Neistinn

Fréttabréf styrktarfélags hjartveikra barna. 2. tbl. 7. árg. 2010

Efnisyfirlit

2 Efnisyfirlit og fréttir
3 Pistill formanns
3 15 ára afmælisveisla!
4 Reykjavíkurmaraþon og Rafliðar
5 Vel hepnuð hlutavelta
5 List fyrir Neistann
5 Skemmtileg heimsókn
6 Barisit fyrir Neistann
7 Bjargvætturinn del Nido
8 Tannhirða hjartveikra barna
10 Norðurlandafundur 2010
12 Óþrjótandi verkefni
14 Gaman í Danmörku
16 Ársfundur ECHDO
18 Góðgerðarbardaginn mikli
20 Góðgerðardagur í Smáralind
22 Sumarhátíð Neistans 2010

• Útgefandi: Neistinn – Styrktarfélag hjartveikra barna.
• Ritstjóri: Páll Kristinn Pálsson.
Netfang: pallkristinn@internet.is.
• Ábyrgðarmaður: Guðrún Bergmann Franzdóttir.
• Forsíðumynd: Árni Rúnarsson.
• Umbrot: hskj/Öflun.
• Prentun: Prenttækni ehf.
• Heimilisfang: Síðumúla 6, 108 Reykjavík.
Sími 552-5744, www.neistinn.is - neistinn@neistinn.is.

Fréttir

Jólaball Neistans

Okkar árlega jólaball verður að þessu sinni haldið laugardaginn 11. desember í safnaðarheimili Grensáskirkju og hefst stundvíslega klukkan 13.00. Syngjum og dönsum kringum jólatréð með Sveinka.

Jólakort Neistans

Neistinn hefur gefið út ný jólakort sem hönnuð voru af Nick Abbott, og gaf hann alla vinnu sína við kortin. Þau eru seld 10 saman í pakka sem kostar aðeins 1000 krónur. Hægt er að nálgast kortin á skrifstofu Neistans að Síðumúla 6. Einnig má hringja í síma 552-5744 eða senda okkur tölvupóst á neistinn@neistinn.is.

Dagatal Neistans 2011

Út er komið Dagatal Neistans fyrir árið 2011. Þetta er annað árið í röð sem við gefum út dagatal og aldrei að vita nema svo verði framvegis. Myndirnar tók Árni Rúnarsson og gaf hann alla vinnu sína við það. Dagatalið kostar 1500 krónur og hægt að nálgast það á skrifstofu Neistans að Síðumúla 6. Einnig má hringja í síma 552-5744 eða senda okkur tölvupóst á neistinn@neistinn.is.

Pistill formanns

Stöndum saman!

Nú sem aldrei fyrr þurfum við að standa vörð og berjast saman, en spítalar hafa lýst yfir áhyggjum vegna skorts á læknum og hjúkrunarfólki. Undir þetta taka einnig formaður læknafélagsins sem og flest góðgerðar- og líknarfélög á Íslandi eins og kom fram í yfirskrift málþings Umhyggju þann 25. október síðastliðinn: „Hver á þá að lækna mig´´(2012). Allir þessir aðilar hafa lýst yfir áhyggjum af flótta lækna úr landi og því að nýútskrifaðir sérfræðilæknar ráði sig erlendis í stað þess að snúa heim. Síðustu tvö ár hafa um 100 læknað horfið úr læknastéttinni okkar, eða um 10%, og fer ástandið ekki skánandi. Svo nú þurfa allir að starfa saman og ætla má að ráðamenn séu farnir að átta sig á alvarleika málsins, enda hefur fjöldi bréfa frá flestum líknarfélögum á Íslandi verið sendur Alþingi og heilbrigðisráðuneytinu og ef ekki fer að bóla á viðbrögðum þaðan þarf að fara í ýtarlegri aðgerðir.

En að allt öðru. Árið 2010 hefur verið viðburðarríkt hjá Neistanum, enda urðum við 15 ára þann 9. maí og héldum þessa fínu grillveislu við Barnaspítala Hringsins. Þangað mættu yfir 100 manns og gæddu sér á dýrindis pylsum og gosi, söngkonan Jóhanna Guðrún heilsaði upp á okkur ásamt Engilráði og stjórnaði meðal annars afmælissöngnum. Einnig fengum við óvænta heimsókn frá Arsenal-klúbbnum á íslandi sem gaf okkur innrammaða treyju áritaða af öllum leikmönnum úrvalsdeildarliðs Arsenal og færum við þeim klúbbfélögum hjartans þakkir fyrir.

Neistinn færði einnig í tilefni afmælisins styrktarsjóði Neistans 15 milljónir að gjöf, eða eina milljón fyrir hvert starfsár. Það kom sér heldur betur vel fyrir styrktarsjóðinn okkar, sem fór ekki varhluta af hruninu.

Á árinu héldum við einnig okkar árlegu sumarhátíð, fórum með 10 unglinga í norrænu sumarbúðirnar, héldum alþjóðlega hjartadaginn hátíðlegan með Hjartaheill, Hjartavernd og Heilaheill, fórum á Evrópuþing og héldum Norðurlandaþing.

Kæru félagsmenn, vinir og velunnarar. Hjartans þakkir fyrir síðustu 15 ár. Það eruð þið sem hafið gert okkur kleift að starfa og dafna, en nú þurfum við að standa enn betur saman og berjast fyrir bættum hag okkar allra í heilbrigðiskerfinu sem og annars staðar.

Hjartans kveðjur
Guðrún Bergmann Franzdóttir

15 ára afmælisveisla!

Reykjavíkurmaraþon og Rafliðar

Neistinn á sér marga dygga velunnara sem leggja mikið á sig til að afla fjár til stuðnings fjölskyldna barna með meðfæddan hjartagalla. Þetta kemur ekki síst fram í árlegu Reykjavíkurmaraþoni Íslandsbanka. Í ár voru skráðir hlauparar fyrir Neistann hátt í fimmtíu talsins og náðu að safna um 700 þúsund krónum.

Álverið í Straumsvík hefur hvatt starfsfólk sitt til að mynda hlaupahópa í Reykjavíkurmaraþoninu og velja sér góðgerðarfélag sem það styrkir síðan um 100 þúsund krónur. Einn hópurinn kallar sig Rafliðana og hljóp nú annað árið í röð fyrir Neistann, en á meðfylgjandi mynd má sjá þá afhenda Guðrúnu Bergmann afraksturinn. Þökkum við þeim og álverinu hjartanlega fyrir þennan stuðning og það gleður okkur að vita að mikil stemmning hefur myndast um þetta framtak innan fyrirtækisins, sem hvatt hefur fólk til aukinnar hreyfingar og líkamsþjálfunar - enda þarf gott form til að komast í mark í maraþonhlaupi.

Gott málefni þarfnast fjármagns

Neistinn er styrktarfélag hjartveikra barna og aðstandenda þeirra. Starfsemin gengur bæði út á að veita þeim félagslegan stuðning og fjárhagslega styrki eftir mætti, þar sem langvinn veikindi koma oft verulega niður á fjárhagsafkomu heimilanna.

Fjáröflun er því stór þáttur í starfi Neistans og fer fram með ýmsum hætti. En hægt er að styrkja starfið beint með framlagi á reikning okkar í Landsbankanum. Reikningsnúmerið er 0101-26-4995 og kennitala Neistans 490695-2309 .

Neistinn hefur einnig tekjur af sölu heillaskeyta og minningarkorta, sem afgreidd eru á skrifstofu Hjartaheilla í síma 552 5744.

LYFJAVER
MANNVIT
VERKFRÆÐISTOFA
OKKAR BAKARÍ
lönbúð | 210 Garðabæ | sími: 565 8070

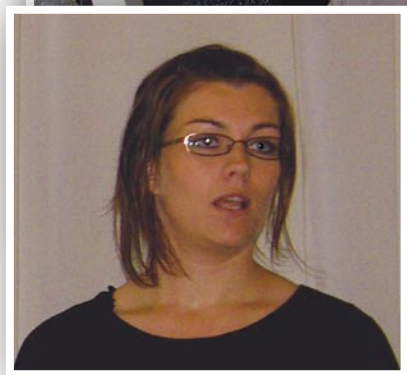
Velheppnuð hlutavelta

Þessir frábæru krakkar héldu hlutaveltu til styrktar hjartveikum börnum. Þau eru, frá vinstri: Viktor Elí Sturluson, Aron Kári Ágústsson, Elísabet Torp og Anna Thelma Stefánsdóttir, en á myndina vantar Óðinn Inga Þórarinsson. Við sendum þeim hjartans þakkir fyrir glæsilegt framtak.

List fyrir Neistann

Nýsjálenski listamaðurinn Shannon Novak styrkir góðgerðarfélög víðs vegar um heiminn með ágóða af verkum sínum, eitt félag í hverju landi. Á Íslandi átti hann samstarf við Gallerí Fold og mætti Jóhann Ágúst Hansen fulltrúi gallerísins með ágóða af sölu tveggja listaverka á skrifstofuna í Síðumúlanum og afhenti þakklátum formanni Neistans.

Skemmtileg heimsókn



Aðalfundur Hjartaheilla á Vestfjörðum var haldinn þann 5. september síðastliðinn. Á fundinn mættu góðir gestir að sunnan, en það voru stjórnarmenn úr Neistanum. Guðrún Bergmann sat með okkur aðalfund og eftir hann var kaffi og meðlæti. Síðan héldu félögin sameiginlegan fræðslufund fyrir félagsmenn sína. Fyrirlesari var Salome Elín Ingólfsdóttir næringarfræðingur, sem er búsett á Ísafirði, og fór hún yfir mikilvægi góðrar næringar og hvernig eigi að lesa utan á umbúðir matvöru.

Þokkaleg mæting var á fundina, en alltaf mættu fleiri láta sjá sig.

Með kveðju,
Jónína Eyja.

Morgunbladid

KFC
www.kfc.is

NA NORÐURÁL Century ALUMINUM

Barist fyrir Neistann

Helgina 14. – 18. október síðastlinn hélt Taekwondo-deild ÍR upp á 20 ára afmæli sitt með veglegri hátíð. Meðal atriða var góðgerðarmaraþon sem fram fór aðfararnótt laugardagsins. Þarna var barist fyrir hjartveik börn í bókstaflegum skilningi og var allur ágóðinn, hátt í 200 þúsund krónur, látinn renna til Neistans.

Hjartans þakkir ÍR-ingar!

LYFJA
- Lifið heil

KOLA PORTIÐ

Kaffi Klettur

Bjargvætturinn del Nido

Barnahjartaskurðlæknirinn dr. Pedro del Nido hefur bjargað lífi margra íslenskra barna. Hann þykir sá allra besti í sínu fagi í heiminum og hefur vinátta hans og Gunnlaugs Sigfússonar hjartalæknis orðið til þess að Íslendingar hafa haft greiðan aðgang að hans hæfu höndum.

Á haustdögum sótti dr. Del Nido ráðstefnu á Íslandi og nýttu nokkrir meðlimir Neistans tækifærið og fengu hann til að hitta nokkur þeirra barna sem hann hefur bjargað á síðustu árum. Var setið og spjallað í um klukkutíma og náðu foreldrarnir að koma á framfæri þakklæti sínu á meðan börnin léku sér grunlaus um nærveru bjargvætts þeirra.

Að lokum var Del Nido svo leystur út með gjöfum; Sjálfstæðu fólki eftir nóbelsskáldið Halldór Laxness, ásamt ljósmyndabók og dagatali Neistans.

Fríða Björk Arnardóttir

Pedro del Nido, María Dís, Fríða Björk og Gunnlaugur Sigfússon.

Hallgrímur Skúli Hafsteinsson, varaformaður Neistans, og Del Nido.

Pedro del Nido, Eiður Ingi og Sigrún Drífa.

Jón Arilus
KÖKULIST
Firðinum Hafnarfirði • S 5556655 og 6625552
Email: kokulist@internet.is • facebook.com/kokulist

Tannhirða hjartveikra barna

Helgi Hansson
barnatannlæknir

Margar ástæður eru fyrir því að hugsa ætti sérstaklega vel um tann- og munnhirðu hjartveikra barna.

Í fyrsta lagi til þess að minnka hættu á hjartaþelsbólgu hjá þeim sem eru í þeim áhættuhópi. Líklega eru bakteríur úr munnholi einna algengustu tegundirnar sem finnast í blóði þeirra sem fá hjartaþelsbólgu enda munnholinu eðlilegt að hafa sína bakteríuflóru [1]. Því ætti að gæta þess með tann- og munnhirðu að halda bakteríufjölda og bólgum þeim tengdum í lágmarki.

Í öðru lagi ætti að reyna að forðast tannaðgerðir hjá hjartabörnum eins og mögulegt er því aðstæður við slíkar aðgerðir geta verið stressandi og valdið óþarfa álagi á hjarta- og blóðrás.

