

# INFORMATIONSBLAD NR 1 2021

---

## Kallelse till årsmöte 2021 i Njurförbundet Stockholm Gotland

På grund av Covid-19 viruset och med hänsyn till er medlemmar har vi beslutat att även i år genomföra 2021 års Årsmöte i vår förening digitalt. Vi kommer att använda ett digitalt ”verktyg” som heter ZOOM och som kan användas både från en dator och från en mobiltelefon.

### Datum för Årsmöte: torsdag den 29 april 2021

- Tidpunkt:** Själva mötet startar kl. **18.00**, men redan från 17.30 är ZOOM-mötet öppet så att du i lugn och ro kan logga in och se att det fungerar.
- Inledande föredrag** Vi inleder med ett kortare föredrag om Njurförbundets riksorganisations verksamhet. Vi räknar med att föredrag och Årsmötet tillsammans tar ca en och en halv timme.
- Anmälan:** Maila din anmälan till ([christina.engstrom@njurforbundet.se](mailto:christina.engstrom@njurforbundet.se)) eller ring till vårt kansli på 070-794 51 04.
- Sista anmälningsdag:** måndagen den 26 april kl. 17.00. Obs! Ange din mailadress och ditt telefonnummer.
- Handlingar till Årsmötet** Föredragningslista mm samt verksamhets- och förvaltningsberättelse med tillhörande noter för år 2020 kommer att skickas till dem som anmält att de vill delta.  
Handlingar kan också, för dem som så önskar, rekvideras från kansliet under första halvan av april. Ring i så fall direkt till Christina Engström Mörnsjö på telefon 070-794 5104 eller maila till [christina.engstrom@njurforbundet.se](mailto:christina.engstrom@njurforbundet.se)  
Årsredovisningshandlingarna kommer också att publiceras på regionförbundets hemsida [www.njurforbundet.se](http://www.njurforbundet.se) välj regionförbund Njurförbundet Stockholm Gotland
- Inloggning till mötet** Inloggningslänk till mötet via ZOOM skickas efter anmälan till angiven mailadress tillsammans med en kortfattad beskrivning ”Instruktioner om möten via ZOOM”
- Allmänt om Zoommöten** *Om det är första gången du ska gå med i ett möte via ZOOM och känner dig osäker finns det gott om guider på internet. Här är till exempel en länk till en kort instruktionsfilm på svenska:*  
[www.youtube.com/watch?v=PcUgz-j3SPI](https://www.youtube.com/watch?v=PcUgz-j3SPI).

**Hjärtligt välkomna/Styrelsen**

---

---

## Corona och vaccinationer

Det är nu mer än ett år sedan coronapandemin bröt ut och drabbade världen. Här i Europa och Sverige har vi upplevt en första och en andra våg och är nu, av allt att döma, inne i en tredje. Sjukdomen covid 19 har drabbat många. Över 13 000 har avlidit med covid 19 och närmare 800 000 har bekräftats smittade. Dessutom har pandemin drabbat landet på andra sätt: företag har tvingats inskränka eller till och med lägga ner. Många har blivit arbetslösa och vi har alla blivit tvungna att hålla distans och inte kunnat träffa släkt och vänner som tidigare etc. Inte minst äldre, funktionshindrade och svårt sjuka har drabbats särskilt. I den gruppen ingår flera av våra medlemmar.



Till en början inkluderades inte t ex dialyspatienter eller transplanterade bland någon av de främst prioriterade grupperna (om de inte av något annat skäl tillhörde de prioriterades skara). Njurförbundet reagerade starkt på detta och uppvaktade de ansvariga myndigheterna. Detta ledde till att bl a dialyspatienter och transplanterade blev högt placerade i prioritetsordningen, fas 2 tillsammans med tex personer äldre än 65 år. Detta får ses som en stor framgång för Njurförbundets arbete för njurpatienterna!

I Stockholmsregionen har vaccineringen börjat mycket trögt; man ligger i skrivande stund sämst till i Sverige när det gäller andelen vaccinerade, medan region Gotland ligger främst.

Vi börjar nu se ljuset i tunneln i och med att man äntligen nu startat upp vaccinering mot covid 19 för många av våra grupper. Vaccineringen genomförs enligt en av Folkhälsomyndigheten rekommenderad prioritetsordning som man kan läsa om tex på Folkhälsomyndighetens hemsida där vi nu har ytterligare prioriterats upp så att vi ligger bland de främsta inom fas 2.

Samboende och hushållsnära personer över 18 år börjar nu också att erbjudas vaccination inom ramen för Fas 2 i vaccinationsprogrammet.

Det är utomordentlig glädjande att vaccinationerna för dialyspatienter och transplanterade mfl nu kommit igång i Stockholmsregionen och att det är njurklinikerna som är sammanhållande för såväl dessa vaccinationer som för kallelser.

