir forystu Gísla J. Eyland.

Samþykkt að næsti fundur Norrænu hjartasamtakanna verði haldinn hér 1. og 2. okt. í ár. Jóni Þór falinn undirbúningur og nefnd skipuð honum til aðstoðar.

Fundur vegna sparnaðartillagna Stjórnarnefndar ríkisspítalanna þar sem gert er ráð fyrir fækkun hjartaaðgerða. Á fundinn mættu dr. Árni Kristinsson og Þórður Harðarson, prófessor. Stjórn LHS sendi frá sér ályktun í málinu til forsætis- og heilbrigðisráðherra og fjölmiðla.

Bjarni Torfason hjartaskurðlæknir kom á fund stjórnarinnar og gerði grein fyrir ýmsum tækjum sem Landspítalinn hefði þörf fyrir á næstu árum.

Áróðursfundur ákveðinn í Perlunni 5. maí.

Umræður í stjórninni hvort LHS ætti að hafa símsvara í gangi allan sólarhringinn með leiðbeiningum til hjartasjúklinga.

Merkjasala þar sem safnað var fyrir kaupum á leisertæki tókst vel, brúttósala til viðbótar beinum gjöfum frá fyrirtækjum nam um 8.4 millj. kr.

Samþykkt að gera félagsfána til notkunar við hátíðleg tækifæri

Gísli J. Eyland færði SÍBS eina milljón kr. til styrktar framkvæmdum við nýtt endurhæfingarhús á Reykjalandi (200 þús. frá Eyjafjarðarsvæðinu, 300 frá Reykjavíkurfélaginu og 500 þús. frá LHS)

Gísli J. Eyland kosinn varaformaður SÍBS og Þorbjörn Árnason ritari stjórnar. Margrét M. Ragnars var kjörin meðstjórnandi og Vilhjálmur B. Vilhjálmsson varamaður í stjórn.

Allmiklar umræður um Velferð og önnur útgáfumál af hálfu samtakanna þar sem Sigurjón Jóhannsson óskaði eftir ákveðnara skipulagi og samningi um gagnkvæmar skyldur.

1999 Ingólfur hættir – Ásgeir Þór Árnason nýr á skrifstofu – Útgáfumál

Norsku hjartasamtökin buðu fulltrúa frá LHS á þing sitt í sept. og fór Vilhjálmur B. Vilhjálmsson þangað en Jón Þór Jóhannsson fór á þing Norrænu hjartasamtakanna í Osló í október.

Stefáni Arngrímssyni falin umsjón heimasíðu LHS.

Jón Þór Jóhannsson beinir þeim tilmælum til fulltrúa í stjórn SÍBS, Reykjalandar og Múlalundar að þeir geri stjórn LHS grein fyrir starfsemi þessara stofnana við og við. Tilmælunum vel tekið.

Kristín Þorsteinsdóttir, nýráðinn framkvæmdastjóri SÍBS, mætti á fundi hjá LHS og lýsti yfir áhuga sínum (SÍBS) að samræma

útgáfu SÍBS fréttar og Velferðar. Stjórnarmönnum fannst ekki brýnt að sameina blöðin þar sem Velferð gæfi LHS drjúgar tekjur. Ákveðið að formaður LHS haldi fund með þeim „sem geti rætt málið“, en nokkuð hafði hitnað í kolunum á fundinum.

Ingólfur Viktorsson sagði upp starfi sínu á skrifstofunni og þakkaði stjórnin honum mikið og giftudrjúgt starf.

Á fundi 1. des. var ákveðið að ráða Ásgeir P. Árnason í fullt starf hjá samtökunum. Jafnframt lagt til að Rúrik Kristjánsson stjórnaði skrifstofunni og gerður starfslokasamningur við Ingólf Viktorsson.

2000 Fjárlaganefnd telur starf LHS ekki mikilvægt – Skuld HL stöðvar felld niður

Þorsteinn Sigurðsson, starfsmaður SÍBS, kynnti Stöðdeild SÍBS á stjórnarfundum LHS. Samþykkt að ágóði af næstu merkjasölu fari að mestu til endurhæfingarmála á landsbyggðinni.

LHS sótti um 1 millj. kr. styrk til Fjárlaganefndar alþingis en fékk 300 þús. kr.

Neistinn býðst til að borga 15 þús. kr. mánaðarlega vegna sameiginlegs skrifstofuhalds.

Ásgeir Þór Árnason aðstoðar Stefán Arngrímsson við gerð heimasíðu.

Ákveðið að bjóða forsvarsmönnum Hjartaverndar í kaffi og ræða sameiginleg áhugamál.

Ákveðið að fella niður skuld HL stöðvarinnar við LHS að upphæð 1 milljón króna.

Talsverð umræða á fundi 7. apríl um hvort greiða eigi fyrir fundarsetu hjá Reykjalundi og SÍBS, og hvort LHS hefði þá stöðu innan SÍBS að einhver ástæða væri að vera þar innanborðs áfram.

Rætt um Noregsferð nokkurra stjórnarmanna LHS en ekki varð úr ferðinni.

Allmiklar umræður um framkvæmd merkjasölu, en að þessu sinni voru send 5-10 merki til félagsmanna í flestum tilfellum án þess að ræða við þá fyrst. Stjórnarmenn töldu rétt að ræða alltaf við móttakendur fyrst.

Ákveðið að hjartagangan í ár verði á Þingvöllum.

Allmiklar umræður um rekstrarfyrirkomulag HL stöðvarinnar í Reykjavík. Jón Þór Jóhannsson hvatti til að skoða betur rekstrarfyrirkomulagið og uppi væru hugmyndir um að ráða Sólrúnu Óskarsdóttur framkvæmdastjóra. Eftirtalin voru tilnefnd af hálfu LHS í fulltrúaráð HL stöðvarinnar til 2ja ára: Jón Mýrdal, Auður Ólafsdóttir, Haraldur Steinþórsson og Ingólfur Viktorsson. Varamenn Kristján Smith og Helgi Þór Guðmundsson.

Rætt um söfnunarkúlur í stjórninni og ákveðið að það fé sem kæmi í stóru kúlurnar í Leifsstöð verði eign LHS en fé úr minni kúlum sem eru dreifðar víða um land skiptist til helminga milli viðkomandi deilda og LHS.

Nefnd skipuð til að skoða lög SÍBS og stöðu LHS innan SÍBS en vaxandi óánægju hefur gætt hjá stjórn LHS með samstarfið.

Gísli J. Eyland sagði á fundi 3. ágúst að hann gæfi ekki kost á sér lengur sem formaður og voru fundarmenn sammála um að Vilhjálmur B. Vilhjálmsson tæki við starfi Gísla og hefði jafnframt heimild til að tilnefna meðstjórnendur í næstu stjórn.

Haukur Þórðarson, formaður SÍBS, óskaði eftir því að Vilhjálmur yrði næsti varaformaður SÍBS og var stjórnin meðmælt því.

Um 200 manns mættu í hjartagönguna á Þingvöllum.

Á fundi í október var gestur fundarins Pétur Bjarnason, nýráðinn framkvæmdastjóri SÍBS. Hann minnti fundarmenn á að hann væri einnig starfsmaður LHS.



Félagsmenn að senda út póst fyrir samtökin, talið frá vinstri: Magnús Thorvaldsson (látinn), Egill Jónsson og Lillian Simson.

Vilhjálmur sótti fund norrænu hjartasamtakanna í Stokkhólmi 26. og 27. október.

Þorbjörn Árnason kjörinn formaður stjórnar Múlalundar og Vilhjálmur formaður stjórnar Reykjalundar.

Ný ritnefnd Velferðar: Valur Stefánsson, formaður, Auður Ólafsdóttir og Guðmundur Magnússon.

2001 Nýjar reglur fyrir Styrktarsjóðinn – Ýmsar gjafir veittar

Á fyrsta fundi ársins var skýrt frá því að Styrktarsjóður LHS væri kominn yfir 10 milljónir kr. og því þyrfti að semja nýjar reglur fyrir sjóðinn.

Samþykkt að færa HL stöðinni á Akureyri 500 þús. kr. vegna 10 ára afmælis hennar.

Samþykkt að gefa HL stöðinni í Reykjavík fjögur þrekhlól að verðmæti um 360 þús. kr.

Heimsókn til heilbrigðisráðherra sem lofaði fjárframlagi til útgáfumála, kr. 250 þús.

Minnst Pálma Sigurðar Gíslasonar sem lést af slysförum 22. júlí 2001, en hann hafði nýverið tekið sæti í stjórn LHS. Aðalsteinn Valdimarsson tók sæti hans í aðalstjórn.

Fyrirtækið Markfell, markaðsmál hf. ráðið til að annast auglýsinga- og styrktarfjáröfnun fyrir LHS.

Samþykkt að Þorbjörn Árnason sækja fund norrænu hjartasamtakanna í Finnlandi í okt. Auður Ólafsdóttir fór á fundinn í hans stað vegna veikinda hans.

Nýr formaður Félags hjartasjúklinga á Norðurlandi vestra er Sigurlaug Hermannsdóttir.

Kynnt tillaga að nýju skipuriti fyrir LHS.

Veittur 500 þús. kr. styrkur til kaupa á ómtæki fyrir Heilbrigðisstofnun Vestmannaeyja.

Reykjalundi færðar 300 þús. kr. til tækjakaupa.

Auður Ólafsdóttir kynnti upplýsingar er hún tók saman úr mælingum sem framkvæmdar voru í Mjóddinni á Alþjóðlega hjartadeginum 30. sept.

2002

Ásgeir Þór framkvæmdastjóri –
Jóhannes og Sigurjón hætta

Ákveðið að næsta þingi samtakanna verði 20.-21. sept, hjartaganga 10. ágúst og einhverjar uppákomur á Alþjóða hjartadeginum 28. sept.

Merkjasala ákveðin 3.-4. maí, en þótti ekki takast nógu vel.

600 þús. kr. styrkur til samtakanna frá Fjárlaganefnd Alþingis.

Sigurjón ákveður að hætta sem ritstjóri Velferðar vegna aldurs og við starfi hans tekur Eggert Skúlason fyrrv. fréttamaður. Sigurjóni síðar falin ritstjórn afmælisblaðs.

Stjórnin ákveður að gefa þrjú þrekhjól til Félags hjartasjúklinga á Norðurlandi vestra.

Ákveðið að senda áheyrnarfulltrúa á norræna ráðstefnu um hjartaendurhæfingu og kynna starfsemi LHS þar.

Davíð O. Arnar fékk 175 þús. kr. rannsóknarstyrk vegna verkefnisins „Þekking Íslendinga á einkennum kransæðasjúkdóms.“

Formanni og varaformanni falið að ganga frá ráðningu Ásgeirs Þórs Árnasonar sem framkvæmdastjóra LHS.

Jóhannes Proppé kvaddi stjórn LHS eftir 19 ára stjórnarsetu og þakkaði samstarfið.



Landssamtök hjartasjúklinga er nú til húsa að Síðumúla 6.

Stjórnin færði honum og Sigurjóni sérstakar þakkir á þingi samtakanna.

Samþykkt að gefa HL stöðinni í Reykjavík tvö þrekhjól.

Ákveðið að Vilhjálmur verði með fasta viðveru á skrifstofunni frá 9-12 á mánudögum.

AGA

Member of the Linde Gas Group



AGA Linde Healthcare

Rannsóknarstöð Hjartaverndar:

Öldrunarrannsókn er næsta stóra verkefnið

og er hún framhald fyrri rannsókna allt frá árinu 1967

Rannsóknarstöð Hjartaverndar tók til starfa árið 1967. Þá hófst Hóprannsókn Hjartaverndar, en henni var ætlað að finna hvaða þættir í fari einstaklinganna eða líkamseinkenni leiði til hjarta- og æðasjúkdóma. Þessi rannsókn var framkvæmd í áföngum og lauk 6. áfanga hennar árið 1997. Alls tóku yfir 30 þúsund manns þátt í rannsókninni.

Ljóst er að Hóprannsókn Hjartaverndar hefur tekist mjög vel á þeim tíma sem hún hefur staðið yfir. Þáttaskil hafa orðið á þessum tíma í baráttunni við hjartasjúkdóma.

Reykingar stórhættulegar

Meðal þess sem Hóprannsóknin hefur leitt í ljós er að þriðja hvert dauðsfall á Íslandi á aldrursbilinu 35-69 ára er tengt reykingum.

Offita eykur hættu á hækkuðum blóðþrýstingi, hærri blóðfitum og sykursýki. Því tengt eru of miklar kyrrsetur.

Verndandi þættir varðandi kransæðasjúkdóma eru m.a. líkamshreyfing sem hækkar góða kólesterólíð.

Helstu áhættuþættir hjarta- og æðasjúkdóma hérlendis skv. niðurstöðum Hóprannsókna Hjartaverndar eru reykingar, hækkaður blóðþrýstingur, blóðfitutruflanir, kyrrseta og sykursýki.

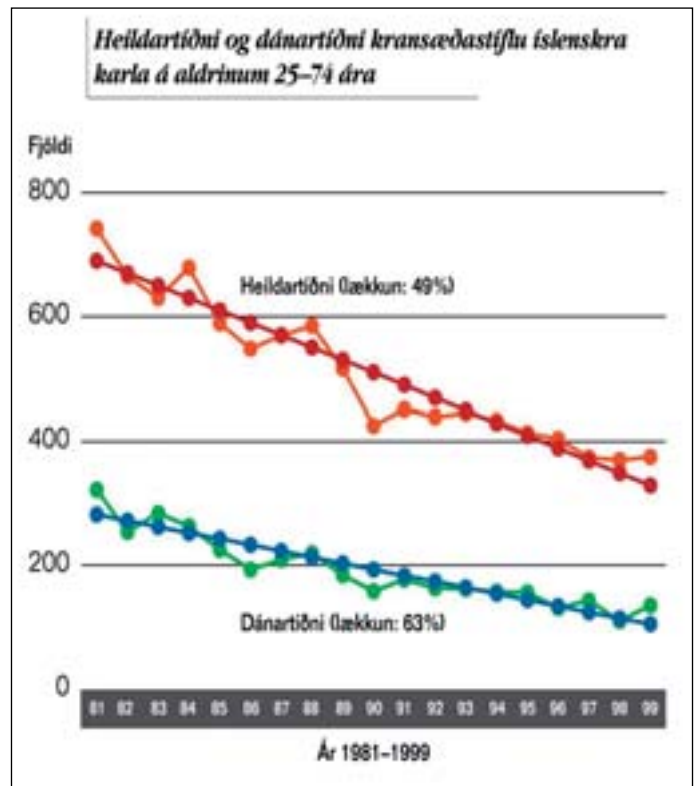
Ýmislegt kom á óvart í rannsókninni, t.d. það að hættan á kransæðasjúkdómi virðist minnka með meiri skólamenntun og meiri líkamshæð, en meðalhæð Íslendinga hefur aukist um 4 sm. frá 1967, segir í grein sem dr. Gunnar Sigurðsson, formaður Hjartaverndar, skrifar árið 2001 í tímaritið Hjartavernd.

Afkomendarrannsókn Hjartaverndar hófst árið 1997.

Þátttakendur þeirrar rannsóknar eru afkomendur fólks úr



Í Öldrunarrannsókninni eru öll helstu líffærakerfi skoðuð. Augnbotnamynd gefur tækifæri á að skoða æðabreytingar í augnbotnum og sjón er mæld hjá þátttakendum.



Hóprannsókn Hjartaverndar sem hefur fengið kransæðastíflu annars vegar og hins vegar þeir sem ekki hafa fengið kransæðastíflu.

Sú rannsókn leiddi í ljós að afkomendur hafa óhagstæðari samsetningu áhættuþátta ef foreldrar hafa fengið kransæðastíflu.

MONICA rannsóknin sýnir gleðilegan viðsnúning

MONICA rannsóknin er hluti af umfangsmikilli rannsókn Alþjóða heilbrigðisstofnunarinnar (WHO) sem ætlað var að skoða ástæður fyrir mismun á dánartíðni af völdum kransæðasjúkdóma milli ýmissa þjóða. Þessi rannsókn hófst hér árið 1981 og lauk árið 1998. MONICA rannsóknin felur í sér skráningu á öllum tilfellum bráðrar kransæðastíflu fólks á aldrinum 25 - 74 ára. Hjartavernd tók að sér þessa skráningu hérlendis.

Niðurstaða rannsóknarinnar sem náði til Íslendinga á aldrinum 25 - 74 ára er mjög merkileg því hún sýndi m.a. að 238 Íslendingar í þessum aldersflokki létust árið 1981 af völdum hjartasjúkdóma en ekki nema 115 árið 1998 þótt þjóðinni hefði fjölgað talsvert á þessu árabili.

Um þetta segir dr. Gunnar Sigurðsson formaður stjórnar Hjartaverndar: „Þessi frábæri árangur er væntanlega afrakstur af



Sneiðtölva: Ein fullkomnasta myndgreiningardeild landsins er í Hjartavernd í tengslum við Öldrunarrannsóknina. Myndgreining er stór hluti rannsóknarinnar, helstu líffærakerfi eru skoðuð bæði með segulóm skoðun, tölvusneiðmynd og ómskoðun.

betri forvörnum, minnkandi reykingum, lækkandi blóðfitu, breyttu mataræði og nýjum blóðfitulækkandi lyfjum.“ Einnig hefur kransæðaaðgerðum fjölgað mjög á síðustu tveimur áratugum á Íslandi og lyfjameðferð og gjörgæsla við bráðri kransæðastíflu batnað.

Þegar árangur rannsóknarinnar er borinn saman milli þjóðanna 28 sem tóku þátt í Monika rannsókninni kemur í ljós að árangurinn varð einna bestur á Íslandi, þ.e. tíðni kransæðastíflu lækkaði hér meira en víðast hvar annars staðar og hlutfallslega færri dóu á spítulunum hér en í hinum löndunum.

Þrátt fyrir þessa góðu stöðu var kransæðastífla önnur algengasta dánarorsökín hérlendis árið 1996. Það ár dóu 712 úr hjarta- og æðasjúkdómum, þar af 436 úr kransæðastíflu.

Dr. Gunnar Sigurðsson bendir á að enn reykir meira en fjórðungur Íslendinga 18 ára og eldri. Íslendingar hafa þungst

verulega að meðaltali og haldi sú þróun áfram leiðir það örugglega til aukinnar tíðni sjúkdóma á borð við sykursýki, blóðfituröskun og háþrýsting.

Öldrunarrannsókn Hjartaverndar

Öldrunarrannsókn Hjartaverndar er samstarfsverkefni Hjartaverndar og bandaríska heilbrigðisráðuneytisins. Framkvæmd hennar hófst í fyrra. Öldrunarrannsóknin er ein sú umfangmesta rannsókn á heilbrigði öldrunar sem hefur verið framkvæmd í heiminum. Til þess að framkvæma þessa rannsókn hefur verið sett upp innan Hjartaverndar mjög fullkomin aðstaða til myndgreiningar og mælinga á ýmsum þáttum líkamsstarfseminnar. Ætlunin er að skoða alla þá einstaklinga sem tekið hafa þátt í Hóprannsókn Hjartaverndar frá árinu 1967.

Rannsókuð verða öll helstu líffærakerfi sem tengjast færni og lífsgæðum á efri árum. Við rannsóknina verður notuð fullkomnasta tækni eins og segulómun, tölvusneiðmyndataka og ómskoðanir. Þátttaka í rannsókninni felur í sér þrjár heimsóknir í Hjartavernd. Rannsóknin felur m.a. í sér læknisskoðun, hreyfifærni o.fl. Helstu niðurstöður verða kynntar fyrir þátttakandanum. Ef eitthvað finnst athugunarvert verður bent á viðeigandi meðferðir og úrræði.

Tilgangur öldrunarrannsóknarinnar er að finna út hvaða þættir það eru sem auka heilbrigði á efri árum.

Dr. Vilmundur Guðnason, forstöðulæknir Hjartaverndar og erfðafræðingur, er aðalforsvarsmáður rannsóknarinnar hérlendis, en hún hefur í för með sér verulega aukið umfang á starfsemi Hjartaverndar. Má áætla að fleiri en 40 ný störf skapist fyrir hinar ýmsu heilbrigðisstéttir. Vegna þessa aukna umfangs hefur Hjartavernd flutt í nýtt og sérhannað húsnæði að Holtasmára 1 í Kópavogi.



Holtasmári 1 í Kópavogi, þar sem Hjartavernd er nú til húsa.



Lífið er ekki þrautalaust

Paratabs

PRAUTREYNT VERKJALYF

Notkunarvið: Paratabs inniheldur parasetamól sem er verkjastillandi og hitalækkandi lyf. Það er notað við höfuðverk, tannpínu, tíðaverkjum o.fl. Einnig við sóththita af völdum influensu og annarra umgangspesta eins og kvefs. **Varúðarreglur:** Fólk sem hefur ofnæmi fyrir parasetamóli eða er með lifrarsjúkdóma má ekki nota lyfið. Nýrna- og lifrarsjúklingum er bent á að ráðfæra sig við lækni áður en þeir taka lyfið. Of stór skammtur getur valdið lifrabólgu. **Aukaverkanir:** Parasetamól veldur sjaldan aukaverkunum og þolist yfirleitt vel í maga. Langvarandi notkun lyfsins getur valdið nýrnaskemmdum. **Skömmtnun:** Nákvæmar leiðbeiningar um skömmtnun fylgja lyfinu. Ekki má taka stærri skammta en mælt er með. *Lesið vandlega leiðbeiningar sem fylgja lyfinu.* 08.01.99



LYFJAPRÓUN • HUGVIT • GÆÐI
www.delta.is

Sjö landsþing að baki

Landsþing samtakanna, sem haldin eru á tveggja ára fresti frá árinu 1991, endurspeglar styrk samtakanna. Þingin sækja oftast um 70 manns. Hér á eftir eru rakin helstu umræðuefni á þingunum og hverjir eru í forystuhlutverki á hverjum tíma

10 deildir stofnaðar

1. þing Landsamtaka hjartasjúklinga var haldið að Borgartúni 6 dagana 22. og 23. mars 1991.

Sigurður Helgason, formaður LHS, setti þingið og Guðmundur Bjarnason, heilbrigðis- og tryggingaráðherra, flutti ávarp.

Á málþingi flutti Þórður Harðarson, prófessor, erindi um kransæðasjúkdóma á undanhaldi, Laufey Steingrimsdóttir, næringarfræðingur fjallaði um íslenska hollustu og Soffía S. Sigurðardóttir, yfirsjúkraþjálfari, fjallaði um endurhæfingu fyrir hjartasjúklinga.

Í skýrslu formanns kom fram að haustið 1990 hefðu verið stofnuð 10 félag hjartasjúklinga út um allt land og sátu fulltrúar þessara félaga þingið. HL stöðvar voru teknar til starfa í Reykjavík og á Akureyri. Ný lög voru afgreidd á þinginu, og lögð var fram

tillaga um stofnun Styrktarsjóðs hjartasjúklinga, en stofnfé sjóðsins yrði um 2 milljónir kr. sem safnast höfðu vegna sölu minningarkorta frá stofnun samtakanna.

Sú athyglisverða tillaga var lögð fram á þinginu að fundarmenn skoruðu á ríkisstjórnina að láta fara fram á næstu þremur árum skoðun allra landsmanna 30 ára og eldri, til mælinga á kólesteróli og blóðþrýstingi.

Stjórnarkosning

Formaður: Sigurður Helgason.

Aðalstjórn: Haraldur Steinþórsson, Jóhannes Proppé, Sigurveig Halldórsdóttir, Ingólfur Viktorsson, Jón Júlíusson og Sigmar Ingason.

Þingforsetar: Jón Þór Jóhannsson og Reynir Sigurþórsson.

Þingritarar: Sigmar Ingason og Geirlaug Sigurjónsdóttir.



Fjöldi manns fylgdist með málþingi á 1. þinginu árið 1991.



Sigurður Helgason, formaður LHS, í ræðustól á 2. þingi samtakanna.

Skoðum alla 35 ára og eldri

2. þing LHS var haldið dagana 18. og 19. september árið 1992 að Borgartúni 6.

Sigurður Helgason, formaður LHS, setti þingið og Þorkell Helgason, aðstoðarmaður Sighvats Björgvinssonar heilbrigðis- og tryggingaráðherra flutti ávarp í fjarveru ráðherra.

Á málþingi ræddi dr. Birna Bjarnason um reynsluna af uppbyggingu hjartahópa í Þýskalandi og mögulega hagnýtingu þeirrar reynslu á Íslandi. Grétar Ólafsson, yfirlæknir, ræddi um hjarta- aðgerðir á Íslandi, hver er staðan nú og hvað ber framtíðin í skauti sér. Séra Jón A. Baldvinsson, sendiráðsprestur í London, ræddi um hinn mannlega þátt, hlutverk sálusorgarans.

Tillaga um nýtt nafn

Á þinginu kom fram tillaga um að breyta nafni samtakanna í Hjartasamtökin – landssamband hjartasjúklinga, en hún náði ekki fram að ganga.

Meðal tillagna á þinginu var áskorun til stjórnar um gerð bækl- inga og myndbands sem skýrði helstu einkenni hjartasjúkdóma, forvarnarstarf og endurhæfingu. Samþykkt að sölulaun vegna jólakorta- og merkjasölu yrði 25% til aðildarfélaga LHS. Þá mælti þingið með því að stjórnin keypti hlut í íbúð að Lokastíg 16 og hnykkti á tillögunni um skoðun allra Íslendinga 35 ára og eldri (upphaflega talað um 30 ára og eldri). Leitað var álits Jóns Högnasonar, hjartasérfræðings og Skúla Johnsen borgarlæknis um tillöguna og töldu báðir að hún væri framkvæmanleg.

Stjórnin var öll endurkjörin.

Þingforsetar voru Gísli J. Eyland, Eiríkur Bogason og Áslaug K. Georgsdóttir.

Ritarar: Þorbjörn Árnason og Jóhann Kárasón.



Hjartafélögin á Norðurlöndum hafa með sér óformlegt samband. Hér eru norrænir gestir á Þingvöllum árið 1993, en hjartafélögin þinguðu hér 2. og 3. október sl. og var það þriðja þingið sem haldið er hérlendis.



Hjartasjúklingar eru margir duglegir að hreyfa sig. Hér er hópur Siglfirðinga að auka hreysti sína og vellíðan.

Ýtt á eftir sjúklingalögum

3. þing LHS var haldið dagana 23. og 24. september árið 1994 að Borgartúni 6. Sigurður Helgason, formaður LHS, setti þingið og ávarp flutti Sighvatur Björgvinsson, heilbrigðis- og tryggingaráðherra.

Á málþinginu flutti dr. Eva Berglin, yfirlæknir líffæraflutninga- deildar Sahlgrenska sjúkrahússins í Gautaborg erindi um hjarta- og lungnaflutninga með aðstoð dr. Árna Kristinssonar, hjarta- læknis. Jón Þór Sverrisson, yfirlæknir fjórðungssjúkrahússins á Akureyri, flutti erindi um endurhæfingu. Helga Jónsdóttir, lektor og Lovísa Baldursdóttir, hjúkrunarframkvæmdastjóri ræddu um líðan fólks sem bíður eftir hjartaskurðaðgerð.

Þingfulltrúar skoruðu enn á heilbrigðisráðherra að láta fara fram skoðun á Íslendingum 35 ára og eldri. Þá skoruðu þingfulltrúar á heilbrigðisráðherra að beita sér fyrir setningu sjúklingalaga og að LHS leiti eftir náinni samstöðu annarra sjúklingasamtaka í landinu um málið.

Sigurður Helgason sagði í skýrslu stjórnar að LHS yrði ásamt öðrum sjúklingasamtökum að standa vörð um velferðarkerfið með því að mótmæla stórhækkun lyfja og kostnaði sjúklinga almennt.

Stjórnarkosning

Formaður: Sigurður Helgason.

Aðalstjórn: Jón Júlíusson, Haraldur Steinþórsson, Jóhannes Proppé, Eiríkur Bogason, Rafn Hjartarson og Gísli J. Eyland.

Þingforsetar: Kristján Benediktsson, Sigmar Ingason og Þorbjörn Árnason.

Ritarar: Eiríkur Bogason og Valgerður Valgarðsdóttir.





Bora

Frá 31.760 kr.
á mánuði í 3 ár.

Polo

Frá 22.353 kr.
á mánuði í 3 ár.



Touran

Frá 36.394 kr.
á mánuði í 3 ár.



Golf

Frá 29.900 kr.
á mánuði í 3 ár.



Golf Variant

Frá 31.760 kr.
á mánuði í 3 ár.



Passat

Frá 33.069 kr.
á mánuði í 3 ár.

Hættu að láta þig dreyma um að eignast Volkswagen. Nýttu þér rekstrarleigu.

Með rekstrarleigu getur þú látið drauminn um glæsilegan Volkswagen, t.d. nýjan sjö sæta Touran, rætast án þess að þurfa að eignast bílinn. Smurþjónusta og þjónustuskoðanir eru innifaldar í einni léttri greiðslu á mánuði. Eftir hverju ertu að bíða? Hafðu samband í dag.