Í þriðja lagi ber að forðast eins og hægt er að svæfa þurfi hjartveik börn vegan tannaðgerða.

Og í fjórða lagi er hætta á langvinnum blæðingu hjá börnum sem eru á segavarnandi (anticoagulantia) lyfjum.

En hvernig er svo reyndin?

Tannáta

Algengustu tann- og munnsjúkdómar sem herja á mannkynið eru ennþá tannáta (caries) og bólgur/ígerðir í tannholdi og tannfestu. Báða sjúkdómana er auðvelt að fyrirbyggja. Þar að auki gætu foreldrar hjartveikra barna einnig þurft að kljást við tannslit og glerungsgalla oftar en „frísk börn“ eins og ég mun koma að seinna í greininni.

Fyrst að tannátunni. Það sýnir sig við rannsóknir að tannheilsa hjartveikra barna mæld í skemmdum og viðgerðum tönnum er slakari en annarra barna [2, 3], þveröfugt við það sem hún ætti að vera. Sérstaklega er þetta sláandi fyrir yngstu kynslóðina. Hvað kemur til?

Nú vitum við í dag að tannáta er fyrst og síðast lífsstílssjúkdómur. Við höfum fyrir löngu kvatt söguna um „lélegu tennurnar í þessari fjölskyldu“ því hinir líffræðilegu þættir sem ákvarða áhættu á tannátu (glerungurinn, munnvatn og bakteríuflóra) mælast svipaðir hjá öllum þorra fólks. Þó getur verið munur á bakteríflóru barna því barnið virðist „erfa“ flóru þess sem hefur mest með barnið að gera milli eins og þriggja ára. Það gæti verið móðir, faðir, amma, afi eða barnfóstra. Ef sá einstaklingur er með tannátu í munninum, fær barnið „munnnátuflóru“ með eðlilegu flórunni sem ekki er besta vöggugjöfin varðandi tannskemmdir.

Aðalatriðið er hins vegar að lang stærsti munurinn á þeim sem fá tannskemmdir og hinum, virðist liggja í munnhirðu (burstun, flúor og tannþráðarnokun) og mataræði. Þar liggja gjarnan lyklarnir að bættri tann- og munnheilsu. Gamli góði tannburstinn. Tannþráður á milli jaxla frá 3-4 ára aldri. Flúor oft í litlu magni og takmarka sætindi á milli mála. Í þeim efnum verður að minna á að það er fleira sætindi en nammi. Sérstaklega er okkur tannlæknum illa við klístrug sætindi eða sætindi blönduð við sterkju þannig að grauturinn sitji lengi í tönnunum. Hlutir eins og sæt morgunkorn, ABT með súkkulaðikúlum, sætt álegg á brauð og sætt kex eru eitur í okkar beinum (og tönnum).

Að einu leyti er þó einn hópur barna með hjartagalla í sérstakri áhættu varðandi tannskemmdir. Það er sá hópur sem tekur lyf sem veldur minnkandi munnvatnsflæði [4]. Minnkað munnvatnsflæði er einn algengasti áhættuvaldurinn varðandi tannskemmdir.

Tannholdssjúkdómar

Tannholdssjúkdómar byrja sem sakleysislega bólguviðbrögð við tannsýkluskán í tannholdsbrún en geta á löngum tíma þróast yfir í bólgur og ígerðir í tannvef (tannfestu) með losnun tanna og tanntapi á eldri árum . Þar spila erfðir og reykingar einnig stóran þátt til viðbótar við tannhirðuna.

Sýnt hefur verið fram á tengsl tannholdssjúkdóma og ýmissa annara sjúkdóma svo sem hjartasjúkdóma [5], fyrirburafæðinga, sykursýki, sjúkdóma í öndunarfærum og beinþynningu [6]. Ekki hefur verið sýnt fram á orsakasamhengið en líkum verið leitt að því að bólguvakar vegna tannholdssýkinga geti átt þátt í að ræsa þessi vandamál [7].

Mörgu er ósvarað í þessum efnum en eitt er víst að því sem næst ómögulegt er að snúa við tannfestutapi vegna sýkinga í tannvegi. Einungis er hægt að fyrirbyggja og stöðva slíkt ferli, enda er það sjaldnast erfitt. Bestu verkfærin eru enn og aftur tannbursti og tannþráður.

Sumt getur lækkað þann þröskuld sem þarf til að fá tannholdsbólgur. Reykingar eru þegar nefndar. Hormónabreytinar á meðgöngu og á kynþroskaskeiði auka oft á bólguviðbrögð í tannholdi. Ólíklegt er þó að þessi tímabundna tannholdsbólga leiði til ígerðar í tannfestu.

Tannholdsbólga er einnig áberandi ef holdið er þurrt tímum saman vegna til dæmis munnöndunar. Það er vel þekkt hjá börnum með krónískt stíflað nef. Síðan geta almennir sjúkdómar eins og hvítblæði, alvarleg sykursýki og minnkað blóðflæði í tannholdi vegna hjartasjúkdóms, leitt til aukinnar tíðni tannholdsbólgu.

Tannslit

Tannslit er vandamál sem veldur okkur tannlæknum sífellt meiri áhyggjum. Það kemur þannig til að vegna óhóflegrar neyslu á súrum drykkjum (gos og safar), geta tennur barna og unglinga eyðst langt umfram það sem eðlilegt er og getur það leitt til mikillar eyðingar á fullorðinstönnum unglinga.

Enn og aftur er þetta spurning um mataræði og lífsstíl en

actavis
hagur í heilsu

BT

TENGI
Smiðjuvegi 76 • 200 Kópavogur
Sími: 414 1000 • Fax: 414 1001 • tengi.is

eins og með tannfestu sem tapast er ekki hægt að fá eyddan glerung tilbaka. Eina lausnin innifelur oft dýrar og óafturkræfar viðgerðir með postulíni langt um aldur fram. Þó ber að taka fram að margir þjást af tannsliti án þess að súrir drykkir komi þar nokkuð við sögu. Í þeim hópi eru tanngnístrarar og þeir sem þjást af bakflæði magasýru. Hins vegar er fyrsti hópurinn langstærstur og oft vandmeðfarnastur því erfitt er að breyta lífsstíl.

Helgi Hansson barnatannlæknir

Glerungsgallar

Glerungsgallar eru vandamál sem foreldrar hjartveikra barna gætu séð oftar en aðrir foreldrar. Sérstaklega algengasta gerð glerungsgalla, svokallaða vankölkun fyrstu fullorðinstanna (VFF).

Fyrstu fullorðinstennur eru framtennurnar og sexárajaxlarnir. Glerungsmyndun þessara tanna byrjar við fæðingu og er meira og minna í gangi fyrstu þrjú æviárin. Það hefur sýnt sig að lítið þarf til þess að trufla glerungsmyndunina á þessu ævistigi og bitnar það því helst á þessum tannhópum.

Algengustu ástæðurnar teljast í dag vera endurtekin veikindi eins og til dæmis hitavellur fyrstu tvö æviárin. Einnig geti mengun af völdum þrávirkra efna svo sem dioxína haft áhrif, sem og vandamál tengd meðgöngu og fæðingu. Í þessu tilfelli væru börn með meðfædda hjartagalla sérstaklega áhugaverður rannsóknahópur. Mörg þeirra eiga við endurtekin veikindi að stríða fyrstu æviárin en önnur ekki.

Höfundur þessarar greinar hefur áhuga á í þessu samhengi að skoða börn með meðfædda hjartagalla sem hóp á næsta ári. Því vil ég biðja ykkur að taka vel í fyrirspurn um stutta skoðun á stofu minni ef til kemur. Greining glerungsgallans tekur einungis nokkrar mínútur en einnig yrðuð þið beðin um að svara nokkrum spurningum um eðli gallans og veikindi fyrstu æviárin.

Hætta á hjartaþelsbólgu

Við tannmeðhöndlun eru sumir með hjartagalla og ígræddar hjartalokur í meiri hættu á að fá hjartaþelsbólgu vegna baktería úr munnholi.

Almennt eru foreldrar barna með hjartagalla vel upplýstir um þessa hættu [3] en allur er varinn góður og því gott að minna tannlækninn reglulega á heilsufarssöguna því hættan er alltaf til staðar við aðgerðir sem leið til blæðingar úr tannholdi.

Á móti kemur að munnholsbakteríur finnast í blóði, jafnvel við venjulega tannburstun. Leiða má líkum að því að hætta á því sé margföld hjá þeim sem hafa ríkulega með tannsýklu og þar af leiðandi tannholdsbólgur.

Ef sjúklingur er í áhættuhópi varðandi hjartaþelsbólgu eru gjarnan gefin sýklalyf fyrir tannaðgerðir. Á síðustu árum hafa fræðingar þó orðið meir og meir íhaldssamir við þessa fyrirbyggjandi sýklagjöf. Í leiðbeiningum American Heart Association (AHA) frá 2008 [8] segir í fyrsta lagi, að líklega einungis í mjög fáum tilfellum hindri sýklalyf í forvarnarskyni hjartaþelsbólgu við tannaðgerðir. Og í öðru lagi að sýklalyfjagjöf vegna tannaðgerða ætti að vera frátekin fyrir þá sem eru í mestri áhættu varðandi alvarlegar aukaverkanir af hjartaþelsbólgu.

Heimildir:

1. Nakano, K., et al., *Detection of oral bacteria in cardiovascular specimens.* Oral Microbiol Immunol, 2009. **24**(1): p. 64-8.
2. Busuttil Naudi, A., et al., *The dental health and preventative habits of cardiac patients attending the Royal Hospital for Sick Children Glasgow.* Eur Arch Paediatr Dent, 2006. 7(1): p. 23-30.
3. Balmer, R., G. Booras, and J. Parsons, *The oral health of children considered very high risk for infective endocarditis*. Int J Paediatr Dent, 2010. **20**(3): p. 173-8.
4. Rosen, L., et al., *Saliva profiles in children using heart failure medication: a pilot study.* Eur Arch Paediatr Dent, 2010. **11**(4): p. 187-91.
5. de Oliveira, C., R. Watt, and M. Hamer, *Toothbrushing, inflammation, and risk of cardiovascular disease: results from Scottish Health Survey.* BMJ, 2010. **340**: p. c2451.
6. Inaba, H. and A. Amano, *Roles of oral bacteria in cardiovascular diseases--from molecular mechanisms to clinical cases: Implication of periodontal diseases in development of systemic diseases.* J Pharmacol Sci, 2010. **113**(2): p. 103-9.
7. Seymour, G.J., et al., *Relationship between periodontal infections and systemic disease.* Clin Microbiol Infect, 2007. **13 Suppl 4**: p. 3-10.
8. Wilson, W., et al., *Prevention of infective endocarditis: guidelines from the American Heart Association: a guideline from the American Heart Association Rheumatic Fever, Endocarditis and Kawasaki Disease Committee, Council on Cardiovascular Disease in the Young, and the Council on Clinical Cardiology, Council on Cardiovascular Surgery and Anesthesia, and the Quality of Care and Outcomes Research Interdisciplinary Working Group.* J Am Dent Assoc, 2008. **139 Suppl:** p. 3S-24S.

LANDSNET

THE LINDE GROUP
AGA
www.linde-healthcare.is

MJÓLKURVÖRUR
Í SÉRFLOKKI

Norðurlandafundur 2010

Samantekt: Andri Júlíusson

Árlegur fundur systurfélaga Neistans á Norðurlöndum var haldinn í Reykjavík dagana 8. til 10. október síðastliðinn, og komu sjö erlendir fulltrúar hingað til lands. Dagskráin var með hefðbundnu sniði, þ.e. kynnt var starfsemi félaganna frá síðasta fundi, sérfræðingar héldu erindi og skipst var á hugmyndum og sameiginleg hagsmunamál reifuð.

Að þessu sinni voru þrír íslenskir sérfræðingar fengnir til að halda erindi, þeir Hróðmar Helgason barnahjartalæknir, Gunnlaugur Sigfússon barnahjartalæknir og Helgi Hansson barnatannlæknir. Erindi þeirra voru mjög fróðleg og vörpuðu ljósi á marga mikilvæga þætti í umönnun og meðferð hjartveikra barna. Stefnt er að því að fá þá til að endurtaka erindi sín á almennum félagsfundum Neistans á næstunni.

Helstu atriði úr starfi systurfélaganna voru eftirfarandi:

Finnland:

Samtökin eiga 35 ára afmæli í ár. Af því tilefni verður efnt til gala-kvöldverðar til fjáröflunar og til kynningar á starfi samtakanna. Meðal annars verður tískusýning og uppboð á fatnaðinum og rennur ágóðinn óskiptur til samtakanna. Ennfremur er áformað að fulltrúar samtakanna komi fram í nokkrum útvarpsþáttum sem tileinkaðir verða hjartveikum börnum og gefst þar gott tækifæri til að kynna málstaðinn.