Avslutningsvis vill jag gärna berätta något om vår egen verksamhet. Självfallet har den i mycket präglats av pandemin. Vår föreläsningsverksamhet och våra sociala aktiviteter har inte kunnat genomföras som tänkt. Särskilt ledsamt är det att vårt sociala uppdrag inte heller kunnat fullföljas. Jag vet att många medlemmar uppskattar t ex våra utflykter och vårt julbord mm, med tillfällena då man kan byta erfarenheter om njursjukdomar och dess påverkan på det vanliga livet.

Men vi kommer igen. När restriktionerna i samhället är över och livet blir något mer likt det vanliga kommer vi att försöka ta igen det vi inte kunnat genomföra. Något att se fram emot.

Ett närliggande evenemang är vårt årsmöte som äger rum den 29 april och sker digitalt. Kallelsen finns på första plats i detta Infoblad. Förra årets årsmöte genomfördes också digitalt och det gick ändå förvånansvärt bra. Det är inte komplicerat att vara med; det som behövs är en dator eller en mobiltelefon. Vi kommer att ge en enkel instruktion i förväg. Så väl mött på årsmötet!

Styrelsen/Björn Nilsson, ordförande NjSG

---

## *Föreningsinformation*

---

### **Njurförbundet Stockholm Gotland styrelse (nuvarande sammansättning)**

Ordförande, kassör	Björn Nilsson	<a href="mailto:bjorn.nilsson@njurforbundet.se">bjorn.nilsson@njurforbundet.se</a>	070-771 53 02
V. ordförande	Lars Rekke	<a href="mailto:lars.rekke@telia.com">lars.rekke@telia.com</a>	070-962 64 49
Ledamot	Bo Holmén	<a href="mailto:akessonholmen@gmail.com">akessonholmen@gmail.com</a>	070-539 23 73
Ledamot	Mikaela Persson	<a href="mailto:persson.mikaela@live.se">persson.mikaela@live.se</a>	070-294 02 96
Ledamot	Jimmy Kring	<a href="mailto:kring.jimmy@gmail.com">kring.jimmy@gmail.com</a>	070-233 81 33
Ledamot	Eva Söderkvist	<a href="mailto:eva@soderkvist.se">eva@soderkvist.se</a>	072-544 79 86
Ledamot	Sven Jonsson	<a href="mailto:NjSG@svenjonsson.com">NjSG@svenjonsson.com</a>	
Ledamot	Elvira Gardell	<a href="mailto:elvira.gardell@live.se">elvira.gardell@live.se</a>	076-061 47 53

#### **Revisorer:**

Auktoriserad revisor: Margaretha Morén, BDO Mälardalen AB

Föreningsrevisor: Donald Eriksson,

Suppleant: Monica Eriksson

#### **Valberedning:**

Lars Eriksson	Sammanställande	<a href="mailto:lb.eriksson@bredband.net">lb.eriksson@bredband.net</a>	070-558 24 25
---------------	-----------------	--	---------------

---

## *Aktiviteter*

---

### *Genomförda aktiviteter Januari - mars*

---

#### **Digital Stadsvandring i Gamla Stan.**

Onsdagen den 24 februari anordnade föreningen en digital stadsvandring i Gamla Stan med guiden Eliane Högberg. Det var första gången som föreningen anordnade en digital vandring, i dessa tider och med Corona Pandemin måste man testa nya vägar.

Vi var 19 personer som deltog i ”vandringen”, som gick till på följande sätt. Man knappade in sig på en länk i ZOOM som Eliane hade skickat till mig, och som jag sedan vidarebefordrade

till de deltagare som anmält sig till vandringen. Sedan var det bara att lyssna och titta på bilderna som visades om Gamla Stan på en dator eller mobiltelefon.

Vandringen var mycket tydlig, lättsam och innehållsrik med många nya intressanta uppgifter även för oss inboddade stockholmare. Presentationen höll på i ungefär en timme.

Nedan under kommande aktiviteter bjuder vi in till ännu en digital ”vandring” i Stockholm. Så länge Pandemin håller på och det finns olika restriktioner om att inte ha fysiska möten och andra aktiviteter får vi hålla till godo med dessa alternativ.

Vi pennan/Christina

---

## *Kommande aktiviteter*

---

### Stockholm - i ord och bild MARIAKVARTEREN PÅ SÖDERMALM DIGITAL BILDPRESENTATION



Följ med på en vandring - i ord och bild - i Mariakvarteren på Södermalm. Stockholmsguiden Eliane Högberg berättar om Hornsgatan, Mariatorget, Mariahissen, Monteliusvägen, Olle Adolphsons park, Ludvigsbergs Mekaniska verkstad och Munchenbryggeriet samt några av de kända konstnärer, författare och visdiktare som bott i området.



**Måndagen den 10 maj kl. 18:00 via Zoom.**

**Anmälan sker till [christina.engstrom@njurforbundet.se](mailto:christina.engstrom@njurforbundet.se) eller 070-794 51 04, senast måndag den 3 maj.**

**VÄLKOMNA**

---

---

Nedan återupprepar vi artikeln från förra Infobladet angående covid-19 och som är lika aktuell idag.