Innifalið í rekstrarleigu:

20.000 km. akstur á ári, smurningar, olíuskipti og þjónustuskoðanir. Rekstrarleiga er háð gengi gjaldmiðla og getur því breyst án fyrirvara.

Innifalið í Golf, Golf Variant og Bora:

15" álfelgur, tvívirkt rafknúin sóllúga, aksturstölva, samlituð hurðahandföng og hliðarlistar, fjarstýrðar samlæsingar, sportsæti, leðurklæðning á stýrishjóli, gírstangarhnúð og handbremsuhandfangi auk viðarlegginga á innréttingu í Bora.

Volkswagen



Nýr formaður – Gísli J. Eyland

4. þing LHS var haldið að Reykjalundi 27. og 28. september 1996. Þingsetning og málþing var haldið í Tjarnarbíói. Sigurður Helgason, formaður LHS, setti þingið en Þórir Haraldsson flutti ávarp í fjarveru Ingibjargar Pálmadóttur heilbrigðis- og tryggingaráðherra. Bjarni Torfason, hjartaskurðlæknir, fjallaði um hjartaaðgerðir á börnum og Hróðmar Helgason, hjartalæknir, fjallaði um helstu fæðingargalla hjartveikra barna. Dr. Vilmundur Guðnason flutti erindi um þátt erfða í hjartasjúkdómum og Magnús Einarson, hjartalæknir, flutti erindi um HL stöðvar og HL hópa.

Neistinn gengur til liðs við LHS

Á þinginu lá fyrir inngöngubeiðni frá Neistanum, aðstandendafélagi hjartveikra barna, sem stofnað var 9.5. 1995 og var beiðnin samþykkt einróma. Þingið fagnaði því að heilbrigðisráðherra hefði látið semja frumvarp um réttindi sjúklinga, en átaldi um leið þau vinnubrögð að enginn fulltrúi sjúklinga hefði verið í nefndinni.

Stórauknum útgjöldum mótmælt

Þá hvatti þingið til aukins samstarfs fjölmennra sjúklingafélaga og samtaka aldraðra um margvísleg hagsmunamál, s.s. að mótmæla stórauknum útgjöldum sjúklinga á mörgum sviðum heilbrigðisþjónustunnar.

Þingið hvatti til að komið yrði á fót embætti umboðsmanns heilbrigðis- og félagsmála.

Enn var ályktað um nauðsyn skoðunar allra Íslendinga 35 ára og eldri.

Stjórnarkosning

Á þessu þingi urðu formannskipti þar sem Sigurður Helgason baðst undan endurkjöri. Nýr formaður var kjörinn Gísli J. Eyland. Í aðalstjórn voru kosin: Ingibjörg Magnúsdóttir, Jóhannes Proppé, Jón Þór Jóhannsson, Magnús Þorgrímsson, Stefán Arngrímsson og Vilhjálmur Vilhjálmsson.

Þingforsetar: Kristján Benediktsson, Aðalsteinn Valdimarsson og Tómas Tómasson.

Þingritarar: Stefán Arngrímsson og Magnús Þorgrímsson.



Fyrsta stjórn Neistans, talið frá vinstri: Elín Viðarsdóttir, Margrét Ragnars, Margrét Guðjónsdóttir, Sandra Franks, Ragna Sveinbjörnsdóttir og Hallfríður Kristinsdóttir.

300 manns biðu eftir hjarta-aðgerðum – hörð mótmæli

5. þing LHS var haldið dagana 11. og 12. september 1998 að Borgartúni 6. Gísli J. Eyland formaður LHS setti þingið og Ingibjörg Pálmadóttir heilbrigðis- og tryggingaráðherra flutti ávarp.

Á málþingi flutti Ólafur Ólafsson, landlæknir, erindi um heilbrigðismál. Þorkell Guðbrandsson, yfirlæknir, ræddi um lífs-hætti og hjartasjúkdóma og þær Auður Ólafsdóttir og Sólrún Óskarsdóttir yfirsjúkráþjálfarar á HL stöðinni í Reykjavík fluttu erindi sem þær nefndu *Láttu þér líða vel*.

Landssöfnun SÍBS

Fundarmenn voru hvattir til að styðja kröftuglega landssöfnun SÍBS vegna hins nýja þjálfunarhúss á Reykjalundi. Jafnframt kom fram tillaga um „að hugað verði að sérstakri fjársöfnun til eflingar endurhæfingu hjartasjúklinga. Stórbæta þarf aðstöðu HL stöðvarinnar í Reykjavík og efla starf HL hópa víðs vegar um landið. Mörkuð verði sú stefna að koma upp eigin húsnæði, þ.e. Endurhæfingarmiðstöð á Reykjavíkursvæðinu til viðhaldsþjálfunar hjartasjúklinga...“

Í annarri tillögu var lögð áhersla á að standa vörð um velferðarkerfið, gerð verði könnun á högum hjartasjúklinga tilfinningalega, félagslega og/eða fjárhagslega. Hnykkt var á kröfunni um umboðsmann sjúklinga.

Kynnt var reglugerð um heiðursmerki LHS. Mótmælt var allt of löngum biðlistum, en upplýst var að um 300 manns biðu á þessum tíma eftir brýnustu hjartaaðgerðum.

Skorað var á stjórn LHS að leita ráða til að ná til þeirra fjölmörgu hjartasjúklinga sem ekki eru félagar í LHS. Þá var bent á að endurskoða mætti skipulagningu hjartaendurhæfingar og leita

aðstoðar fagfólks í þeim efnum. Ennfremur var bent á hvort ekki ætti að hvetja til þess að hjartaþræðingar yrðu framkvæmdar utan sjúkrahúss til að létta á biðlistunum.

Nýtt myndband kynnt

Formaður gat þess í skýrslu sinni að bæklingurinn *Starf og stefna* hefði verið endurútfærinn og komið væri myndbandið *Hjartans mál*, sem unnið var af fjölmiðlanemendum í HÍ og starfsfólki hjartadeildar Landspítalans, en styrkt af LHS sem einnig sá um lokahnykk útgáfunnar og annaðist dreifingu.

Stjórnarkosning

Formaður næsta tímabil: Gísli J. Eyland.

Aðalstjórn: Ingibjörg Magnúsdóttir, Jóhannes Proppé, Jón Þór Jóhannsson, Magnús Þorgrímsson, Stefán Arngrímsson og Vilhjálmur B. Vilhjálmsson.

Þingforsetar: Kristján Benediktsson og Vilhjálmur B. Vilhjálmsson.

Þingritarar: Auður Ólafsdóttir og Stefán Arngrímsson.



Gísli J. Eyland, þriðji formaður LHS ásamt eiginkonu sinni, Dórótheu J. Eyland á 5. þingi samtakanna.



Svipmynd frá 7. þingi samtakanna. Talið frá vinstri: Vilhjálmur B. Vilhjálmsón, formaður LHS, Dórothea J. Eyland þingforseti, Sigurður Guðmundsson landlæknir og Elsa B. Friðfinnsdóttir er talaði fyrir hönd Jóns Kristjánssonar heilbrigðisráðherra.

Hjartagangan á Þingvöllum – Vilhjálmur nýr formaður

6. þing samtakanna var haldið að Borgartúni 6, 22. og 23. september árið 2000.

Gísli J. Eyland formaður LHS flutti ávarp við þingsetningu og Ingibjörg Pálmadóttir heilbrigðis- og tryggingaráðherra flutti ávarp.

Á málþingi flutti Matthías Halldórsson, aðstoðarlandlæknir, erindi um heilbrigðismál og Helgi Már Arthúrssón erindi sem hann kallaði *Lífsreynsla hjartasjúklinga*.

Ingólfur hættir, Ásgeir Þór Árnason ráðinn

Í skýrslu formannsins kom fram að Ingólfur Viktorsson, sem verið hefur skrifstofustjóri LHS síðustu árin lét af störfum um áramótin 1999/2000. Við starfi hans tók Rúrik Kristjánsson. Jafnframt var Ásgeir Þór Árnason ráðinn til starfa á skrifstofunni. Á tímabilinu voru gefnir út bæklingarnir *Eru ljón í veginum* og *Hjartasjúkdómar, varnir, lækning, endurhæfing*, 2. prentun.

Jón Þór Jóhannsson hafði veg og vanda af Norrænu hjartaþingi sem haldið var 1. og 2. október 1998.

Sameiginleg hjartaganga Reykvíkinga og Suðurlandsbúa fór fram á Þingvöllum í tilefni aldamótaársins.

Meðal athyglisverðra ábendinga frá þingfulltrúum var að stjórn LHS „fylgist vel með niðurstöðum rannsókna sem unnar eru í heilsugæslustöðvunum í Hafnarfirði og á Akureyri þar sem reynt er með skipulegri leit að finna þá karla 50 ára og eldri, sem komnir eru með byrjunareinkenni hjartasjúkdóms eða eru taldir í áhættu....“

Næringarfræði í öllum skólum

Þá er þeirri áskorun beint til stjórnvalda að markviss kennsla í næringarfræði verði tekin upp í öllum framhaldsskólum landsins.

Stjórnarkosning

Formaður næsta tímabil var kjörinn Vilhjálmur B. Vilhjálmsón.

Aðalstjórn: Þorbjörn Árnason, Jóhannes Proppé, Ingibjörg Magnúsdóttir, Magnús Þorgrímsson, Valur Stefánsson, Pálmi Gíslason.

Þingforsetar: Dórothea J. Eyland og Guðmundur Magnússon.

Þingritarar: Auður Ólafsdóttir og Stefán Arngrímsson.

Hvatt til útgáfu félagsskírteina

7. þing LHS var haldið að Borgartúni 6 dagana 20. og 21. sept. árið 2002.

Vilhjálmur B. Vilhjálmsón, formaður LHS setti þingið, en Elsa B. Friðfinnsdóttir, aðstoðarmaður Jóns Kristjánssonar heilbrigðisráðherra, flutti ávarp. Á málþinginu talaði einnig Sigurður Guðmundsson landlæknir og kom víða við í fróðlegu erindi sínu.

Eggert Skúlason nýr ritstjóri Velferðar, Jóhannes Proppé og Sigurjón hættu

Í skýrslu formanns var fjallað um flutning skrifstofu LHS úr Suðurgötu í Síðumúla og að nýr ritstjóri, Eggert Skúlason, tæki við starfi ritstjóra af Sigurjóni Jóhannssyni og að Jóhannes Proppé léti einnig af störfum vegna aldurs. Þá var frá því skýrt að í Styrktarsjóði LHS væru nú 12.6 millj. kr.

Fræðslu- og félagsmálanefnd hvatti til útgáfu félagsskírteina í þeirri von að handhafar þeirra fái aukaafslátt hjá t.d. lyfjafyrirtækjum. Nefndin hvetur stjórn LHS að kanna grundvöll fyrir stofnun deildar á Höfn í Hornafirði í samstarfi við Félag hjartasjúklinga á Austurlandi.

Heilbrigðisnefnd lýsti yfir ánægju sinni með mælingar á blóðþrýstingi og kólesteróli víða um land og óskaði eftir samvinnu við Rauða krossinn í viðbrögðum við hjartastoppi. Ennfremur vill nefndin að stjórn LHS beiti sér fyrir aukinni fræðslu um brjóstverki og byrjunareinkenni hjartasjúkdóma. Þá vill nefndin að LHS beiti sér fyrir aukinni fræðslu um offitu.

Fjárhags- og fjárflyunarnefndin hvetur enn til þess að leitað verði eftir föstum stuðningsaðilum sem tryggi LHS regluleg framlög.

Talsverðar breytingar voru gerðar á lögum LHS.

Stjórnarkosning

Vilhjálmur B. Vilhjálmsón var endurkjörinn formaður.

Aðalstjórn: Þorbjörn Árnason, Sigurður H. Sigurðsson, Ingibjörg Magnúsdóttir, Magnús Þorgrímsson, Valur Stefánsson og Kristján Smith.

Þingforsetar: Dórothea J. Eyland og Guðmundur Magnússon.

Þingritarar: Auður Ólafsdóttir og Sólrún Óskarsdóttir.

Formenn í fastanefndum kosnir sér

Nú voru í fyrsta skipti kosnir formenn í fastanefndir sem skulu starfa milli þinga. Formennirnir eru:

Kristján Smith, formaður fjárhags- og fjárflyunarnefndar,
Jóhanna Konráðsdóttir, formaður fræðslu- og félagsmálanefndar,
Auður Ólafsdóttir, formaður heilbrigðisnefndar,
Jónas Jóhannsson, formaður kjörbréfa- og uppstillingarnefndar,
Valur Stefánsson, formaður ritnefndar.





Lyfja

fyrir heilsuna

Nýtt á Íslandi

Lyfjafræðileg umsjá

Lyfjafræðileg umsjá felst í því að lyfjafræðingur fylgir lyfjameðferð betur eftir í samstarfi við lækni og sjúkling. Meginmarkmiðið er að bæta lyfjameðferð og auka lífsgæði fólks. Neytendur sem hafa nýtt sér þessa þjónustu eru sammála um að hún hafi bætt meðferð á erfiðum sjúkdómum.

Verlanir Lyfju:

Lágmúla, s. 533 2300 • Laugavegi, s. 552 4045 • Smáralind, s. 530 5800
Smáratorgi, s. 564 5600 • Kringlunni, s. 568 1600 • Spönginni, s. 577 3500
Garðatorgi, s. 565 1321 • Setbergi, s. 555 2306 • Lyfja Keflavík, s. 421 6565
útibú Grindavík

Mælingar í Lyfju:

- Beinþéttnimæling
- Öndunarmæling
- Kólesterólmæling
- Blóðsykursmæling
- Blóðþrýstingsmæling

Auk þess bjóða Lyfja Laugavegi, Smáralind, Lágmúla og Spönginni:

- Blóðfitumælingar
- Blóðsykursmælingar
- Blóðþrýstingsmælingar

Blóðþrýstingsmælingar fara fram í öllum apótekum Lyfju.

Mælingar fara fram í Lyfju Smáratorgi. Hægt er að panta tíma í síma 564 5600.

Hjúkrunartengdar vörur fyrir viðskiptavinum Lyfju:

- Stómavörur
- Barkastómavörur
- Þvagleggir og þvaglekavörur
- Sykursýkivörur
- Sjúkrasokkar
- Næringardrykkir
- Stoðvörur
- Sjúkrakassar

Lyfja Lágmúla og Lyfja Smáratorgi opið 8–24 alla daga

Hjartasjúklingar hér hafa náði samband við hjartalækna sína

sem ekki tíðkast annars staðar nema helst í Bandaríkjunum. Stöndum mjög framarlega í hjartalækningum, en gamalt og þröngt húsnæði og fjárhagserfiðleikar kreppa að

Lengi hefur verið ljóst að íslenskir hjartalækna hafa unnið gífurlega mikið og vel heppnað starf í þágu okkar allra, oft við mjög erfiðar aðstæður. Í dag erum við í allra fremstu röð í samanburðardæmum við önnur lönd. Þannig hefur Ísland verið í 1.-2. sæti í Evrópu undanfarin ár þegar fjöldi kransæðaþræðinga og víkkana er talinn miðað við fólksfjölda.

Ritstjóri afmælisbladsins hitti tvo af frumherjunum á sviði hjartalækninga hérlendis, þá dr. Árna Kristinsson og dr. Þórð Harðarson sem lengi hafa setið við stjórnvölinn á Landspítalanum, og það þá fyrst að ríffa upp hvernig þetta byrjaði og hvernig samstarf við erlenda starfsbræður þróaðist á 7. og 8. áratug 20. aldar, þ.e.a.s. áður en kransæðaskurðaðgerðir hófust hér um mitt sumar árið 1986.

Árni: Hjartarannsóknadeild Landspítalans tók til starfa árið 1969. Það ár voru einungis framkvæmdar nokkrar gangráðsaðgerðir, þar sem væntanlegt starfsfólk var í starfsþjálfun erlendis og verið var að afla tækja til mælinga ýmiss konar.

Fyrsta hjartaþræðingin var gerð í janúar 1970 og það ár var framkvæmd 51 hjartaþræðing og heildarfjöldi annar hjartarannsóknar var um 4500.

Í upphafi störfuðu á rannsóknastofunni ég, Sigrún Gísladóttir, yfirhjúkrunarkona, Viktor Magnússon, tæknimaður, Guðrún Bjarnadóttir meinatæknir. Fljótlega bættust við lækna Kjartan Pálsson, Magnús Karl Pétursson, Ólafur Stephensen og Kristján Eyjólfsson.

Árið 1979 var samsvarandi fjöldi 180 hjartaþræðingar og aðgerðafjöldi samtals 7532.

Í dag starfa við hjartadeildina 17 lækna.

Í byrjun gátum við gert við meðfædda hjartagalla, sem hægt var að laga án þess að opna hjartað því þá voru ekki til hjarta- og lungnavélar. Aðrir voru sendir til London til skurðaðgerða, en ég hafði verið þar við nám.

Þórður: Árni var frumkvöðull þess að koma upp hjartaþræðingaaðstöðu hér á spítalanum. Farið var að rannsaka stóran hóp af fólki með lokugalla og meðfædda hjartagalla og í ljós kom að stór hópur þarfnadist skurðaðgerða.

Árni: Þórður var þá aðstoðarlæknir á deildinni og hóf þar feril sinn í hjartaþræðingum. Fyrsta kransæðaskoðunin var gerð á Jóhanni Jónssyni frá Fáskrúðsfirði árið 1972 og var hann sendur áfram til London. Þá þurfti fólk sjálft að borga ferðirnar en ekki spítalavistina ytra sem greidd var af Tryggingastofnun ríkisins.

Þórður: Á þessum árum voru miklar deilur uppi meðal lækna hvort rétt væri að gera kransæðaaðgerðir. Á heimsþingi í London



Árni Kristinsson og Þórður Harðarson hafa langa reynslu að baki og miðla okkur í þessu viðtali ýmsum fróðleik.

1970 fóru fram háværar kappræður um þetta og margir hjartalækna töldu að aðgerðirnar gæfust ekkert betur en lyfjameðferð.

Ritstjóri: Voru lyfin orðin það góð á þessum tíma?

Báðir: Betablokkarnir voru komnir á markað og margir töldu rétt að gera grundvallarrannsókn þar sem t.d. 1000 hjartasjúklingar yrðu rannsakaðir í ákveðinn tíma; helmingur gengi undir skurðaðgerð en helmingur fengi lyfjameðferð, en það leið langur tími þar til slík rannsókn var framkvæmd.

Árni: Á fyrstu árum skurðaðgerða var dánartíðnin gífurlega há, sérstaklega við míturlokuaðgerðir og fólk var ekki sent í slíkar aðgerðir nema ef um líf eða dauða var að tefla. Svonefnd Vineberg aðgerð var vinsæl um tíma og snerist um það að losa vinstri brjóstslagæðina og græða hana inn í hjartavöðvann í von um að blóðflæði myndast í slagæðum í hjartavöðvanum, en sem betur fer stukkum við yfir þennan þátt.

Rannsóknir síðar sýndu að þetta var gagnslaus aðferð.

Ritstjóri: Hvenær var byrjað að taka æðar úr fótleggjum og græða þær sem hjartaæðar?

Árni: Sá sem byrjaði á þessu hét René Favalaro, Argentínumaður, og gerði fyrstu aðgerðirnar á Cleveland sjúkrahúsinu í Bandaríkjunum árið 1962. Þetta þróaðist hægt en örugglega og lækna í London tóku þetta upp 1967 eða 68.

Þegar kransæðaaðgerðunum tók að fjölga hjá okkar sjúklingum var ærið umsvifamikið að senda svo marga til Bretlands. Við þurftum að skrifa bréf með hverjum sjúklingi og vottorð til Tryggingastofnunar þannig að mikil vinna var í kringum þetta og mikið álag á sjúklingana og aðstandendur þeirra.

Þórður: Það var mjög há tíðni af sýkingum í Bretlandi. Við fengum aldrei almennilega skýringu á því, svo virtist sem íslensku

*Hjartarannsóknar-
deild Lsp. tók til
starfa 1969 – fyrsta
hjartaþræðing
gerð 1970*



Svona vilja sænskir arkitektar sjá framtíðaruppbyggingu Landspítala - háskólasjúkrahúss. Hringbrautin færirst til og spítalalóðin stækkar mikið.

sjúklingarnir sýktust miklu frekar en Bretarnir. Við sáum oft smároða á bringubeini sjúklings við heimkomuna og vissum þá að þetta átti eftir að valda erfiðleikum.

Árni: Hluti af skýringunni getur verið að það kemur los á bringubeinið í flutningi og það býður heim sýkingu. Það reynir verulega á sjúkling að sitja nýskorinn í venjulegum farþegasætum í flugvél milli landa. Við fengum fjölmarga í eftir meðferð hér á spítalanum.

Þórður: Þegar við svo treystum okkur til að hefja skurðaðgerðir hér heima fórum við af stað af gríðarlega miklum krafti, sérstaklega ég og Árni. Við ræddum við fjölmiðla og þingmenn og dreifðum gögnum. Ég hafði t.d. mjög náð samband við Jónas Kristjánsson ritstjóra á Dagblaðinu, sem studdi okkur mjög vel. Matthías Bjarnason, þáverandi heilbrigðisráðherra, skipaði nefnd sem í átta sæti Árni, Björn Önundarson, læknir og Davíð Gunnarsson framkvæmdastjóri Ríkisspítalanna.

Árni: Við hittumst að mig minnr 48 sinnum og náðum loks samkomulagi um niðurstöðu. Matthías féllst á að láta okkur hafa ný þræðingartæki og jafnframt fóru lækningar og hjúkrunarfólk til Uppsala til að kynna sér skurðaðgerðir og svo sendu Svíarnir fólk hingað til að vera okkur til halds og trausts við fyrstu tvær aðgerðirnar árið 1986.

Þórður: Ég vil undirstrika þá gífurlegu byltingu sem hefur orðið í lyfjameðferð á síðustu árum, ég nefni asperíníð, þetta einfalda lyf sem reynst hefur gífurlega öflugt og dregur úr tappamyndun í kransæðum, betablokka, lyf eins og Atenolol sem flestir hjartasjúklingar þekkja, sem hefur sýnt sig að hafa mikil

áhrif á sjúklinga sem hafa fengið kransæðastíflu. Svonefndir ACE hamlar bæta lífshorfur hjartasjúklinga með hjartabilun, þ.e. lélegan samdrátt í hjartavöðvanum. Við höfum nú miklu öflugri forðabúr meðferðarlýfja gegn hjartabilun en áður var.

Sama er að segja um miklu markvissari aðgerðir gegn háþrýstingi en áður tíðkuðust.

Við göngum svo langt nú að við setjum nær alla kransæðasjúklinga á kólesteróllækkandi meðferð. Þó sumir hafi ekki hátt kólesteról bætir þetta lífshorfur allra.

Árni: Læknar sem útskrifast úr háskólanum hér mega aðeins taka eitt til tvö ár í lyflækningum heima og því þurfa þeir að sækja framhaldsnám til útlanda, sem tekur fjögur til fimm ár. Þetta þýðir að það vantar til starfa á spítölunum unga og velmenntaða menn í greininni. Þegar þeir koma loks heim aftur eru þeir orðnir þrælmenntaðir sérfræðingar og setja upp stofu úti í bæ eins og eldri lækarnir. Hjartasjúklingunum er svo beint inn á þessar stofur sem þýðir að almenningur hér hefur alltaf mjög góðan aðgang að hjartasérfræðingum, en því er ekki að heilsa í öðrum löndum nema í Bandaríkjunum.

Allir okkar hjartalæknar sækja ráðstefnur a.m.k. tvisvar á ári og fylgjast því mjög vel með öllum nýjungum, og hefur þessi þekking skilað sér í forvarnarstörfum.

Þórður: Þessi mikla aðkoma sérfræðinga þýðir að íslenskir hjartasjúklingar hafa fengið sérhæfðari meðferð en tíðkast í nágrannalöndum okkar þar sem heimilislæknar stjórna meðferðinni.

Ritstjóri: Ég held að flestir hjartasjúklingar séu afar ánægðir með hve gott samband er milli þeirra og hjartalækna og hve þjónusta spítalanna er markviss og góð.

„Við höfum nú miklu öflugra forðabúr meðferðarlýfja gegn hjartabilun en áður var...“



ABX 900259

Berðu höfuðið hátt



SPRON og Frjálsi fjárfestingarbankinn vinna saman að þínum hagsmunum. Viðskiptavinir okkar njóta heildstæðrar fjármálaþjónustu með aðgangi að hagstæðum lánum og sparnaðarleiðum, fjölbreytilegum ávöxtunarmöguleikum og persónulegri þjónustu sem er sniðin að þörfum hvers og eins.

Þannig tryggja SPRON og Frjálsi fjárfestingarbankinn viðskiptavinum sínum alhliða fjármálaumhverfi svo þeir geti notið lífsins og borið höfuðið hátt.



– samstarf í þína þágu

Árni: Sjúklingur er alltaf spurður: Hver er þinn hjartalæknir? og þannig á það að vera.

Þóroddur: Á síðustu fimm árum hafa einnig komið til sögunnar öflugar aðferðir til að meðhöndla takttruflun í hjarta, sem getur verið lífshættuleg. Við erum með tvo sérfræðinga þá Gizur Gottskálksson og Davíð Arnar sem hafa gert margar aðgerðir á þessu sviði. Í mörgum tilfellum er hægt að laga hraðatakt. Þá er gangráðsmeðferðin orðin mun fullkonnari en áður var, nú er farið að örva bæði forhólf og afturhólf eða gáttir og slegla. Þá er farið að græða í sjúklinga rafstuðtæki sem setur hjartað í réttan takt ef það hættir að slá. Tugir sjúklinga hafa fengið slíkt tæki.

Ritstjóri: Hvað þýðir sameining Borgarspítala og Landspítala fyrir hjartasjúklinga?

Þóroddur: Kostirnir við sameiningu eru fræðilega séð mjög miklir og þá sérstaklega hvað varðar aukna sérhæfingu. Þegar hjartalæknar eru komnir í einn hóp má gera ráð fyrir að hver og einn geti öðlast dýpri þekkingu og færni á sínu sérsviði. Flutningurinn krefst mikils skipulagsstarfs sem ekki er enn lokið.

Árni: Eins og stendur eru gríðarlega mikil þrengslí hér á hjartadeildinni og okkur hefur ekki tekist að hreinsa upp biðlistana sem við ættum að geta ef við hefðum fleiri rúm til umráða. Tækjabúnaðurinn á þræðingarrannsóknarstofunni er til mikillar fyrirmyndar og við höfum þrælmenntað fólk á heimsmælikvarða í starfi þar. Um síðustu áramót var fjárveiting skorin niður um 2% í stað þess að auka hana.

Þóroddur: Húsnæðið sem við höfum hér er úrelt. Það tíðkast ekki á nýlegum sjúkrahúsum erlendis að fjórir sjúklingar séu saman á stofu, en þessi aðstaða hér byggist á nær hálftrar aldar gömlum gildum. Næstum á hverjum degi liggja sjúklingar frammi á göngum, sem er algerlega óþolandi aðstaða og ég skil ekki af hverju almenningur andmælir þessu ekki af meiri krafti. Skrifstofuáðstaða lækna er víða afleit. Okkur finnst að sérfræðingar í læknisfræði eigi að geta tekið á móti sjúklingum og aðstandendum þeirra inni á sinni skrifstofu og rætt við þá þar í einrúmi en ekki á hlaupum einhversstaðar í byggingunni.

Okkur vantar fleiri sjúkrarúm og rýmri aðstöðu fyrir hvers konar rannsóknir. Í Fossvogi hefur t.d. orðið óheppileg þróun því þar var lokað svokallaðri hágæsludeild sem átti að vera til taks fyrir veika hjarta- og lungnasjúklinga. Við höfum orðið með ýmsum hætti fyrir barðinu á fjárhagserfiðleikum spítalans.

Árni: Hér má bæta við að göngudeildarstarfsemi þarf að eflast mikið í takt við aukna rannsóknarstarfsemi og kennslu unglækna. Við rákum göngudeild í samvinnu við Hjartavernd sem var í Lágmúla 7 og var sú starfsemi til mikillar fyrirmyndar og skilaði miklum vísindalegum niðurstöðum. Nú á að sameina þessa starfsemi á göngudeildinni hér en húsnæðið er alltof lítið. Þar á líka að vera ný hjartabilunar göngudeild sem við höfum haft á þrjónunum á þriðja ár en alltaf vantað húsnæði fyrir þá starfsemi. Við viljum sjá stóra og vel mannaða göngudeild og ég veit að Þóroddur hefur verið að berjast fyrir því að fá gömlu Heilsuverndarstöðina við Barónstíg undir þetta, en aðal þröskuldurinn er deila um hver á húsið – ríki eða borg?

Ritstjóri: Hjartasjúklingar hafa mikinn áhuga á góðri göngudeildarstarfsemi því við óttumst að hinn mikli aðgerðahraði á sjúkrahúsinu muni leiða til þess að sjúklingurinn geri sér ekki nógu góða grein fyrir stöðu sinni enda þótt hann hafi áfram aðgang að hjartalækni.