Upplýst var um að á haustmánuðum opni ný gjörgæslueining á barnaspítalanum, ætluð hjartveikum börnum, og er þar með mikilvægt baráttumál finnsku samtakanna komið í höfn. Að fyrirmynd Neistans munu finnsku samtökin gefa út dagatal í ár, prýtt myndum af hjartveikum börnum. Ennfremur mun fræðsluhandbók um meðfædda hjartagalla verða endurútgefin, sem mun auðvelda foreldrum, aðstandendum og öðrum sem koma að umönnun hjartveikra barna og ungmenna aðgengi að traustum upplýsingum.

Að lokum var rætt um norrænu sumarbúðirnar sem haldnar verða í Finnlandi árið 2011. Er ljóst að þar verður vel að verki staðið og þar munu unglingarnir eiga góðar stundir.

Noregur:

Nokkrar skipulagsbreytingar hafa orðið á starfsemi norsku samtakanna á undanförnum mánuðum.

Stofnuð voru sérstök samtök fullorðinna (18+) með hjartagalla eða svokölluð GUCH (Grown-Up with Congenital Heart Disease) samtök. Nú eru því tvö samtök sem sinna málefnum þeirra sem fæðast með hjartagalla, hvort með sína stjórn en eiga jafnframt með sér regnhlífarsamtök sem sinna sameiginlegum hagsmunamálum þessara tveggja hópa. Þessi þróun hefur átt sér nokkurra ára aðdraganda en er talin nauðsynleg og muni styrkja hagsmunabaráttuna í Noregi.

Náið samstarf er við stærstu sjúkrahúsin í Noregi, m.a. veita samtökin styrki til hjúkrunarfræðinga, félagsráðgjafa og stuðningsfulltrúa til að afla sér menntunar sem gagnast sérstaklega hjartveikum börnum. Þetta fyrirkomulag hefur mælst vel fyrir. Samtökin nýta sér talsvert samskiptavefi eins og Facebook og Twitter til að upplýsa félagsmenn sína um starfsemina og segja það hafa reynst vel.

Danmörk:

Í kynningu Dana var sérstök áhersla lögð á árlegar fjölskyldusumarbúðir sem samtökin standa fyrir. Þar taka þátt fjölskyldur hjartveikra barna og er sérsniðin dagskrá fyrir alla aldurshópa, foreldra, unglinga og börn. Dagskráin er blanda af fræðslu, skemmtun og uppbyggilegri samveru undir leiðsögn fagfólks. Þetta hefur gefið góða raun á umliðnum árum og buðu samtökin upp á þátttöku frá hinum Norðurlöndunum ef vilji væri fyrir hendi.

Svíþjóð:

Fulltrúi Svía að þessu sinni var umsjónarmaður norrænu sumarbúðanna í Svíþjóð 2010 en ekki formlegur fulltrúi samtakanna. Ekki var því um að ræða almenna kynningu á annarri starfsemi samtakanna að þessu sinni. Sumarbúðirnar þóttu þó heppnast vel og var að vanda fjallað um þau atriði sem sérstaklega þarf að hafa í huga við skipulagninguna, s.s. viðveru sérfræðinga, inntak fræðsluerinda og hvernig staðið skuli að mati á framkvæmdinni hverju sinni til að tryggja þróun og samfellu í þessu jákvæða samstarfi Norðurlandanna.

Ánægjulegt samstarf

Að vanda fóru að lokum fram almennar umræður um samstarf norrænu systursamtakanna. Almenn ánægja er með samstarfið og töldu fulltrúarnir mikilvægt að deila reynslu sinni á hinum ýmsu sviðum, m.a. um innra skipulag, fjáröflun, skipulag hagsmunabaráttu og almennt félagsstarf.

Ljóst var af umræðum að réttindi hjartveikra barna (langveikra) og fjölskyldna þeirra eru um margt ólík milli landanna. Ákveðið var í framhaldinu að safna saman á einn stað öllum viðeigandi upplýsingum um þau réttindi sem tryggð eru í hverju landi. Þannig er hægt að gera samanburð milli landa og um leið verður til mikilvægt tæki til að þrýsta á um úrbætur ef þörf reynist á í hverju landi fyrir sig.

Einnig var sammælst um að samtökin gætu í sameiningu sent erindi til stjórnvalda í ríkjunum til að sýna samstöðu og auka vægi þeirra áherslumála sem unnið er að á hverjum tíma.

Fulltrúar Norðurlandafundar 2010.

EKKI FLÆKJA MÁLIÐ!

við afgreiðum lyfin beint í bílinn

Fáðu lyfseðilinn sendann rafrænt í Bílaapótekið og styttu biðina eftir lyfjunum

Lyfjaval
BÍLAAPÓTEK

Opið 10–23 alla daga vikunnar

HVÍTA HÚSIÐ / SÍA

Bílaapótekið er við Reykjanesbraut
(við hliðina á Smáralind)

Hæðasmári 4 | 201 Kópavogi | Sími 577 1160

lyfjaval.is

.....Neistinn þakkar fyrir stuðninginn

Reykjavík
101 Hárhönnun
1912 ehf.
2001 ehf.
A. Margeirsson ehf.
AB Varahlutir ehf.
Aðalvík ehf.
Afltækni ehf.
AH Lögmenn ehf.
Allt í einu, söluturn
Antikmunir
Apparat ehf.
Appelumboðið
Skakki turnin ehf.
Arev verðbréfafyrirtæki hf.
Arkinn ehf,
ráðgjöf og hönnun
Arkitektastofa
Örn Sigurðsson
Arkís ehf.
Arkitektastofan
Úti og inni sf.
Atvinnuhús ehf.
- Fasteignasala
Auglýsingastofan
ENNEMM ehf.
Auglýsingastofan Korter
Austur Indíafélagið
Avis-Budget
Áfengis- og
tóbaksverslun ríkisins.
ÁK Sjúkraþjálfun
Álfabjarg ehf.
Álnabær ehf.
Árbæjarapótek ehf.
Árni Reynisson ehf.
Ás Styrktarfélag
Ásbjörn Ólafsson ehf.
B.K. flutningar ehf.
B.M. Vallá hf.
B.S. smíði ehf.
Babysam skeifunni 8
Bakverk - Heildsala ehf.
Balance ehf.
Ballettskóli Eddu Scheving
Bandalag
Íslenskra Farfugla
Bandalag kvenna
í Reykjavík
v/ Hallveigarstíg
Barnalæknaþjónustan ehf.
Barnatannlækna-
stofan ehf.
Barry - Internatioal ehf.
Bernhöftsbakarí ehf.
Betri bílar ehf.
Bifreiðastjórafélagið Frami
Bifreiðaverkstæði
Grafarvogs ehf.
Bifreiðaverkstæði H.P.
BílaGlerið ehf.
Bílaið ehf.
- Bílarétting og Sprautun
Bílamálun Halldórs Þ.
Nikulássonar sf.
Bílamálun Sigursveins
Sigurðssonar
Bílasala Íslands
Bílasalan.is
Bílasmiðurinn hf.
Bílaverkstæði
Jóns T. Harðarssonar
Bjarki Páll Jónsson
Björnsbakarí ehf.
Blaðamannafélag Íslands
Blái Turninn
Blindrafélagið
Blómagalleríið ehf.
Bootcamp ehf.
Booztbar /Í sbar
Borgarbílastöðin ehf.
Borgarbókasafn
Reykjavíkur
Borgarholtsskóli
Borgarpylsur
Menntaskólinn við Sund
Bókbandsstofan E.S. ehf.
Bókhaldsþjónusta
Arnar Ingólfssonar ehf.
Bón-Fús
Bónus
Brauðhúsið ehf.
BSRB
Celtic Cross ehf.
Comfort Snyrtistofa ehf.
Congress Reykjavík,
ráðstefnuþjónusta
Danica sjávarafurðir ehf.
Dansrækt J.S.B.
Deli ehf.
DFK Endurskoðun ehf.
Diantina ehf.
Dimar ehf.
Dímon Lína ehf.
Dúkarinn Óli Már
Dúndur ehf.
- Ferðasidkotek/karaoke
Dýraríkið
Efling stéttarfélag
Efnalaugin Perlan ehf.
Eggert Kristjánsson hf.
Eiðfaxi ehf.
Eignamiðlunin ehf.
Einingaverksmiðjan ehf.
Eir ehf.
Eirvík heimilistæki hf.
Ekran ehf.
Elding Trading Company
Endurskoðun
og reikningshald ehf.
Endurskoðun
og reikningsskil hf.
Endurskoðun
Péturs Jónssonar ehf.
Erluís
Ernst & Young
Esja Kjötvinnsla ehf.
F&F Kort ehf.
Farmanna- og
fiskimannasamband
Íslands
Fasteignakaup ehf.
Fasteignamiðlunin ehf.
Faxaflóahafnir
Fákur
Felgur-smiðja ehf.
Ferð og saga
Ferskar kjötvörur hf.
Félag eggjaframleiðenda
Félag hársnyrtisveina
Félag hrossabænda
Félag íslenskra
hjúkrunarfræðinga
Félag Skipstjórnarmanna
Félagsbústaðir hf.

VALITOR VISA MasterCard

FASTUS

maritech

Óþrjótandi verkefni

Viðtal:
Páll Kristinn Pálsson

Katja Laine er framkvæmdastjóri finnsku hjartasamtakanna. Hún sat fund Norrænu hjartabarnasamtakanna sem haldinn var í Reykjavík í byrjun október síðastliðinn og þá gripum við tækifærið til að spjalla við hana um reynslu hennar sem móður barns með meðfæddan hjartagalla, finnsku hjartasamtökin og gildi norræns samstarfs á þessu sviði.

„Þetta byrjaði árið 1996," segir Katja, „þegar Aino dóttir mín fæddist og hún var aðeins þriggja daga gömul þegar uppgötvaðist að hún væri með alvarlegan meðfæddan hjartagalla. Ég var þá 21 árs gömul, nánast barn sjálf að eignast sitt fyrsta barn, eða það finnst mér núna þegar ég horfi til baka, og þetta kom sem reiðarslag yfir okkur því við vissum ekkert um hjartagallann fyrirfram."

Turku - Helsinki

Katja býr nálægt borginni Turku, en allar hjartaaðgerðir í Finnlandi eru framkvæmdar í höfuðborginni Helsinki. „Og þangað var Aino flutt með hraði því ástand hennar var svo slæmt að hún þurfti að fara strax í aðgerð. Fyrsta aðgerðin fór fram þegar hún var fimm daga gömul og næsta aðgerð aðeins viku seinna. Þetta var mikið áfall, við Pekka maðurinn minn vissum heldur bókstaflega ekki neitt um meðfædda hjartagalla og hvað allt þetta þýddi. Við þurftum því að verða okkur úti um upplýsingar um þetta og þannig komst ég í samband við hjartasamtökin í Finnlandi. Það var reyndar strax á sjúkrahúsinu sem okkur var bent á þau.

Það eru aðeins ein allsherjarsamtök hjartasjúklinga í Finnlandi, bæði fyrir börn og fullorðna, en hins vegar starfa svæðisbundin félög innan þeirra. Þau eru ekki skráð sérstaklega heldur starfa undir hatti heildarsamtakanna. Ég hafði samband við fulltrúann fyrir okkar svæði, hún sagði mér frá öllu sem okkur stóð til boða, þann opinbera stuðing sem við ættum rétt á að fá, hvernig við gætum sett okkur í samband við aðra foreldra sem hefðu gengið í gegnum svipaða reynslu og svo framvegis. Þetta byrjaði auðvitað með símtali en svo var boðið upp á stuðningsfundi sem ég fór á. Ég kynntist fljótlega mörgum fjölskyldum barna með meðfæddan hjartagalla og smám saman fór ég að starfa æ meira fyrir svæðisfélagið okkar. Ári síðar var ég beðin um að verða fulltrúi þess og gat ekki neitað því, enda fannst mér ég hafa fengið svo mikið frá félaginu að ég yrði að endurgjalda það eins mikið og vel ég gæti.

Þannig byrjaði ég hjá samtökunum og var fulltrúi svæðisfélagsins í Turku frá 1998 til 2005, eða í sjö ár. Til að byrja með var ég í hlutastarfi en frá 2001 var ég í fullu starfi. Svo hætti framkvæmdastjóri landssamtakanna og mér var boðið að taka við því starfi og hef verið í því síðan. Starfið felst í að halda utan um allt sem gert er á vegum samtakanna. Það er auðvitað stjórn sem leggur línurnar en ég sé síðan um að hrinda hlutunum í framkvæmd."

Aino

Hvernig hefur Aino vegnað, var nóg fyrir hana að fara í þessar aðgerðir þarna stuttu eftir fæðinguna?