## **Sammanfattande och förenklade förhållningsregler för dig med Njursjukdom**

**För dig som har känd njursjukdom med endast lätt eller måttligt nedsatt njurfunktion (kronisk njursvikt stadium 3 eller bättre):** du betraktas inte som särskild riskgrupp, men ska följa de allmänna råden för att minska risken att bli smittad.

**För dig som har gravt nedsatt njurfunktion (kronisk njursvikt stadium 4-5):** det finns en risk att vid annan sjukdom såsom infektion försämras i din njursvikt och i värsta fall behöva starta dialys. Ofta är försämringen tillfällig om undervätskning behandlas och doser av blodtryckssänkande och vätskedrivande mediciner justeras av din läkare så att du blir normalvätskad och har normalt blodtryck för att hjälpa njurarna. Det är viktigt att du hör av dig till din njurmottagning om du blir sjuk eftersom det kan behövas en kontroll av njurfunktionen.

**För dig som har en inflammatorisk njursjukdom eller vaskulitsjukdom:** vid nyinsjuknande eller skov i t.ex. vaskulit ges alltid först en startbehandling med immunhämmande läkemedel för att dämpa inflammationen. Därefter behöver man en underhållsbehandling för att minska risken för skov. Vi har under pandemin fortsatt ge startbehandlingar, men har i varje individuellt fall gjort bedömningar om vilken underhållsbehandling som kan ges eftersom olika läkemedel ger olika grad av immunhämning. Fortsätt därför att ta dina läkemedel enligt ordination. Hos dig som är en i stillsam fas av din inflammatoriska njursjukdom och inte har någon immunhämmande behandling är det framförallt graden av njurfunktionsnedsättning som avgör om du tillhör riskgrupp.

**För dig som går i bloddialys:** du får dina dialysbehandlingar vare sig du är frisk eller smittad, men det finns olika lokala riktlinjer på våra dialysmottagningar i regionen. Om endast ett fåtal patienter är infekterade samtidigt finns oftast enkelsal att tillgå på dialysen. I våras hade vi många sjuka samtidigt och fick då dela upp de smittade och friska i separata storsalar, vilket innebar att en del patienter tillfälligt fick byta dialysmottagning, minska antalet dialyser per vecka eller byta dialysdagar. Detta var för att få ihop logistiken och se till att alla dialyspatienter fick tillräckligt med dialys utan risk för smitta. Om du får symtom ska du ringa din dialysmottagning för att planera för din nästa dialys och provtagning för Covid-19 via dialysen.

**För dig som går i peritonealdialys:** vid infektion med undervätskning p.g.a. feber eller vätskeförluster i mag-tarmkanalen kan styrkorna på dina dialysvätskor behöva minskas, ring din PD-mottagning för att berätta att du är sjuk.

**För dig som är transplanterad:** fortsätt ta dina immunhämmande läkemedel. Om du skulle drabbas av svårare Covid-19 och som kan kräva inläggande vård diskuterar du med din njurläkare om eventuella ändringar i medicinering.

**För dig som väntar på transplantation:** transplantationer med njure från avliden donator har fortsatt utan uppehåll under året. De som har en planerad levande givare har under våren fått skjuta upp sin planerade transplantation. Om du smittas med Covid-19 under tiden på väntelistan måste du ringa till din transplantationsenhet för att meddela detta så att du tillfälligt kan tas ned från väntelistan under pågående infektion. I övrigt gäller samma råd som vid gravt nedsatt njurfunktion ovan.

**För dig som ska donera en njure:** i våras pausades transplantationer med njure från levande donator under perioden mars-april. Sedan maj görs transplantationerna som planerat, men donatorer provtas för Covid-19 och får även göra en skiktröntgen av lungorna inför donationen.

**För dig som är tidigare njurfrisk men drabbats av akut njursvikt p.g.a. Covid-19:** det är viktigt att någon följer upp din njurfunktion för att se om du utvecklar kroniskt nedsatt njurfunktion. Det finns ingen gemensam planering för uppföljning i regionen, en del följs upp på Covidmottagning eller vårdcentral och andra på njurmottagning.

/Jessica Smolander



*Biträdande överläkare, njurmedicin  
Danderyds sjukhus*

Annette Bruchfeld



*Professor, Linköpings Universitet  
Överläkare, njurmedicin Universitetssjukhuset  
Linköping och Karolinska Universitetssjukhuset  
Stockholm*

---

## Medlemmars mailadresser

Det finns ett starkt behov av att snabba upp informationen till medlemmarna, inte minst märks det i dessa tider då mycket händer. Har du en mailadress eller har du nyligen bytt till en ny, meddela Kansliet så uppdaterar Christina medlemsregistret med dessa uppgifter.

Mailadress till Christina är: [christina.engstrom@njurforbundet.se](mailto:christina.engstrom@njurforbundet.se)

---

Adress	Telefon	Bankgiro	Mail
S:t Göransg. 84 112 38 Stockholm	08-653 39 10 070 794 5104	5068-2350	christina.engstrom@njurforbundet.se