Árni: Þessi ótti er ofur skiljanlegur því þegar kransæðasjúklingur fer heim eftir einn, tvo daga hefur hann yfirleitt ekki náð að skilja hvar hann er staddur gagnvart sjúkdómnum, gagnvart



Hjartaskurðeild Landspítalans.

vinnunni o.s.frv. Fyrir örfáum árum hefði samskonar sjúklingur verið látinn liggja hér í minnst vikutíma. Það er áriðandi í dag að fólk komi aftur fjótlega til eftirlits og til að ræða málin.

Þóroddur: Ég tel eftirlit á stofum hjartalækna gott, en sumir sjúklingar eru svo veikir að þeir þurfa að geta komist á sjúkrahús fyrirvaralítið.

Ritstjóri: Hvað vonist þið til að gerist?

Árni: Að við fáum nægilega stórt húsnæði svo að þessi þjónusta verði virk og aðstoðarfólkið þar fái þá sérmenntun sem þarf. Sumir sjúklingar geta beðið eftir að fá tíma hjá sínum hjartalækni en aðrir þurfa að geta komið án tafar. Við erum með göngudeild fyrir þá sem hafa gangráða og þurfa að eftirliti að halda. Sú deild býr við þröngan kost.

Þóroddur: Göngudeildaraðstaðan á Landspítalanum er ekki nógu góð og tengist ekki nógu vel hjartalínuritsdeild og röntgendeild.

Ritstjóri: Hvað eru margir hjartasjúklingar meðhöndlaðir árlega. Hver er dánartalan?

Báðir: Rúmlega þúsund manns fá kransæðastíflu árlega og um 150 manns deyja skyndidauða.

Þóroddur: Við höfum ekki nefnt miklar framfarir í myndgreiningu, en ómskoðun hefur t.d. fleygt mjög fram, við getum nú skoðað hjartað gegnum vélindað, skoðað það aftan frá og svonefnt Doppler tæki hefur gert okkur kleift að meta flæði í gegnum lokur og göt í hjartanu

Við höfum haft hér býsna góða ómskoðendur og þar er Ragnar Danfælsen fremstur meðal jafningja. Í framtíðinni horfa menn til segulómsskoðunartölvu sem mun gera okkur kleift að meta hjartavöðvann og kransæðarnar en það hefur verið aðalvandamálið hingað til. Svo ráðum við yfir tækni til að fara með ómsjá inní kransæðarnar og skoða þær. Með því komumst við kannski að raun um að kransæðarnar geta verið mjög illa farnar af æðakölkun þótt þær virðist eðlilega víðar við hjartaþræðingu.

Árni: Það hafa orðið miklar framfarir í hjartaskurðlækningum og nú eru framkvæmdar hérna skurðaðgerðir án þess að þurfa að tengja sjúklinginn við hjarta-lungnavél.

Ritstjóri: Er ekki samstarf ykkar og okkar hjá landssamtökunum nánara en víða annars staðar?

Árni: Samstarfið er miklu nánara en ég þekki annars staðar. Við þekkjum starfsfólk samtakanna persónulega og komumst í náð samband við félagsmenn þegar við höldum erindi á fundum ykkar. Samtökin hafa alltaf haft mikið samband við deildina hérna og við höfum á móti selt merki og jólakort hér á deildinni. Við bendum fólki sem hér liggur á að ganga í samtök ykkar svo þetta eru mjög

„Okkur vantar fleiri sjúkrarúm og rýmri aðstöðu fyrir hvers konar rannsóknir...“

náin tengsl. Með hinni miklu hjálp ykkar við tækjakaup höfum við ætíð getað verið með nýjustu útgáfu hjartalækningatækja. Blaðið ykkar hefur sagt frá helstu atriðum úr erindum okkar Þannig að félagsmenn vita um allt hið helsta sem er að gerast á þessu sviði.

Þórhur: Samtök ykkar hafa líka veitt ráðamönnum mikið aðhald. Mesti vandi okkar núna er hið mikla óhagræði sem fylgir því að vinna í tveimur húsum, en það skapar óryggi fyrir hjartasjúklinga því eftir sem áður koma margir hjartasjúklingar inn á deildirnar í Fossvogi eða veikjast þar. Aðaláhugamál okkar núna er að byggja upp deildina hér á þessu svæði, þ.e. sunnan við núverandi Hringbraut, og þoka því máli áfram að byggður verði nýr spítali með góðum tengslum við byggingar háskólans.

Árni: Við þurfum að tengjast betur deildum á borð við heila- og taugasjúkdómadeildina, lungnadeildina og æðaskurðdeildina. Núverandi ástand er vont fyrir okkur faglega séð og fyrir sjúklingana.

Ritstjóri: Hvenær vonist þið til að fá nýjan spítala?

Þórhur: Stjórnmalamennirnir segja okkur að ekkert verði aðhafst meðan unnið er að Kárahnjúkavirkjun. Uppi eru hugmyndir um byggingu vísindaseturs í tengslum við spítalann og háskólann á svæðinu þar sem Umferðamiðstöðin er núna. Þetta er stórmál og tengist líka flutningi rannsóknarstarfsins á Keldum inn á þetta svæði. Okkur langar að fá Heilsuverndarstöðina fyrir

spítalann meðan beðið er eftir nýja spítalanum. Það er óhagkvæmt fyrir okkur að vera tvískiptir og húsnaðið hér er mjög óhagkvæmt, alltaf verið að breyta og rífa niður vegg.

Ritstjóri: Hvert er næsta stóra stökkið í hjartalækningum?

Árni: Það er erfðafræðin. Nú eru hafnar tilraunir með að taka stofnfrumur úr einstaklingi og græða þær í hjarta viðkomandi í von um að þar vaxi nýjar æðar, en enn sem komið er hefur þessu aðeins verið beitt hjá fáum sjúklingum.

Þórhur: Á næstu 10-20 árum mun æðakölkun verða mun minna vandamál en hún er í dag. Rannsóknir á tilurð æðakölkunar eru

á hröðu skeiði og það munu verða framfarir í nákvæmari lyfjagjöf sem byggist á framförum í erfðafræði.

Árni: Við höfum verið að vinna með Íslenskri erfðagreiningu í sambandi við háþrýstilyf hér á spítalanum og búumst einnig við framförum á þeim sviðum.

Þórhur: Ef þetta gengur allt eftir munu kransæðaskurðaðgerðir leggjast af og markvissari og nákvæmari lyfjameðferð koma í staðinn.

Árni: Eftir sem áður verður fjöldi hjartasjúklinga mikill vegna þess að nú lifir fólk mun lengur en áður og við erum í dag að lækna eða líkna fólk sem hefur náð háum aldri. Allt að nýrætt fólk fer í hjartaaðgerðir. Eðli hjartasjúkdómanna breytist – verður meir um hægfare sjúkdóma sem við þurfum að glfma við og oft með þó nokkrum árangri.

„Við erum í dag að lækna eða líkna fólk sem hefur náð háum aldri...“

Næringaríkasta fæða jarðar?

Yfir 100 lífræn næringarefni

13 Vítamín · 16 Steinefni · 18 Aminósýrur
Snefilefni · Próteín · Clorophyll súrefnisgjafi
Ríkt af Járn · GLA fitusýrum · Beta-carotene

Smásærir blágrænir ferskvatns þörungar: Lífræn uppbygging næringarefna í jafnvægi og samræmi við þarfir líkamans.

12 vikna skammtur · 5 vikna skammtur

Leiðandi í gæðum í 20 ár vegna yfirburða næringargildis

LifeStream

Sérfræðingar í Lífrænni Næringu

Greinilegur munur eftir nokkra daga inntöku. Meiri orka, þrek og vellíðan. Lífrænt og náttúrulegt fjölvítamín.



Fæst í apótekum.

Litið til baka

Um það leyti sem baráttan um hjartaskurðdeild á Landspítala stóð sem hæst var mikið skrifað um málið í blöðunum auk þess sem vaxandi umræða var um breyttan lífsstíl. Við berum niður hér og þar í umræðunni á þessum tíma.

Tökum á — tækin vantar

„Tökum á — tækin vantar“ er titillur árið 1985. Þetta er myndband sem sýnir hvernig hjarta- og lungnastofur Landspítala voru byggðar. Myndbandið er sýnt í sjónvarpi og á DVD. Það er sýnt í sjónvarpi og á DVD. Það er sýnt í sjónvarpi og á DVD.

„A stóðri Landssambands hjartaþéttlinga er, auk margra annars, það markmið að ís hjarta- og lungnastofur beini til Íslands.“

ALFRED G. ALFREÐSSON
LANDSSAMBAÐS HJARTAÞÉTTLINGA
SÁMUR

Fyrsta landssöfnun LHS fór fram í júní 1985 undir kjörorðinu **Tökum á – tækin vantar**, en þá voru samtökin búin að gefa rannsóknartæki til Landspítalans og Borgarspítala fyrir tugmiljónir króna. Hér var verið að safna fé til að skapa aðstöðu á Íslandi til að framkvæma hjartaskurðaðgerðir. En er þetta mögulegt, spyr greinarhöfundurinn, Alfred G. Alfreðsson heitinn, sem var fyrsti ritstjóri Velferðar og á þessum tíma varaformaður LHS.

„Já, vissulega. Við höfum lækna og hjúkrunarfólk til staðar með kunnáttu og hæfni til að annast þessar skurðaðgerðir, en það sem á vantar er aðstaða, tækjabúnaður og þjálfun starfsfólks.....“ skrifaði Alfreð.

Þýðir umtalsverðan sparnað ríkissjóðs og einstaklinga

— að frátöldu auknu öryggi og betri þjónustu, segja þau Arni Kristinsson og Magnús Karl Pétursson læknar og Unnur Sigtryggisdóttir hjúkrunarfræðingur

ENNDRITUNDEIÐ að því að hjarta- og lungnastofur Landspítalans myndu vera til staðar í Íslandi, að samt væri að byggja þær stofur og tæki sem þörf var á. Þetta er myndband sem sýnir hvernig hjarta- og lungnastofur Landspítala voru byggðar. Myndbandið er sýnt í sjónvarpi og á DVD. Það er sýnt í sjónvarpi og á DVD.

Til að tryggja líkæmi og þægindi hjúkrunarfræðinga er sýnt myndbandið. Þetta er myndband sem sýnir hvernig hjarta- og lungnastofur Landspítala voru byggðar. Myndbandið er sýnt í sjónvarpi og á DVD. Það er sýnt í sjónvarpi og á DVD.

Í september 1985 birtir Morgunblaðið viðtal við Árna Kristinsson, hjartalækni, Magnús Karl Pétursson, formann læknaáðs Landspítalans og Unni Sigtryggisdóttur, hjúkrunarfræðing á hjartadeild, en þá er hafinn undirbúningur að því að hjartaaðgerðir hefjist á Landspítalanum í byrjun mars 1986 (höfst í júní). Í greininni segir að skurðlæknar og tæknimenn séu þegar farnir utan til þjálfunar við sjúkrahús í Uppsöllum í Svíþjóð og sex hjúkrunarfræðingar hafi sótt um stöður við gjörgæslu og hjúkrun og fari utan til sérþjálfunar á næstunni.

Þau sögðu að núverandi fyrirkomulag að senda sjúklinga utan í aðgerðir væri óhemju kostnaðarsamt. „Nú kostar með umtalsverðum afslætti um 5000 sterlingspund að skera sjúkling á Brompton sjúkrahúsinu...“

Engar hjartaskurðlækningar hérlendis í bróð: Vantrú stjórnmálanna á getu íslenskra lækna

— einn heisti dragbiturinn, segir Páll Sigurðsson

Það er ekki vantrú, góði, við kerrum okkur bara ekkert um að þú komist að því hverjag hjartalagði er í okkur pólitíkussum!!

Umræðurnar um hjartalækningar á Íslandi eða ekki voru mjög ákafar og heitar. Svona leit Sigmundur á málin á haustdögum 1983 þegar hann teiknaði Pál Sigurðsson, þáverandi ráðuneytisstjóra í heilbrigðisráðuneytinu og Matthías Bjarnason þáverandi heilbrigðisráðherra.

Eirberg
ÞJÓNUSTUFYRIRTÆKI Á HEILBRIGÐISSVIÐI

Eirberg ehf. | Stórhöfða 25 | 110 Reykjavík | Sími 569 3100 | Fax 569 3101 | eirberg@eirberg.is | www.eirberg.is

HTS
HJÁLPARTÆKI-STOÐ

Trönuhrauni 8
220 Hafnarfjörður
Sími 565 2885 • Fax 565 1423
stod@stod.is • www.stod.is

KRANSÆÐASJÚKDÓMAR

Nær helmingur landsmanna deyr úr hjarta- og æðasjúkdómum

„Ágætt heilbrigði er mikið aðdráttarvætt. Þess vegna er mikilvægt að tryggja heilbrigði og styrki lífanna okkar.“

Það getur verið erfitt að tryggja heilbrigði og styrki lífanna okkar, en það er ekki ómöglegt. Því miður er fjöldi Íslendinga sem deyja af hjarta- og æðasjúkdómum. Þetta er ein af þeim meginorsökum sem valda mestum dauðsföllum í löngum lífi. Þess vegna er mikilvægt að tryggja heilbrigði og styrki lífanna okkar.

KÓLESTRÓL Í BLÓÐI, 32-62 ára

NIJARETTUREYKINGAR, 32-62 ára

Ert þú í hættu?

Á þessum myndum sjáum við hjarta- og æðasjúkdómum. Þetta er ein af þeim meginorsökum sem valda mestum dauðsföllum í löngum lífi. Þess vegna er mikilvægt að tryggja heilbrigði og styrki lífanna okkar.

Nikulás Sigfússon yfirlæknir hjá Hjartavernd fjallaði mikið og oft um kransæðasjúkdóma. Hér sjáum við kraftmikla síðu í Morgunblaðinu í nóvember 1988 þar sem fjallað er um hugðarefni Nikulásar. Hann bendir á að helstu áhættuþættir kransæðasjúkdóma séu há blóðfitu, há blóðþrýstingur og reykingar. „Hækkaður blóðþrýstingur er langmikilvægasti áhættuþáttur heilablóðfalls og kransæðasjúkdómur er um fjórðungi algengari meðal þeirra sem hafa háan blóðþrýsting en meðal þeirra sem hafa lágan blóðþrýsting“, sagði Nikulás.

„Ég myndi heldur fara til London..“

Helgi Petursson og Nils Ární Land tala við forsætisráðherra um skatttekkanir, ráðstöfnu í Mexíkó og ráðstafanir í ófnahagsmálum.



Steingrímur Hermannsson, forsætisráðherra árin 1983–1987, lenti í talsverðum darraðardansi eftir að hann lýsti yfir í viðtali við NT (Tíminn) í september 1985 að hann hefði ekki áhuga á að auka þenslu í heilbrigðiskerfinu með því að koma hér á fót hjartaskurðlækningum. Hann sagði: „Ég efast á engan hátt um heilindi þeirra manna sem vilja hefja slíka þjónustu, en hún er alltof dýr og tilfjallin hér á landi of fá til þess að þetta borgi sig. Það er nóg af stöðum um allan heim þar sem hægt er að kaupa þessa þjónustu á vegum ríkisins héðan, hjá færum læknum í þjálfun. Það eru beinar daglegar ferðir til London t.d. Með fullri virðingu fyrir ágætum læknum hér, þá mundi ég frekar vilja fara til London eða á einhvern stað þar sem menn eru í þjálfun....“

Orsakasamband kólesteróls og hjartasjúkdóma skýrist

— nýjar niðurstöður sýna fram á orsakasambengið og leiðir til úrbóta

Í DV var heilsíðugrein í janúar 1984 um kólesteról og hjartasjúkdóma, en á þeim tíma var fullyrt að æðakölkun drægi meir en 560 þús. Bandaríkjamenn til dauða árlega. Þarna er læknum löngu orðið ljóst „að fólk með mikið kólesterólmagn í blóðinu varð frekar hjartasjúkdómum að bráð og fólk sem neytti mikillar dýrafitu hafði bæði mjög hátt kólesterólmagn og var mjög hætt við hjartasjúkdómum..“, segir í greininni.

olis *léttir þér lífið*

Morgunblaðið



Kíktu á www.lettoglaggott.is
og þú gætir unnið árskort í
World Class
ICELAND

Í anda Miðjarðarhafsins

Létt & laggott með ólífuolíu býr yfir öllu því besta sem einkennir mataræði Miðjarðarhafsþúa

– létt, gómsætt og heilsusamlegt viðbit. Njóttu bragðsins og varðveittu heilsuna.

Læknar nvetja Bandaríkjamenn til að tvöfalda fiskneysluna

Undirnefnið „Omega-3“ í heilittunni við hjarta- og aldra sjúklöngina

af Ívar Guðmundsson

HEILITA MBL. — Þessi er ein af þeim heilittunum sem hafa verið gefnar út af Bandaríkjamönnum til að hjálpa hjarta- og aldra sjúklöngum. Þetta er Omega-3 og hefur verið sýnt á að það geti verið gagnlegt til að draga úr lífshættu hjarta- og aldra sjúklöngum. Þetta er ein af þeim heilittunum sem hafa verið gefnar út af Bandaríkjamönnum til að hjálpa hjarta- og aldra sjúklöngum.



Ívar Guðmundsson



Omega-3 er ein af þeim heilittunum sem hafa verið gefnar út af Bandaríkjamönnum til að hjálpa hjarta- og aldra sjúklöngum. Þetta er ein af þeim heilittunum sem hafa verið gefnar út af Bandaríkjamönnum til að hjálpa hjarta- og aldra sjúklöngum.

Þessi úrklippa er frá des. 1985. Hér sendir hinn kunnri fréttamaður Ívar Guðmundsson Morgunblaðinu grein um ráðstefnu í Bandaríkjunum sem nefndist „Fiskmeti og heilsa 85“. Á þessum tíma var almenningur í Bandaríkjunum eindregið hvattur til að auka fiskneyslu sína að minnsta kosti um helming, en þá borðuðu Bandaríkjamenn að jafnaði fisk einu sinni í viku. Ívari er tíðrætt um „Omega 3 sem vísindamenn töldu að ynni gegn kólesterólfittunni og eyddi henni í blóði manna. Mannslíkaminn framleiðir ekki Omega 3 og það verður því að koma utan að frá,“ skrifar Ívar.

Allir 18 ára og eldri verði mældir

- skoðun Björns Bjarman rétt eftir stofnun samtakanna árið 1983.



Í skemmtilegu og fróðlegu viðtali í DV 5. nóv. 1983 segir Björn Bjarman fyrsti ritari landssamtakanna frá hjarta-veiki sinni og ferð til Brompton sjúkrahússins þar sem hann var skorinn árið 1978.

Það ár fóru héðan 28 sjúklingar en árið 1983 voru þeir komnir vel á annað hundraðið að sögn Björns, sem taldi að fyrsti íslenski sjúklingur hefði gengið undir hjartauppskurð (kransæðaaðgerð) árið 1972.

Björn fór í hjartaþræðingu á Landspítalanum árið 1977. Hann hafði lengi haft of háan blóðþrýsting sem reyndar hafði leynt á sér lengi. Björn sagði:

„...Mín persónulega skoðun er sú að það sé hreint ekki vanþörf á því að allir sem eru orðnir 18 ára og eldri séu mældir. Ef þetta finnst nægilega fljótt er hægt að koma í veg fyrir afleiðingar sem ég varð fyrir. Það var allt um seinan þegar ég kom til læknis....“

Björn segir í DV-viðtalinu að hann og aðrir í Landssamtökum hjartasjúklinga telji það númer eitt að fá viðunandi rannsóknartæki og í framhaldi af því sé ávinningur að fá skurðlækningarnar heim.



ERT ÞÚ HJARTA-GÓÐUR?

Sjúklingar allt að tvöfaldað úthald sitt á Reykjalundi

Merkjasala Landssamtaka hjartasjúklinga til kaupa á búnaði til endurhæfingar á Reykjalundi

Landssamtök hjartasjúklinga hafa tekið áherslu á að tryggja sjúklingum gott úthald og hærri lífsgæði. Þetta er ein af þeim áherslunum sem hafa verið settar á milli ára. Landssamtök hjartasjúklinga hafa tekið áherslu á að tryggja sjúklingum gott úthald og hærri lífsgæði. Þetta er ein af þeim áherslunum sem hafa verið settar á milli ára.



Hér slær Morgunblaðið myndarlega upp frétt um merkjasölu Landssamtaka hjartasjúklinga í júní 1986, en ágóðanum átti að verja til kaupa á búnaði til endurhæfingar hjartasjúklinga á Reykjalundi. Þetta var landssöfnun númer tvö hjá LHS og tókst vel, skilaði um 5,5 milljónum kr.

Á þessum tíma var komið pláss fyrir 12 hjartasjúklinga í endurhæfingu á Reykjalundi, hófst reyndar árið 1982, ári áður en landssamtökin voru stofnuð. Blaðamaður Mbl. segir um endurhæfingartilboðið:

„Meðferðin stendur í fjórar vikur að jafnaði. Endurhæfingin felst í æfingum undir stjórn sjúkraþjálfara og íþróttakennara til að auka úthald og þol, auk þess fá þeir fræðslu um hvernig unnt er að lifa með sjúkdóminn á sem auðveldastan hátt. Þá er sjúkraþjálfun stór liður, en allt fer þetta fram undir eftirliti lækna og hjúkrunarfólks. Hvern dag er farið í gönguferðir og sund. Þá eru námskeið í slökun á vegum iðjuþjálfara...“

GOTT AÐ VITA

Vægi dag- og göngudeilda í sjúkrahússpjónustu eykst ár frá ári. Efling göngudeilda skapar samfellu í þjónustu við sjúklinga og styrkir kennslu- og rannsóknahlutverk spítalans. Öflugar dag- og göngudeildir eru jafnframt forsenda styttingar legutíma. Á þeim er hægt að veita sjúklingum áframhald-

andi meðferð með minni tilkostnaði en á legudeildum. Þannig má auk hagkvæmni án þess að það bitni á gæðum þjónustunnar. Hefur það stuðlað að styttri bið eftir þjónustu í flestum greinum. Langir biðlistar eru þó í þremur sérgreinum, augnlækningum, bæklunarlækningum og melt-ingarskurðlækningum.

(Heimild: Nýr spítali mótaður)

Ég var aldrei kvíðinn

- segir Rúrik Kristjánsson sem var skorinn á Brompton fyrir um tuttugu árum. Hann var meðal stofnenda LHS og fremstur í flokki í viðamiklum söfnunum LHS

Rúrik Kristjánsson er fæddur að Eiði í Eyrarsveit 26. ágúst 1934 og ólst þar upp uns hann hélt til náms að Laugarvatni árið 1950 og var þar þrjá vetur. Hann hélt til Reykjavíkur haustið 1953 og hóf að starfa hjá Andersen og Lauth þar sem hann vann í rúm 12 ár. Næsti vinnuveitandi var Sláturfélag Suðurlands, en þar var Rúrik í tæp þrjátíu ár eða fram að vetrinum 1995 er hann gerðist fastur starfsmaður Landssamtaka hjartasjúklinga. Rúrik kvæntist Ragnheiði Reynis hjúkrunarkonu árið 1960, en hún lést árið 2002. Sonur þeirra Kristján er verkfræðingur að mennt.

Þetta er lífshlaupið í aðalatriðum, en að þessu sinni vil ég fá að vita sem mest um hvernig hann veiktist og störf hans fyrir landssamtökin en Rúrik hefur verið með í starfi samtakanna frá byrjun og oft verið í fararbroddi í söfnunum, enda þrautseigur og útsjónarsamur á þeim vettvangi.

- *Hvenær veiktist þú ?*

- 11. júní 1982 og var skorinn úti í London vegna kransæðastíflu í janúar 1983, eða fyrir rúmum tuttugu árum. Ég fór á Reykjalund sjö vikum eftir að ég var skorinn og viku eftir að ég kom þangað birtist þar Ingólfur Viktorsson fyrsti formaður samtakanna og þar hófust okkar kynni. Þá var farið að ræða þörfina fyrir að stofna félagsskap hjartasjúklinga, en sú hugmynd kviknaði í júní 1982 þegar Anna heitin Cronin var sæmd Fálkaorðunni, en hún hafði sem kunnugt er starfað mikið fyrir íslenska sjúklinga sem sendir voru til Englands á þessum árum. Landssamtökin voru svo stofnuð 1983 og ég var einn af stofnendum og hef verið viðloðandi starfseminna frá þeim tíma.

- *Hvernig gerði kransæðastíflan vart við sig?*

- Þetta gerðist á sunnudagsmorgni og ég var búinn að aka með næturgest að Umferðarmiðstöðinni. Á leiðinni heim steypist ég allur út í ísköldum svita. Ég skyldi strax hvað var að gerast og hringdi í næturlækni sem var kominn eftir smástund. Hann greindi fljótt hvað var að og hringdi á sjúkrahöllinn og ég var kominn vestur á Landakot kl. 9.30, en þá var bráðavaktin þar. Þar lá ég í átján daga, fyrst á gjörgæslunni en síðan vorum við þrír fluttir niður sem höfðu komið á spítalann þennan sama morgun.

- *Var þá búið að þræða ykkur?*

- Nei, nei. Ég var heima út ágúst og fór að vinna í byrjun september en svo kom tilkynning 3. eða 4. nóvember þess efnis að ég ætti að mæta í hjartaþræðingu en tækið hafði verið bilað og nýkomið úr viðgerð frá Þýskalandi. Þá voru þræddir þrír til fjórir á dag sex daga vikunnar því biðlistinn var orðinn svo langur.

Þræðingin sýndi að ég var með eina æð lokaða, aðra lokaða 80% og þá þriðju lokaða 60%. Þeir sögðu við mig: nú er ekki nema um tvennt að velja – annaðhvort að senda þig í aðgerð til London eða að þú fái annað kast innan sex mánaða, og þá er ekki að vita hvað gerist.

Ég fór til London 29. janúar, var skorinn 31. janúar og kom heim 12. febrúar.

Við höfðum komið þrjú saman frá Íslandi, tvö í kransæðaaðgerð og kona sem fór í lokaðgerð. Við áttum síðan að verða samferða heim en önnur konan kom viku síðar því þeir gátu ekki lokað brjóstkasannum vegna þess hve þjáð hún var af astma.

Heimkominn lagðist ég inn á Landspítalann í eftirmeðferð sem tók tvo sólarhringa. Næst lá leiðin á Reykjalund þann 18. mars og var ég þar í 6 vikur og þaðan kom ég sem nýr maður, enda Reykjalundur dýrðarinnar staður. Ég hætti að sjálfsgöngu að reykja sem ég hafði gert í nær þrjátíu ár og tileinkaði mér hollari matarvenjur, en leyfi mér samt að borða skötu á þorláknum.

- *Þú hefur ekki fengið tgerð í brjóstið?*

- Ekki vott. Aðgerðin virðist hafa tekist afskaplega vel því nú eru liðin 20 ár frá því að þetta gerðist. Veran á Brompton var mjög góð og gott atlæti allra, jafnt kvennanna sem voru að ryksuga og skurðlækna.

- *En þetta þótti gamaldags sjúkrahús?*

- Jú, stofan okkar var teppalögð, klósett inni á stofunni sem aðeins sjúklingarnir máttu nota. Eftir skurðinn var mér ráðlagt að hreyfa mig sem mest og ég fór á stjá með 2-3 tíma millibili. Starfsfólkið var eitt sólskinsbros þegar það mætti okkur á göngunum. Við nutum aðstoðar Önnu Cronin



Rúrik að flokka mynt sem komið hefur í kúluna í Leifsstöð. Kúlupeningarnir gefa LHS umtalsverðar tekjur yfir árið.



Rúrik nýskorinn á Brompton spítalanum heldur utan um Pat Lalley, deildarhjúkrunarkonu. Til vinstri er indverskur skurðlæknir og til hægri er skurðlæknirinn, mister Paneth sem kom hingað til lands og heilsaði uppá fyrrum sjúklinga sína. Myndin var tekin í febrúar 1983.

sem fór á milli sjúkrahúsanna og færði okkur íslensku blóðin og ef eitthvað kom uppá varðandi íslensku sjúklingana var alltaf hringt í hana. Hún var í þessu starfi af lífi og sál. Við erum mörg sem eigum henni mikið að þakka.

- Varstu ekki kvíðinn að leggjast inn á spítala erlendis?

- Nei, ég var aldrei kvíðinn. Ég var svo viss um að þetta myndi allt ganga vel. Ég var búinn að tala við tvo kunnáttumenn, hann Emil heitinn Sigurðsson í Hafnarfirði sem hafði verið skorinn þarna og Hannes heitinn Finnbogason lækni sem hafði farið með marga sjúklinga til London. Ég var því vel undirbúinn, en það sama var ekki hægt að segja um alla íslensku sjúklingana.

Íslensku sjúklingarnir voru sendir út á laugardögum og áætlað að dvalartími ytra væri hálfur mánuður.

- Var erfitt að fljúga heim svona nýskorinn?

- Nei, ég fann ekki fyrir því. Ég var sóttur út á Keflavíkurflugvöll af sjúkrabíl og átti að liggja í körfu, en vildi heldur sitja uppréttur og fékk að gera það.