„Nei, hún hefur farið alls í fjórar aðgerðir. Í öllum aðalatriðum hefur henni gengið mjög vel. Hún hefur öðru hvoru farið í minniháttar hjartaþræðingar og það er hugsanlegt að hún þurfi að fara í eina aðgerð til viðbótar, það er að segja ef ástand hennar versnar. En henni hefur sem sé vegnað vel og fylgir sínum árgangi í skólanum. Hún þarf að taka lyf, einar fjórar tegundir, á hverjum degi. Þegar hún var yngri átti hún í nokkrum erfiðleikum með að samhæfa hreyfingar augna og handa, en það hefur lagast með aldrinum. Núna er hún fjórtán ára og er því að færast úr barnadeildinni yfir í fullorðinsdeildina, eins og þetta er skilgreint hjá okkur í Finnlandi. Hana hefur reyndar hlakkað til þess frá því hún var sex ára, henni fannst svo spennandi það sem unglingar voru að gera, en þá vorum við foreldrarnir reyndar ekki viss um að hún næði nokkurn tíma þeim aldri."

Hafið þið þá enn áhyggjur af henni?

„Auðvitað höfum við það, en reynum þó að lifa sem eðlilegustu fjölskyldulífi. Ég tel til dæmis að hjartabörn eigi að fá að prófa hlutina á sínum forsendum, að sínu frumkvæði, og alls ekki vefja þau inn í bómull. Eins og allir aðrir unglingar þarf Aino að læra að þekkja sín takmörk sjálf, ég get ekki sett þau fyrir hana. Maður gerir ekki barni sínu greiða með því að taka allar ákvarðanir fyrir það. Þetta er eitt af því mikilvægasta sem ég reyni að koma til skila við foreldra hjartveikra barna. Það er líka oftast þannig að barnið fer sínu fram hvað sem aðrir segja því. Það finnur sín eigin takmörk sjálft. Ofverndun getur þannig miklu frekar gert illt, ef barnið fer vitlausar og skaðlegar leiðir í baráttu sinni fyrir sjálfstæði. Allir foreldrar vilja gera allt það besta fyrir börn sín, en þurfa oft að læra að of mikil umhyggja, eða ofverndun, er ekki af hinu góða."

Finnland í fremstu röð

Hvernig er staða þessara mála í Finnlandi; er heilbrigðiskerfið þar gott fyrir hjartveik börn?

„Já, það tel ég. Aðgerðir á börnum með meðfædda hjartagalla heppnast yfirleitt afar vel og dánartíðnin afar lág. Á alþjóðlegan mælikvarða er árangurinn framúrskarandi og að því leyti getum við talist mjög heppin. Börnin fá meðferðina í sínu eigin heimalandi, það þarf ekki að senda þau til útlanda í bráðatilfellum. Mér finnst reyndar biðlistinn eftir seinni aðgerðum helst til langur, en það er meðal annars vegna þess að gjörgæsludeild barnaspítalans í Helsinki er of lítil. Það ber líka að hafa í hug að hún sinnir öllum börnum með alvarlega sjúkdóma, ekki bara hjartveikum. En þetta stendur til bóta á næstunni með nýrri gjörgæsludeild og þá mun leguplássunum fjölga um helming. Við vonumst til að það muni fara langt með að þurrka út biðlistann eftir hjartaaðgerðum.“

Hvað með félagslegan stuðning við fjölskyldur hjartabarna?

„Það er mikið til á höndum okkar í samtökunum. Við stöndum fyrir endurhæfingarnámskeiðum, sumarbúðum og margvíslegum öðrum tilboðum fyrir hjartveik börn á öllum aldri. Svæðisbundnu félögin skipuleggja margvíslegar félagslegar uppákomur nálægt heimilum fjölskyldnanna, enda er flest það sem heildarsamtökin bjóða upp á eitthvað sem ætlað er öllum landsmönnum, eitthvað sem fólk getur sótt hvaðan sem það býr í Finnlandi.“

Veitið þið einnig fjárhagslegan stuðning?

„Nei, við styðjum fjölskyldurnar ekki fjárhagslega. Það er í verkahring opinbera tryggingakerfisins í Finnlandi. En flest það sem við bjóðum upp á, svo sem endurhæfingarnámskeið og sumarbúðir, þurfa fjölskyldurnar yfirleitt ekki að borga neitt fyrir. Ef það kostar eitthvað þá er það mjög lítið. Ég veit að þetta er öðruvísi hjá ykkur á Íslandi, sérstaklega í tengslum við aðgerðirnar sem þarf að framkvæma í útlöndum. Ef fjölskylda með hjartveikt barn kemur frá Lapplandi niður til Helsinki í aðgerð – sem getur verið 1000 kílómetra ferðalag – þá getur hún búið í Ronald Macdonalds-húsinu, já, hamborgarastaðakeðjan rekur slíkt hús í góðgerðarskyni, eða hjá ættingjum. En ef hún þarf að gista á hóteli fær hún þann kostnað endurgreiddan af almannatryggingunum.“

Aino og Katja, sem á einnig svo syni, Niilo og Eetu.

Ómetanlegt samstarf

Samstarf norrænna samtaka hjartabarna hófst með sameiginlegum sumarbúðum. „Þær fyrstu sem ég veit um voru haldnar árið 1984,“ segir Katja, „svo sagan er orðin nokkuð löng. (Innskot: Neistinn tók fyrst þátt í þeim árið 2005) Ég þekki ekki öll smáatriðin í kringum hvernig þetta byrjaði, en þau ár sem ég hef unnið fyrir finnsku hjartasamtökin, og aðallega síðastliðin tíu ár, hef ég tekið átta sinnum þátt í norrænu sumarbúðunum. Löndin skiptast á að halda þær, yfirleitt í júlímánuði, og árið eftir er svo haldin norræn ráðstefnuhelgi í því landi sem var með sumarbúðirnar. Sumarbúðirnar voru á Íslandi í fyrra og þess vegna var ráðstefnan haldin í Reykjavík í haust.“

Hver er ávinningurinn af þessu samstarfi?

„Ávinningurinn er margvíslegur. Við skiptumst á upplýsingum og deilum reynslu úr starfinu í hverju landi fyrir sig. Við það kvikna ótal hugmyndir og ég veit að öll löndin hafa nýtt sér ýmislegt sem út úr því hefur komið varðandi leiðir í fjáröflun, hvers kyns útgáfu á bæklingum, blöðum, bókum og fræðslu í annars konar formi. Núna er til dæmis útlit fyrir að löndin fari hvert af öðru að gefa út dagatal með svipuðu sniði og Neistinn er farinn að gera.

Áhrif norræna samstarfsins skilar sér einnig á læknisfræðilega sviðinu. Þegar við kynnumst nýjum hugmyndum og aðgerðum hjá frændum okkar getum við beitt okkur fyrir því að þær verði teknar upp í okkar heimalandi. Þessi misserin er til dæmis mikið að gerast varðandi hvernig best sé að standa að því þegar hjartveiku börnin verða fullorðin, enda hefur fjöldi fullorðinna með meðfæddan hjartagalla vaxið gífurlega á síðustu árum vegna þess hversu marga læknunum tekst að lagfæra sem áður voru ólæknandi svo þeir einstaklingar dóu bara. Framfarir í læknisfræði hafa skapað mörg ný viðfangsefni fyrir samtök okkar og við úrlausn þeirra er gott að geta ráðfært sig við aðra.

Samvinna og samstaða norrænu félaganna er þannig gífurlega mikilvæg og á sinn þátt í því að efla gæði þjónustunnar í hverju landi um sig. Við erum líka farin að vinna með evrópskum samtökum á þessu sviði og það stækkar sjóndeildarhringinn enn meira,“ segir Katja Laine, sem sér ekki fram á annað en að halda áfram að starfa að málefnum fólks með meðfæddan hjartagalla.

Gaman í Danmörku

Norrænu sumarbúðirnar voru í ár haldnar í Danmörku. Þangað fóru 10 hjartveikir unglingar á aldrinum 14-18 ára, sem er metfjöldi hjá Neistanum. Með þeim í för voru tveir fararstjórar, þau Jóhannes Geir og Guðrún Bergmann. Ferðin gekk vel og skemmtu allir sér konunglega þó Tívolíferðin hafi staðið upp úr hjá flestum - og auðvitað verslunarferðin. Sumarbúðirnar standa yfir í eina viku og eru yfirleitt haldnar síðustu vikuna í júlímánuði. Á næsta ári liggur leiðin til Finnlands vikuna 24. - 31. júlí. Hvetjum við alla hjartveika unglinga á aldrinum 14-18 ára (fædda 97-93) að sækja um, en umsóknarfrestur rennur út 31. mars 2011. Vinsamlegast hafið samband við Guðrúnu Bergmann á skrifstofu Neistans í síma 552-5744 eða sendið tölvupóst á neistinn@neistinn.is

GÚMMÍVINNSLAN

HJARTAVERND

Stilling
SÍMI 520 8000 Bílavarahlutir

.....Neistinn þakkar fyrir stuðninginn

Reykjavík
Fínka
málningarverktakar ehf.
Fjárfestingafélagið
Innco ehf.
Fjölbrautaskólinn
Breiðholti
Fjölver ehf.
Flugleiðir frakt
Forum Lögmenn
Fótaaðgerðastofa
Reykjavíkur ehf.
Fótoval ehf.
Fraktflutningar ehf.
Frumherji hf.
Frysti- og kæliþjónustan
Fræðslumiðstöð ÖÍ
Fröken Júlía ehf.
Fönix ehf.
G.Á. húsgögn ehf.
G.B. Tjónaviðgerðir ehf.
G.S. Export ehf.
Gallabuxnabúðin
- Kringlunni
Garðmenn ehf.
Garðsapótek
Garðtækni sf.
Geiri ehf.
GHP Lögmannsstofa
Gilbert úrsmiður
Laugavegi 62
Gissur og Pálmi ehf.
Gistiheimilið Aurora
Gistihúsið Ísafold
Gjögur hf.
Glaxo Smith Kline ehf.
GLÁMA / KÍM
Arkitektar ehf.
Gleraugnasmiðjan ehf.
Gleraugnaverslunin
Sjón ehf.
Gloss ehf.
Glóey hf.
Glófaxi ehf. blikksmiðja
Gluggahreinsun
Alexanders Depuydt
Gluggasmiðjan ehf.
Golfklúbbur Reykjavíkur
Grand hótel Reykjavík
Grandakaffi ehf.
Grensás ehf.
Grensáskirkja
Grensásvideo ehf.
Gró ehf.
Guðmundur Arason ehf.
Smíðajárn
Guðmundur
Jónasson ehf.
Gull & silfur hf.
Gullkistan
Gullkúnst Helgu
S: 561 6660
Gullsmiðurinn í Mjódd
Gullsmíðaverkstæði
Hjálmars Torfasonar
Gunnar Eggertsson hf.
Gústaf Þór
Tryggvason hrl.
H.P. vökvabúnaður ehf.
Hafgæði sf.
Hagbót ehf.
Hagi ehf.
Hamborgarabúlla
Tómasar ehf
Happdrætti D.A.S.
Harka ehf.
Haukur Þorsteinsson
tannlæknir
Hár ehf.
Hárfinnur ehf.
Hárgreiðslustofa Heiðu
Hárgreiðslustofa Helenu
og Stubbalubbar
Hárgreiðslustofan Díva
Hárgreiðslustofan Effect
Hárgreiðslustofan Evita
Hárgreiðslustofan
Greiðan ehf.
Hárgreiðslustofan Gresika
Hárgreiðslustofan
Hármiðstöðin
Hársaga Radison SAS
Hársnyrtistofan Aida
Hársnyrtistofan
Höfuðlausnir sf.
Heildverslunin Glit ehf.
Heilsubrunnurinn ehf.
Heimili og skóli
- Landssamtök foreldra
Heimilisiðnaðarskólinn
Henson hf.
Hjartarbúð
Hjá Dóra ehf.
- Matsala í Mjóddinni
Hjálpræðisherinn á Íslandi
Hjólastillingar ehf.
Hjólbarðaverkstæði
Sigurjóns ehf.
HM Bókhald ehf.
Hollt og Gott ehf.
Hópferðaþjónusta
Reykjavíkur
Hótel Cabin ehf.
Hótel Frón
Hótel Leifur Eiríksson ehf.
Hótel Reykjavík hf.
Hraðbraut ehf
Hreinsibílar ehf.
- Sími 551 5151
Hreyfill
Hreyfing - heilsurækt
- Framvörður ehf.
Hreysti ehf.
Hringrás hf.
Hrói Höttur
- Hringbraut 119
HSE Bókhald ehf.
HU - Vegamót
Hús Bakarans
Húsaklæðning ehf.
Húsalagnir ehf.
Hvítlist hf.
Höfðakaffi ehf.
Höfðastál ehf.
Iceland Seafood ehf
Iceland Travel ehf.
IÐNÓ
Iðntré ehf.
Ingibjörg ehf.
Innnes ehf.
Intrum á Íslandi ehf.
Isoft ehf.
Íslandsstofa
Íslensk endurskoðun ehf.

icepharma
Bætt líðan • Betra líf

ICELANDIC
GROUP PLC

Red Apple Apartments
Feels just like home

Ársfundur ECHDO

Fimmti ársfundur Samtaka evrópskra félaga um meðfædda hjartagalla (ECHDO) var haldinn í London dagana 30. september til 2. október síðastliðinn. Guðrún Bergmann Franzdóttir formaður og Andri Júlíusson ritari voru fulltrúar stjórnar Neistans og segja hér frá því helsta sem þar bar á góma.