- Þú verður fljótlega áberandi í starfi fyrir samtökin, einkanlega í sambandi við fjársafnanir.

- Þegar landssamtökin voru stofnuð voru

engir peningar til en aðalmarkmiðið var að safna fyrir hjartaskurðtækjum svo aðgerðir gætu hafist sem fyrst hér heima. Við vissum að nokkrir íslenskir læknar voru að framkvæma þessar aðgerðir erlendis og tilbúnir að koma heim þegar rétt aðstaða væri fyrir hendi. Við hófum strax söfnun maður á mann og við gengum með söfnunarlista meðal vina og samstarfsmanna og þannig söfnuðum við umtalsverðum fjárhæðum. Fyrsta skipulagða landssöfnunin var merkjasala undir kjörorðinu „Tökum á, tækin vantar“ og tókst hún mjög vel. Síðan höfum við verið með merkjasölu á tveggja ára fresti.

Árið 2000 lét LHS gera söfnunarkúlur sem hafa gefið okkur góðar tekjur. Við erum með stóra kúlu í Flugstöðinni á Keflavíkurflugvelli. Litlar kúlur eru í flestum lyfjabúðum á landinu. Vorið 2003 var gerður samningur við Olúfélagið Esso að LHS fengi að vera með söfnunarbauka sem víðast á afgreiðslustöðum Esso.

Þessi fjárflyunaraðferð hefur skilað góðum árangri.

Í fyrstu merkjasölunum vorum við að selja hátt í 25 þús. merki. Eitt árið vantaði Landspítalinn fé til að kaupa ómsjá, tæki sem átti að kosta 10 milljónir kr. Þeir báðu okkur um aðstoð og við ákváðum þá að efna til happdrættis, gáfum út 35 þús. miða og

höfðum þrjár bifreiðir sem vinning. Við seldum 28 þús. miða, eða um 80% miðanna og skilst mér að svo góð útkoma sé einsdæmi. Svo var dregið og þá komu tvær bifreiðir á óselda miða þannig að við fórum vel út úr þessu og borgðum 5 milljónir króna í ómsjánni.

- Nú er fyrsta kynslóð samtakanna að hverfa eða draga sig í hlé. Hvað gerist þá?

- Nýrri kynslóðir skila sér ekki í venjulegt félagsstarf. Mennt vilja þiggja þá þjónustu sem landssamtökin veita en eru tregir til að leggja eitthvað af mörkum í starfi. Grasrótastarfið er miklu erfiðara nú en fyrir nokkrum árum. Jólakortasala hefur t.d dregist saman enda segist unga fólk ekki senda jólakort, notar tölvuna og símann. Þetta er breytt lífsform og því verðum við að mæta með nýjum hugmyndum og áherslum.

Ég vil geta þess hér að hópur félagsmanna hér í Reykjavík gengur á hverjum laugardegi og hittist við Perluna kl.11. Það fer eftir veðri og vindum hvert haldið er en oftast er gengið í klukkutíma eða rúmlega það og svo snæðum við súpu í Perlunni að aflokinni göngu.

- Hvað ætlarðu að gera þegar starfstímanum lýkur?

- Ég er ekkert farinn að hugsa um það!

Það er óþarfi að eldast um aldur fram

Dr. Earl Mindell:

“Hver sem er á að geta haft útlit og líðan fyrir að vera 5-15 árum yngri en hann er.”

Líkamlegt þrek, úthald, vær svefn og léttari lund.

Næring fyrir DNA og RNA starfsemi frumanna. Hefur áhrif á teygjanleika og stinnleika líkamans.



Gréta Mörk, hjúkrunarfr. 54 ára: Eftir langvarandi vanlíðan prófaði ég Life Extension. Strax á fyrsta glasi leið mér verulega betur. Þrek og lífsþróttur hefur aukist stórum, ég sef betur og þoli miklu meira álag. Er léttari og jákvæðari í skapi og er orðin félagslyndari. Mér finnst ég vera áratugum yngri. Húðin er orðin mýkri, hrukkurnar færri og frískari yfirbragð. Ég mun taka Life Extension inn áfram.



Tómas Oddsson, eldri borgari 77 ára: Eftir að ég byrjaði að taka inn Life Extension líður mér stórum betur í liðamótum og fingrum og finn ekki lengur fyrir hand- og fót kulda. Er bara allur annar maður andlega og líkamleg, miklu fimari og stinnari. Ég mæli hikstarlaust með Life Extension fyrir menn á mínum aldri.

2 mánaða skammtur

Dreifing Celsus: 551 5995

Fæst í apótekum

Frá starfi deildanna innan LHS

Það þurfti áræði, bjartsýni og glögga framtíðarsýn að stofna sama haustið tíu landshlutafélög sem síðan mynduðu Landssamtök hjartasjúklinga. Nokkru síðar bættist 11. deildin við – Neistinn – sem hugsar um hjartveiku börnin.

Hér á eftir eru frásagnir af starfi deildanna

Reykjavík

Félag hjartasjúklinga á Reykjavíkursvæðinu var stofnað 15. sept. 1990 á Hótel Sögu og var fyrsti formaður kosinn Jón Þór Jóhannsson. Með honum í stjórn voru Steingrímur Jónasson, varaformaður, Ingibjörg Ólafsdóttir, ritari og Rúrik Kristjánsson, gjaldkeri. Meðstjórnendur Jón Mýrdal, Halldór Halldórsson og Bergþóra Baldursdóttir.

Í skýrslu formanns í mars 1991 kom fram að félagsmenn væru orðnir 1124 og ári síðar voru þeir orðnir 1223. Þá var hrein eign félagsins 943 þús. kr. 1995 voru félagsmenn orðnir um 1600 en í dag eru þeir 1810.

Jón Þór Jóhannsson hætti sem formaður árið 1997 og tók þá Vilhjálmur B. Vilhjálmsson við formannsembættinu og tveimur árum síðar tók hann einnig við formennsku í LHS.

Með Vilhjálmi í stjórn voru: Steingrímur Jónasson varaformaður, Rúrik Kristjánsson, gjaldkeri, Auður Ólafsdóttir, ritari og meðstjórnendur voru Ingibjörg Ólafsdóttir, Jón Mýrdal og Ásgeir Þór Arnason.

Starf Reykjavíkurfélagsins er nátengt starfi landssamtakanna þannig að flest það sem stjórn félagsins var að fjalla um á fundum sínum var það sama og stjórn LHS var að fjalla um hverju sinni. Þá hefur Reykjavíkurfélagið greitt hálfu stöðu á skrifstofu samtakanna.

Reykjavíkurfélagið hefur staðið fyrir tveimur almennum félagsfundum á ári og þá fengið snjalla fyrirlesara sérfróða um hjartalækningar og endurhæfingu. Félags-

menn hafa kunnað að meta þetta tilboð því oft hafa verið á þessum fundum 120 – 160 manns. Hér á eftir er birtur listi yfir þá lækna og hjúkrunarfólk sem haldið hafa erindi á fundunum. Listinn er nokkurn veginn í tímaröð og ár sett í sviga fyrir aftan heiti erindanna.



Jón Þór Jóhannsson, formaður deildarinnar 1997.



Vilhjálmur B. Vilhjálmsson, formaður félagsins í dag.

Ragnar Danfællsson, hjartalæknir, ræddi um nýjungar í hjartaómun (1991).

Bjarni Torfason, hjartaskurðlæknir, ræddi stöðuna á hjartadeild Lsp. eftir 5 ára starf og um 500 skurðaðgerðir (1991).

Kristján Eyjólfsson, hjartalæknir, fjallaði um kransæðavíkkarir í máli og myndum (1991).

Ingveldur Ingvarsdóttir, sjúkrahjálfari, ræddi um gildi þjálfunar (1991)

Bergþóra Baldursdóttir, sjúkrahjálfari, ræddi niðurstöður rannsókna á áframhaldandi þjálfun hjartasjúklinga að endurhæfingu lokinni (1991).

Grétar Ólafsson, hjartalæknir, ræddi um hjartaskurðaðgerðir (1992).

Ingólfur Sveinsson, geðlæknir, ræddi um streitustjórnun (1992).

Guðmundur Björnsson, læknir á Heilsu- stofnun NLFÍ í Hveragerði ræddi um væntanlegt tilboð um viðhaldsendurhæfingu fyrir hjartasjúklinga á stofnuninni (1993).

Gizur Gottskálfsson, hjartalæknir, ræddi um brennsluáðgerðir í leiðarakerfi hjartans (1993).

Guðmundur Þorgeirsson, hjartalæknir, ræddi nýja innsýn í eiginleika og eðli æðakölkunar (1993).

Auður Ólafsdóttir og Sólrún Óskarsdóttir, sjúkrahjálfarar: Fróðleikur úr Finnlandsför (1993).

María Guðmundsdóttir, hjúkrunarfræðingur á Reykjalundi: Með hjartanu í eldhúsinu (1994).

Haukur Þórðarson, yfirlæknir á Reykjalundi: Starfsemi SÍBS og endurhæfingin á Reykjalundi (1994).

Bjarni Torfason, hjartaskurðlæknir: Nýjungar í hjartaskurðlækningum (1994).

Guðmundur Oddsson, hjartalæknir: Nýjungar í notkun gangráðs (1994).

Gunnar Sigurðsson, hjartalæknir: Hvað hafa rannsóknir Hjartaverndar kennt okkur? (1994).

Þróðmar Helgason, barnalæknir: Greining meðfæddra hjartagalla í börnum (1995)

Gjöf til þín sem íhugar eða hefur ákveðið að hætta að reykja

Margir reyna að hætta að reykja með viljastyrkinn einan að vopni. Nánast álíka margir byrja aftur!

Fyrsta tímabilið án sígarettunnar getur nefnilega verið ótrúlega erfitt. Menn verða eirðarlausir og uppstökkir og geta öðru hverju einungis hugsað um að reykja og reykja.

Sumir þyngjast líka og eiga erfitt með að sofna á kvöldin og allt þetta gerir löngunina í sígarettuna svo magnaða að jafnvel sá einbeittasti gefst upp.

Reyklaus bók er skrifuð til að veita styrk þegar íhugað er eða ákveðið er að kveðja sígarettuna. Að sumu leyti lýsir hún ýmsum aðferðum til þess að draga úr reykingalönguninni. En í annan stað veitir hún fjöldan allan af góðum ráðum sem hægt er að beita til að verkefnið lánist.

Við lofum því ekki að það verði skyndilega auðvelt að vera án sígarettunnar. En þetta verður allt auðveldara einkum ef aðeins er tekið eitt skref í einu.

Best er að líta á hverja sígarettu sem ekki er reykt sem sigur og ímynda sér að þannig sé hver sígarett af annarri sigruð.

Reyklaus bók er fáanleg í lyfjaverslunum á meðan birgðir endast



nicorette®

Tvöfaldar möguleika þína

Bjarni Torfason, hjartaskurðlæknir: Barnahjartaskurðlækningar (1995).

Gestur Þorgeirsson, hjartalæknir: Neyðarþjónusta á Reykjavíkursvæðinu, árangur og nýjungar (1995)

Auður Ólafsdóttir og Sólrún Óskarsdóttir, sjúkrahjálparar: Nýjungar í endurhæfingu (1995).

Ragnar Daníelsen, hjartalæknir: Nýjungar á sviði hjartaþræðinga og útvíkkanna (1996).

Magnús Karl Pétursson, hjartalæknir: Rannsóknir og forvarnir (1996).

Einar Hilmar Jónmundsson, yfirlæknir æðlaþræðingadeildar Lsp.: Kransæðavíkk-anir (1996).

Pórður Harðarson, prófessor: Nýjungar á sviði hjartalækninga (1997).

Bjarni Torfason, hjartaskurðlæknir: Nýjungar við skurðaðgerðir (1997)

Kristján Eyjólfsson, hjartalæknir: Það nýjasta í æðaútvíkkunum (1998).

Ragnar Danielsen, hjartalæknir: Hjarta- aðgerðir og áhrif nýrra lyfja (1998).

Guðrún Jóna Bragadóttir, næringarfræð- ingur: Höllt og óhöllt mataræði (1998).

Árni Kristinsson, hjartalæknir: Að forð- ast nýtt hjartaáfall (1999).

Séra Bragi Skúlason, sjúkrahúsprestur: Aðgát skal höfð í nærveru sálar (1999).

Anna Lilja Gunnarsdóttir, forstöðu- maður þróunar- og hagdeildar háskóla- sjúkrahúss: Sameining sjúkrahúsanna og staðan í hjartaaðgerðum (2000).

Hjartalæknafræðingarnir Árni Kristinsson, Krist- inn B Jóhannsson og Þorkell Guðbrandsson tóku þátt í líflegum pallborðsumræðum. (2000).

Gizur Gottskálksson, hjartalæknir: Hjartsláttartruflanir (2000)

Gestur Þorgeirsson, hjartalæknir, fjallaði um Viagra og skyld lyf (2001).

Davíð O. Arnar, hjartalæknir: Endur- lífgun utan sjúkrahúsa (2001).

Guðmundur Þorgeirsson, hjartalæknir: Gamalt og nýtt um kólesteról (2002).

Inga Valborg Ólafsdóttir og Kristín Halla Marínósdóttir, hjúkrunarfræðingar ræddu um fræðslu fyrir hjartasjúklinga og starfsemi bráðamóttöku Lsp. (2002)

Þorkell Guðbrandsson, hjartalæknir: vandamál nútíðar og framtíðar í hjarta- lækningum (2003).

Núverandi stjórn skipa: Vilhjálmur B. Vilhjálmsson, formaður, Steingrímur Jónas- son, varaformaður, Kristján Smith gjaldkeri og ritari Auður Ólafsdóttir. Meðstjórnendur eru Rúrik Kristjánsson, Ingibjörg Ólafsdóttir og Óskar Mar.

Frá stofnun LHS árið 1983 hafa samtökin, ásamt deildum, gefið stórar fjárhæðir til ýmissa tækjakaupa. Hér fer á eftir listi yfir helstu gjafirnar og hverjir hafa notið þeirra.

1984	Ómsjá til Landspítalans	1.854 þús.
1986	Hjarta- og lungnavél í skurðstofu Landspítalans	900 þús.
-	Prekprófunar- og lungnarannsóknartæki fyrir Reykjalund	2.373 þús.
1987	Tæki í skurðstofu hjartadeildar Landspítalans	1.500 þús.
-	„ Central Monitor “ í skurðstofu hjartadeildar Landspítalans	1.593 þús.
1989	„ Telemonitor “ til Landakotsspítala	1.800 þús.
-	Stofnframlag til endurhæfingarstöðvar að Háaleitisbraut	3.500 þús.
1990	Endurhæfingarstöðin á Akureyri	2.000 þús.
1991	Ómsjá til Landspítalans	5.000 þús.
-	Stofnframlag í Styrktarsjóð hjartasjúklinga	2.000 þús.
-	Styrkur til HL stöðvarinnar	1.000 þús.
1992	Framlag til Fjórðungssjúkrahússins á Akureyri	750 þús.
-	Framlag til Sjúkrahússins á Ísafirði	200 þús.
-	Öndunarvél ásamt Fjölni á Þingeyri	800 þús.
1993	Prekhjól til Reykjalundar	750 þús.
-	Framlag LHS til kaupa á Lokastíg 16	2.700 þús.
-	Til skurðeildar Borgarspítalans	1.178 þús.
-	Hjartabrennslutæki til Borgarspítalans	750 þús.
-	Hjartastuðtæki til St. Jósefsspítalans	662 þús.
1994	Tækjakaup v/ Ríkisspítala	2.000 þús.
-	Til rannsóknarstofnunar Hjartaverndar	750 þús.
1995	Prek- og þjálfunartæki fyrir Landspítalann	2.354 þús.
-	Prekhjól til Heilsustofnunarinnar í Hveragerði	300 þús.
-	Hjartaómsjá fyrir Borgarspítalann	1.000 þús.
1996	Hjartagæslutæki fyrir Landspítalann	4.000 þús.
-	Prekprófunartæki fyrir Reykjalund	2.000 þús.
-	Ómsjá fyrir Barnaspítala Hringingsins, ásamt Rauða krossi Íslands	13.000 þús.
-	Ómskoðunarhaus til Sjúkrahúss Reykjavíkur	1.200 þús.
1997	Blóðflæðimælir til Landspítalans í samvinnu við Íslandsbanka og ýmis félagasamtök	2.000 þús.
1998	Leysigeislatæki til Landspítalans í samvinnu við A. Karlsson	11.100 þús.
-	Til sundlaugarbyggingar á Reykjalundi	500 þús.
-	Til hjartaendurhæfingardeildar á Reykjalundi	500 þús.
-	Tækjakaup í neyðarbil Sjúkrahúss Reykjavíkur og RKÍ	2.200 þús.
-	Til Heilsugæslustöðvarinnar á Bolungarvík í samvinnu við Félag hjartasjúklinga á Vestfjörðum	650 þús.
-	Til Heilsugæslustöðvarinnar á Sauðárkróki í samvinnu við Félag hjartasjúklinga á Norðurlandi vestra	500 þús.
1999	Hjartagæslutæki til Fjórðungssjúkrahússins á Akureyri í samvinnu við Félag hjartasjúklinga á Eyjafjarðarsvæðinu	11.050 þús.
-	Tölvumyndvarpi til Reykjalundar	700 þús.
-	Til HL-stöðvarinnar í Reykjavík vegna 10 ára afmælis	500 þús.

Suðurland

Félag hjartasjúklinga á Suðurlandi var stofnað 24 nóv. 1990.

Fyrsti formaður félagsins var Gunnar Jónsson og var til ársins 1994.

Árið 1994 voru kosnir í stjórn:
Bergþór Finnbogason formaður
Gunnar Sigurjónsson gjaldkeri
Sveinn Sigurðsson ritari
Eiríkur Sæland meðstjórmandi
Geir Tryggvason meðstjórmandi

Árið 1995 voru kosnir í stjórn:
Bergþór Finnbogason formaður
Sigríður Ólafsdóttir
Eiríkur Sæland
Grétar Zóphoniasson
Gunnar Kristófersson

Árið 1996 voru kosnir í stjórn:
Sigríður Pétursdóttir formaður
Óli Andri Haraldsson
Eiríkur Sæland
Ingibjörg Kristjánsdóttir
Gunnar Kristófersson

Árið 1997 voru kosnir í stjórn:
Sigríður Pétursdóttir formaður
Óli Andri Haraldsson
Helga Þórðardóttir
Ingvi Ebenhardsson
Gunnar Kristófersson

Árið 1998 voru kosnir í stjórn :
Sigríður Pétursdóttir formaður
Ingvi Ebenhardsson
Helga Þórðardóttir
Gunnar Kristófersson
Geir Tryggvason

Árið 1999 voru kosnir í stjórn:
Erna Lúðvíksdóttir formaður
Guðbjörg Sigurðardóttir
Ingvi Ebenhardsson
Gunnar Kristófersson
Unnur Jónasdóttir

Árið 2000 voru kosnir í stjórn:
Sigríður Bergsteinsdóttir formaður
Gunnar Kristófersson
Óli Andri Haraldsson
Guðbjörg Sigurðardóttir
Arndís Lárusdóttir

Árið 2001 voru kosnir 7 í stjórn:
Sigríður Bergsteinsdóttir formaður
Unnur Jónasdóttir



Núverandi stjórn Landssamtaka hjartasjúklinga, efri röð frá vinstri: Magnús Þorgrímsson, Aðalsteinn Valdimarsson, Sigurður H. Sigurðsson, Gestur Þorgeirsson, Jónas Jóhannsson. Neðri röð: Ingibjörg Magnúsdóttir, Þorbjörn Árnason, Vilhjálmur B. Vilhjálmsson, Valur Stefánsson og Kristján Smith.

2000	Æðaprýstimælir til hjartadeildar Landspítalans í samvinnu við aðildarfélögin	2.200 þús.
-	Öndunarvél, ásamt Rauða krossi Íslands til þylusveitar Landhelgisgæslunnar	662 þús.
2001	Heilbrigðisstofnun Selfoss, þrekgöngubretti	900 þús
	Sjúkrahús og heilsugæsla Akranesi, hjartagæslubúnaður	1.200 þús
	Heilsugæslan í Þorlákshöfn, þrekhjól	75 þús
	HL-stöðin á Akureyri, peningagjöf til tækjakaupa	500 þús
	Reykjalundur, hjartarafstuðstæki	500 þús
	HL-stöðin í Reykjavík, 4 þrekhjól	300 þús
	Styrkur sjúkráþjálfun, þrekhjól	75 þús
	Davíð O. Arnar, rannsóknaverkefni	150 þús
	Heilbrigðisstofnunin í Vestmannaeyjum, ómsjá	1.100 þús
	Heilsugæslan á Vopnafirði, 2 þrekhjól og göngubretti	220 þús
2002	Blönduós / Skagaströnd, 6 þrekhjól	450 þús
	Heilbrigðisstofnunin Vestmannaeyjum, hjartagæslutæki	1.100 þús
	Heilbrigðisstofnun Selfoss, holter hjartalínuriti	298 þús
	Reykjalundur, þrekgöngubretti	1,150 þús
	Styrkur, heilsurækt Selfossi þrekhjól	117 þús
	Hjartadeild Landspítala Hringbraut, Video	40 þús
	Íbúð LHS að Lokastíg 16, Video	20 þús
	Davíð O. Arnar, rannsóknarstyrkur	175 þús
	Reykjalundur, álagshjartaritstæki	2.450 þús
	HL-stöðin í Reykjavík, 2 þrekhjól	156 þús
2003	HL-stöðin í Reykjavík, 2 þrekhjól	156 þús
	Hjúkrunarfræðingar LSH á ráðstefnu í Texas	200 þús
	Hjartaómskoðunartæki til FSA frá F.hjartasj. Eyjafjarðarsvæðinu	15.100 þús
	Gripstyrktarmælir fyrir Reykjalund	62 þús
	Hjartarafstuðstæki 2 stk. til Vestmannaeyja	408 þús
	Þrekhjól til Styrks á Selfossi í samvinnu við F.h. á Suðurlandi	75 þús
	Þrekhjól til HL hópsins í Stykkishólmi í samvinnu við F.h. á Vesturlandi	150 þús

Óli Andri Haraldson
Gunnar Sigurjónsson
Gunnar Kristófersson
Guðbjörg Sigurðardóttir
Arndís Lárusdóttir

Árið 2002 voru kosnir í stjórn:
Sigríður Bergsteinsdóttir formaður
Ásberg Lárentzinusson gjaldkeri
Unnur Jónasdóttir ritari
Arndís Lárusdóttir meðstjórnandi
Guðbjörg Sigurðardóttir meðstjórnandi
Elín Stefánsdóttir meðstjórnandi
Birgir Pálsson meðstjórnandi
Til vara
Unnur Sigursteinsdóttir
Bjarni Tómasson

Árið 2003 voru kosnir í stjórn:
Sigríður Bergsteinsdóttir formaður
Ásberg Lárentzinusson gjaldkeri
Unnur Jónasdóttir ritari
Birgir Pálsson varaformaður
Arndís Lárusdóttir meðstjórnandi
Elín Stefánsdóttir meðstjórnandi
Guðbjörg Sigurðardóttir meðstjórnandi
Til vara
Unnur Sigursteinsdóttir
Bjarni Tómasson

Styrkir sem félagið hefur veitt í gegnum þessi 13 ár síðan það var stofnað.

1995: Páll Sigurgeirsson 9 mán drengur á leið í aðra hjartaaðgerð sína 60.000 og 100.000 til Sjúkrahússins á Selfossi

1995: keypt þrekmælingahjól og gefið til Heilsustofnunarinnar í Hveragerði.

1997: styrkur til að kaupa æfingahjól á Hellu.

1999: 100.000 styrkur til hjarta-skurðdeildar til kaupa á þrýstimælikerfi.

2001: 100.000 til líttillar stúlku Jönu Sif sem var að fara í hjartaaðgerð.

2001: þrekmælingagöngubretti til Sjúkrahússins á Selfossi og þrekhjól til Heilsugæslunnar í Þorlákshöfn.

2002: þrekhjól til líkamsræktarstöðvarinnar Styrkur á Selfossi.

2002: Holter til Sjúkrahússins á Selfossi.

Félagið heldur 6-9 stjórnarfundum á ári og fræðslufund fyrri part vetrar og síðan aðalfund á vorin. Við erum með kortasölu á hverju ári og merkjasölu annað hvert ár. Farnar hafa verið göngur á hverju ári.

Mikið starf hefur verið unnið við að reyna að koma af stað HL stöðvum. Um tíma var HL hópur á Laugarvatni, Hellu og HNLFI. Allar þessar stöðvar hafa lognast út af. Styrkur hefur verið með HL hóp síðan



Núverandi stjórn. Talið frá vinstri: Unnur Sigursteinsdóttir, Arndís Lárusdóttir, Birgir Pálsson, Unnur Jónasdóttir, Ásberg Lárentzinusson, Sigríður Bergsteinsdóttir og Bjarni Tómasson. Á myndina vantar Elínu Stefánsdóttur og Guðbjörgu Sigurðardóttur.

í árs byrjun 1997 og er enn starfandi, en þátttakan fer minnkandi.

Félagar eru um 170 á öllu Suðurlandi. Þetta er mjög stórt svæði og miklar vegalengdir.

Á þessu ári vorum við með mælingu á kólesteróli, blóðþrýstingi og blóðsykri.

Það komu mjög margir og létu mæla og vorum við mjög ánægð með mætinguna og þakklát því fólki sem hjálpaði okkur að gera þetta mögulegt.

Á öllum okkar félagsfundum höfum við

fengið einhvern fyrirlesara með fræðsluefni og viljum við þakka öllu því góða fólki sem hefur komið til okkar.

Ágúst Örn Sverrisson er nýráðinn hjartalæknir við sjúkrahúsið.

Ég hef nokkrar áhyggjur af framtíð félagsins vegna þess hve erfitt er með fjáröflun og vegna þess hvað fólk hefur líftinn tíma að taka þátt í félagsstarfinu.

Sigríður Bergsteinsdóttir

Austurland

Laugardaginn 29. september árið 1990 var komið saman til fundar í Félagsheimilinu Valaskjálfi á Egilsstöðum. Til fundarins hafði verið boðað af Landssamtökum hjartasjúklinga og af þeirra hálfu var mættur formaður samtakanna Sigurður Helgason, sem þá var sýslumaður á Seyðisfirði. Á þessum fundi var Félag hjartasjúklinga á Austurlandi stofnað.



Aðalsteinn Valdimarsson.

Fyrsti formaður var kjörinn Reynir Sigurþórsson umdæmisstjóri Pósts og síma á Austurlandi og gegndi hann því starfi til ársins 1992 að Ingvi Rafn Albertsson, skipstjóri á Eskifirði, tók við formennsku, en hann lést 19. nóvember 1994.

Árið 1995 tók Birgir Hallvarðsson skrifstofustjóri á Seyðisfirði við formennsku og gegndi starfinu til ársins 1997 að Aðalsteinn Valdimarsson var kjörinn formaður og hefur hann gegnt því starfi til þessa dags.

Starfsemin hefur mest gengið út á það að afla fjár til að styðja við og standa vörð um hagsmunamál hjartasjúklinga bæði hvað varðar ný lækningatæki og uppbyggingu endurhæfingarstöðva sem víðast á svæðinu. Þá hafa nokkrir einstaklingar verið styrktir með fjárframlögum. Þetta er gert með félagsgjöldum, sölu merkja og jólakorta. Hafa þessir peningar verið notaðir til að stuðla að uppbyggingu á endurhæfingu sem víðast á félagssvæðinu. Þá hefur félagið haft forgöngu um að gefa fólki kost á að láta mæla hjá sér blóðfitu og blóðþrýsting sem fyrirbyggjandi aðgerð í samvinnu við starfsfólk heilsugæslustöðvanna.



Medtronic

Okkar Hjartans mál



interMedica ehf. Hæðarsmára 6, 201 Kópavogur

Einnig hefur verið komið fyrir söfnunarkúlum á ýmsum stöðum og hafa þeir peningar sem þannig safnast gengið óskiptir til landssamtakanna.

Félagið nær yfir mjög stórt svæði og er því mjög erfitt að halda uppi venjulegu félagsstarfi, en þó hafa félagsmenn á ýmsum stöðum komið upp gönguhópum og vonandi tekst að efla félagsstarfið á fleiri sviðum.

Félagsmenn eru nú 129 talsins.

Megi starf landssamtakanna eflast og afmælisárið verða til þess að opna augu almennings fyrir mikilvægi samtakanna sem framvarðarsveitar í baráttunni við hjartasjúkdóma.

Með félags- og baráttukveðjum á afmælisárinu.

Aðalsteinn Valdimarsson



Vísindalegur fundur um hjartasjúkdóma

Landssamtök hjartasjúklinga og Íslensk erfðagreining bjóða til kynningarfundar um rannsóknir Íslenskrar erfðagreiningar á vísindadögum fyrirtækisins, þann 14. október næstkomandi, kl. 20.00, að Sturlugötu 8 í Reykjavík. Þar munu vísindamenn kynna niðurstöður rannsókna sinna á hjarta- og æðasjúkdómum og hvernig fyrirtækið notar þær við þróun nýrra meðferðar- og greiningarúræða.