Um var að ræða fyrsta fund samtakanna samkvæmt lögum félagsins. ECHDO eru nú löglega skráð sem hagsmunasamtök og hafa réttindi og skyldur samkvæmt því. Að venju var þéttskipuð dagskrá þar sem aðildarsamtökin kynntu helstu atriði í starfsemi sinni, farið var yfir starfsemi ECHDO frá síðasta fundi og færustu sérfræðingar á ýmsum sviðum héldu erindi.

Fulltrúar í stjórn ECHDO hafa verið iðnir við að kynna félagið, m.a. á alþjóðlegum ráðstefnum lækna og hjúkrunarfræðinga, auk þess að heimsækja aðildarfélögin og halda erindi um samtökin, tilgang þeirra og markmið. Hvarvetna er fulltrúum samtakanna vel tekið og vekur mikla athygli hversu vel hefur tekist til við stofnsetningu þeirra og fyrstu skref.

Efst á baugi

Erindin sem flutt voru að þessu sinni voru margvísleg og fræðandi. Þar var meðal annars fjallað um hagnýtingu samskiptamiðla, s.s. Facebook og Twitter, í starfi hagsmunasamtaka, andlegar og félagslegar þarfir hjartveikra barna og ungmenna – með sérstaka áherslu á samstarf sérfræðinga og hagsmunasamtaka við tilhögun umönnunar og meðferðar.

Einnig var fjallað um mikilvægan og vaxandi þátt í starfsemi allra samtakanna, þ.e. hvernig staðið skuli að tilfærslu hjartveikra barna frá „barnalæknum“ til „ fullorðinslækna“. Nauðsynlegt er að vandlega sé staðið að slíkum tilflutningi svo vel takist til og sem minnst röskun verði á eftirliti og meðferð. Ljóst er að ekki er til nægileg sérþekking á þessu sviði og mikilvægt er að samtök eins og ECHDO beiti sér fyrir rannsóknum og uppbyggingu sérfræðiþekkingar. Í kjölfar mjög aukinna lífslíka hjá hjartveikum börnum á undanförnum árum ná fleiri og fleiri fullorðinsaldri og því er um brýnt verkefni að ræða sem sammælst var um að vinna að á næstu árum.

Markvisst starf

Í umræðum um framtíðarverkefni ECHDO varð ljós þörfin á að starfið skilaði áþreifanlegum árangri. Vissulega væri þekkingarmiðlun milli aðildarfélaganna mjög mikilvæg og gagnleg, en jafnframt þyrfti að vinna að afmörkuðum verkefnum á hverjum tíma. Hafa þarf þó í huga að ECHDO hefur ekki starfsfólk á sínum snærum og er því háð vinnuframlagi stjórnarmanna og aðildarfélaganna. Því var í upphafi ákveðið að verkefnin skyldu taka mið af því, þ.e. ekki vera of viðamikil, heldur raunhæf varðandi tíma og árangur.

Ákveðið var að fyrsta áþreifanlega verkefnið yrði að kanna möguleika þess að ECHDO tæki yfir rekstur CORIENCE upplýsingasíðunnar – eða tryggði sér a.m.k. notkunarrétt á því góða efni sem þar er að finna. Fyrir næsta aðalfund ECHDO verði tiltækar upplýsingar um möguleikana og áætlun um hvernig best sé að færa sér þá í nyt.

Mismunandi aðstæður

Of langt mál yrði að telja upp helstu atriði úr kynningum einstakra aðildarfélaga, en nú sem fyrr vakti athygli hversu gífurlegur aðstöðumunur er milli landa þegar kemur að greiningu, meðferð og almennum réttindum. Í því kristallast hversu mikilvægt er að samtök, sem starfa að bættum hag hjartveikra barna og aðstandenda þeirra, eigi með sér formlegan samráðsvettvang.

Rekja má stofnun fimm landssamtaka beint til ECHDO, sem staðið hefur fyrir kynningarstarfsemi í ríkjum þar sem ekki hafa verið starfandi hagsmunasamtök hjartveikra barna. Er þar um að ræða mikla framför sem nú þegar hefur skilað hjartveikum börnum bættri meðferð og auknu aðgengi að upplýsingum.

Augljóst er að samstarfið innan ECHDO eykur samskipti milli einstakra aðildarfélaga og hefur það reynst mjög mikilvægt, sér í lagi við stofnun nýrra samtaka sem þurfa á stuðningi að halda.

Neistinn er stoltur af því að eiga þátt í starfi ECHDO og geta þar bæði lært af öðrum og miðlað af reynslu sinni til hagsbóta fyrir hjartveik börn um alla Evrópu.

.....Neistinn þakkar fyrir stuðninginn

Reykjavík
Íslensk erfðagreining
Íslenska fasteignafélagið
J.S. Gunnarsson hf.
Jarteikn ehf.
JBS ehf. - Nonnabiti
Jens Guðjónsson hf.
JGG ehf.
Jón Ásbjörnsson hf. heildverslun
Jón Sigmundsson Skartgripaverslun hf.
Jónatansson & Co. Lögfræðiskrifstofa ehf.
K. Norðfjörð ehf.
K. Pétursson ehf.
K.H.G. þjónustan ehf.
Kaffi Paris
KAFFI ROMA
Kaffi Sólon
Kaffibarinn ehf.
Kandís ehf.
Karl K. Karlsson hf.
Kaþólska kirkjan á Íslandi
KEM ehf.
Kemi ehf. - www.kemi.is
Kemis ehf.
Kjaran ehf.
Kjörgarður, Laugavegi 59
Kjöthöllin Skipholti 70 ehf.
Klif hf.
Knattspyrnusamband Íslands
KOM Almannatengsl
Komdu á morgun
Kr. Þorvaldsson
Kramhúsið
Kristján G. Gíslason ehf.
Kristján Þ. Haraldsson
Krydd og Kavíar ehf.
Kúlan söluturn, vidoleiga og ísbúð
Kvikk þjónustan ehf.
Kvikmyndafélag Íslands
Lagnalagerinn ehf.
Landssamband kúabænda
Laura Ashley Ísland ehf.
Láshúsið ehf.
Leiðtogaþjálfun ehf.
Leikskólinn Holtaborg
Leikskólinn Völvuborg
Lindin, kristið útvarp Fm:102,9
Litir og föndur - Handlist ehf.
Litla bílasalan ehf.
Lífstykkjabúðin ehf.
Ljósblik Rafverktakar ehf.
Ljósin ehf.
Ljósmyndir Rutar
Lloyd's Register EMEA
Loftlínur ehf, jarðverktaki
Loftstokkahreinsun ehf. - Sími 893 3397
LP-Verk ehf. - Byggingafélga
Lúmex ehf.
Lýsing hf.
Lögfræðiþjónusta Sigurðar Sigurjónssonar hrl.
Lögmannsskrifstofan Fortis ehf.
Lögmannsstofa Jóns G. Briem hrl.
Lögmannsstofa Ólafs G. Gústafssonar
Lögmál ehf.
Lögmenn Höfðabakka ehf.
Lögmenn Laugardal ehf.
Lögmenn Lögsýn ehf.
Lögmenn við Austurvöll
Lögskipti ehf.
Lögver ehf.
Löndun ehf.
Magnús og Steingrímur ehf.
Málarameistarafélagið
Málarameistarar ehf.
Málþing ehf.
MD Vélar ehf.
MEBA - Magnús E. Baldvinsson sf.
Mekka Wines & Spirits hf.
Melaskóli
Mennta- og Menningarmálaráðuneytið
Menntaskólinn í Reykjavík
Merkismenn ehf.
Miðbæjarhársnyrtistofan
Minjavernd
Mo´s Bar ehf.
Mosaik ehf.
Múli ehf.
Múli réttingar og sprautun ehf.
Mæðrastyrksnefnd Reykjavíkur
NASDAQ OMX Kauphöllin á Íslandi
Nautica ehf.
NDL ehf.
Neyðarþjónustan ehf.
Nobex ehf.
Nýherji hf.
Nýi tónlistarskólinn.
Opus lögmenn ehf.
Orka ehf.
Orkuvirki ehf.
Ostabúðin Skólavörðustíg
Ottó auglýsingastofa ehf.
Ó. Johnsson & Kaaber ehf.
Ólafur Loftsson
Ósal ehf.
Papyrus-innrömmun ehf.
PG Þjónusta ehf.
Pipar og salt
Pixel Prentþjónusta ehf.
Portfarma ehf.
Poulsen ehf.
Prentlausnir ehf.
Prikið
Protak ehf.
Pökkun og flutningar ehf.
R.J. Verkfræðingar ehf.
Rafeindastofan Sónn ehf.
Rafey ehf.
Rafsvið sf.
Rakarastofan sf.
Rannsóknastofa í lyfja- og eiturefnafræði H.Í.
RARIK ohf.
Rauðará - Veitingahús
Ráðgjafar ehf.
Reimaþjónustan - Reimar og Bönd ehf.
Reki hf.
Réttarholtsskóli
Réttingaverk ehf.
Réttingaverkstæði Bjarna Gunn ehf.
Réttur ehf. - Adalsteinsson & Partners
Rolf Johansen & co. ehf.
Rotary-umdæmið á Íslandi
S.B.S. innréttingar
Samfylkingin
Samhjálp félagasamtök
Samiðn
Seljakirkja
Shalimar
Signatures of nature ehf.
Sigurður Hauksson
Sigurjónsson & Thor ehf.
Síma- og tölvulagnir ehf.
Símabær ehf.
Sjálfsbjörg Landssamband Fatlaðra
Sjálfstæðisflokkurinn
Sjómannafélag Íslands
Sjóvík ehf
Sjúkraliðafélag Íslands
Sjúkraþjálfun Ártúnshöfða sf.
Sjúkraþjálfun styrkur ehf.
Sjúkraþjálfunarstöð Önnu K. Ottesen
Skartgripaverslun og vinnustofa Eyjólfs
Skarthúsið
Skerjaver
Skipamálning ehf.
Skolphreinsun Ásgeirs
Skóverslunin Bossanova hf.
Skúlason & Jónsson ehf.
Slökkvilið Höfuðborgarsvæðisins
Smith & Norland hf.
Smíðaþjónustan ehf.
Snerruútgáfan ehf.
Snyrti- og nuddstofan Paradís
Snyrti- og tískuvöruverslunin Sigurboginn
Snyrtistofan Ársól í Grímsbæ
Snæland Grímsson ehf. Hópferðabílar
Spesía ehf.
Sportbarinn ehf.
Staðalhús sf.
Stansverk ehf.
Starfsgreinasamband Íslands
Stjórnhættir ehf.
Stjörnuegg hf.
Stjörnuspekistöðin
Stólpi ehf.
Studio 4 - Nasa veitingar
Sumarbúðirnar - Ævintýraland
Suzuki bílar hf.
Svipmyndir
Svissinn hjá Steina
SVÞ - Samtök verslunar og þjónustu
Sælkerabúðin ehf.
Söluturninn Drekinn
Söluturninn Texas - Halló ehf.
T. ARK teiknistofan ehf.
Tandur hf.
Tannlæknar Mjódd
Tannlæknastofa Björns Þorvaldssonar
Tannlæknastofa Ingólfs Eldjárn
Tannlæknastofa Kjartans Arnar Þorgeirssonar
Tannlæknastofa Sigurjóns Arnlaugsson ehf.
Tannlæknastofa Sólveigar Þórarinsdóttur
Tannlæknastofan Glæsibæ
Tannlækningastofa Friðleifs Stefánssonar
Tannréttingar sf.
Tannsmíðastofa Kristins Sigmarssonar
Tannsmíðaverkstæðið hf.
Tannsteini ehf.
Teiknistofan Óðinstorgi sf.
TGM Ráðgjöf
Thorvaldsen
Tilraunastöð Háskóla Íslands í meinafræð
Time4u ehf.
Tímaritið Lifandi Vísindi - Elísa Guðrún ehf.
Tjaldvagnageymslan - Þrístikla
Tjónamat og skoðun ehf.
Toppfiskur ehf.
Tónastöðin ehf.
Trausti Sigurðsson tannlæknir
TREX Hópferðamiðstöðin ehf.
Trésmiðjan Jari ehf.
Trévirki hf.
Tryggingamiðlun Íslands ehf.
Túnverk ehf. - Túnþökusala
Túnþökuþjónustan ehf.
Tæknigarður hf.
Tæknivélar ehf.
Tölvu-og tækniþjónustan hf.
Tösku- og hanskabúðin hf.
Ull og Gjafavörur
Úlfarsfell ehf.
Útfararstofa Íslands ehf.
Útfararstofa kirkjugarðanna
Útfararþjónustan ehf.
Útgerðarfélagið Frigg ehf.
Vaka hf.
Valhöll fasteignasala ehf.
Vals tómatsósa ehf.
Vatnstak ehf.
Veiðikortið.is
Veiðiþjónustan Strengir
Verðbréfaskráning Íslands hf.
Verk-Co ehf.
Verkfræðistofan LH-tækni ehf.
Verkfræðistofan VIK ehf.
Verkfærasalan ehf.
Verkís hf.
Verkstólpi ehf.
Vernd - Fangahjálp
Verslunin Fríða frænka ehf.
Verslunin Kiss
Verslunin Rangá sf.
Vélar og verkfæri ehf.
Vélaviðgerðir ehf.
Vélmark ehf. - S: 8919933
Vélvík ehf.
Viðlagatrygging Íslands
Vinnumálastofnun
Virka ehf.
Vínberið
VM - Félag vélstjóra og málmtæknimanna
Vogaskóli
VR
VSÓ ráðgjöf ehf.
Vörubíla og vinnuvélaverkstæðið sf.
Waldorfleikskólinn Sólstafir
Wilsons Pizza ehf.
Þaktak ehf.
Þráinn Skóari ehf.
Þrír frakkar - Hjá Úlfari
Þýðingaþjónusta Boga Arnars
Ölgerðin Egill Skallagrímsson hf.
Örninn Hjól ehf.

Seltjarnarnes
About Fish Íslandi ehf.
Byggingameistarinn ehf.
Hárgreiðslustofan Salon - Nes
Lög og réttur ehf.
Nesskip hf.
Seltjarnarneskirkja
Tannlæknastofa Ragnars Ó. Steinarssonar ehf.
Vökvatæki ehf.
Zeus - heildverslun ehf.
Þráinn Ingólfsson
Önn Verkfræðistofa ehf.

Vogar
Hársnyrting Hrannar
Kvenfélagið Fjóla
Nesbúegg ehf.
V.P. Vélaverkstæðið ehf.

Kópavogur
A P Varahlutir - Verslun ehf.
Allt mögulegt ehf.
Allt-af ehf.
Arinsmíði A-Ö - Jón Eldon Logason
Arnardalur sf.
Arnarljós
Axis húsgögn hf.
Ásborg sf.
Bakkabros ehf. - Tannsmíðaverkstæði
Bifreiðaverkstæði jónasar ehf.
Bifreiðaverkstæðið Toppur
Bílaklæðningar ehf.
Bílalakk ehf.
Bílaverkstæði Bílaþjónustunnar ÓF
Bílaverkstæði Kjartans og Þorgeirs sf.
Bílhúsið ehf.
Bjarni Runólfsson
BJ - verktakar ehf.
Bliki - Bílamálun og réttingar ehf.
Blikkform ehf.
Blikksmiðjan Vík ehf.
Bókasafn Kópavogs
Bókun sf. Endurskoðun
Brynjar Bjarnason ehf.

einfaldlega betri kostur

ADVEL Lögfræðiþjónusta

Góa-Linda

Góðgerðarbardaginn mikli

Laugardaginn 30. október síðastliðinn var haldið stórskemmtilegt hnefaleikamót í Vodafonehöllinni. Dagskráin samanstóð af 10 bardögum í ólympískum hnefaleikum sem kraftajötnarnir Gunnar Nelson og Hjalti Úrsus kynntu, Erpur Eyvindarson og Friðrik Dór röppuðu, dregið var í happdrætti, en aðalkynnir var söngvarinn Davíð Smári.

Hápunktur kvöldsins var bardagi Hilmis Hjálmarssonar og Stefáns Gauks Rafnssonar. Þeir hafa æft í rúmlega hálft ár undir leiðsögn þjálfarans Vilhjálms Hernandez hjá Hnefaleikastöðinni. Nýbyrjaður að æfa fékk Hilmir hugmyndina að því að skipuleggja bardaga til styrktar litlum frænda sínum sem er einhverfur. Til liðs við sig fékk hann svo Stefán Gauk sem ákvað fyrir sitt leyti að styrkja hjartveik börn. Hin upprunalega hugmynd óx síðan hratt í sniðum og endaði sem sagt í þessari stórbrotnu og velheppnuðu skemmtidagskrá þar sem allur ágóðinn rann óskiptur til einhverfra og hjartaveikra barna.

Styrktaraðilar mótsins voru Hnefaleikastöðin, Sveinsbakarí, Hvíta Perlan, Hestaleigan Laxnes, Foss Hótel, World Class, Arnold Björnsson ljósmyndari og Hljóð X.

Þeir Hilmir og Stefán Gaukur vilja koma á framfæri þakklæti til þeirra sem borguðu sig inn á mótið og einnig öllum þeim sem hjálpuðu til við að gera það að veruleika. „Þetta var næstum því fullkomið kvöld," segja félagarnir brosandi, „fyrir utan það að við þurftum að berja hvor annan!"

Neistinn vill einnig senda hjartans þakkir til allra sem stóðu að Góðgerðarbardaganum mikla, og sérstaklega þeim Hilmi og Stefáni Gauki fyrir frábært framtak.

HAPPDRÆTTI HÁSKÓLA ÍSLANDS
vænlegast til vinnings

sena
okkar heimur // þín skemmtun

icelandic FISH & CHIPS
organic bistro
Tryggvagötu 8 / 101 Reykjavík
Sími/Tel +354 5 11 11 18

.....Neistinn þakkar fyrir stuðninginn

Kópavogur
Byggðaþjónustan, bókhald og ráðgjöf
Cafe Adesso
Cargo bílar
Catalína
Conís ehf.
- Verkfræðiráðgjöf
Debenhams Smáralind
DK Hugbúnaður
Drangey
- María B. Maríusd.
Eignarhaldsfélag Brunabótafélags Íslands
EK Kennsla & Þjónusta ehf.
Fagsmíði ehf.
Félagsþjónusta Kópavogs
Fiskbúðin
FOCAL Software & Consulting
Fríkirkjan Vegurinn
Gistiheimilið BB 44
Glans ehf.
Glófi ehf.
Goddi ehf.
Gróðrastöðin Storð
Hegas ehf.
Hellur og garðar ehf.
Hemill
Hugbúnaður hf.
Húsfélagaþjónustan ehf.
Ingimundur Einarsson ehf.
Ísform sf.
Ísfrost ehf.
Íslandsspil sf.
Járnsmiðja Óðins ehf.
Júmbó ehf.
Kjörbær ehf.
Klukkan verslun
Knastás hf.
Kópavogsbær
Kraftvélar ehf.
Kríunes ehf.
Lakkskemman ehf.
Landvélar ehf.
Lárus Lárberg hf.
Lindaskóli
Ljósvakinn ehf.
Marás vélar ehf.
MHG verslun ehf.
Norm-X ehf.
Oxus ehf. heildverslun
Point á Íslandi ehf.
Prentsmiðjan Viðey ehf.
Prenttækni hf.
Prjónastofan Anna sf.
Púst ehf.
Rafbraut ehf.
Rafkóp-Samvirki ehf.
Sjúkranuddstofa Silju
Skiltagerðin Ás ehf.
Sláttuvélamarkaðurinn Verklaginn ehf.
Smári söluturn
Smurstöðin ehf. - Dalvegi 16a S: 5543430
Snælandsskóli
Sólarfilma ehf.
Steinbock-þjónustan hf.
Stikuvík ehf.
Byggingarfélag - Elka
Stjörnublikk hf.
Strikamerki - Gagnastýring
Suðurverk hf.
Sveinn Ívarsson ehf.
Sælugarðar ehf.
Tannlæknastofa Láru I. Ólafsdóttur
Tannlæknastofa Sifjar Matthíasdóttur hf.
Tannlæknastofan Smárinn
Tannsmíðastofan sf.
Toyota á Íslandi
Vaki - Fiskeldiskerfi hf.
Varmi ehf.
Veitingaþjónusta Lárusar Loftssonar sf.
Verslunin Föndra
Vetrarsól ehf.
Vélaleiga Auberts
Vigri RE-71
Vilji ehf.
Vídd ehf.
VSI Öryggishönnun og ráðgjöf ehf.
Ýmus ehf. heildverslun
Þokki ehf.
Þorvar Hafsteinsson
Ökukennsla Sigurðar Þorsteinssonar

Garðabær
B.B. skilti ehf.
Efnalaug og fataleiga Garðabæjar
G.H. Ljós ehf.
Garðabær
Garðaflug ehf.
Geislatækni ehf.
- Laser-þjónustan
H. Filipsson ehf.
Hagvís ehf.
Hannes Arnórsson ehf.
Haraldur Böðvarsson & Co. ehf.
Hárgreiðslustofan Cleo
Hársnyrtistofa Þórunnar Ingólfsdóttur
Hurðaborg
- Crawford hurðir
Ísafoldarprentsmiðja ehf.
Járnsmiðja Árna H. Jónssonar ehf
Krubbur ehf.
Kvótabankinn ehf.
Loftorka ehf.
Matvælatækni ehf.
Mítra ehf.
Rafboði ehf.
Samhentir
- Kassagerð ehf.
Sportís - Cintamani
Steinunn Bára Þorgilsdóttir
Tannlæknastofa Engilberts Snorrasonar
Val-Ás ehf.
Verkhönnun
- Tæknisalan ehf.
Vistor hf.
Vörukaup ehf.
Würth á Íslandi ehf.
Öryggisgirðingar ehf.

Hafnarfjörður
Aðalskoðun hf.
Alexander Ólafsson ehf.
Barkasuða Guðmundar ehf.
Bátaraf
Bílamálun Alberts
Blikksmiði ehf.
Byggingafélagið Sandfell ehf.
Classik rock
DS lausnir ehf.
Eiríkur og Einar Valur ehf.
Fiskvinnslan Útvík ehf
Fjarðarbakarí ehf.
Fjarðargrjót ehf.
Fjarðarkaup ehf.
Fjarðarmót ehf.
Fókus - Vel að merkja ehf.
Fura málmendurvinnslan ehf.
Gamla Vínhúsið
- A. Hansen
Gjafabúðin Glugginn
Glerborg ehf.
H. Jacobsen ehf.
Hagstál ehf.
Hagtak hf.
Hárgreiðslustofan Hár Stíll
Hárgreiðslustofan Lína lokkafína sf.
Hársnyrtistofan Hár
Hársnyrtistofan Pyrana
Heildverslunin Donna ehf.
Hestamannafélagið Sörli
Héðinn Schindler lyftur hf.
Hvalur hf.
Hyggir hf.
Ís-rör ehf.
Klettur Skipaafgreiðsla
Kópavogsnesti
Lagnameistarinn ehf.
Ljósritunarstofan Lyng hf.
Mynstrun ehf.
Nes hf. - Skipafélag
Nonni Gull
Pappír hf.
PON Pétur O. Nikulásson ehf.
Pylsubarinn
Rafal ehf.
Rafgeymasalan ehf.
Rótor ehf.
Sign - AGK ehf.
Skerpa - renniverkstæði
Snyrtivöruverslunin Andorra
Solark Arkittektar
Steinn Arnar Jóhannesson
Söluturninn Bæjarhrauni
Tannlækningastofa Harðar V. Sigmarssonar sf.
Varmaverk ehf.
Verkalýðsfélagið Hlíf
Verkþjónusta Kristjáns ehf.
Vélaverkstæði Jóhanns Ólafs ehf.
Vélsmiðja Konráðs Jónssonar sf.
Víðir og Alda ehf.
Zinkstöðin - Stekkur ehf.
Þemasnyrting ehf.

Keflavík
Art-húsið, hárgreiðslu- og fótaaðgerðastofa
B & B Guesthouse ehf.
Bókasafn Reykjanesbæjar
DMM Lausnir ehf.
Driffell ehf.
Efnalaugin Vík
Eignarhaldsfélagið Áfangar ehf.
Fagtré ehf.
Fasteignasalan Ásberg.
Fjölbrautaskóli Suðurnesja
Flughótel Icelandair hotels
Grímsnes ehf.
Happi ehf.
Hárgreiðslustofa Önnu Steinu
Húsagerðin hf.
Ísfoss ehf.
Íslenska félagið ehf. / Ice group. ltd.
K - sport ehf.
Lögfræðistofa Suðurnesja ehf.
Málverk sf.
Merkiprent ehf.
Nes Raf ehf.
Nesbyggð ehf.
Nesprýði ehf.
Olsen Olsen
Radíonaust - Verkstæði
Ráin ehf.
Reiknistofa fiskmarkaða hf.
Reykjanesbær
RKÍ Suðurnesjadeild
Rörvirki sf.
Sigurjónsbakarí
Sjúkraþjálfunarstöðin Átak ehf.
Skattsýslan sf.
Skipting ehf.
Skólamatur ehf.
Snyrtistofan Dana
Soho Veisluþjónusta
T.S.A. ehf.
Tannlæknastofa Einars Magnússonar ehf.
Triton sf. - Tannsmíðastofa
Útfararþjónusta Suðurnesja
Varmamót ehf.
Verkalýðs- og sjómanna-félag Keflavíkur og nágrennis
Verslunarfélagið Ábót ehf.
Verslunarmannafélag Suðurnesja
Verslunin Kóda sf.
Vísir félag skipstjórnar-manna á Suðurnesjum
Þvottahöllin

Keflavíkurflugvöllur
Miðnesheiði ehf.
Suðurflug ehf.
Bygging 787

Grindavík
Aðal-Braut ehf.
Einhamar Seafood ehf.
Grindavíkurbær
H.H. Rafverktakar
Hafsteinn Sæmundsson
Haustak ehf.
Hérastubbur ehf.
Mamma Mía Pizzahús
Northen light inn
Orkubúið Heilsurækt ehf.
Söluturninn Víkurbraut
Torfhóll ehf.
Veitingastofan Vör
Vísir hf.
Þorbjörn hf.