Dagskrá fundarins hefst á erindi Önnu Helgadóttur sem gefa mun almennt yfirlit yfir framgang rannsókna á hjarta- og æðasjúkdómum hjá Íslenskri erfðagreiningu. Að því loknu mun hún kynna niðurstöður rannsókna fyrirtækisins á hjartaáfalli. Eftir stutt kaffihlé, þar sem starfsmenn munu svara spurningum viðstaddra, tekur Sólveig Grétarsdóttir við og kynnir niðurstöður rannsókna á heilablóðfalli. Rannsóknir á hjartaáfalli og heilablóðfalli eru meðal lengst komnu verkefna Íslenskrar erfðagreiningar. Tekist hefur að einangra meingen sem tengjast báðum þessum sjúkdómum og þær niðurstöður hafa gefið mikilvægar upplýsingar um líffræðilegar orsakir þessara sjúkdóma.

Þingeyjarsýslur

Stofnfundur Félags hjartasjúklinga í Þingeyjarsýslum var haldinn 21. október 1990 og voru stofnendur alls 41.

Í fyrstu stjórn voru Áslaug K. Georgsdóttir formaður, Jóhann Böðvarsson gjaldkeri og Jóhannes Þórarinnson ritari.

Á aðalfundi félagsins í maí 1993 létu Áslaug K. Georgsdóttir og Jóhannes Þórarinnson af störfum í stjórn félagsins og voru kosnir í þeirra stað Vilhjálmur Jónasson formaður og Jóhanna Aðalsteinsdóttir ritari.

Á aðalfundi félagsins í júní 1994 lét Jóhann Böðvarsson af störfum sem gjaldkeri og við tók Skúli Jónsson.

Á aðalfundi félagsins í júní 1995 tók Margrét Hannesdóttir við starfi ritara af Jóhönnu Aðalsteinsdóttur.

Á aðalfundi félagsins 1997 tók Kornína Óskarsdóttir við starfi ritara af Margréti Hannesdóttur.

Á aðalfundi félagsins í apríl 1998 tók Sigurður Aðalgeirsson við starfi formanns af Vilhjálm Jónassyni og Snjólaug Benediktsdóttir tók við starfi ritara af Kornínu Óskarsdóttur.

Núverandi stjórn félagsins skipa.

Formaður: Sigurður Aðalgeirsson

Gjaldkeri: Skúli Jónsson

Ritari: Snjólaug Benediktsdóttir.

Fjárhagsstuðningur

Allt frá stofnun Félags hjartasjúklinga í Þingeyjarsýslum hefur félagið leitast við að veita sjúkraföndunum á svæðinu og eins á Akureyri fjárhagsstuðning við kaup á tækjum og má þar nefna:

Styrk til kaupa á Ómsjártæki til Fjórðungssjúkrahússins á Akureyri.

Styrkur til Heilsueflingarátaks við Heilbrigðisstofnun Þingeyinga.

Gefið Holterstæki til Heilbrigðisstofnunar Þingeyinga.

Gefin hafa verið dýnur, þrekhjól, púlsmælar og blóðþrýstingismælar til Endurhæfingarstöðvarinnar í Hvammi á Húsavík.

Styrkur til Heilsugæslustöðvarinnar á Kópaskeri til kaupa á hjartastuðtæki.

Þá hefur félagið styrkt Heilbrigðisstofnun Þingeyinga við kaup á þrekbjálfunarhjóli til þölmælinga.

Fjöldi félaga

Fjöldi félaga miðað við 22. apríl 2003 er 104.



Sigurður Aðalgeirsson.

Framtíðarhorfur

Starfsemi félagsins hefur í gegnum árin verið í nokkuð föstum skorðum þó nú megi segja að full langur tími sé liðinn frá síðasta aðalfundi en stefnt er á fund nú með haustinu. Fastur liður hjá félaginu er sala jólakorta og hefur sú sala í gegnum árin gengið mjög vel. Allt frá árinu 1996 hefur félagið staðið fyrir þjálfun fyrir félagsmenn sína í Endurhæfingarstöðinni Hvammi á Húsavík tvisvar sinnum í viku og hefur þátttaka félagsmanna verið þokkaleg. Þá hefur einnig frá 1997 verið í gangi þjálfun fyrir félagsmenn á Kópaskeri og hefur hún einnig verið tvisvar sinnum í viku.

Þegar horft er til framtíðar stefnum við á að viðhalda þeirri starfsemi sem í gangi er og þá frekar að auka hana og eins að viðhalda þeim samskiptum sem félagið hefur haft við Félag hjartasjúklinga á Eyjafjarðarsvæðinu m.a. með hinum árlegu grillhátíðum.

Að lokum viljum við óska Landssamtökunum allra heilla á þessum merku tímaótum um leið og við óskum þeim áframhaldandi velfarnaðar í starfi.

Sigurður Aðalgeirsson



Eyjafjörður

Félag hjartasjúklinga á Eyjafjarðarsvæðinu var stofnað 16. september árið 1990. Strax í upphafi settu félagsmenn sér það markmið að reyna að veita lyflækningadeild Fjórðungssjúkrahússins eins mikinn stuðning með tækjakaupum og unnt væri.

Segja má að félagið hafi staðið kröftuglega við það markmið sitt. Fleiri hafa þó notið góðs af starfsemi félagsins og má nefna Kristnesspítala, HL stöðina og Heilsugæslustöðina á Akureyri í því sambandi.

Félagsmenn hafa verið geysilega duglegir í fjársöfnunum vegna ýmissa málefna og má nefna 600 þúsund krónur til lyflækningadeildar FSA til kaupa á tæki til að skoða hjartaþræðingarfilmur, HL-stöðin hefur fengið 800 þúsund, keypt var hjartaómskoðunartæki fyrir 8,2 milljónir, rannsóknartæki fyrir 1,4 milljónir, Pobin-tæki fyrir 1,7 milljónir, gangráðstæki fyrir 500 þúsund, hjartagæslutæki fyrir 2,5 milljónir, 200 þúsund var safnað fyrir Reykjalund og hjartalínurit keypt fyrir Heilsugæslustöðina sem kostaði 700 þúsund.



Magnús Þórisson og Gísli J. Eyland við stjórnarskipti 1996.

Þá er það síðast en ekki síst, nýtt afar fullkomið hjartaómskoðunartæki fyrir lyflækningadeildina sem afhent var í vor en það kostaði 16 milljónir króna. Fjöldi fyrirtækja hafa lagt sitt af mörkum í þessum söfnunum og ber að þakka þeirra framlag.

Félagsmenn eru nú um 300 talsins.

Félagsmenn koma saman á laugardagsmorgnum til að fara í gönguferð saman. Það hefur aldrei fallið úr einni einstaklingi laugar-

dagur og hefur þá ekki skipt máli hvort veður hefur verið slæmt eða að laugardag hefur borið upp á jóladag, alltaf hittist fólkið, fær sér kaffi og gengur saman í nokkra stund.

Einu sinni á ári höldum við grillhátíð með félögum okkar í Þingeyjarsýslum sem alltaf hefur verið vel sótt. Þá höldum við hangikjötsveislu einu sinni á ári og litlu jól.

Fyrsta stjórn 1990 til 1996:

Gísli J. Eyland formaður, Gísli J. Júlíusson varaformaður, Barði Benediktsson ritari, Geirlaug Sigurjónsdóttir gjaldkeri, Þorsteinn Svanlaugsson meðstjórnandi. Varamenn voru Valgerður Guðmundsdóttir, Dalvík, Gísli Friðfinnsson Ólafsfirði og Guðmundur Þórhallsson Akureyri.

Önnur stjórn 1996-1998:

Magnús Þórisson formaður, Gísli J. Júlíusson varaformaður, Bernharð Haraldsson ritari, Geirlaug Sigurjónsdóttir gjaldkeri, Gísli J. Eyland meðstjórnandi. Varamenn Vilhelmina Sigurðardóttir, Kristbjörn Björnsson og Garðar Aðalsteinsson

Þriðja stjórn frá 1998 til dagsins í dag:

Gísli J. Eyland formaður, Ársæll Magnússon, varaformaður, Ísak J. Guðmann ritari, Sigurður H. Sigurðsson gjaldkeri, Hjörleifur Hafliðason meðstjórnandi. Varamenn Dóróthea J. Eyland, Gísli J. Júlíusson og Guðmundur Magnússon.

Norðurland vestra

Félag hjartasjúklinga á Norðurlandi vestra var stofnað 20. okt. 1990 að Sólborg á Sauðárkróki. Fyrsta stjórn var þannig skipuð:

Knútur Ólafsson, Varmahlíð, formaður, Björgvin Brynjólfsson, Skagaströnd, varaformaður, Kári Steinsson, Sauðárkróki, gjaldkeri, Júlíus Júlíusson, Siglufirði, ritari.

Knútur flutti fljótlega af svæðinu og á aðalfundi 1992 var Björgvin Brynjólfsson, formaður, Sverrir Hjaltason, Hvammstanga, varaformaður, Kári Steinsson gjaldkeri, Þorbjörn Árnason, Sauðárkróki, ritari.

Næsta ár var stjórnin óbreytt en árið 1994 varð Þorbjörn Árnason formaður, Sveinn Friðvinsson ritari, Valdimar Guðmannsson, Bakkakoti A-Hún., varaformaður og Kári áfram gjaldkeri.

Stjórnin var óbreytt næsta ár.

Árið 1996 varð Júlíus Júlíusson, Siglufirði, formaður, Sveinn Björnsson, Siglufirði, varaformaður, Anton Jóhannsson og Hannes Baldvinsson gegndu gjaldkerastarfi, Hinrik Aðalsteinsson ritari.

Sama stjórn sat þar til árið 2002, en þá varð Sigurlaug Þ. Hermannsdóttir kosin formaður, Pétur Eggertsson varaformaður, Bjarni Pálsson gjaldkeri, Karítas Páldóttir ritari. Þá voru skráðir félagsmenn 151.

Félagið gaf 250 þús. kr. til Heilsugæslunnar Sauðárkróki árið 1997, 250 þús. kr. í tækjasjóð landssamtakanna og 50 þús. kr. í landssöfnun Reykjalundar árið 1998, 100 þús. kr. í tækjasjóð LHS árið 1999, fjögur þrekhljól til Heilsugæslunnar Blönduósi, og tvö þrekhljól til Heilsugæslunnar Skaga-



Sigurlaug og Júlíus Júlíusson við stjórnarskipti árið 2002.

strönd árið 2002. Þá gaf félagið hjartaustuðtæki í sjúkrahúsi Heilsugæslunnar á Blönduósi.

Þá lét félagið fara fram blóðfitu- og blóðþrýstingsmælingar á Blönduósi og Sauðárkróki sem tókust mjög vel.

Vestfirðir

Félag hjartasjúklinga á Vestfjörðum var stofnað á Ísafirði 4. nóvember 1990. Stofnandi var Haraldur Steinþórsson þáverandi stjórnarmaður L.H.S.

Félagssvæðið er allur Vestfjarðakjálkinn.

Fyrstu stjórn skipuðu: Jóhann Kárason formaður, Sigurður Þorláksson varaformaður, Hreinn Þ. Jónsson ritari, Halldór Helgason gjaldkeri og Sjöfn Magnúsdóttir meðstjórnandi. Varamenn voru Gestur Pálmason, Bolungarvík, Elís Kjaran Friðfinnsson, Þingeyri, og Páll Janus Pálsson, Patreksfirði.

Undirritaður hefur verið formaður allan tímann og eins hefur Sigurður Þorláksson verið í stjórn sama tíma. Varamennirnir Elís Kjaran og Gestur Pálmason hafa verið það frá stofnun félagsins. Sigurður var varaformaður til ársins 1998 er Pétur Sigurðsson tók við. Hreinn Þ. Jónsson var ritari til 1998 en þá tók við sem ritari Sigurður Þorláksson.

Halldór Helgason var gjaldkeri til ársins 1998 og tók þá við Halldór Magnússon og var hann til ársins 2002 er við tók núverandi gjaldkeri Ingileif Guðmundsdóttir.

Sjöfn var meðstjórnandi til 1997 en þá tók við Torfi Einarsson.

Félagsmenn voru 106 1 janúar 2003.

Félagið hefur styrkt þá tvo félaga sem þurft hafa að fara erlendis til aðgerða, þ.e. skipt um hjarta. Því miður áttu þeir ekki afturkæmt.

Einnig hefur félagið styrkt þá foreldra á



Jóhann Kárason.

félagssvæðinu sem hafa farið með börn sín utan vegna hjartaaðgerða.

Þá hefur félagið reynt eftir mætti að styrkja það er komið gæti hjartasjúklingum til góða t.d. forvarnir, endurhæfingu og kaup á tækjum.

Þar sem félagssvæðið er þetta stórt þá hef ég sent út lítið fréttabréf það ár sem aðalfundir eru haldnir og þar skýrt frá því sem gert hefur verið eða er fyrirhugað.

Þetta kemur m.a. fram í 5. fréttabréfinu árið 2000 um tækjakaup:

Árið 1991 kr. 30.000 til tækjakaupa í sjúkrabifreið á Ísafirði og kr. 50.000 til kaupa á þrekhljóli fyrir endurhæfingardeild F.S.Í. Árið 1992 kr. 1.050.000 ásamt landssamtökunum og heilbrigðisráðuneyti (þ.e. ráðstöfunarfé ráðherra) til kaupa á hjartalínuritstæki fyrir heilsugæsluna og sjúkrahúsið á Ísafirði.

Árið 1993 kr. 135.000 til kaupa á göngubraut fyrir endurhæfingardeild F.S.Í er nýtist líka við þrekpróf. Árið 1997 kr.

50.000 til Neistans, styrktarfélags hjartveikra barna. Árið 1998 kr. 50.000 í verkefnið Sigur lífsins, uppbygging Reykjalundar.

Árið 1999 kr. 650.000 ásamt Landssamtökunum til kaupa á hjartastuðtæki til heilsugæslunnar í Bolungarvík, og kr. 300.000 til kaupa á þrekhljóli og göngubraut fyrir endurhæfingardeild F.S.Í.

Hér að framan hefur komið fram hvernig við höfum varið þeim peningum er við höfum aflað með sölu jólakorta og merkja, en hlutur félagsins er 25% þess fjár er inn kemur. Þá vil ég nefna að talsverðar fjárhæðir hafa safnast til styrktarsjóðs hjartasjúklinga með sölu minningarkorta.

Það sem mér þykir standa upp úr starfi félagsins er að hafa komið á viðtalstímum hjartalækni á heilsugæslu Heilbrigðisstofnunar Ísafjarðar nokkrum sinnum á ári og III stigs þrekþjálfun á Endurhæfingardeild sömu stofnunar.

Við þetta nutum við stuðnings og velvilja góðs félaga, Þorsteins Jóhannessonar yfirlækni. Á hann þakkir skildar vegna þessa sem og annars er viðkemur hjartasjúklingum.

Frá því í júlí sl. hefur farið fram mæling á blófitu og blóðþrýstingi á Heilsugæslunni Ísafirði, einu sinni í mánuði, þrjár klst. í senn og hafa mætt 20 – 30 manns í hvert skipti. Þessi þjónusta er ókeypis og kostuð að öllu leyti af heilsugæslunni.

Að lokum vil ég geta þess að á komandi sumri er fyrirhugað að halda aðalfund á Patreksfirði og vera með mælingar á blódfitu og blóðþrýstingi þar.

Vonandi hefur þessu verið komið í framkvæmd er blað þetta kemur út.

Með hjartans kveðju síðasta dag þorra árið 2003.

Jóhann Kárason formaður

Stofndagar aðildarféлага LHS

Félag hjartasjúklinga á Reykjavíkursvæðinu, 15. september 1990
 Félag hjartasjúklinga á Vesturlandi, 17. nóvember 1990
 Félag hjartasjúklinga á Vestfjörðum, 4. nóvember 1990
 Félag hjartasjúklinga á Norðurlandi vestra, 20. október 1990
 Félag hjartasjúklinga á Eyjarfjarðarsvæðinu, 16. september 1990
 Félag hjartasjúklinga Þingeyjarsýslum, 21. október 1990
 Félag hjartasjúklinga á Austurlandi, 29. september 1990
 Félag hjartasjúklinga á Suðurlandi, 24. nóvember 1990
 Félag hjartasjúklinga Vestmannaeyjum, 29. nóvember 1990
 Félag hjartasjúklinga á Suðurnesjum, 22. nóvember 1990
 Neistinn, félag aðstandenda hjartveikra barna 9. maí 1995

GOTT AÐ VITA

- Fyrsta útvíkkun á kransæð hér á landi var gerð á Landspítalanum 14. maí 1987 á rúmlega fimmtugum karlmanni. Læknarnir sem gerðu aðgerðina voru þeir Kristján Eyjólfsson og Einar Jónmundsson.
- Talið er að hugmyndin um að hefja hjartaskurðlækningar hér á landi hafi komið fram í grein sem Hjalti Þórarinnsson prófessor skrifaði í Læknablaðið 1968.

Filippo Berio Extra Virgin ólífuolía

Einfaldlega feti frammar



**FILIPPO
BERIO**

Ein sinnar tegundar í heiminum

HEILBRIGT
HJARTA



Fyrir sínar upplýsingar um heilsum ólífuolíu,
ráðgjafi þú til læknis eða matisráðgjafar.

Vesturland

Félag hjartasjúklinga á Vesturlandi var stofnað á Akranesi 17. nóvember 1990.

Fyrsti formaður var Bent Jónsson Akranesi, aðrir í stjórn voru kosin Halldór Ágústsson Akranesi, Þorsteinn H. Jóhannesson Borgarnesi, Halldór Finnsson Grundarfirði, Aðalsteinn Jónsson Hellisandi sem aðalmenn og Aðalsteinn Guðbrandsson Ólafsvík, Elín Frímannsdóttir Akranesi og Trausti Bjarnason Borgarnesi sem varamenn. Elín hefur verið í stjórn frá upphafi og er enn. Rafn Hjartarson Akranesi tók við sem formaður 1992 og þá kom m.a. í stjórn Sigurður Helgason Hraunholtum núverandi formaður. Magnús Þorgrímsson Borgarnesi varð formaður 1996 og áfram allt til ársins 2003.

Strax í upphafi var fræðsla fyrir félag og almenning áberandi þáttur í starfi félagsins. Fræðsla hefur bæði farið fram á aðalfundum félagsins og á sérstökum fræðslufundum. Læknar og sjúkraþjálfarar hafa lagt þar mikið af mörkum og hafa hjartalæknarnir á sjúkrahúsi Akranes sýnt félaginu mjög mikla jákvæðni og komið oft á fræðslufundi félagsins. Oftast hafa þessir fundir verið fjölsóttir og fólk sýnt þeim mikinn áhuga.



Magnús Þorgrímsson.

1992 var komið upp gönguhóp á Akranesi, sem hefur starfað alla tíð síðan. Reynt hefur verið að koma upp gönguhópum víðar en árangur verið misjafn. Í upphafi var einnig mikið rætt um að veita fólki sem veiktist andlegan stuðning og hefur félagið verið reiðubúið til þess.

Hjartagöngur hafa verði haldnar frá árinu 1995 og hafa þær oftast tekist mjög vel og verið fjölsóttar. Hefur verið lögð áhersla á að hafa göngurnar fjölskylduvænar og skemmtilegar, þar sem þær hafa endað með sameiginlegu grilli. Hnappadalssýslan hefur verið vinsælasti göngu-

staðurinn og hefur tvisvar verið gengið á Eldborg. Farið hefur verið í Gullborgarhelli. Eitt árið var farið í Dritvík og Djúpalónssand og í annað sinn var gengið um Húsafell. Árið 2000 tók félagið þátt í sameiginlegri hjartagöngu á Þingvöllum og kom þangað stór hópur frá Vesturlandi.

Veturinn 1998 til 1999 byrjaði HL hópur starfsemi sína í Stykkishólmi og hefur hann starfað alla tíð síðan af miklum dugnaði. Félagið hefur stutt þessa starfsemi á ýmsan hátt.

Á 10 ára afmæli félagsins 2000 var í fyrsta skipti boðið upp á blóðþrýstings- og kólesterólmælingu í Stykkishólmi. Árið 2002 var boðið upp á mælingu í Búðardal og vorið 2003 í Ólafsvík. Á öllum þessum stöðum hafa verið haldnir fræðslufundir að lokinni mælingu.

Í tilefni 10 ára afmælis félagsins stóð það fyrir söfnun til kaupa á hjartagæslutæki fyrir sjúkrahúsið á Akranesi. Hlutur okkar félags var 1.200 þúsund kr. Það tókst mjög gott samstarf við Rauða kross deildirnar á Vesturlandi og gáfum við og Rauði krossinn tækið saman.

Starf félagsins hefur verið mjög líflegt og skemmtilegt og það hefur verið kjörorð þess að þátttaka í starfsemiinni væri öllum til ánægju og þroska. Á aðalfundum félagsins hefur m.a. verið farið í siglingu um Breiðarfjörðinn, skoðunarferðir á Akranesi og í Reykholti. Á síðasta aðalfundi var fjallað um hamingjuna og er það lýsandi um áhersluatriði félagsins.

Magnús Þorgrímsson



Steingrímur Jónasson er stjórnarformaður HL stöðvarinnar og löngum stjórnandi hjartagöngunnar í Reykjavík og er hér í því hlutverki.

Á kostnað Breta

Nauðsynlegt er að Íslendingar viti að þegar íslenskir hjartasjúklingar fengu hraða og góða þjónustu á breskum sjúkrahúsum hér á árum áður urðu breskir sjúklingar að bíða von úr viti eftir samskonar aðgerðum.

Ástæðan var sú að íslensku sjúklingarnir voru flestir afgreiddir á einkavæddum deildum ríkisreknu spítalanna eða á einkasjúkrahúsum.

Breskur blaðamaður skrifaði grein fyrir Tímann í nóv. 1988 um þetta málefni og sagði að breskur almenningur og breska

sjúkrasamlagið hefði ekki haft efni á að skipta við hinar einkavæddu deildir og því létust margir í hinni almennu bíðröð; sjúklingar sem þurftu að komast í bráðauppskurð þurftu að bíða 12-28 vikur eftir aðgerð.

Hér fyrir neðan er mynd af hinni kröftugu forsiðu Tímans í nóv. 1988.



Háþrýstingur er ekki alltaf sýnilegur



www.ms.is

Það getur verið erfitt að sjá hver er með of háan blóðþrýsting og hver ekki. Sannleikurinn er sá að háþrýstingur er oft alveg einkennalaus en getur leitt til alvarlegra sjúkdóma.

LH er náttúrulegt vopn gegn háþrýstingi

LH er gert úr undanrennu sem er sýrð með venjulegum mjólkursýrugerli, *Lactobacillus helveticus*, sem breytir mjólkurpróteinum í lífvirk, blóðþrýstingslækkandi peptíð.

LH má nota með eða án lyfjameðferðar. Rannsóknir hafa sýnt að með daglegri neyslu getur LH eitt og sér lækkað háþrýsting um 10% að meðaltali á u.þ.b. 5–7 vikum. Sem hluti af lífsstílsbreytingu sem felur í sér heilbriggt mataræði og aukna hreyfingu getur það átt

verulegan þátt í að koma blóðþrýstingi aftur í eðlilegt horf. Sé neyslu hætt fjara áhrifin út á tveimur vikum.

Í hverri 100 ml flösku er ráðlagður dagskammtur af lífvirkum blóðþrýstingslækkandi peptíðum.

Allir geta neytt LH og það er skaðlaust þeim sem hafa eðlilegan eða of lágan blóðþrýsting.



Náttúrulegt vopn gegn háþrýstingi!

Láttu mæla blóðþrýstinginn ef minnsti grunur vaknar. Skilyrðislaust skal leita læknis ef um háþrýsting er að ræða.

Suðurnes

Félag hjartasjúklinga á Suðurnesjum (FHS) var stofnað hinn 22. nóvember 1990 í húsakynnum Verslunarmannafélags Suðurnesja að Hafnargötu 28 í Keflavík. Á stofnfundinum mættu 58 félagar, en fyrir fyrsta stjórnarfundinn sem haldinn var 26. sama mánaðar höfðu fleiri bæst í hópinn, þannig að stofnfélagar voru taldir 107. Nú eru félagsmenn skráðir 259.

Auk stofnfélaganna voru mætt á stofnfundinum þau Sigurður Helgason, þá formaður landssamtakanna, Magnús B. Einarson læknir og Guðrún Þ. Hjaltadóttir, næringarsérfræðingur. Fluttu þau öll erindi á fundinum.

Í fyrstu stjórn félagsins voru þessi kosin:

Sigmar Ingason, formaður, Ástvaldur Eiríksson, varaformaður, Garðar Schram, ritari, Njáll Skarphéðinsson, gjaldkeri. Meðstjórnendur Halldór Guðmundsson, Guðjón Einarsson og Ingibjörg Magnúsdóttir.

Núverandi stjórn var fyrst kosin á aðalfundi hinn 25.11 1999 og hefur síðan verið endurkjörin óbreytt á á þremur síðustu aðalfundum og er þannig skipuð:

Tómas Tómasson formaður, Ingibjörg Magnúsdóttir, varaformaður, Guðrún Sigurðardóttir ritari, Dagmar Árnadóttir gjaldkeri, Valgeir Sigurðsson meðstjórnandi.

Aðrir formenn hafa verið:

Börkur Eiríksson 1992-1995, Ingibjörg Magnúsdóttir 1995-1996, Björgvin Lúthersson 1996-1999. Aðrir varaformenn: Óli Þór Valgeirsson 1994-1996 og Tómas Tómasson 1996-1999. Aðrir gjaldkerar: Bogga Sigfúsdóttir 1996-1999. Garðar Schram var ritari óslitið frá stofnfundi til aðalfundar 1999. Aðrir meðstjórnendur: Guðleifur Sigurjónsson 1996-1999.

Það er eins og oft vill verða að mikill áhugi ríkti um félagið í upphafi og sem dæmi um það mættu 40 félagar á almennan fund sem haldinn var tæpum þremur mánuðum eftir stofnun. Á þeim fundi var mættur Árni Kristinsson hjartasérfræðingur og yfirlæknir og flutti hann fróðlegt erindi eins og vænta mátti.

Stjórnarfundir voru tíðir fyrsta árið og strax varð aðalviðfangsefnið einhverskonar endurhæfingaraðstaða. Og svo langt var komið að samið var við líkamsræktarstöð hér í bænum um aðstöðu. Komst þannig strax á vormánuðum 1991 einhver vísir að

endurbjálfun. En eins og oft vill verða varð minna úr en ætla mátti og á stjórnarfundinum 2. okt. 1991 er bókað þegar rætt er um þjálfunaraðstöðu: „...hefur áhugi félagsmanna á að nýta sér þennan starfsþátt félagsins verið til skammar...“ og þá er ákveðið að félagið komi ekki að frekari fjárhagsbyrði vegna þessa máls eins og bókað er.

Mál þetta hefur nú verið endurvakið á þeim grunni að samstarf takist við Heilsu-

Mér telst svo til að fjárframlög félagsins til málefna hjartasjúklinga séu um 3 milj. kr. og eru þá ekki meðtalin framlög af jóla-korta- og merkjasölu.

Af og til hafa verið starfandi gönguhópar á vegum félagsins og einstaka félagar hafa tekið þátt í gönguhópum félags aldraðra. Þá hefur þátttaka í árlegum hjartagöngum ávallt verið allgóð.

Frá stofnun félagsins hinn 22. nóv. 1990 hafa verið haldnir 53 reglulegir stjórnarfundir, 10 aðalfundir og 8 almennir félagsfundir. Á aðalfundi og almenna félagsfundum hafa ávallt mætt auk félagsmanna góðir gestir, einatt einhver fulltrúi frá landssamtökunum, en auk þess sérfræðingar í



Núverandi stjórn. Talið frá vinstri: Ingibjörg Magnúsdóttir, Tómas Tómasson formaður, Dagmar Árnadóttir og Valgeir Sigurðsson. Á myndina vantar Guðrúnu Sigurðardóttur.

stofnun Suðurnesja og aðstaða verði í svonefndri D álmu sjúkrahússins en öllum, sem hana hafa skoðað líst mjög vel á allar aðstaður þar. En mál hafa því miður ekki enn komist á hreint, einkum vegna þess óvissuástands hjá HS sem ríkt hefur frá sl. sumri. Síðastliðið vor hafði orðið samkomulag við þáverandi forstjóra HS að hann pantaði ákveðin þjálfunartæki sem félag okkar ætlaði að greiða og með lofuðum styrk frá LHS. Forstjórinn lét af störfum áður en úr þessu yrði og er málið enn í biðstöðu. Það er von okkar að úr þessu rætist og að aðstaða fái stíð í D álmunni, en þar myndi slík aðstaða einnig nýtast öðrum félagsmönnum okkar, m.a. vistmönnum D álmunnar þegar þar að kemur.