Sandgerði
Drifás
Hópferðir Sævars
Krass ehf.
Leifur Ölver Guðjónsson
Púlsinn námskeið
- www.pulsinn.is

Garður
Amp Rafverktaki ehf.
Bifreiðaverkstæði Sigurðar Guðmundssonar
Sveitarfélagið Garður

Njarðvík
ÁÁ Verktakar ehf.
Bílaþjónusta GG ehf.
Bókhaldsþjónustan Fitjavík ehf.
GIG smíði ehf.
Góður kostur ehf.
- Matvöruverslun
Ístek ehf.
Nesvellir Þjónustumiðstöð
Rafverkstæði I.B. ehf.
Renniverkstæði Jens Tómassonar ehf.
ÆCO ehf.

Mosfellsbær
Álafoss
- verksmiðjusala ehf.
Bílaverkstæði Sigurbjörns Árnasonar
BJ Málun ehf.
Brunnlok ehf.
Garðplöntustöðin Gróandi
Glertækni ehf.
Guðmundur S. Borgarsson ehf.
Gylfi Guðjónsson, ökukennari
Hákon og Pétur
- Verktakar
Heilsuefling Mosfellsbæjar
Hlégarður - Veislugarður
Hótel Laxnes - Áslákur
Husky ehf.
Ingimundur Magnússon
Ísfugl ehf.
Kaffi Kidda Rót
Kjósarhreppur
L.G. Flutningar ehf.
Mosfellsbær
SM Kvótaþing ehf.
Smíðavellir ehf.
Sögumiðlunin ehf.

Akranes
A. Haraldsson ehf.
Akranesdeild Rauða Kross Íslands
Apótek Vesturlands ehf.
Bifreiðastöð Þ.Þ.Þ. ehf.
Borgdal ehf.
Elkem Island ehf.
Golfklúbburinn Leynir
Grastec ehf.
Haukur Sigurbjörnsson ehf.

LOFT & RAFTÆKI
Sími : 564-3000 www.loft.is
HS ORKA HF
Landsbankinn

Góðgerðardagur í Smáralind

Sunnudaginn 10. október síðastliðinn var haldinn góðgerðardagur í verslunarmiðstöðinni Smáralind undir yfirskriftinni „Kaupmaður í einn dag“ . Þar bauðst krökkum á aldrinum 7-13 ára að koma og selja notað dót á göngugötu Smáralindar og styrkja gott málefni í leiðinni. Heppnaðist dagurinn mjög vel, yfir 100 krakkar mættu og náðu að selja samtals fyrir vel yfir 300 þúsund krónur, en þeir fengu síðan að velja hvaða félag nyti ágóðans. Þessar þrjár hressu stelpur - Móey María, Laufey Lind og Anna Dóra - ákváðu að styrkja Neistann með sínum afrakstri sem var rúmar 40 þúsund krónur, sem þær afhentu Guðrúnu Bergmann formanni Neistans við sérstaka athöfn nokkrum dögum síðar. Hjartans þakkir stelpur!

orkusalan
Fjallabyggð
HB GRANDI

.....Neistinn þakkar fyrir stuðninginn

Mosfellsbær
Hreingerningaþjónusta Vals ehf.
Hvalfjarðarsveit
MVM ehf.
P 21 - Trocadero ehf.
Pípulagningaþjónustan ehf.
Runólfur Hallfreðsson ehf.
Sjúkraþjálfun Georgs
Snyrtistofa Face ehf.
Straumnes ehf. rafverktakar
Trésmiðja Akraness ehf.
Verslunin Bjarg ehf.
Vélaleiga Halldórs Sigurðssonar ehf.
Viðskiptaþjónusta Akraness ehf.
Vignir G. Jónsson ehf.
Þróttur ehf.

Borgarnes
Borgarverk ehf.
Dýralæknaþjónusta Vesturlands ehf.
Eyja- og Miklaholtshreppur
Ferðaþjónustan Snjófell ehf.
Golfklúbbur Borgarness
Gösli ehf.
JGR umboðs- og heildverslun ehf.
Jörvi ehf. vinnuvélar
Karítas Heiða Lárusdóttir
Kristý sf. - Hyrnutorgi 58 - S: 4372001
Langholt ehf. - Baulan
Milli Vina menntasetur ehf.
Ræktunarstöðin Lágafelli
Samtök sveitarfélaga á Vesturlandi
Skorradalshreppur
Snyrtistofa Jennýjar
Sæmundur Sigmundsson ehf.
Tannlæknastofa Hilmis ehf.
Trésmiðja Pálma
Vegamót - Þjónustumiðstöðin
Vélaverkstæði Kristjáns ehf.
Þjónustumiðstöðin Húsafelli ehf.

Borgarfjarðarsveit
Sólhvörf ehf. Garðyrkjubýli

Stykkishólmur
Farfuglaheimilið
Ferðaþjónusta Flateyjar
Gunnar Hinriksson
Helluskeifur ehf.
HringHótels Stykkishólmur ehf.
Stykkishólmsbær
Sæfell ehf.
Sæferðir ehf.

Grundarfjörður
Berg vélsmiðja ehf.
Farsæll ehf.
Grundarfjarðarbær
Hjálmar hf.
Hótel Framnes
Ragnar og Ásgeir ehf.

Ólafsvík
Ferðaþjónusta bænda Lýsuhóli - S: 435 6716
Fiskiðjan Bylgja hf.
Hótel Búðir
Maggi Ingimars ehf.
Steinunn hf.
Valafell ehf.

Hellissandur
Breiðavík ehf.
Esjar ehf.
Félags- og skólaþjónusta Snæfellinga
Hraðfrystihús Hellissands hf.
K.G. Fiskverkun ehf.
Nónvarða ehf.
Sjávariðjan Rifi hf.
Skarðsvík hf.
Snæfellsbær
Þorgeir Árnason ehf.

Reykhólahreppur
Hótel Bjarkarlundur
Kolur hf.

Ísafjörður
3X-Stál hf.
Akstur og löndun ehf.
BK bílasprautun og réttingar ehf.
Félag opinberra starfsmanna á Vestfjörðum
Fræðslumiðstöð Vestfjarða
Gámaþjónusta Vestfjarða ehf.
H.V.-umboðsverslun ehf.
Hafnarbúðin
Hamraborg ehf.
Ísafjarðarbær
Ísfang hf.
KNH ehf.
Skipsbækur ehf.
Teiknistofan Eik ehf.
Vélsmiðjan Þristur ehf.

Bolungarvík
Bolungarvíkurkaupstaður
Jakob Valgeir ehf.
Sigurgeir G. Jóhannsson ehf.
Verkalýðs- og sjómannafélag Bolungarvíkur
Vélvirkinn sf.

Súðavík
Súðavíkurhreppur
Víkurbúðin ehf.

Flateyri
Grænhöfði ehf.
Sytra ehf.

Suðureyri
Klofningur ehf.

Patreksfjörður
Flakkarinn
Gistiheimilið Bjarkarholt
Matmaður ehf.
Minjasafn Egils Ólafssonar - www.hnjotur.is
Nanna ehf.
Oddi hf.
Smur og dekkjaþjónusta

Tálknafjörður
Bókhaldsstofan Tálknafirði
Garra útgerðin
Gistiheimilið Bjarmalandi ehf.
Særöst ehf.
Þórsberg ehf.

Bíldudalur
Mardöll ehf.
Melódíur minninganna

Þingeyri
Brautin sf.
Skjólskógar á Vestfjörðum
Tengill sf.

Hólmavík
Grundarás
Kaupfélag Steingrímsfjarðar

Árneshreppur
Hótel Djúpavík ehf.

Hvammstangi
BBH útgerð ehf
Bílagerði ehf.
Borun og sprengingar ehf.
Ferðaþjónustan Dæli, Víðidal
Hársnyrting Sveinu Ragnarsdóttir
Húnaþing vestra
Kidka ehf.
Tannlæknastofan Hvammstanga
Veiðifélag Arnarvatnsheiðar og Tvídægru
Villi Valli ehf.

Blönduós
Blönduból og Kaffihúsið - LJÓN NORÐURSINS
Blöndubyggð ehf.
Búnaðarsamband Húnaþings og Stranda
Húnavatnshreppur
Stéttarfélagið Samstaða

Skagaströnd
Kvenfélagið Hekla
Marska ehf.
Rafmagnsverkstæðið Neistinn ehf.
Skagabyggð
Vélaverkstæði Skagastrandar
Vík ehf.

Sauðárkrókur
Árskóli
Bókhaldsþjónusta K.O.M. ehf.
Efnalaug Sauðárkróks
Hárgreiðslustofan Hjá Ernu
Heilbrigðisstofnunin Sauðárkróki
Kaupfélag Skagfirðinga
Króksverk ehf.
K-Tak hf.
Listkúnst ehf.
Skinnastöðin ehf.
Spíra ehf.
Starfsmannafélag Skagafjarðar
Steinull hf.
Stoð ehf. - verkfræðistofa
Verslun Haraldar Júlíussonar
Verslunarmannafélag Skagafjarðar
Vörumiðlun ehf.

Varmahlíð
Akrahreppur - Skagafirði
Ferðaþjónusta bænda
Ferðaþjónustan Bakkaflöt
Ferðaþjónustan Steinsstöðum
Langamýri fræðslusetur
Ómar Bragason

Hofsós
Grafarós ehf.
Vesturfarasetrið - www.hofsos.is

Siglufjörður
Fiskbúð Siglufjarðar
Gistihúsið Hvanneyri
Málaraverkstæðið ehf.

Akureyri
Augnlækningastofa Ragnars Sigurðsson
B. Hreiðarsson ehf.
Bakaríið við Brúnna
Bautinn
Bifreiðaverkstæði Bjarnhéðins hf.
Bifreiðaverkstæðið Baugsbót ehf.
Bílasalan Ós ehf.
Bílaverkstæði Akureyrar
Bláa Kannan ehf.
Blikkrás ehf.
Búgarður - Búnaðarsamband Eyjafjarðar
Bæjarverk hf.
Dragi ehf.
Efling sjúkraþjálfun ehf.
Ekill ehf. - www.ekill.is
Ferðaskrifstofa Akureyrar
Félag málmiðnaðarmanna Akureyri
G.V. gröfur ehf.
Garðar Helgason
Garðverk sf.
Hafnarsamlag Norðurlands

Aukalán vegna sérþarfa

Þeir sem hafa skerta starfsorku, eru fatlaðir eða hreyfihamlaðir geta fengið aukalán til að gera breytingar á íbúðarhúsnæði eða til að kaupa eða byggja húsnæði vegna sérþarfa sinna. Lánið kemur til viðbótar 20 milljóna króna hámarksláni Íbúðalánasjóðs eða öðrum fasteignaveðlánum að hámarki 20 milljónum. Einnig er heimilt að veita aukalán til forsvarsmanna þeirra sem búa við sérþarfir.

www.ils.is
Borgartúni 21 | 105 Reykjavík | Sími : 569 6900, 800 6969

Íbúðalánasjóður

Sumarhátíð Neistans 2010

Tjörvi Bjarnason kom frá bænda-samtökunum og grillaði þessa líka flottu skrokka handa félagsmönnum en hann er einnig pabbi hjartabarns

Hin árlega sumarhátíð Neistans var að þessu sinni haldin í Guðmundarlundi þann 15. ágúst síðastliðinn. Andstætt því sem við eigum að venjast léku veðurguðirnir ekki við okkur þennan dag, heldur demdu á okkur góðum slatta af rigningu og roki. Neistafólk lætur hins vegar fátt aftra sér í að njóta samverustunda, klæddi sig bara vel og skemmti sér enn betur, meðal annars í fjörugum fótbolta.