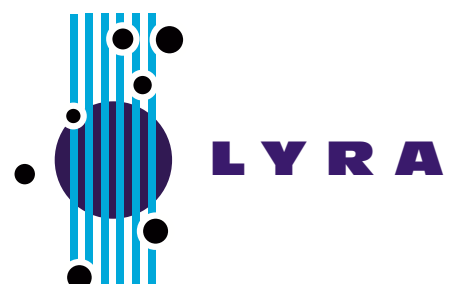
Félag okkar hefur tekið myndarlegan þátt í öllum merkjasölum og árlegri jóla-kortasölu LHS svo og öllum fjársöfnunum til sérátaka LHS, og þannig styrkt bæði fjárhagsstöðu sína og landssamtakanna.

Þá hefur félagið einnig gefið eitt eða með öðrum tæki á sjúkrahúsið hér og styrkt félag okkar vegna aðgerða, m.a. erlendis.

hjartalækningum, næringarfræðum, endurhæfingar- og þjálfunarmálum og fleira, alls 26 gestir. Nokkrir hafa komið alloft á fundi hjá okkur. Öllum þessum gestum eru færðar þakkir fyrir fræðandi fyrirlestra og hvatningarorð.

Stjórn LHS og samstarfsmönnum eru einnig færðar þakkir fyrir samstarfið, en af fundargerðabók er augljóst að þeir hafa ávallt verið reiðubúnir til liðsinnis við félag okkar og stutt það með ráðum og dáð.

Tómas Tómasson



Vestmannaeyjar

Félag hjartasjúklinga í Vestmannaeyjum var stofnað 29 nóvember 1990. Fyrsta stjórn var þannig skipuð:

Eiríkur Bogason, formaður, Axel Ó. Lárusson, gjaldkeri, Þóra Bernósdóttir, Ásta María Ástvaldsdóttir. Í varastjórn voru Guðjón Ólafsson, Auðberg Óli Valtýsson og Hjálmar Eiðsson. Endurskoðendur Jón Hauksson, Ingvar Sigurjónsson og Hafsteinn Ágústsson.

Stjórnin var svo endurkjörin 1992. Á aðalfundi 1993 kom Guðmundur Þórarinnsson inn í stjórnina.

Á aðalfundi 1994 var Hólmfríður Ólafsdóttir kjörin formaður og varaformaður Ásta María Ástvaldsdóttir, gjaldkeri Axel Ó. Lárusson, ritari Guðrún Steinsdóttir og meðstjórnandi Eiríkur Bogason. Til vara Tryggvi Jónasson, Sigurður Gunnarsson og Guðmundur Þórarinnsson. Endurskoðendur þeir sömu.

Á aðalfundi 1995 fór Eiríkur Bogason úr



Hjörtur Hermannsson.

stjórninni en inn kom Hilmar Sigurbjörnsson. Annað óbreytt.

Á aðalfundi 1996 var Guðjón Ólafsson kjörinn formaður, Atli Elfásson gjaldkeri, Jón Hauksson ritari og meðstjórnendur Ingibjörg

Þórðardóttir, Guðmundur Þórarinnsson, Hilmar Sigurbjörnsson og Tryggvi Jónasson.

Á aðalfundi 1997 er Hólmfríður Ólafsdóttir formaður, út fer Ingibjörg Þórðardóttir og í hennar stað kemur Ólöf Waage.

Stjórn óbreytt næsta ár.

Á aðalfundi 1999 er Hjörtur Hermannsson kjörinn formaður, Atli Elfásson gjaldkeri, Sigurður Gunnarsson ritari og meðstjórnendur Garðar Ásbjörnsson, Jóhann Ólafsson, Ólöf Waage og Tryggvi Jónasson Þessi sama stjórn hefur setið síðan.

Félagið ásamt Landssamtökunum færði þann 25. 11 árið 2000 Heilbrigðisstofnun Vestmannaeyja að gjöf hjartalfnurits- og greiningartæki.

20. janúar árið 2002 afhenti félagið Heilbrigðisstofnun Vestmannaeyja 1 milljón kr. til kaupa á ómsjártæki.

Árið 2001 færði Ísfélag Vestmannaeyja félaginu 100 þús. kr. að gjöf.

Þann 15. maí sl. færði félagið Heilbrigðisstofnun Vestmannaeyja tvö hjarta-stuðtæki að gjöf ásamt kennslubúnaði. LHS tók einnig þátt í kostnaðinum.

Félagið hefur í tvígang staðið fyrir blóðfitu- og blóðþrýstingsmælingum í tengslum við hjartagöngudaginn.

Fjöldi félagsmanna er nú 105.

Þykir þér vænt um þig?

Dekraðu þá við þig og aðra sem þér þykir vænt um með hágæða nuddolíum frá Purity Herbs þar sem einstakar íslenskar jurtir ásamt morgunfrúarolíu, jobobaolíu og squalan næra og mýkja húðina.

Olíurnar frá Purity Herbs eru 100% náttúrulegar!



Vöðvaolía er alvöru fjöljurtu nuddolía sem hitar og eykur blóðstreymi til vöðva. Olían hentar mjög vel sem upphitunarolía fyrir æfingar eða sem nuddolía. Hún dregur einnig úr verkjum og bólgu.

Nærandi morgunfrúarolía inniheldur engin kemisk efni. Hún er mjög góð fyrir þurra húð, einnig fyrir eða eftir sólböð. Olían inniheldur valhnetuolíu sem gefur húðinni gullinn blæ og eykur brúnku. Silkimjúk líkamsolía eftir bað eða sturtu.

Slökunarolía inniheldur róandi og slakandi jurtablöndur sem hjálpa líkamanum að slaka á. Mjög góð í gufubaðið og slökunarnuddið. Olían hefur róandi áhrif og stuðlar að betri svefni.

Ástareldur og **unaðsolía** innihalda kynörvandi jurtir og gera ástarlífíð unaðslegra. Olíurnar má bera á allan líkamanum, einnig sem sleipiefni á kynfæri og við þurrki í leggöngum. Komdu þér og makanum á óvart!

Neistinn

Neistinn er styrktarfélag hjartveikra barna, aðstandenda þeirra og allra sem hafa áhuga á velferð hjartveikra barna. Neistinn hefur það hlutverk að hlúa að hjartveikum börnum, fjölskyldum þeirra og aðstandendum.



Sigþór Samúelsson.

um hjartagalla, meðferð þeirra, réttindi fjölskyldunnar og mannlega þáttinn. Slóð heimasíðunnar er <http://www.neistinn.is>.

Starfsemi Neistans snýst einnig um að auka fræðslu og þekkingu á hjartasjúkdómum barna.

Neistinn heldur úti heimasíðu en markmið hennar er að auðvelda aðgengi að upplýsingum um hjartagalla, meðferð þeirra, réttindi fjölskyldunnar og mannlega þáttinn. Slóð heimasíðunnar er <http://www.neistinn.is>.

Stofnun Neistans 9. maí 1995

Neistinn var stofnaður 9. maí 1995. Síðar sama ár varð félagið ellefta deild innan Landssamtaka hjartasjúklinga. Styrktarsjóður var stofnaður 1996 en grunnurinn að starfsemi hans var lagður 21. mars 1997 með landssöfnun í samvinnu við Stöð 2, Bylgjuna og SPRON. Styrktarsjóðurinn hefur það hlutverk að veita foreldrum og aðstandendum hjartveikra barna fjárhagslegan stuðning.

Í dag eru 200 fjölskyldur í Neistanum og fjöldinn allur af velunnurum sem leggja okkur lið og taka þátt í starfi Neistans með beinum eða óbeinum hætti. Félagið er opið öllum þeim sem hafa áhuga á velferð hjartveikra barna.

Starfsemi Neistans

Neistinn stendur fyrir ýmsum uppákomum á hverju ári. Félagsfundir eru haldnir reglulega en þá koma félagar saman í góðu tómi, hlusta á fyrirlestra um tengd málefni og ræða sín á milli um „praktísk“ mál er viðkoma umönnun hjartveikra barna – eða bara um daginn og veginn. Sumarferð Neistans er jafnan vel sótt. Árlega heldur Neistinn jólaball og er það sennilega mest sótti viðburður ársins.

Fjáraflanir á vegum Neistans

Fjáraflanir á vegum Neistans eru fjölbreytilegar en félagið hefur meðal annars gefið út geisladiska, dagbækur og jólakort. Geisladiskurinn Hjartans Mál, sem Neistinn gaf út í samvinnu við Jóhann Helgason seldist í yfir 5000 eintökum og fékk Neistinn þar af leiðandi gullplötu fyrir.

Tveggja milljón króna gjöf

Eitt af markmiðum Neistans er að veita hjartaskurðaðgerðum á Íslandi stuðning. Á félagafundi í vor færði Neistinn Barnaspítala Hringins nýjan haus á ómsjá að gjöf. Þetta tæki er ætlað til skoðunar á ungbörnum, fyrirburum og fósturhjórtum og má segja að tilkoma þessa tækis sé bylting fyrir hjartasérfræðinga Landspítalans. Einnig var Barnaspítalanum færðar leikjatölvur að gjöf. Verðmæti þessara gjafa er um tveir miljónir króna og eru félagsmenn Neistans stoltir af gjöf þessari til Barnaspítalans.

Hjartagallar á Íslandi

Árlega fæðast um 70 börn með hjartagalla, eða u.þ.b. 1,7% allra lifandi fæddra barna

hér á landi. Af þessum börnum þarf helmingur að gangast undir aðgerð og sum þeirra oftast en einu sinni. Þriðjungur þessara aðgerða er framkvæmdur hérlendis. Tíðni hjartagalla hefur aukist á undanförunum árum og er því starfsemi Neistans æ nauðsynlegari.

Framtíð Neistans

Neistinn hefur ekki breyst mikið frá stofnun. Baráttumálin eru þau sömu og það sama á við um hlutverk og markmið. Ýmislegt annað hefur breyst. Skilningur vinnuveitenda, dagpeningar og umönnunarbætur hafa meðal annars breytt miklu fyrir fjárhag foreldra og aðstandenda hjartveikra barna og má segja að aðstæður í dag séu töluvert betri fyrir skjólstæðinga Neistans en þær voru þegar félagið var stofnað. Þó er mikið verk óunnið og mörg verkefni fyrir Neistann að vinna til að bæta hag skjólstæðinga sinna. Breyttar aðstæður kalla hugsanlega á breytingar á aðferðum þó svo að hlutverk og markmið verði áfram þau sömu hjá Neistanum.

Sigþór Samúelsson
formaður Neistans

Hjá Tryggingastofnun ríkisins er til skrá yfir fjölda hjartasjúklinga sem sendir hafa verið utan til lækninga. Skráin nær frá árinu 1983 til ársloka 2002.

	Kransæðasjúkdómar	Aðrir hjartasjúkdómar
1983	141	30
1984	166	37
1985	114	24
1986	94	34
1987	83	26
1988	103	32
1989	78	37
1990	35	34
1991	38	28
1992	34	27
1993	0	17
1994	11	22
1995	1	15
1996	1	11
1997	0	14
1998	0	22
1999	0	14
2000	0	19
2001	0	31
2002	0	29

Fjöldi Íslendinga sem hafa fengið nýtt hjarta eru 7, 3 konur og 4 karlar, þar af fengu 3 bæði hjarta og lungu.



Happdrætti SÍBS



Happdrætti SÍBS hefur verið þáttur í daglegu lífi Íslendinga í meira en hálfa öld og með þátttöku í starfi þess hafa landsmenn lyft Grettistaki við uppbyggingu á Reykjalundi.

Happdrættið tók til starfa árið 1949, en áður hafði SÍBS efnt til happdrætta með margvíslegum vinningum, sumum mjög nýstárlegum, t.d. var flugvél í vinning árið 1945 ásamt flugnámi og í sama happdrætti var „skemmtijakt“ meðal vinninga, „Héppi“ (jepp bíll) og golfáhöld, sem þá var nýmæli. Tveimur árum síðar voru 20 bílar í vinninga.

Allan þann tíma sem happdrættið hefur verið starfandi hefur það átt mikinn hljómgrunn meðal almennings og á enn. Þar vegur þungt að málefnaaðan er sterk og Reykjalundur og uppbygging þar á hljómgrunn í Þjóðarsálinni. Þess vegna er það tilfinning okkar sem vinnum við happdrættið að stuðningur við málefnið vegi þyngra en vinningsvonin þegar menn ákveða miðakaup.

Hins vegar er það svo að vinningsvonin er hvergi meiri í Íslensku happdrætti. Vinningslíkur hafa ávallt verið með þeim allramestu og vinningshlotfall hæst meðal stóru happdrættanna, svo stuðningsmenn hafa margir hverjir fengið umbun fyrir velvild sína.

Happdrættið starfar um land allt og umboðsmenn eru yfir 100 talsins. Vinna þeirra hefur þó breyst á síðustu árum, því

fleiri og fleiri notfæra sér greiðslukortþjónustu við endurnýjun miða sinna, enda þarf þá enginn að eiga á hættu að gleyma að endurnýja.

Í byrjun síðasta árs var sú breyting gerð að hægt er að kaupa nýja miða hvenær sem er á árinu án þess að greiða fyrir fyrri mánuði. Þetta hefur leitt til þess að vinna starfsmanna dreifist meira á árið og menn geta hringt eða komið inn og keypt miða hvenær sem er, eða ef þeim líst betur á vinningana einn mánuð umfram annan.

Vinningaskrár eru birtar strax daginn eftir útdrátt í Morgunblaðinu og DV, en jafnframt er hægt að fara inn á heimasíðu SÍBS www.sibs.is strax að kvöldi dráttardags og ná í vinningaskrá, leita fréttu af útdrætti eða starfsemi SÍBS eða slá inn númerið sitt til þess að sjá hvort vinningur hefur komið á það. Enginn þarf þó að óttast um að missa af vinningi sínum, því hringt er eða skrifað til vinningshafa ef þeir vitja ekki vinninga sinna fljótlega eftir útdrátt.

Happdrætti SÍBS er hornsteinn þeirra miklu framkvæmda sem staðið hafa yfir á Reykjalundi allt frá miðri síðustu öld og án þess væri ekki þar núna fullkornasta endurhæfingarstöð landsins.

Forsvarsmenn SÍBS vilja færa landsmönnum hugheilar þakkir fyrir stuðninginn og vonast til þess að Happdrætti SÍBS njóti áfram sömu velvildar og verið hefur.

Með sömu gerví- hjartalokuna í 40 ár

var send til Svíþjóðar árið 1964 í uppskurð og varð að bera allan kostnað af förinni sjálf!

Regína Þorbjörg Árnadóttir er frá Akureyri, tveggja barna móðir, sem varð fyrir þeirri miklu reynslu að vera send í hjartaaðgerð til Svíþjóðar árið 1964, aðgerð sem var mjög erfið og dýr fyrir Regínu.

- Þegar ég gekk með mitt fyrra barn, sagði Regína, þá kom það fram í venjulegri skoðun að eitthvað væri að hjartanu. Ólafur Sigurðsson læknir og fleiri fylgdust vel með mér. Ég fékk slæma flensu og lá í átta vikur á spítala og þá vildu læknarnir meina að komið hafi skemmd í hjartalokurnar. Þá var ég send suður til Reykjavíkur til Sigurðar Samúelssonar og Theódórs Skúlasonar.

Tveggja mánaða sjúkralega í fjarlægju landi

- Hver voru helstu einkennin?

- Þetta fór bara allt í skrall eftir flensuna, hvítu og rauðu blóðkornin voru ekki að starfa rétt. Þeir ákváðu að senda mig út til Svíþjóðar um haustið 1964 fyrir tilstilli Hrafnkells Helgasonar og ég fór á sjúkrahús í Uppsölum, kom þangað 27. september og var skorin 1. október. Þá var gert við veigamestu hjartalokuna og slagæð og ég er á spítalanum í nær tvo mánuði, kem aftur heim um mánaðamótin nóv./des.

Ég var rannsókuð hátt og lágt áður en þeir ákváðu að skera. Ég kunní ekkert í sænsku og þeir höfðu samband við Svein Skorra Höskuldsson sem liðsinnti mér dálítið, en síðan kom maður af Barðaströndinni, Lárus Jónsson að nafni, sem var að læra í Uppsölum og hann reyndist mér mjög vel.

Eftir skurðinn komst baktería í þetta og þá var ég látin liggja á grúfu í heila viku því ígerðin vall út hjá bringubeininu. Það mátti enginn koma til mín nema í sóthreinsuðum fótum. Læknirinn minn hann Viking Björk sagði að þetta væri íslensk baktería og hefði líklega borist með dagblöðum, en ég hef ekki trú á því. Þetta var mikil þolraun, ég var t.d. látin vera í vikutíma í öndunarvél, en nú er tæknin allt önnur.



Regína Þorbjörg Árnadóttir.

Þegar ég kom heim settu læknarnir á Landspítalanum mig á blóðþynnandi lyf sem ég hef notað síðan. Ég er líka í reglubundnu eftirliti á spítalanum heima, fer tvisvar á ári til Jóns Þórs hjartalæknis.

Ég er enn með sömu hjartalokuna, hef unnið alveg fram á þetta ár við verslunarstörf, hætti í mars sl.

Þessi aðgerð var hryllilega dýr, ég borgaði fyrir hvern dag um 1500 kr. sænskar. Læknirinn minn, sem hét Viking Björn, vann sjálfstætt og það var búið að segja mér að hann gæti tekið fyrir þetta allt að hálfri milljón kr. íslenskar, en hann gaf mér sína vinnu þegar hann vissi að ég ætti að borga þetta allt úr eigin vasa.

Fékk aldrei neitt!

- Fékkstu þá styrk seinna frá Tryggingastofnun?

- Aldrei neitt. Þetta kostaði mig líklega hátt í það sem samsvaraði verði einbýlis-húss á þeim tíma.

- Aðgerðin hefur semsagt dugað?

- Hún hefur dugað mjög vel og Jón Þór segir að Svíarnir hafi gert þetta mjög vel. Ég finn alltaf fyrir hjartalokunni sem er úr plasti og ég á reyndar mynd af henni þar sem hún starfar inni í hjartanu. Ég heyrir í henni þegar ég lögst upp í rúm á kvöldin, og maðurinn minn heyrir líka í henni á stundum.

Nú er maðurinn minn Svavar Sigursteinsson að ganga í gegnum það sama og ég hér á Landspítalanum, það er nýbúið að laga kransæðar og skipta um loku í honum. Hann fær svínaloku og þá þarf hann ekki að vera á blóðþynnandi lyfjum vegna lokunnar eins og ég.

Eftirmáli:

Það er deginum ljósara að Regína hefði átt að fá félagslega aðstoð þegar hún var send til Svíþjóðar. Það nær engri átt að hún og fjölskylda hennar eigi að bera þennan kostnað ein og því þarf að taka mál hennar upp hjá réttum yfirvöldum og finna á því sanngjarna lausn, þótt langt sé um liðið frá Svíþjóðarförinni. S.J.

GOTT AÐ VITA

Verkur vegna kransæðasjúkdóms kemur gjarnan fram við líkamlega áreynslu, andlegt álag eða jafnvel eftir stóra máltíð. Sumir fá verk í hvíld og er það yfirleitt merki um alvarlegan kransæðasjúkdóm.

Ef brjóstverkur stendur lengur en í 10 mínútur er full ástæða til að leita læknis. Mikilvægt er að komast sem fyrst undir læknishendur svo að meðferð geti hafist. Þannig má draga úr skaða vegna kransæðastíflu og í sumum tilfellum bjarga mannlífum. Sími neyðarlínunnar er 112

(Heimild Hjartavernd: Kransæðastífla, fyrstu viðbrögð skipta höfuðmáli).



Hér eru hjartasjúklingar í stífri endurhæfingu.

Endurhæfing og viðhaldspjálfun þarf að vera hluti af daglegu lífi

- segir Ingvar Þóroddsson, endurhæfingarlæknir á Akureyri Sjúkra- og líkamsræktarstöðin Bjarg á Akureyri virðist vinsæl og kröftug stofnun ef dæma má af því sem ég sá og heyrði er ég kíkkti þar inn einn septemberdag. Í öllum sölum var verið að æfa og nóg virtist af tækjum og tólum til líkamsræktar og endurhæfingar. Friðrik Yngvason sérfræðingur í lungnasjúkdómum og Ingvar Þóroddsson, endurhæfingarlæknir sjá nú um að þjálfa hjarta- og lungnasjúklinga tvisvar í viku. Vetrardagskráin er nýhafin en þegar eru um eitt hundrað manns komnir á skrá og skiptast í fimm hópa.

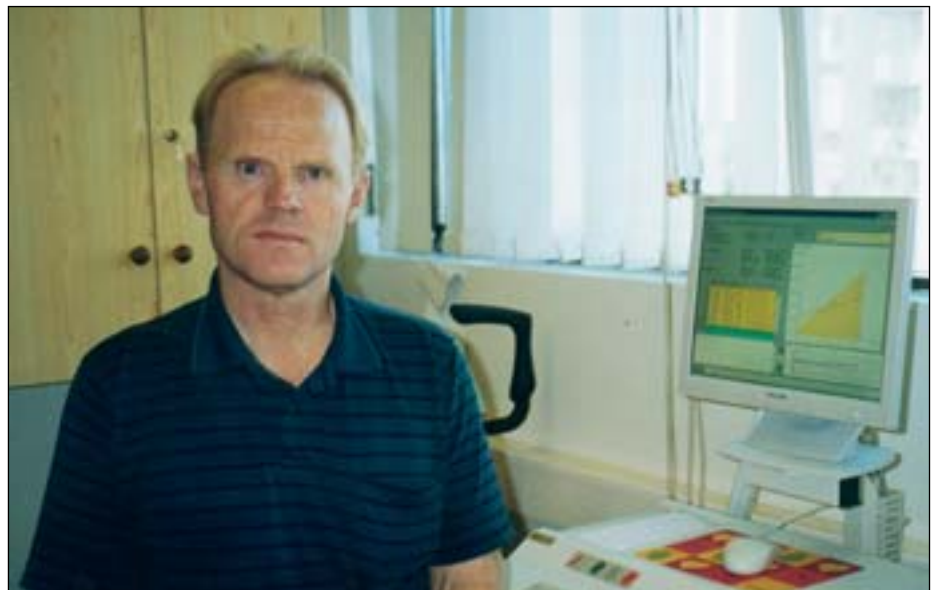
- Það er æft hér tvisvar í viku, sagði Ingvar, á tímanum þrjú til sex. Hér er undir sama þaki sjúkraþjálfunarstöð og líkamsræktarstöð og við það verður ágæt nýting á sölum og tækjum. Bjarg er gamalgróin sjúkraþjálfunarstöð á vegum Sjálfsbjargar.

Ingvar kvaðst ánægður með allan tækjakost sem væri nýlegur, þ.e. tækin sem fylgjast með hjartslætti og skrá áreynslupróf. Hér eru allir þrekprófaðir einu sinni á ári.

Ingvar, sem er Akureyringur, starfaði sem heimilislæknir en bætti við sig kunnáttu í endurhæfingarlækningum á Landspítalanum og Reykjalundi. Hann er einnig læknir á Kristnesi þar sem reknar eru endurhæfingardeild og öldrunarlækningadeild, tvær tuttugu manna deildir, og langur biðlisti.

- Ég er þeirrar skoðunar, sagði Ingvar, að því nær sem þjálfunaraðstaða er heimabyggð því betra, endurhæfing og viðhaldspjálfun þarf að verða hluti af daglegu lífi fólks.

S.J.



Ingvar segir allan tækjakost góðan á Bjargi.



Tækjasalur sem virðist mjög vel útbúinn.

Baráttan hefur skilað öryrkjum auknum réttindum og verulegum kjarabótum

Landssamtök hjartasjúklinga eru eitt af aðildarfélögum SÍBS og þá um leið innan vébanda Öryrkjabandalags Íslands sem stofnað var árið 1961.

Starfsemi Öryrkjabandalagsins er víðtæk og öflug. Nægir að minna á miklar húseignir bandalagsins sem reknar eru af Hússjóði ÖBÍ og ýmsa vinnustaði fyrir fatlaða og öryrkja. Hlutdeild í Íslenskri getspá, þ.e. Lottóinu, færir ÖBÍ fastan og öruggan tekjustofn, sem nam rúmlega 230 milljónum kr. árið 2002.

Á undanförunum árum hafa landsmenn fylgst með kröftugri baráttu bandalagsins í réttindamálum öryrkja, baráttu sem hefur fært öryrkjum aukin réttindi og umtalsverðar kjarabætur.

Miklar kjarabætur framundan

Við báðum Garðar Sverrisson formann ÖBÍ, að gefa okkur innsýn í helstu baráttu- og ágreiningsefni að undanförunu og spurðum fyrst um merkilegt samkomulag ríkisvaldsins og ÖBÍ sem gert var fyrir á árinu um bættan hag öryrkja.

- Með þessu samkomulagi var kveðið á um allt að tvöfalda hækkun grunnlífeyris frá og með 1. janúar 2004, sagði Garðar, og komið sérstaklega á mótis við þá sem verða öryrkjar snemma á lífsleiðinni. Sérstökum starfshópi var falið að vinna að eftirfarandi:

1. Stigið verði fyrsta skref til viðurkenningar á hinni margvíslegu sérstöðu þeirra sem verða öryrkjar snemma á lífsleiðinni.
2. Þeir sem yngstir verða öryrkjar til lífstíðar fá þannig hækkun á núverandi grunnlífeyri frá Tryggingastofnun sem nemur allt að tvöföldun grunnlífeyrisins.
3. Þeir sem verða öryrkjar síðar á lífsleiðinni fá hins vegar hækkun á núverandi grunnlífeyri með hliðsjón af aldri, þannig að þeir sem verða öryrkjar 67 ára fá grunnlífeyri sem nemur sömu upphæð og ellilífeyrir frá Tryggingastofnun ríkisins.
4. Hækkunin kemur til framkvæmda 1. janúar 2004.

Í samkomulaginu er sömuleiðis gert ráð fyrir að starfsendurhæfing öryrkja verði eflað og taki mið af þeim margvíslegu möguleikum sem nú hafa skapast með breyttum atvinnuháttum.



Garðar Sverrisson.

Höggvið á hnút

Með samkomulaginu eru ekki aðeins mörkuð þáttaskil í sögu og þróun almannatrygginga hér á landi, heldur í mörgum tilfellum farið verulega fram úr þeim væntingum og jafnvel kröfum sem áður höfðu komið fram í okkar eigin röðum. Fram til þessa hefur eitt og sama almannatryggingakerfi gilt fyrir öryrkja og ellilífeyrisþega. Af þeim sökum hafði aldrei verið talið fært að hækka örorkulífeyri án þess að eitt og hið sama gildi um fyrir hvern einasta lífeyrisþega í landinu, um 40 þúsund einstaklinga, burtséð frá því hvort og þá hvenær þeir höfðu orðið fyrir örorku. Með þeirri hugmyndafræði ÖBÍ sem liggur að baki samkomulaginu við stjórnvöld er í fyrsta sinn höggvið á þennan hnút og brotist út úr þeirri herkví sem við höfum allt of lengi verið föst í. Í krónum talið er hér um að ræða samkomulag sem mun kosta ríkissjóð 1.5 milljarð á ársgrundvelli, sem jafngildir

helmingi þeirrar fjárhæðar sem nú er varið til greiðslu örorkulífeyris á ári hverju.

Kjaranefnd hvetur til dáða

Garðar sagði að árið 1998 hefði kjaramálanefnd bandalagsins hvatt ÖBÍ að leggja mikla áherslu á að blanda sér í þjóðfélagsumræðuna og freista þess að ná fram meiri viðurkenningu á baráttumálum sínum. Þetta hefur skilað sér í raunhæfum aðgerðum sem hönd er á festandi og mætti nefna eftirfarandi þætti:

Óskertir vasapeningar

Fyrir fimm árum gagnrýndum við enn harðlega að vasapeningar þeirra öryrkja sem dveldust á stofnunum næmu ekki nema um helmingi grunnlífeyris. Nú standa málin þannig að þessi fjárhæð hefur verið hækkuð til jafns við fullan grunnlífeyri og horfið hefur verið frá skerðingu vasapeninga vegna tekna maka.

Kjör einstæðra mæðra urðu betri

Við gagnrýndum einnig þá fjarstæðukenndu reglu að telja einstæðar mæður hafa fjárhagslegt hagræði af sambúð við barn sitt eða börn og telja þær fyrir bragðið hvorki eiga rétt á heimilisuppbót né sérstakri heimilisuppbót eins og þá var við lýði. Gengið var að þessum kröfum okkar með semingi, en gagnvart þeim einstæðu mæðrum sem ekkert hafa nema bætur almannatrygginga hefur þetta þýtt um 35 þúsund króna kjarabót á mánuði eða um 60% hækkun á þeim bótum sem þær að óbreyttu hefðu fengið.

Styrkari tekjutrygging

Þá vildum við ekki að tekjutrygging öryrkja væri skert vegna tekna maka. Eftir umdeildan dóm Hæstaréttar, dóm sem við teljum raunar að ríkisstjórnin hafi enn ekki fullnægt, er staðan þó orðin sú að hafi öryrki ekkert nema bætur almannatrygginga heldur hann að minnsta kosti 52 þúsund kr. sem er rúmlega 150% hækkun frá því sem að óbreyttu hefði verið.