Veitingar voru sérstakar í ár, þar sem Félag sauðfjárbænda hafði að eigin frumkvæði boðist til að mæta og grilla heilu lambaskrokkana fyrir okkur. Höfðu fjárbændurnir fengið tilheyrandi kartöflur og grænmeti hjá kollegum sínum garðyrkjubændum – en síðan var það Hótel Saga sem lagði til ljúffenga sósuna. Sendum við þessum aðilum öllum hjartanskveðjur og þakklæti fyrir ógleymanlega máltíð.

hjá Hrafnhildi

Arion banki

Eirberg

.....Neistinn þakkar fyrir stuðninginn

Akureyri
Halldór Ólafsson, Úr og skartgripir
Hárgreiðslustofan Eva
Hárgreiðslustofan Hártískan
Heiltönn ehf.
Hlíðarskóli
Hnjúkar ehf. (Haukur og Bessi)
Hnýfill ehf.
Index tannsmíðaverkstæði ehf.
Ísgát ehf.
Íþróttamiðstöðin Þelamörk
J.M.J. herrafataverslun
K.B. bólstrun
Kaffi Akureyri
Kjarnafæði hf.
Kælismiðjan Frost ehf.
Litblær ehf.
Ljósgjafinn ehf.
Lostæti ehf.
Lögmannsstofan ehf.
Lögmannsstofan Lögmannshlíð
Malbikun KM
Miðstöð ehf.
Oddeyrarskóli
Orlofsbyggðir Illugastaðir
Passion ehf.
Peka ehf.
Polýhúðun Akureyri
Rafós sf.
Raftákn ehf.
S.S. byggir ehf.
Samvirkni ehf.
Sandblástur og málmhúðun hf.
Slippurinn Akureyri ehf.
Straumrás ehf.
Strikið Veitingastaður
Svalbarðsstrandarhreppur
Sveitahótelið ehf.
Tannlæknastofa Björns Rögnvaldssonar ehf.
Tannlæknastofa Ragnheiðar Hansdóttur
Tískuverslun Steinunnar
Traustmynd ehf.
Trétak hf.
Tölvís sf.
Verkstjórafélag Akureyrar og nágrennis
Vélsmiðja Steindórs hf.
Vélsmiðjan Ásverk ehf.
Ösp, trésmiðja sf.

Grenivík
Darri ehf.
Frosti ehf.
Gistihús Miðgörðum
Grýtubakkahreppur
Hreinn Böðvar Gunnarsson
Jói ehf.

Grímsey
Básavík ehf.

Dalvík
B.H.S. ehf, bíla- og vélaverkstæði
G. Ben. Útgerðarfélag ehf.
Gistihúsið Skeið www.thule-tours.is
Hýbýlamálun
Kussungur ehf.
Niels Jónsson ehf.
Promens Dalvík ehf.
Tréverk hf.
Vaxið - Brauðgerð ehf.
Vélvirki ehf.

Ólafsfjörður
Freymundur ehf.
Norlandia ehf.
Sigurjón Magnússon ehf.
Sjómannafélag Ólafsfjarðar

Hrísey
Eingrunarstöð Gæludýra Hrísey
Hvatastaðir ehf.
Veitingahúsið Brekka ehf. www.brekkahrisey.is

Húsavík
Alverk ehf.
Bílaþjónustan ehf.
Gistiheimilið Árból - www.simnet.is/arbol
Gistiheimilið Sigtún ehf.
Höfðavélar ehf.
Jarðverk ehf.
Tjörneshreppur
Trésmiðjan Rein ehf.
Vélaverkstæðið Árteigi
Ökuskóli Húsavíkur ehf.
Öryggi ehf.

Laugar
Kvenfélag Reykdæla
Litlulaugaskóli
Norðurpóll ehf.
Þingeyjarsveit

Reykjahlíð
Eldá ehf.
Hlíð ferðaþjónusta
Kvenfélag Mývatnssveitar
Leikskólinn Ylur
Mývatnsmarkaður ehf.
Mývetningur Íþrótta- og ungmennafélag

Kópasker
Árdalur ehf.
Búðin Kópaskeri ehf.
Ferðaþjónusta bænda Hóli
Rifós hf.
Röndin ehf.
Ungmennafélag Öxfirðinga
Vökvaþjónusta Kópaskers ehf.

Raufarhöfn
Hótel Norðurljós

Þórshöfn
Ferðaþjónusta bænda Ytra-Álandi
Geir ehf.
Haki ehf.
RKÍ Þórshafnardeild
Verkalýðsfélag Þórshafnar

Vopnafjörður
Bílar og vélar ehf.
Ferðaþjónusta Syðri-Vík
Nema hvað - Handverkshús
Hafnarbyggð
Vopnafjarðarhreppur

Egilsstaðir
Bílamálun Egilsstöðum ehf.
Bókráð, bókhald og ráðgjöf ehf.
Bólholt ehf.
Fjalladýrð
Fótatak - Fótaaðgerðastofa
G. Ármannsson ehf.
Gistiheimilið Eyvindará ehf.
Gistihúsið Egilsstöðum
Hitaveita Egilsstaða og Fella
Menntaskólinn á Egilsstöðum
Minjasafn Austurlands
Rafey ehf.
Skógrækt ríkisins
Skriðuklaustur - Gunnarsstofnun
Snyrtistofan Alda
Sólskógar ehf.
Sænautasel ehf.
Tindaberg ehf.
Tréiðjan Einir hf.
Verkfræðistofa Austurlands hf.
Verslunin Skógar ehf.
Vélaleiga Sigga Þórs
Vísindagarðurinn ehf.
Þ.S. Verktakar ehf.
Þekkingarnet Austurlands ses.

Seyðisfjörður
Austfar ehf.
Gullberg ehf.
Jón Hilmar Jónsson - Rafverktaki
RKÍ Seyðisfjarðardeild
Seyðisfjarðarkaupstaður

Reyðarfjörður
Fjarðabyggð
Launafl ehf.
Tærgesen ehf.

Eskifjörður
Bókabúðin Eskja
Eskja hf.
Fjarðaþrif ehf.
Héraðssjóður Austfjarðaprófastsdæmis
Tanni ferðaþjónusta ehf. - www.tannitravel.is

Neskaupstaður
Aldan NK-28 ehf.
Árni Sveinbjörnsson
Egilsbúð - Ölver ehf.
Fjarðalagnir ehf.
Laufskálinn ehf.
Síldarvinnslan hf.

Fáskrúðsfjörður
Loðnuvinnslan hf.

Stöðvarfjörður
Lukka ehf.
Raflagnir Austurlands ehf.

Breiðdalsvík
Hákon Hansson
Hótel Bláfell ehf.
Hótel Staðarborg

Höfn
Ferðaþjónustan Stafafell í Lóni
Hátíðni hf.
Hornabrauð ehf.
Ís og ævintýri ehf.
Mikael ehf.
Skinney - Þinganes hf.
Sveitarfélagið Hornafjörður
Verslunin Jarpis ehf.
Vélsmiðjan Foss ehf.

Selfoss
Alvörumenn ehf.
Árvirkinn ehf.
Bakkaverk ehf.
Bifreiðastöð Árborgar
Bifreiðaverkstæðið Klettur ehf.
Bílaþjónusta Péturs ehf.
Bíltak ehf.
Bjarnabúð
Björgunarfélag Árborgar
Bókaútgáfan Björk
Búhnykkur ef.
Búnaðarfélag Grafningshrepps
Búnaðarfélag Villingaholtshreppi
Byggingafélagið Laski ehf.
Do-Re-Mi
Flóahreppur
Fræðslunet Suðurlands
Gistiheimilið Gilbrún
Guðnabakarí ehf. Café konditori
Hópferðabílar Guðmundar Tyrfingssonar
Jeppasmiðjan ehf.
Kvenfélag Grímsneshrepps
Litli Jón ehf. (Hrói Höttur)
Múrfag ehf.
Nesey ehf.
ParaLamp ehf. - Formax ehf.
Renniverkstæði Björns Jenssen
Reykhúsið Útey ehf. - www.utey.is
S.G. hús hf.
SBD Fley Case ehf.
Sigurður Ágúst ehf.
Stokkar og steinar - www.simnet.is/stokkarogsteinar
Sunnan 4 hf.
Tannlæknastofa Þorsteins
Toyota Selfossi - Bílasala Suðurlands ehf.
Tækniþjónusta Suðurlands ehf
Veiðisport ehf. - www.veidisport.is
Veitingastofan T Bær Selvogi
Verslunin Árborg
Verslunin Íris, Kjarnanum
Vinnuvélar - Svínavatni

Hveragerði
Blikksmiðja A. Wolfram
BP Skrúðgarðar ehf.
Fagvís ehf.
Garðplöntusalan Borg
Grunnskólinn
Hamrar hf. - Plastiðnaður
Hannyrðabúðin
Hofland-setrið ehf.
Hótel Örk - Örkin veitingar
Tannlæknastofa Þórðar B. ehf.

Þorlákshöfn
Fiskmark ehf.
Frostfiskur ehf.
Steinsteypusögun Snæfelds ehf.
Sveitarfélagið Ölfus
Trésmiðja Heimis ehf.

Stokkseyri
Flóð og fjara ehf.

Laugarvatn
Ásvélar ehf.
Laugarvatn ehf.

Flúðir
Ferðaþjónustan Syðra-Langholti
Flúðafiskur
Flúðasveppir ehf.
Hitaveita Flúða og nágrennis
Íslenskt Grænmeti

Hella
Ás - Hestaferðir
GKK verktakar ehf.
Gróðrastöð Birgis
Hekluhestar
Hestvit ehf.
Rangá ehf.
Sólfugl ehf.
Varahlutaverslun Björns Jóhannssonar
Verkalýðsfélag Suðurlands
Vörufell

Hvolsvöllur
Eining sf.
Héraðsbókasafn Rangæinga
Krappi ehf.
Reiðskólinn Þyrill
Vörubílstjórafélagið Fylkir

Vík
B.V.T. ehf.
Hótel Höfðabrekka ehf.
Hrafnatindur ehf.
Klakkur ehf.
Kvenfélag Hvammshrepps

Kirkjubæjarklaustur
Icelandair Hotel Klaustur
Kvenfélag Skaftártungu
Systrakaffi ehf.
Tjaldsvæðið Kirkjubæ II

Vestmannaeyjar
Áhaldaleigan ehf.
Bessi ehf.
Bifreiðaverkstæði Muggs
Eyjasýn ehf.
Frár ehf.
Gallerí Prýði - Ramin ehf.
Geisli Raftækjavinnustofa Faxi hf.
Grétar Þórarinsson ehf.
Heimaey ehf. þjónustuver
Ísfélag Vestmannaeyja hf.
Kaffi María ehf. - Brandur ehf.
Karl Kristmanns - umboðs- og heildverslun
Miðstöðin ehf.
Ós ehf.
Pétursey ehf.
Reynistaður ehf.
Sjómannafélagið Jötunn
Stígandi ehf.
Sýslumaðurinn í Vestmannaeyjum
Vestmannaeyjabær
Vélaverkstæðið Þór hf.
Vinnslustöðin hf.
Vöruval ehf.

ÖSSUR

BAKKAVÖR

íslenskt grænmeti
ÞÚ VEIST HVAÐAN ÞAÐ KEMUR

NÝTT!
NICOTINELL ICEMINT

Nicotinell®

NICOTINELL LYFJATYGGIGÚMMÍ
NÝTT FRÍSKANDI MINTU BRAGÐ

VELDU REYKLAUST LÍF

Nicotinell er samstarfsaðili Krabbameinsfélagsins

Nicotinell nikótínlyf fást án lyfseðils og eru notuð sem hjálparefni til þess að hætta eða draga úr reykingum. Til að ná sem bestum árangri skal ávalt fylgja leiðbeiningum í fylgiseðlinum með lyfinu. Skammtar af Nicotinell lyfjatyggigúmmíi mega aldrei vera stærri en 25 stykki á dag. Þeir sem hafa fengið ofnæmi fyrir nikótíni eða öðrum innihaldsefnum lyfsins, fengið hjartaáfall nýlega, óstöðuga eða versnandi hjartaöng, að meðtöldu Prinzmetal afbrigði hjartaangar, alvarlega hjartsláttaróreglu eða heilablóðfall nýlega, eiga ekki að nota Nicotinell nikótínlyf. Sjúklingar með hábrýsting sem ekki hefur náðst stjórn á, stöðuga hjartaöng, sjúkdóm í heilaæðum, teppusjúkdóm í útlægum slagæðum, hjartabilun, sykursýki, ofstarfsemi skjaldkirtils eða krómfíklæxli, auk alvarlega skertrar nýrna- og/eða lifrarstarfsem skulu gæta varúðar við notkun á Nicotinell. Börn undir 15 ára aldri, þungaðar konur og konur með barn á brjósti skulu ekki nota lyfið nema að læknisráði. Markaðsleyfishafi: Novartis Healthcare.
Umboð á Íslandi: Artasan ehf., Suðurhraun 12a, 210 Garðabæ.