Þetta þýðir í reynd að lægst launuðu makarnir ná ekki að hrófla við fullri og óskertri tekjutryggingu öryrkjans og heldur hann því rúmum 60 þús. kr. óskertum, sem er þrefalt hærri upphæð en hann hefði fengið ef ÖBÍ hefði ekki kært ríkisvaldið fyrir dómstólum.

hjarta gull



Söfnunarbaukar Landssamtaka hjartasjúklinga liggja frammi á öllum ESSO stöðvum. Láttu afganginn þinn renna í gott málefni.



Mikil lækun skerðingarprósentu

Þá féllust stjórnvöld á að draga 40% atvinnutekna frá áður en til skerðingar kæmi sem í reynd þýðir lækun skerðingarprósentsunnar úr 45 í 27%. Ekki þarf að fara mörgum orðum um hve þarna var stigið mikilvægt skref í þá átt að auka möguleika öryrkja til að bæta sinn hag með atvinnuþátttöku.

Nýr bótaflokkur

Stjórnvöld samþykktu einnig að leggja bótaflokkinn „sérstaka heimilisuppbót“ niður og taka í staðinn upp nýjan bótaflokk, svonefndan tekjutryggingarauka, sem ekki einungis var umtalsvert hærri fjárhæð heldur laut að að auki lægri skerðingu – 67% í stað 100%. Vegna ítrekaðra athugasemda okkar hefur skerðingarprósentan nú verið lækkuð úr 67% í 45%.

Húsaleigubætur ekki skattlagðar

Þá er sú jákvæða breyting orðin að húsaleigubætur eru ekki lengur skattlagðar og skiptir sú kjarabót miklu máli fyrir leigjendur í okkar hópi sem verst eru settir fjárhagslega.



Svipmynd frá vinnustofu Örtækni, Hátúni 10. Þarna vinna 15 manns á vöktum við framleiðslu á tölvuköplum. Mennirnir á myndinni heita Einar Rósmundsson og Karl Stefánsson.

Ráðherra á hrós skilið

Ljóst er að Öryrkjabandalagið hefur náð fram ótrúlega miklu fyrir umbjóðendur sína að undanförmu. Garðar segir að þarna eigi Jón Kristjánsson, heilbrigðis- og trygginga-

málaráðherra, hrós skilið fyrir pólitískt raunsæi og ósvikinn vilja til að leysa þau ágreiningsmál sem uppi hafa verið með málamíðlunum þar sem hagar öryrkja er ekki fyrir borð borinn. S.J.



Málið þæft í embættis- og stjórnarsýslukerfinu

Morgunblaðið studdi einarðlega þá ósk að fá hjartaskurðlækningar heim. Í leiðara sem birtist um það leyti sem verið var að stofna samtök okkar var bent á að „hjarta- og æðasjúkdómar hafi á síðustu áratugum verið ein algengasta dánarorsök á Íslandi, en þrátt fyrir þá staðreynd hefur enn ekki verið komið upp aðstöðu hér á landi til hjartaskurðlækninga. Blaðið segir að málið hafi allt frá 1971 verið þæft í embættis- og stjórnarsýslukerfinu. Það fagnar því að hjartasjúklingar ætli sér að bindast samtökum til að flýta fyrir aðgerðum.

Á fyrstu árum Landssamtaka hjartasjúklinga voru fréttir af starfseminni mjög áberandi í blöðunum. Eins og hér sést fóru fram safnanir víða í þjóðfélaginu og var LHS falið að breyta stærri og smærri fjárframlögum í vélakost fyrir hjartadeildina nýju. Fjölmíðlar voru mjög fylgjandi því að hjartaskurðdeildin yrði stofnuð sem fyrst og hvöttu stjórnáráðgjafar til dáða.



ÞEKING Í ALLRA ÞÁGU

Íslensk erfðagreining óskar Landssamtökum hjartasjúklinga til hamingju með 20 ára afmælið. Niðurstöður rannsókna Íslenskrar erfðagreiningar á hjarta- og æðasjúkdómum hafa lagt grunn að þróun nýrra lyfja og greiningarúrræða og þann árangur má þakka þátttöku íslenskra hjartasjúklinga og ættingja þeirra.

Laugardaginn 14. júní 1986:

Fyrsta hjartaskurðaðgerðin á Landspítalanum

Grétar Ólafsson, hjartalæknir, var sæmdur gullmerki Landsamtaka hjartasjúklinga í nóvember árið 2000. Við það tækifæri rifjaði hann upp hvernig það gekk fyrir sig að koma hjartaskurðstofu á laggirnar. Hann sagði m.a.:

Í janúar 1980 var farið að ræða og rita um að hefja hjartaskurðaðgerðir hér á landi af fullri alvöru. Fjöldmörg félagsamtök sendu okkur stuðningsyfirlýsingar, og svo fór að þáverandi heilbrigðismálaráðherra í stjórn Alþýðuflokksins, Magnús H. Magnússon, gaf stjórnarnefnd ríkisspítalanna heimild til að hefja undirbúning hjarta- aðgerða, en stjórnarskipti urðu og undirbúningi og ákvörðunum var slegið á frest.

Næstu árin var mikið fjallað um þessa verðandi starfsemi bæði í ræðu og riti og margir valdamiklir aðilar í þjóðfélaginu létu sig málið skipta og komu sumir því miður með vantraust á okkur en ég fer ekki nánar út í það. Í bréfi sem stjórnarnefnd



Viktor Magnússon, sérfræðingur á hjarta- og lungnavélinni, og Grétar Ólafsson, yfirlæknir á deildinni.

þáverandi ríkisspítalanna ritar Heilbrigðis- og tryggingamálaráðuneytinu 11. apríl 1983 er bent á að hjartaskurðlækningar hafi síðastliðin 3 ár verið forgangsverkefni

stjórnarnefndar og óskar hún heimildar að ráða í 10 stöður, sem nauðsynlegar eru vegna hjartaskurðlækninga, jafnframt er óskað heimildar um að láta fara fram útboð á tækjum. Matthías Bjarnason heilbrigðismálaráðherra ákvað að hefja undirbúning starfseminnar 1984 og formlega heimild að hefja starfsemina gaf hann 9. október 1985.

En þá var komið að tækjakaupum, það er kafli fyrir sig.

Við upphaf nýrrar starfsemi eins og hjartaskurðlækningar voru hér á landi þurfti mikið af tækjum, enda um gífurlega tæknivædda starfsemi að ræða, en þegar tækjakaupalisti okkar var lagður fram runnu tvær grímur á suma, því við höfðum valið til starfseminnar bestu tæki, sem vól var á, og þau voru vitaskuld ekki af ódýrustu gerð. Við óttuðumst að vísu að þetta gæti lagt stein í götuna, en þá komu til hjálpar samtök sem við höfum alla tíð síðan átt að bakhjarli. Það voru Landsamtök hjartasjúklinga.

Í fáum orðum sagt, landssamtökin efndu til fjárorflunar undir kjörordunum „Tökum á tækin vantar“. Það hefur oft sýnt sig að einstaklingar og samtök geta lyft Grettis-taki í málum eins og þessum, og sú varð einnig raunin nú. Stór hluti tækjabúnaðar



Valgeir „fyrsti“ eins og hann hefur verið kallaður síðan hann fór undir hnúfínn fyrstur hjartasjúklinga á Landspítalanum, er í rúminu ca. viku eftir uppskurðinn. Hjá honum er eiginkona hans Anna Dagrún Magnúsdóttir og læknarnir Þórarinn Árnason, Kristinn B. Jóhannsson og Hörður Alfreðsson.



Aðgerðin í fullum gangi, frá vinstri: Hörður Alfreðsson, Herdís Alfreðsdóttir og Þórarinn Árnason, sem framkvæmdi uppskurðinn.

hjartaskurðlækninga frá fyrstu byrjun til dagsins í dag eru gjafir frá samtökunum.

Við ákváðum að fyrsta aðgerðin yrði á laugardegi vegna þess að þá er lítið um að vera á skurðgangi og laugardagurinn 14. júní 1986 varð fyrir valinu, aðgerð númer tvö var gerð mánudaginn 16. júní. Í fyrstu tveimur aðgerðunum voru með okkur einn skurðlæknir og einn hjarta- og lungavéla-sérfræðingur frá Akademiska sjúkhuset í Uppsöllum en starfsmenn þess sjúkrahúss höfðu orðið fyrir valinu að aðstoða okkur við undirbúning og upphaf sem þeir gerðu á frábæran hátt, þeir tóku ekki þátt í aðgerðum en voru viðstaddir til öryggis.

Þeir töldu þetta mesta óþarfa, þeir þekktu starfsfólkið og getu þess, en skildu að þetta var viðkvæmt mál vegna þeirrar athygli, sem verðandi starfsemi hafði fengið.

Þess má einnig geta til gamans að framleiðendur hjarta- og lungnavélarinnar sem við festum kaup á sendu fulltrúa sinn til okkar til að skoða aðstæður og undirbúning því þeim var alls ekki sama hver fengi vélina í hendur og vildu ekki að hún fengi illt orð á sig, en þeir höfðu fengið reynslu af slíku sums staðar. Fulltrúinn sagði að hjá okkur væri allt fyrsta flokks og þeir óttuðust ekki að láta vélina í okkar hendur.

Í dag er búið að gera 2612 aðgerðir með aðstoð vélar (við eigum tvær nú) og að auki margar aðgerðir án vélar en þar sem vél var höfð til taks ef eitthvað færi úrskaiðis, skrifaði Grétar árið 2000.

Myndirnar tóku hjartalæknarnir Árni Kristinsson og Kristinn B. Jóhannsson.



Viktor við hjarta- og lungnavélina. Viktor er látinn langt um aldur fram.

Þórarinn B. Ólafsson, heitinn, lengst til hægri, var yfirlæknir svæfinga- og gjörgæsludeildar á þessum tíma. Með honum á myndinni eru svæfingalæknarnir Eirtkur Benjamínsson og Hjörtur Sigurðsson.



Anna Cronin ávarpar gesti á 10 ára afmæli LHS sem haldið var í Perlunni.

„Engillinn“ í London

Anna Cronin er nafn sem oft hefur birst á síðum Velferðar, enda bjargvættur margra hjartasjúklinga sem sendir voru til London hér á árum áður.

Í minningarorðum um frú Önnu Cronin í desemberblaði Velferðar 1996 segir Ingólfur Viktorsson m.a. „að hún hafi árið 1967 byrjað að aðstoða íslenska sjúklinga sem komu til London að leita sér lækninga, og þá sérstaklega hjartasjúklinga sem komu í hjartaaðgerð á hinum ýmsu sjúkrahúsum borgarinnar, en þó flestir á Brompton Hospital. Frá 1975 til 1984

starfaði Anna fyrir heilbrigðisráðuneytið og Tryggingastofnun ríkisins við að taka á mót íslenskum sjúklingum og aðstandendum þeirra og veita þeim aðstoð í London, oft við erfiðar aðstæður, þar sem hún þurfti að fara á milli sjúkrahúsa í stórborginni, oftast í sporvögnum, einnig til og frá Lundúnarflugvelli með sjúklinga í sjúkrahúsa leigubílum.

Það var ekki aðeins að hún Anna heim-sækti íslenska sjúklinga á sjúkrahúsin, túlkaði fyrir þá sem þess þurftu og sinnti ýmsum útréttingum, heldur hafði hún venjulega eitthvað meðferðis, kaffi í brúsa, ávexti í poka, og ýmislegt fleira sem hún vissi að var vel þegið. Þá sinnti hún aðstandendum þeirra sjúklinga er voru á sjúkrahúsunum, fór með þá ýmissa erinda um borgina, hún bauð kvíðafullum ástvinum heim í kvöldkaffi þeim til huggunar, og tók jafnvel bæði sjúklinga og aðstandendur heim til sín til dvalar, ef þannig stóð á.

Persónulega naut ég aðstoðar og vináttu Önnu Cronin árið 1981 er ég fór í hjartaskurðaðgerð á Brompton Hospital í London og hef dáð hana og virt allar götur síðan.

Landssamtök hjartasjúklinga hafa haft mikið og gott samstarf við Önnu Cronin frá upphafi, og má með sannri segja að fyrsti vísir að stofnun samtakanna hafi verið hinn 7. ágúst 1982 þegar fjöldi „London sjúklinga“ kom saman á Hótel Sögu í Reykjavík og hélt Önnu Cronin og fjölskyldu hennar kaffisamsæti, en skömmu áður hafði hún verið sæmd hinnu íslensku fálkaorðu fyrir líknarstörf af frú Vigðsi Finnbogadóttur, forseta Íslands. Fyrir þremur árum var svo Anna Cronin heiðursgestur okkar hjá Landssamtökum hjartasjúklinga er við fögnuðum 10 ára afmæli samtakanna í Perlunni.“

*

Anna Cronin lést í ágúst 1996, 72 ára að aldri. Hún var fædd í Reykjavík og giftist James Cronin, írskum manni, árið 1944. Þau fluttust til London árið 1950 og varð sjö barna auðið. Mann sinn missti Anna árið 1988.

Hallur og Sigurveig



Hjónin Hallur og Sigurveig á skrifstofu samtakanna er hún var í Hafnarhúsinu.

Meðal stofnenda samtaka okkar voru hjónin Sigurveig Halldórsdóttir og Hallur Hermannsson. Þau störfuðu bæði hjá samtökunum – Sigurveig var lengi í aðalstjórn félagsins og átti stóran þátt í að koma á fót og efla Styrktarsjóð hjartasjúklinga.

Hallur, sem var fæddur árið 1917 gerðist framkvæmdastjóri samtakanna í ágúst 1985 eftir að hann lét af störfum sem skrifstofustjóri hjá Skipaútgerð ríkisins. Hann tók einnig að sér ritstjórn Velferðar árið 1990. Þau hjón hættu störfum hjá samtökunum árið 1995.

Hallur lést skömmu eftir áttæðisafmæli sitt árið 1997, en Sigurveig lést árið 2002, áttæð að aldri.

Það var samdóma álit þeirra sem fylgdust með störfum þeirra hjóna að þar fór hæfileikaríkt mannkostafólk sem auðgaði og styrkti mjög starfsemi LHS. Þau hlutu bæði gullmerki LHS er þau voru fyrst veitt árið 1996.

BIOMEGA

-gæðin vís

LANDSLIÐIÐ Í VÍTAMÍNUM



STERKAR KALSÍUM + D

400 mg. Töflur til að gleypa. Styrkir bein og tennur. D-vítamín eykur frásög.



KALSÍUM + D

250 mg. Bragðgóðar tuggutöflur. Styrkir bein og tennur. D-vítamín eykur frásög.



KALSÍUM

250 mg. Bragðgóðar tuggutöflur. Styrkir bein og tennur.



E-VÍTAMÍN

500 ae. Góð vörn fyrir líkamann. Öflugt andoxunarefni.



C-VÍTAMÍN

100 mg. Bragðgóðar tuggutöflur með ávaxtabragði. Eflir varnir, gott andoxunarefni.



VÍTAPLÚS

Fjölvítamín með öllum helstu vítamínum og steinefnum. Fyrir alla eldri en 11 ára.



VÍTAMÍNUS

Fjölvítamín og steinefni án A og D. Fyrir fólk sem tekur lýsi. Fyrir eldri en 11 ára.



B-VÍTAMÍN

Öll B-vítamínin saman. Fyrir orku og efnaskiptin.



C-VÍTAMÍN

400 mg. Bragðgóðar tuggutöflur með sólberjabragði. Eflir varnir, gott andoxunarefni.



FÓLÍN

400 mcg. Fyrir allar konur á barneignaraldri og á meðgöngu.



JÁRN + C

Fyrirbyggir járnskort. C-vítamínið eykur frásög.



BARNA C-VÍTAMÍN

50 mg. Bragðgóðar tuggutöflur með ávaxtabragði. Eflir varnir.



BARNAVÍTAMÍNUS

Bragðgóðar tuggutöflur fyrir börn sem taka lýsi. Öll vítamín og járn. Án A og D-vítamína.



BARNAFJÖR

Bragðgóðar tuggutöflur fyrir börn. Öll vítamín og járn.



KRAKKA KALK

225 mg. Bragðgóðar tuggutöflur fyrir börn. Styrkir bein og tennur.

Fæst í apótekum og stórmörkuðum

Mikill áhugi að hefja hjartaþræðingar á FSA

spjallað við Jón Þór Sverrisson yfirlækni sem segir allar hefðbundnar hjartalækningar stundaðar nema þræðingar og hjartaskurðaðgerðir

Okkur lék forvitni á að vita hvernig Fjórðungssjúkrahúsið á Akureyri væri í stakk húið að sinna hjartasjúklingum og fengum því Jón Þór Sverrisson, forstöðulækni, til að spjalla um starf sitt og spítalann. Jón stundaði framhaldsnám í lyflækningum og hjartasjúkdómum við háskólasjúkrahúsið í Connecticut fylki í Bandaríkjunum. Hann hóf störf á FSA árið 1986. Jafnframt störfum á FSA hefur Jón verið í forsvari fyrir endurhæfingarstöð hjarta- og lungnasjúklinga á Bjargi frá stofnun stöðvarinnar, en hefur nýlega látið af því starfi.

Ég spyr fyrst hvað hjartadeildin sé stór og þá segir Jón að á spítalanum starfi ekki formleg hjartadeild, en hér sé tiltölulega stór almenn lyflækningadeild, sem tók til starfa árið 1953. Innan lyflækningadeildarinnar er lítil hjartaeyning með sér útbúnum stofum, þar sem auðvelt er að fylgjast vel með líðan hjartasjúklinga og meðhöndla þá. Við deildina hafa starfað hjartalæknar í mörg ár auk sérfræðinga í öðrum undirgreinum lyflækninga. Jón var eini hjartalæknirinn hér frá árinu 1994 þar til í fyrra að Gunnar Þór Gunnarsson bættist við. Gunnar stundaði framhaldsnám í Gautaborg með lyf- og hjartasjúkdóma sem sérgrein, hann lauk doktorsprófi frá Gautaborgarháskóla árið 2001 og fjallaði doktorsverkefnið um greinrof og kransæðastíflur.

Á undanförunum árum hafa verið í kringum eitt þúsund innlagnir á lyflækningadeild og er um 30-40% lagðir inn vegna hjartasjúkdóma auk þess sem margir, sem lagðir eru inn af öðrum ástæðum, eru einnig með hjartasjúkdóma.

Annist þið hjartaþræðingar?

Nei, við verðum að senda um 120 manns á ári hverju suður á Landspítala til hjartaþræðingar og einnig allnokkra til raflífeðlisfræðilegra rannsókna. Þá er nokkur hópur sjúklinga sendur frá spítölum á Sauðárkróki og Húsavík beint til hjartaþræðingar. Það er mikill áhugi fyrir að hefja hjartaþræðingar hér á FSA, það væri mikil þjónustuaukning og hagræðing fyrir hjartasjúklinga á svæðinu. Þetta yrði kostnaðarsamt, en frá þjóðhagslegu sjónar-

miði kann að vera hagkvæmt að hefja þræðingar hér.

Hvaða læknisverk getið þið leyst hér á hjartasviði?

Allar hefðbundnar hjartalækningar eru stundaðar hér nema þræðingar og hjartaskurðaðgerðir. Við höfum góða aðstöðu til að taka á móti, greina og meðhöndla bráða hjartasjúkdóma svo sem kransæðastíflu, óstöðugan kransæðasjúkdóm og hjartabilun ásamt alvarlegum hjartsláttartruflunum. Hjartaeyningin er vel búin tækjum og fyrir tilstuðlan landssamtakanna og Félags hjartasjúklinga á Eyjafjarðarsvæðinu fengum við mjög vönduð hjartagæslutæki fyrir um fjórum árum svokallað Mida kerfi. Þetta eftirlitskerfi gerir okkur kleift að fylgjast mjög vel með sjúklingum með bráðan kransæðasjúkdóm og bregðast við ef skyndilegar breytingar verða á ástandi. Þessi búnaður hefur reynst vel og sannað gildi sitt. Á FSA er vel búin gjörgæsludeild þangað leggjast inn sjúklingar með óstöðugt ástand svo sem bráða hjartabilun eða lost ástand. Á hjartaeyningunni er góð aðstaða til að fylgjast með hjartsláttartruflunum og aðstaða hefur verið til að setja inn gangráða í sjúklinga allt frá árinu 1986 að meðaltali 12-15 gangráða á ári.

Í tengslum við lyflækningadeildina er vel búin rannsóknarstofa í lífeðlisfræði, þar sem framkvæmd er hjartalínuritun, áreynsluprófanir, hjartaómskoðanir, heilalínurit, öndunarpróf og fleira. Í lok síðasta árs efldist mjög tækjabúnaður deildarinnar, þegar Félag hjartasjúklinga á Eyjafjarðarsvæðinu færði deildinni að gjöf nýtt hjartaómskoðunartæki ásamt vinnslustöð. Hér er um afar fullkominn búnað að ræða, sem gerir deildinni t.d. kleift að varðveita allar ómrannsóknir á stafrænu formi. Einnig er mögulegt að gera vélindaómskoðanir með þessu nýja tæki. Nýlega var tekið til notkunar nýr Holter úrlestrarbúnaður til greiningar á hjartsláttartruflunum. Er þessi búnaður nettengdur við sjúkrahúsin á Ísafirði, Sauðárkróki og Húsavík. Upplýs-



Fjórðungssjúkrahúsið á Akureyri er mikil bygging sem stendur á fallegum stad.



Jón Þór Sverrisson, forstöðulæknir, og dr. Gunnar Þór Gunnarsson, yfirlæknir, standa hér við hjartaómskoðunartækið, sem Félag hjartasjúklinga á Eyjafjarðarsvæðinu hefur safnað fyrir og gaf spítalanum.

ingar úr upptökutækjum á þessum stöðum eru síðan sendar um netið til FSA og greindar þar. Þetta fyrirkomulag á Holter rannsóknum hefur reynst vel.

Hverjar eru helstu skýringar á fækkun dauðsfalla af völdum kransæðasjúkdóma?

Skýringar eru margar. Þekking á eðli kransæðasjúkdóma og orsökum þeirra hefur fleygt fram. Breytingar hafa orðið á lifnaðarháttum, dregið hefur úr reykingum og fituneysla minnkað og betra lag hefur verið á blóðþrýstingsmeðferð, þá hafa orðið miklar framfarir í lyfjameðferð og til hafa komið ný áhrifamikil lyf sérstaklega kólesteróllækkandi lyfin. Sjúkdómurinn greinist fyrr og fleiri njóta góðs af kransæðavíkkunum og kransæðaaðgerðum.

Eru nægilega mörg pláss á legudeild?

Á lyflækningadeild eru 23 rúm síðan eru 9 rúm á 5-daga rannsóknardeild. Meira en 90% af innlögnum á lyflækningadeild eru bráðainnlagnir. Oft er mjög þröngt á deildinni og vissulega væri brynt að auka rýmið til að bæta enn aðstöðu sjúklinga.

Er nóg að hafa hér tvo hjartalækna?

Eins og starfsemin er í dag, hins vegar ef aukning verður á starfsemi t.d. ef byrjað verður á hjartaþræðingum, yrði að bæta við hjartalækni.

Hvað gerist á næstu árum?

Með bættri meðferð þá lifa menn lengur

með kransæðasjúkdóm og þá fara að koma fram einkenni langvinnis hjartasjúkdóms með hjartabilun og öðrum einkennum sem leiða til endurtekinnna innlagna. Þá er vert að benda á að með hækkandi aldri fólks er að verða aukning í lokusjúkdómum og þá sérstaklega ósæðarlokuþrengslum. Talsverður fjöldi sjúklinga er á Norðurlandi með ósæðarlokuþrengsli, sem við fylgjum eftir. Þegar þessi þrengsli hafa náð ákveðnu marki, þarf að gera lokuaðgerð og hefur þessum aðgerðum fjölgað.

Ég sá einhvers staðar að þið höfðuð gert samstarfssamning við Háskóla Íslands?

Það er rétt, hingað til hafa ekki verið formleg tengsl á milli þessara stofnana, þó hafa læknar á fyrri árum námsins komið hér til verklegs náms. Væntanlega verða nú stofnaðar kennslustöður með formlegum hætti og fleiri læknar koma til verklegs náms hér á FSA, hér eru miklir möguleikar til kennslu og mun þetta samstarf efla starfsemi FSA. FSA er þegar háskólasjúkrahús í tengslum við Háskólann á Akureyri og nemandi í hjúkrunarfræðum, sem stunda nám við Háskólann, fá allt sitt verklega nám hér á sjúkrahúsinu og læknar og hjúkrunarfólk hér stundar kennslu við Háskólann á Akureyri.

Þetta er stór og öflugur spítali á okkar mælikvarða?

Já, spítalinn hefur stækkað jafnt og þétt og þjónustan aukist. Hér er sérgreinaþjón-

usta á mörgum sviðum innan lyflækninga, þá er handlækningadeild, bæklunarlækningadeild, geðdeild, barnadeild, fæðingar- og kvensjúkdómadeild, augndeild og háls-, nef- og eyrnadeild. Þá eru vel útbúnar stoðdeildir svo sem röntgendeild, þar sem eru m.a. tölvusneiðmyndatæki og segulómtæki væntanlegt. Þá er meinafræðideild og öflug blóðrannsóknarstofa.

Eruð þið komin yfir erfðasta hjallann vegna stækkunar spítalans?

Það er komin góð skipan á deildir sjúkrahússins, sjúkrahúsið er hins vegar í stöðugri þróun og við munum leitast við að auka og bæta starfsemi og þjónustu sjúkrahússins. S.J.



HJARTASJÚKDÓMAFÉLAG
ÍSLENSKRA LÆKNA
ICELANDIC CARDIAC SOCIETY

Hjartanu verður að forða frá allri ofraun



Jón Kristjánsson læknir, fæddur á Breiðabólstað í Vesturhópi 1881 og látinn 1937 varð stúdent 1904. Hann hóf læknisnám hér heima en sigldi til Kaupmannahafnar til að nema sjúkrannudd og tók próf í sjúkrannuddi og sjúkraleikfimi. Hann lauk síðan læknánámi við Háskóla Íslands árið 1914.

Insufficiencia cordis relativa chronica.

Útdráttur úr fyrirlestri í Læknafélagi Rvíkur 11. okt. 1915.

Eg hygg, að insuff. cordis relativa chron. sé nokkuð tíðari heldur en alment er álitid, einkanlega mun henni ekki vera veitt nægileg eftirtekt, þegar hún er á lágu stigi, þótt þá sé ef til vill helst hægt eithvað að gera við henni. Það eru líka mjög mismunandi kröfur, sem menn gera til þreks hjartans. Afraunamaðurinn er kröfuharðari en t. d. skrifari. Með öðrum orðum, til þess að cor. geti kallast sufficiens, verður starfspor þess að svara til þeirrar áreynslu, sem hver maður leggur á sig. Það verður að hafa nægvan vara-kaft. Þoli nú hjartað ekki þá áreynslu, sem annars er sambodinn líkamsvexti og þreki, þá er um insufficiencia relat. að ræða, sé ekki svo langt komid, að komin sé insufficiencia absoluta.

Orsakirnar geta verið margar. Í fyrsta lagi allt, sem veikla líkama ann firleitt, t. d. chroniskir infektions-sjúkdómar, hvort semeir eru í lungum eða meltingarfærum, langar legur og snöggur holdamissir. Ennfremur langvarandi áreynsla fyrir hjartað eins og á feitu fólki, þar þarf það að deila blóðinu um miklu stærra svæði á jafnlöngum tíma og hjá öðrum, en þvermál aorta er hið sama.

Abusus alcoholi. Allir kannast við þýzku „þjórhjörtun“ (—þau hjurtum við nú vist ekki að óttast hér eftir —). Í þýzku öli er svo litid áfengi, að það getur naumast komid til mála, að það sé áfengið, sem valdi því, hve insufficiencia er tíð hjá ölþöglunum, heldur er það vökvanaagnid. Enda mun það vera það en ekki áfengið, að minsta kosti ekki eingöngu og líklega að mjög litlu leyti, sem hefir þessi skaðlegu áhrif á hjartað. „Snapsa“-mennirnir verða betur úti heldur en öldrykkjumenn og Whisky- og söda-þambarar. Jeg veitti því líka glögga eftirtekt í vetur er leid á hjartasjúkdómadeildinni í Finsens Institútt, að flestir, sem löggæst þar með insufficiencia cord., og höfðu áður haft einhvern nýrnakvilla, t. d. sand eða þess háttar, höfðu drukkið mikid vatn.

Hjarta og æðar eru mjög næm fyrir öllu tauga irritamenta og psýchískum áhrifum og leidir af þeim mikid hjartaerfiði. Excess. sexual. eru skadlegir.

Stundum geta sjúkdómar, annað hvort í sjálfu hjartanu eða annarstaðar, valdið því, að meir verður krafist af hjartanu eftir en áður. Þar til má nefna endocarditis, myocarditis hvort heldur acuta eða chronica, obliteratio pericardii (afleiðing af pericarditis), sem hindrar hreyfingar hjartans og gerir því öðrugra fyrir. arteriosclerosis, sérstakl. í art. coronariae, því þær eiga að sjá hjartanu fyrir súrefni, og þegar þær þrengjast teygjan þverr, þá veldur það ischæmia relativa í hjartanu, — en svo er álitid (Mackenzie), að sclerosis í splanchnicusvæðinu sé hættulegri þoli hjartans, heldur en sclerosis art. pericardii.

Þá kemur atríði, sem ef til vill er allra algengust orsök, að minsta kosti á far þýðingarmikil. Það eru nýrnakvillar, sérstakl. nephritis chronica. Það er álitid, að við nephritis chron. interstitialis, sé ætíð hækkadur blóðþrýstingur og oft er hann það eina symtom, sem finst, því að eggjahvita er ekki nærri alt af í þvagini. Sumir fara svo langt, t. d. prof. Hoffmann í Düsseldorf að segja, að þegar maximal blóðþrýstingur sé meira en 160—165 m. m. og ekki er um arteriosclerosis að ræða (en um það getur oft verið erfiitt að segja, því arteriosclerosis í splanchnicusvæðinu veldur miklu frekar auknum blóðþrýstingi, heldur en sclerosis art. perifer.), þá sé áreiðanlega um nephritis chron. að ræða. Afleiðingin af þessum aukna blóðþrýstingi er hypertrophia ventr. sin. og oft alls hjartans.

Þegar ritstjóri var að grúska í eldri heimildum um hjartalækningar rakst hann á grein í Læknablaðinu árið 1915 er fjallaði um fyrirlestur Jóns um hjartalækningar. Þetta er á margan hátt forvitnileg lesning, en afar erfið til endursagnar svo við bregðum á það ráð hér að ljósmynda textann og birtum hann hér í heild. Við ljósmyndunina minnkar letrið örlítið.

Litklega er þetta fyrsta vísindalega greinin um hjartveiki sem birst hefur hér á landi.

Allt sem hindrar lungnahringrásina, svo sem adherentia pleurae, emphysema pulm. og bronchitis chron. o. s. frv., auka á vinnu ventr. dextr. Alt þetta getur valdið insufficiencia cord. relativa chronica. Að sjálfsgöðu kemur hún fyr í ljós, þegar margt af þessu fer saman t. d. nýrnasjúkdómar, oflita og arteriosclerosis. sem oft fara saman.

Einkenni. Oft koma einkennin svo óglögt í ljós, eru svo litliljörleg, að litid verður bygt á hverju einstöku fyrir sig, en er mörg koma saman, vega þau meira, og er þó stundum erfiitt að draga skýra ályktun af þessu. Ástand sjúkl. getur verið það bærilegt enda ótt honum líði ekki allskostar vel, og hann kannske gengur til vinnu sinnar án þess að verða mikid um það, en svo, venjulega um nótt, upp úr svefni, fær hann svo til-tölulega þungt kast af angina pectoris, eða ef minna kveður að, asthma cardiacum, sem sýnir, að cor. er insufficiens. Það er því áriðandi, þegar sjúkl. koma með sínar fyrstu kvartanir, þótt ekki sé mikid úr þeim gert, að vera á varðbergi. Varhugavert er að skella skuldinni á taugakerfið, sérstaklega sé sjúkl. kominn nokkuð til aldrs, um 40 ára eða þar yfir.

Einkenni þau, er sjúkl. sjálfir verða varir við (subjectiv) stafa bæði frá hjartanu og öðrum líffærum. Þeir finna þannig sársauka, þrýsting og margvísleg óþægindi í reg. cordia, sem þeir eiga erfiitt með að lýsa. Oftast er þrautin yfir apex, stundum yfir basis, leggur alla-jafna út í v. handlegg og einkennilegt er það, að ónotin (paræsjesjúr) leggja oft út í litlafingur og baugingur. Vita menn ógerla orsök þessa. Oft er hjartsláttur, en hvergi nærri alt af, og meira að segja svo sjaldan ef um hjartabilun (organsjúkd.) er að ræða, að margir sérfræðingar telja að hann sýni að sjúkd. stafi frá taugakerfinu. — Mæði er mjög algeng og ætíð ef hjartað er bilad (org. misfellur). Hún kemur í ljós jafnvel við litla áreynslu, að ganga upp stiga, léttar leikfimisæfingar o. s. frv. og vekur ætíð grun um insuff. Sjúkl. verða andstöttir, ef þeir tala nokkuð í sambengi, og má reyna það með því að láta þá telja vissa tölu án þess að draga andann.

Objectiv einkenni: Til þessa flokks má telja mæði, því hún sést glögt og nánar má athuga hana með því að láta sjúkl. reyna á sig, telja í striklotu o. sfrv. Blámi í andliti, stundum á höndum og fingurgómum, stundum að eins á vörum. Bláinn ágerist við áreynslu. Kuldatilfinning fylgir honum oft vegna blóðteppunnar (stasis). Venjul. finnast merki blóðteppunnar í innri líffærum t. d. blóðteppuli fur, ef veruleg bröð eru að insuff. chron., oft er það þá v. lifrablad, sem þrútnar fyrst. Sje þrýst á það, kemur sársauki eða ónotatilfinning. Frá maga og görnum stafa ýms einkenni: eymsli í hjartagróf við þrýsting, sýra getur minkad í maga eða jafnvel horfid. Blóðteppan truflar starfsemi garnanna, veldur hægðatregðu eða niðurgangi, er straumurinn teppist í portæðasvæðinu. Feitir menn hríðhorast stundum líkt og við krabbamein. Þvagið er stundum dökkt, gruggað, eðlisþyngdin mikil (1030—1040). Í lungum er oft kvef, sérstakl. neðan til, hrákinna seigur, blóðblandinn (stasisbronch.).

Við rannsókn hjartans finnast ýms einkenni, en oft er hjartað fylfilega sufficiens, þó lokur séu skemdar, og verður því ekki mikid bygt á óhljóðum. Lega, stærð og lögum hjartans er oft algerlega eðlileg, t. d. við sclerosis. art. coronar. og myokard. chron. Oftast finst þó alt hjartað stækkað, Actio cordis getur verið eðlileg, þó oft sé pulsus irregular. perpet. við myocard. chron.

Við hlustun heyrast allajafna ekki neitt afbrigðilegt. Þó eru hjartahljóðin veikari en vera skal við sclerosis. coronar. og myocard. chron. Einstöku sinnum er í hljóð dálitid óhreint sökum ófullkomins samdráttar.

Sjúkdómsgreiningin er auðveld þegar einkenni eru mörg og glögg, erfið ef þau eru fá og koma litu í ljós. Það er ekki nóg að hlusta hjartað og gæta hvort það sé stækkað, þó margir læknar láti sér mægja þetta. Til ess að finna insuff. relat. er þetta algerlega ófullnægjandi, því óit finst ekkert afbrigðil. við sjálf hjartað. Öll einkenni verður að athuga og safna sem flestum saman til þess að greiða úr vandanum, spyrja vel um gang veikinnar, og blóðþrýstinginn verður að mæla. Kvartanir sjúkl. eru oft svo, að næst liggur að kenna „taugunum“ um, jafnvel þó skoðun hafi verið alnákvæm. Sjúkl. er t. d. feitur og kvartar yfir mæði, sem bagi hann talsvert, segist vera magnlaus, liða illa og hafa engan þrótt og kjark til vinnu. Sjúkdómslýsingin og nákvæm skoðun gefur litlar upplýsingar, og liggur því nærri að telja að þetta stafi frá taugunum. Sé nú blóðþrýstingurinn mældur, kemur manni það á óvænt, að hæsti blóðþrýstingur er um 190. Þetta breytir málinu og manni dectur strax í hug nephr. chron. interstitialis samfara degnerat. myocardíi, þótt engin eggjahvita finnist í þvagini og sjúkl. viti ekki um að hann hafi nokkru sinni haft eggjahv. í þvagi.

Meðferð. Fyrst og fremst er að hugsa um að insuff. verði ekki absoluta. Stafi hjartanu hætta af sjúkleik annara líffæra, þá er að lækna þau, ef þess er kostur. Hjartanu verður að forða frá allri ofraun, hvort sem hún stafar af sjúkd., líkaml. eða andl. erfið, óþófi í hat eða drykk, tóbaki, kaffi, geðshræringum eða exs. sexual. Hjartað verður að fá hvíld. Specífik hjartamedól koma ekki að miklum notum. Þó nota margir í viðlögum inf. fol. dígit 1—280, nota það þá venjulega stöðugt í langan tíma. en hafa gát á eitrunareinkennum. Að öðru leyti er notuð fysiotherapi. Sjúkl. er fyrst látinn liggja í rúminu nokkrar vikur, síðan notuð kolsýruböð, rafmagn, ljóslækning, sjúkraleikfimi eða nudd. Áreynslan er smám saman aukin eftir þóli hvers sjúklings.

JÓN KRISTJANSSON.

GOTT AÐ VITA

Um 600 einstaklingar fá heilablóðfall árlega. Meðalaldur þeirra er tæp 70 ár og er þorri sjúklinganna eldri en 65 ára. Heilablóðfall er þriðja algengasta dánarorsökin hérlandis.

Háþrýstingur er aðaláhættuþáttur heilablóðfalls.

Mælt er með reglubundnu lækniseftirliti þegar um háþrýsting er að ræða.

Dánartíðni vegna heilablóðfalla hefur farið verulega lækkandi á síðustu áratugum og má að hluta til þakka það bættu meðferð við háþrýstingi.

(Heimild Hjartavernd: Heilablóðfall, háþrýstingur... hvað er til ráða?).

Kransæðasjúkdómar voru nánast óþekktir hér á landi fyrir en eftir síðari heimsstyrjöldina. Kransæðasjúkdómar orsökuðu um 50% allra dauðsfalla á Íslandi um 1960–70, en nú er hlutfallið um 30–33%.

(Heimild Hjartavernd)

„Orðið vitni að mörgu kraftaverkinu...“



Séra Jón Baldvinsson.

Séra Jón Baldvinsson dvaldi í London um árabíl til að aðstoða íslenska sjúklinga er leituðu þangað til lækninga. Í viðtali við Mbl. árið 1991 segir hann m.a.:

„Það er í ýmsu að snúast fyrir íslenska prestinn. Hann skipuleggur komu íslensku sjúklinganna til borgarinnar, sér um að koma þeim á sjúkrahúsið er út er komið og aðstandendum þeirra á sinn íverustað, annast milligöngu á milli íslensku læknanna og sjúklinganna, semur við hin ýmsu sjúkrahús fyrir hönd Tryggingastofnunar, túlkar fyrir sjúklingana ef þess þarf, og reynir að heimsækja þá eins oft og mögulegt er. Þegar mest var árið 1984 þá komu 230 sjúklingar í aðgerðir hingað til London á því eina ári. Eins og gefur að skilja þá gat ég engan veginn sinnt öllum þeim sjúklingum og því urðu því miður margir þeirra útundan,“ sagði Jón.

Þegar dró úr hjartaaðgerðunum komu mun veikari sjúklingar til London, „en tækninni fleygir fram“, segir Jón, „og maður hefur orðið vitni að mörgu kraftaverkinu er fárveikt fólk hefur náð heilsu á nýjan leik. Sjúkrahúsin hér í London eru flest

nokkuð sérhæfð og þar sem flestir fóru áður á Brompton sjúkrahúsið vegna hjartaaðgerða og auðvelt var að ná til þeirra í sömu ferð, eru sjúklingarnir um þessar mundir meira dreifðir um alla borgina. Þegar ég fer t.d. á Herfield sjúkrahúsið, þar sem hjarta- og lungnaþegarnir hafa dvalið, er það nánast dagsferð...“

GOTT AÐ VITA

Offita vegur þungt sem áhættuþáttur hjá kransæðasjúklingum. 3 af hverjum 4 sjúklingum sem eru með fullorðins-sykursýki eru of feitir samkv. gögnum Hjartaverndar.

Dagleg hreyfing auðveldar okkur að halda þyngdinni í skefjum. Ekki er mælt með megrunarkúrum heldur breyttum lífsstíl.

(Heimild Hjartavernd: Offita, taktu hana alvarlega).

Meðal ævilengd árið 2003

Konur:

1. Japan	84,4
2. Frakkland	82,4
3. Hong Kong	82,4
4. Svíþjóð	82,2
5. Sviss	82,1
6. Spánn	82,0
7. Ástralía	81,8
8. Ítalía	81,7
9. Ísland	81,5
10. Kanada	81,5

Karlmenn:

1. Japan	77,4
2. Svíþjóð	77,2
3. Hong Kong	76,9
4. Ísland	76,9
5. Ísrael	76,7
6. Ástralía	76,1
7. Kanada	76,0
8. Kýpur	75,8
9. Sviss	75,7
10. Grikkland	75,6

Heimild: Politiken. Danir eru mjög aftarlega í þessum samanburði, í 31. sæti hjá konum og 32. sæti hjá körlum.

„Ef mitt hjarta yngist brátt..“



Ólafur Runólfsson, Kópavogsbraut 1b í Kópavogi er hagröðingur góður eins og lesendur Velferðar þekkja. Ólafur sem er 74 ára var lengi bílstjóri hjá Strætisvögnum Reykjavíkur. 67 ára gamall fékk hann kransæðastíflu sem leiddi til hjartaskurðaðgerðar vorið 1996.

Ólafur orti langan og skemmtilegan brag um þessa lífsreynslu sína og birtist bragurinn hér í allmikið styttri útgáfu með leyfi höfundar. Við grípum niður í bragnum þar sem verið er að undirbúa Ólaf fyrir skurðaðgerðina, hann er búinn að fara í skoðun og framundan er snyrting.

Fyrst fór ég í skoðun en síðan snyrtingu.

Á lágum bekk ég liggja má ljúf, mér kona situr hjá. Af mér rakar öll mín strá allt frá höku að stórutá

Næmar hendur natin kona nettur fingur um mig strauk. Endilega vil ég vona að vaxi aftur það sem fauk.

Um lækinn.

Eru verk þess öðlings manns alveg frábær það er víst. Mitt set líf í hendur hans hans ég snilli ei fæ lýst.

Ég tók svefnlyf um kvöldið og kæruleysislyf morguninn eftir, síðan var mér sagt, að vegna þrengsla á gjörgæslu ætti ég að fara heim og koma aftur eftir viku.

Næturlangt ég náði að fasta nú var meðal tekið inn. Fínni dvöl ég frá mér kasta að fara héðan þetta sinn.

Búið að klippa og baða mann bolla af hlandi taka. Fréttist þá um frestinn þann að frjáls er leið til baka.

Undir dópi orðinn var eftir lyfja-tökurnar. Framkvæmd mátti fresta þar fullur beið ég heimferðar.

Viku síðar mætti ég aftur á spítalann og fór í gegnum sama hreinsunareld þá um kvöldið, eins og í fyrra sinnið. Einnig fastaði ég og tók lyfin.

Návist einnar nú ég finn næstum hvert er horfið strá. Er nú rakað annað sinn alveg niður að stórutá.

Morguninn eftir var mér tjáð að enn væru þrengsla á gjörgæslu.

Aðgerð verður ekki flýtt ösin burtu víkur. Kristinn gefur handtak hlýtt hann er skilningsríkur.

Nú fékk ég það sem kallað er spennufall.

Með höfuðverk og hnút í maga hrískaðist sviði um kroppinn minn. Framkvæmd sem átti flest að laga frestað var nú í annað sinn.

Áfram lalla lífsins brautir lúinn oft ég verð. Tárin burtu taka þrautir til þess eru gerð.

Ég sagðist ekki vera tilbúinn að fara heim strax, svo ég var beðinn að vera rólegur og jafna mig áður ég færi, sem ég reyndi að gera, enda var snúist í kringum mig.

Yfir manni vel er vakað ég veit að þetta líður frá. Ef ég gæti aðeins slakað úr mér spennan hyrfi þá.

Ef mitt hjarta yngist brátt óskir margar rætast. Þegar ég fæ meiri mátt mun ég aftur kætast.

Von er mín að verði svo vorsins kraft ég megi finna. Og að áratugi tvo takist mér að endurvinnna.

Ég var kallaður inn á spítalann í 3. sinn og fékk sama undirbúning og áður.

Er að verða aumt mitt skinn alltaf virðist gengið nær. Þegar nú í þriðja sinn þennan rakstur maður fær.

Ég gat ekki sofnað – þrátt fyrir svefnlyfin um kvöldið, svo ég hringdi um miðnætti á vaktina, sem brá skjótt við og gaf mér viðbótarskammt af svefnlyfjum.

Tvöfalt magn ég tók af lyfjum til að sofna þetta kvöld. Atburð dagsins ef við kryfjum er í huga staðreynd köld.

Vakinn svo af værum blundi verkið allt var búið, – strax. Og ég reyndar ekkert mundi eftir morgni skurðardags.... (ég man ekkert ennþá)

Að þæla í slíku trútt það tefði og talsvert litlu hefði breytt. Og ég reyndar aldrei hefði aðstoð neina getað veitt.

Nú var ég kominn á gjörgæslu.

Núna bara bíð og vona bein og annað gróa má. Nálægt mér er natin kona nánast aldrei víkur frá.

Þú ert einlæg öðrum fremur af þér jafnan ljómi skín. Alltaf þegar Ingunn kemur yllinn leggur strax til mín.

Ég var með óreglulegan hjartslátt.

Ef konur mér í hendi halda og hlýtt þær strjúka mér um kinn. Hjarta-slætti hröðum valda hrifningu ég af þeim finn.

Hreinlætið er öllu ofar eftir þessu taka má. Mikla natni maður lofar meðan syki bægt er frá.

Fæti sundur fletta mátti fínar æðar hér. Varahluti væna átti vel nú kom það sér.

Víst þó fái verk og sting ég veit það stendur allt til bóta. Læknafólki lof ég syng langrar ævi mun ég njóta.

Mér voru gefnir 5 pokar af blóði.

Engan kraft hef í það trimm ekki neitt um þetta ræðum. Af letiblóði belgi fimm burðast núna með í æðum.

Síðan hef ég verið blóðlatur.

Manni hjúkRAR meyja fín mörg er natin baugalín. Blysið lífsins bjartar skín bráðum kemst ég heim til mín.



Svartdökkt súkkulaði er

*munúðarfull
upplifun*

fyrir þá sem vilja kröftugan súkkulaðikeim með mikilli bragðfyllingu.
Það er jafngott til átu sem í dýrindis súkkulaðirétti og til matargerðar.


NÓI SÍRÍUS

Hvað er þér efst í huga á þessum tímamótum?



Þorbjörn Árnason, varaformaður LHS:

Það sem mér er efst í huga á þessum tímamótum er það hversu samtökin hafa staðið sig í raun vel á þessum 20 árum sem liðin eru frá stofnun þeirra. Þá meina ég bæði innvið, þ.e. reynt að gæta hagsmuna félagsmanna, félagslega og peningalega og einnig útvíð með því að gefa stórgjafir til bættrar meðferðar skjólstæðinga sinna. Næstu verkefni samtakanna hljóta að verða að gera sig ennþá sýnilegri útvíð en verið hefur og eiga í því sambandi samstarf við sem flesta aðila sem samleið eiga með okkur. Á ég þar bæði við opinbera aðila eins og heilbrigðisráðuneytið, landlækni og ekki síður einkaaðila eins og lyfjaframleiðendur og innflytjendur. Það er mikið verk að vinna.



Ásgeir P. Árnason, framkvæmdastjóri LHS:

Mér er hugsað til þess dags er ég kom á skrifstofu samtakanna sem hjartasjúklingur og hve vel mér var tekið af Halli og Sigurveigu. Ferðunum á skrifstofuna fjölgaði og þar kynntist ég fjölda af góðu fólki eins og

Sigurði heitnum Helgasyni og Ingólfi Viktorsyni sem alltaf kom mér til að brosa. Þá kom mér ekki til hugar að ég ætti eftir að verða starfsmaður samtakanna. Mér fannst mikill heiður að vera kosinn í stjórn Reykjavíkurfélagsins og svo síðar framkvæmdastjóri. Það eru forréttindi að fá að vinna fyrir samtökin.

Mér finnst samtökin vera að vaxa úr fremur hljóðlátum félagsskap í öflug sjúklingasamtök.

Samtökin mættu verða sterkari málsvari sjúklinga hvað snertir lyfjaverð og oftast mætti mótmæla álögum á sjúklinga en gert hefur verið.



Jón Þór Jóhannsson fyrrum formaður Félags hjartasjúklinga á Reykjavíkursvæðinu:

Ég kom fyrst til starfa innan Landssamtaka hjartasjúklinga þegar að ég var kosinn fyrsti formaður Félags hjartasjúklinga á Reykjavíkursvæðinu í september 1990. Strax þar á eftir var ég kosinn í stjórn Landssamtakanna og starfaði á báðum þessum vígstöðvum um langt skeið. Starf okkar sem völdust til forystu í þessum samtökum var fjölþætt og krefjandi.

Mér er efst í huga á þessum tímamótum hvað allir sem voru í þessum stjórnunarstörfum voru samtaka um að koma stefnumálum samtakanna á framfæri og sá ótrúlegi árangur sem náðist á skömmum tíma. Störfín á þessum vettvangi voru því bæði ánægjuleg og árangursrík. Það var ekki verið að víla fyrir sér þó að þyrfti að taka til hendinni við undirbúning á merkja- og jólakortasölu og var ótrúlegt hvað margir lögðu mikið á sig í þeim störfum. Þá er innganga LHS í SÍBS og störf í samvinnu við þau samtök merkur áfangi sem vert er

að minnst, það samstarf hefur skilað verulegum árangri til til hagsbóta fyrir félagana.

Árangurinn af starfi LHS í tuttugu ár birtist okkur nú í tæknivæðingu hjartaskurðeildar Landspítalans að ógleymdum fjárhagslegum stuðningi við félagsdeildirnar og tengdar stofnanir.

Ég óska LHS til hamingju með afmælið og áframhaldandi góðs gengis um ókomin ár.



Haraldur Steinþórsson, fyrrum framkvæmdastjóri BSRB:

Mér finnast þrír áfangar merkastir. Í fyrsta lagi þegar við breyttum félaginu í Landssamtök hjartasjúklinga og stofnuðum deildir í öllum kjördæmum landsins. Í öðru lagi þegar við gengum í SÍBS og í þriðja lagi þegar við stofnuðum fyrstu HL stöðina hér í Reykjavík.

Framtíðarsýn mín er sú að mynduð verði regnhlífasamtök sjúklingasamtaka og vísirinn að þessu og raunar meira en vísir er þegar kominn að Reykjalundi.



Sólrún Óskarsdóttir, framkvæmdastjóri HL stöðvarinnar:

Mér er efst í huga hvað ég hef kynnst mörgu af skemmtilegu og kraftmiklu fólki í samtökunum og hvað það hefur sýnt HL stöðinni mikinn stórhug og stuðning.

Ég vona að í nánustu framtíð geti félagsmenn farið að einbeita sér meir að endurhæfingu í stað viðgerða.



Athyglisverðar tölur frá Landspítalanum

Hjartaþræðingar

hafa verið hátt í 1200 á ári sl. fjögur ár og verið framkvæmdar bæði á Landspítalanum og Borgarspítalanum. Í fyrra voru hjartaþræðingar 1396 talsins.

Hjartaaðgerðir

voru 231 talsins, þar af voru um 180 aðgerðir vegna kransæðasjúkdóma

Stoðnet

Voru sett í í 395 sjúklinga árið 2001.

Kransæðavíkkanir

voru um eitt hundrað talsins árið 1990, en voru orðnar rúmlega 500 árið 2001. Í fyrra voru framkvæmdar 568 kransæðavíkkanir og lauk aðgerð í 83,5% tilfella með stoðnetsísetningu.

Gangráðsigræðslur

voru 134 í fyrra og gangráðsmælingar 1585. Þá voru hjargráðsigræðslur (nýtt orð yfir raflostgangráða) 12, en 19 árið áður.

Biðlistinn

Í septemberlok biðu um 130 manns eftir hjartaþræðingu, en örfáir eftir kransæðavíkkun. Fjöldi sjúklinga á biðlistum er meiri yfir hásumarið og stefnir senn í „eðlilega“ langan biðlista í hjartaþræðingu.

Bráðamóttaka

Komur sjúklinga með hjartaverki á bráðamóttöku voru 2138 árið 2001, en fjölgaði mikið vegna sameiningu spítalanna og voru 4318 í fyrra. Nú eiga allir þeir sem vilja láta skoða sig að koma á bráðamóttöku Landspítalans við Hringbraut.



Á efri myndinni eru þátttakendur í hjartagöngu, en á neðri mynd eru laugardagsgöngumenn í Reykjavík.

Minning:

Sigurður Helgason



Gaf rúmlega 12.5 milljónir

Landssamtök hjartasjúklinga hafa nokkrum sinnum fengið gjafir frá einstaklingum sem minnstust samtakanna í erfðaskrá sýnum. Langstærsta gjöfin sem samtökin hafa fengið var í minningu Hjálmars Guðmundssonar kennara sem lést árið 1995. Hann arfleiddi samtökin að kr. 12.626.650. Hjálmar var lengi félagsmaður í samtökunum.

Sigurður Helgason, fyrrum sýslumaður, var formaður Landssamtaka hjartasjúklinga frá árinu 1990 til 1996 og var aðeins 66 ára er hann féll frá. Sigurður varð mörgum harmdauði því hann var þrýðilega menntaður mannkostamaður sem kom víða við á ferli sínum. Hann var sæmdur íslensku fálkaorðunni fyrir störf sín að félagsmálum.

Í minningargrein skrifaði Gísli J. Eyland að Sigurður hefði haft mjög gott lag á að virkja félagsmenn til starfa og hafi hann lært mikið af honum.

Ingólfur Viktorsson skrifaði að Sigurður hefði verið fönngulegur maður með óvenju hjart og fagurt yfirbragð. Það geislaði af honum góðvildin enda átti hann fjölda vina.

Haukur Þórðarson, formaður SÍBS, skrifaði að Sigurður hefði þekkt hjartasjúkdóma af eigin raun og fáir þekktu betur en hann aðstæður hjartasjúklinga hér á landi og atvik öll tengd þeim. En Sigurður þekkti líka vel til SÍBS. Hann ólst upp á Vífilsstöðum og var sjö ára gamall þegar SÍBS var stofnað þar árið 1938. Hann vissi því meira en gengur og gerist um berklaveikina og kynntist vel vanda berklasjúklinga.

Haraldur Steinþórsson sagði að það hefði verið mikið lán þegar Sigurður tók að sér formennsku í Landssamtökunum. Verkefni sem hann veitti forystu voru viðamikil og kröfðust þeirrar hugkvæmni og lagni, sem hann hafði tileinkað sér á löngum starfs- og embættisferli.

Eftirlifandi eiginkona Sigurðar er Gyða Stefánsdóttir og varð þeim sex barna auðið.

GOTT AÐ VITA

Með því að lækka kólesterólgildi einstaklinga með mataræði og eða lyfjum má minnka áhættuna á kransæðasjúkdómum verulega.

Rannsóknir hafa sýnt að þeir sem borða fiskmáltíð a.m.k. einu sinni til tvisvar í viku eru í helmingi minni hættu að fá kransæðasjúkdóm en hinir sem sjaldan eða aldrei borða fisk.

Heimild: Hjartavernd.





Gefðu þér tíma

Hversu oft hefur þú ekki óskað þér að þú gætir bætt svolitlum auka tíma í sólarhringinn sem þú hefur bara fyrir þig. Það væri gott að sökkva sér í góða bók, fara í göngutúr með fjölskyldunni, taka 18 holur, eða bara slaka á.

Landsbankinn býður þér 3 einfaldar leiðir til að fækka þeim stundum sem fara í daglegt stress svo þú getir gefið þér meiri tíma til að gera eitthvað sem þér finnst skemmtilegt.

Varðan

Heildarfjármálaþjónusta með þarfir þínar að leiðarljósi.

Greiðsluþjónusta

Við borgum reikningana fyrir þig.

Einkabankinn

Öll þín bankaviðskipti á netinu þegar þér hentar.



Landsbankinn

Nicotinell®

njóttu lífsins reyklaus!

Nicotinell lyfjatyggigúmmið fæst með lakkrís-, ávaxta- og mintbragði.

Dreptu í með Nicotinell!

Fæst í næsta apóteki



Nicotinell tyggigúmmi er lyf sem er notað sem hjálparefni til að hætta eða draga úr reykingum. Það inniheldur nikótín sem losnar þegar tuggið er, frásogast í munnum og dregur úr fráhrarfeinkennum þegar reykingum er hætt. Tyggja skal eitt stykki í einu, hægt og rólega til að vinna gegn reykingabörf. Skammtur er einstaklingsbundinn, en ekki má tyggja fleiri en 25 stk. á dag. Ekki er ráðlagt að nota lyfið lengur en 1 ár. Nikótín getur valdið aukaverkunum, s.s. svima, höfuðverk, ógleði, hiksta og ertingu í meltingarfærum. Sjúklingar með slæma hjarta- og æðasjúkdóma eiga ekki að nota nikótínlyf nema í samráði við lækni. Nicotinell tyggigúmmi er ekki ætlað börnum yngri en 15 ára nema í samráði við lækni. Kynnið ykkur vel leiðbeiningar sem fylgja pakkningunni. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá.