

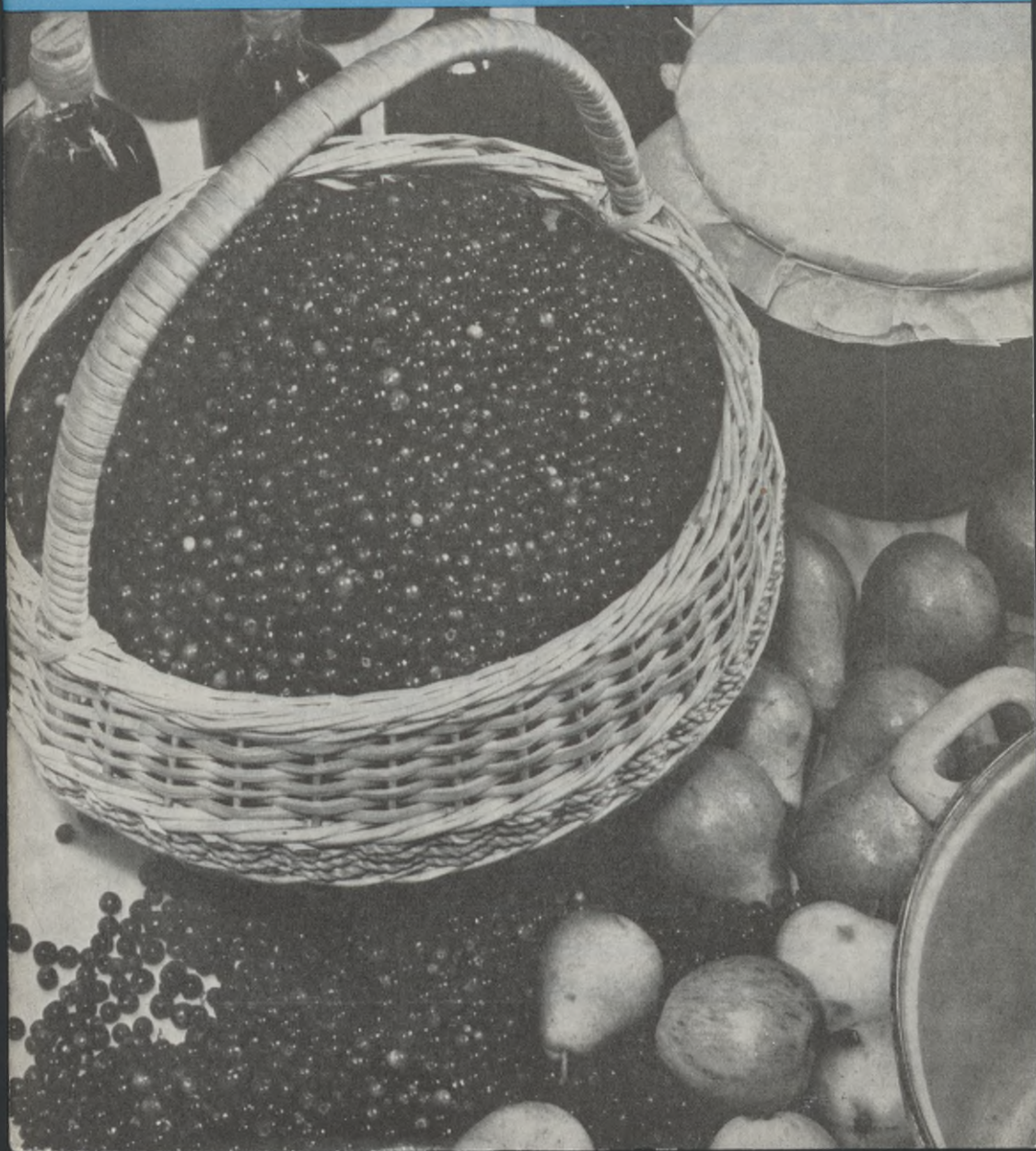
Det här verket har digitaliserats vid Göteborgs universitetsbibliotek.  
Alla tryckta texter är OCR-tolkade till maskinläsbar text. Det betyder att du kan söka och kopiera texten från dokumentet. Vissa äldre dokument med dåligt tryck kan vara svåra att OCR-tolka korrekt vilket medför att den OCR-tolkade texten kan innehålla fel och därför bör man visuellt jämföra med verkets bilder för att avgöra vad som är riktigt.

This work has been digitised at Gothenburg University Library.  
All printed texts have been OCR-processed and converted to machine readable text.  
This means that you can search and copy text from the document. Some early printed books are hard to OCR-process correctly and the text may contain errors, so one should always visually compare it with the images to determine what is correct.



# DIABETES

*De Sockersjukas Tidskrift* • Nummer **5** 1958 • Pris 1: 25



*Nytt sötningsmedel*

*för bantare och diabetiker*

## bitsocketter

- helt utan bismak
- helt utan kalorier
- utmärkt även för bakning och kokning

Bitsocketter består av natriumcyklamater och sackarinatrium i en avvägning, som är ytterst noggrant utprovad.

Bitsocketter höjer inte blodsockerhalten och är därför lämpligt att använda av sockersjuka, som här får ett länge efterlängtat sötningsmedel, vilket utöver sina andra goda egenskaper även smakar gott.

Bitsocketter tål bakning, kokning och matlagning. Även till drycker av skilda slag är Bitsocketter utmärkt. Ni doserar på vanligt sätt till kaffe, te eller choklad: en bit = en sockerbit. Också safter och juicer är lämpliga att söta med Bitsocketter.

Ni finner i den receptsamling, som erhålles gratis i handeln, ett flertal tips på användningsområden.

Ni måste dock som i alla recept noga följa anvisningarna för att resultatet skall bli lyckat.

BITSOCKETTER finns i FICKFÖRPACKNING (skjutask) om 100 st. à 2:25 och i HUSHÅLLSFÖRPACKNING (rörglas) om 600 st. à 7:50.

**AB SUNCO**

Göteborg

dotterföretag till läkemedelsfabriken Astra

*Ansvarig utgivare:*  
Nancy Eriksson

*Redaktion och expedition:*  
Majorsgatan 10  
Stockholm Ö  
Telefon 61 39 49  
Postgiro 50 07 75

*Annonsavdelning:*  
Manhemsvägen 7  
Sollentuna  
Telefon 35 42 18, Stockholm

*Redaktionskommitté:*  
Gunnar Engleson  
Nancy Eriksson  
Gunnel Rathsman

*Medicinska medarbetare:*  
Docent, med. dr Gunnar Engleson  
Allhelgona Kyrkogata 10, Lund  
Överläkare, med. dr Alb. Grönberg  
Brättevägen 4, Vänersborg

*Prenumerationspris:*  
7:— kr. pr år  
Utkommer i månaderna  
februari, april, juni, augusti,  
oktober och december

*Tryck:*  
Lindgrens Tryckeri, Katrineholm

*Svenska Diabetesförbundet:*  
Majorsgatan 10  
Telefon 61 39 49  
Stockholm Ö  
Kontrollgirokonto 90 09 01

*Ordförande:*  
Riksdagsledamoten  
Fru Nancy Eriksson  
Roslagsgatan 11, Stockholm Va  
Telefon 32 02 32

*Kassaförvaltare:*  
Revisor Alexis Åsbrink  
Abrahamsbergsvägen 19, Bromma  
Telefon 26 40 24, Stockholm

Omslagsbilden påminner om att  
det här är ett dietnummer.

# DIABETES

*Organ för Svenska Diabetesförbundet*  
Nummer 5, oktober 1958, årgång 8

## Innehåll:

Medicinkostnader, Nancy Eriksson .....	3
En internationell diabeteskongress, Yngve Stranke .....	5
Ett alternativ till skattelindring, Lennart Söderhjelm ..	9
Vad skall jag äta? Ulla Sahlén	10
Blodtryck och sockersjuka ...	25
Från våra föreningar .....	27

*Klara fakta om*

# SUCARYL

Det VÄRMEBESTÄNDIGA  
sötningsmedlet  
UTAN NÄRINGSVÄRDE

*(Natriumcyklamat, Abbott och sackarin)*

● *Vad det är:* SUCARYL är ett sötningsmedel utan näring, användbart vid tillagning av sockerförbjuden dietmat för diabetes- och fettsotpatienter. Dess funktion är att åstadkomma önskad sötma utan tillskott av kolhydrater och därmed underlätta för patienterna att hålla stränga dietföreskrifter. SUCARYL är värmebeständigt, vilket gör det användbart vid kokning, bakning, konservering och djupfrysning utan att det därmed förlorar sin sötma. Följden härav är att SUCARYL har vidsträckt användbarhet vid matlagning. SUCARYL har sockerliknande sötma och efterlämnar vid ordinarie bruk ingen bitter eller metallisk eftersmak.

● *I två former:* SUCARYL finns numera i både natrium- och calciumform. De praktiska, skummande SUCARYL natriumtabletterna, innehållande 50 mg natriumcyklamat och 5 mg sackarin, finns i glas om 100 och 1.000 stycken. SUCARYL calcium sötningslösning, en nyuppfunnen natriumfri form för strikt saltdiet, finns i för hushållsbruk praktiska flaskor om 120 ml.

● *Rekommenderat bruk:* När SUCARYL intages i normala mängder förekommer ingen upplagring av det i kroppen eller några toxiska verkningar.

Patienter på strängt saltfattigt diet böra emellertid använda calciumlösningen. Calciumformen av SUCARYL har lägre tröskel för bitter smak, förnimbar i vissa födoämnen när proportionen uppgår till 0,5 procent, jämfört med omkring 0,8 procent för natriumformen. Båda formerna äro lika bra vid ordinarie bruk.

---

**ABBOTT LABORATORIES SKANDINAVISKA AB**

Lindhagensgatan 132 — STOCKHOLM — Telefon 520255

---

FINNES ATT KÖPA PÅ ALLA APOTEK

## Medicinkostnader

Vilka kostnader har diabetikern för medicin? Detta är en fråga, som den sittande statliga läkemedelskommittén har ställt till Diabetesförbundet och som kommer att skriftligt ställas till ett antal sockersjuka personer direkt. Insulinet är fritt, men förbundet har vid flera tillfällen pekat på, att de diabetiker som i stället för insulin ordineras tablettor icke har kostnadsfri medicin, trost att det gäller samma kroniska sjukdom. Kommittén är också intresserad av att veta vilka utgifter diabetikerna i allmänhet har för andra mediciner än dem, som direkt gäller sockersjukan, vilka insulinfabrikat som användes och hur mycket insulin som ges. Liknande frågor har även ställts bl. a. till De lungsjukas riksförbund.

Sedan läkemedelsreformens tillkomst har läkemedelskostnaderna ökat, och en viss kritik har gjorts sig hörd från dem, som anser att utgifterna bör skäras ner, och från dem, som anser att ersättningen i många fall inte är till den hjälp man från början avsåg. Med stöd av erfarenheterna vill kommittén nu tydligen möblera om i bestämmelserna, så att utgifterna ger största möjliga valuta för de sjuka. Från många håll har uttalats ett önskemål, att en omfördelning

borde ske, så att plottret med rabatter på 1 à 2 kronor med all åtföljande kontrollbyråkrati skulle försvinna och ersättningarna i stället ges generösare till dem, som verkligen har stora utgifter för sin sjukdom.

Läkarna har pekat på en överförbrukning av medicin, och alldeles säkert är att det finns mycket medicin som köps men aldrig kommer längre än i köksskåpet. Där står stora förpackningar och 400-gramisflaskor, som kanske en snäll läkare skrev ut på en gång för att göra det billigare för patienten, så tar man bara lite grann och tröttnar. *Det är ingen risk att diabetikerna har förråd av överblivna insulinskvättar eller okynnesköpta vitaminer.* För t. ex. en diabetiker är medicinkostnaderna bara en del av de extra utgifter som sjukdomen för med sig, diet, fotvård, läkarbesök, resekostnader är poster som ofta kommer till. En förändring av läkemedelsbestämmelserna får under inga förhållanden medföra fördyringar för dem som verkligen behöver dyra läkemedel. Här behövs i stället bättre läkemedelsförmåner.

*Waverly Eriksson*

DIABETES

**Sackarinfritt  
sötningsmedel för  
alla som måste  
undvika socker**



**Syntetiskt sötningsmedel**, som framför allt är indicerat vid diabetes och adipositas. Det rekommenderas sådana patienter, hos vilka man önskar inskränka kaloritillförseln och minska kolhydratomsättningen. Följaktligen är Assugrin särskilt lämpligt som sötningsmedel även vid avmagringskurer.

**Absolut oskadligt** och förorsakar varken matsmältningsbesvär eller andra obehag.

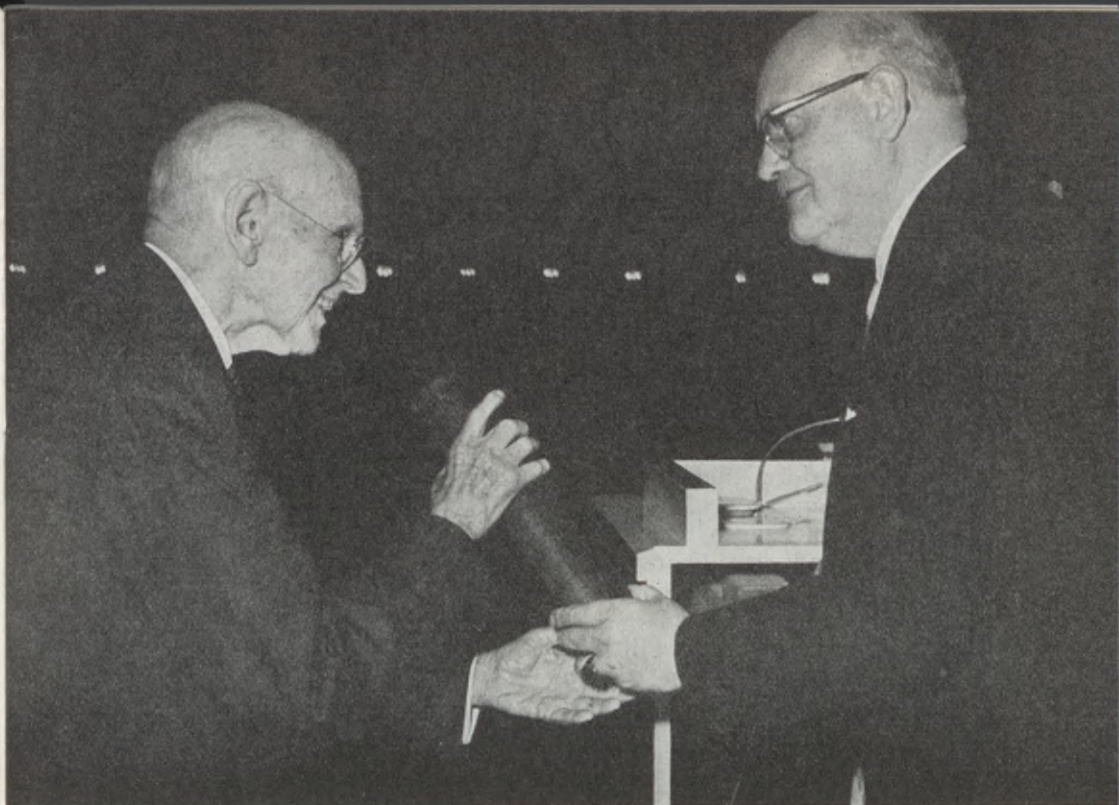
**Tål kokning, gräddning och nedfrysning** och kan därför användas vid tillredning av alla slags maträtter och drycker — även safter.

**Ger ingen bismak**, varför maträtter sötade med Assugrin gärna ätes även av dietpatienternas anhöriga. Husmodern slipper därför besväret att tillreda specialrätter.

**Praktisk fickförpackning** med 50 tabletter Kr. 1.65  
Glas » 500 » » 12.40  
» » 1000 » » 22.50  
(Riktpriser)

Försäljes på apotek och i färghandel.

AKTIENGESELLSCHAFT »HERMES», ZÜRICH  
Repr. i Sverige: CIBA PRODUKTER AB, STOCKHOLM



*Yngve Stranke*

## **En internationell diabeteskongress**

Att diabetesforskningen bedrivs med den största intensitet bland världens forskare fick man belägg för på den tredje internationella sockersjukekongressen i Düsseldorf. Den hölls den 21—25 juli med över 800 deltagare från 42 nationer, huvudparten av deltagarna var läkare med intresse för diabetes. En av de mest populära deltagarna var den världsberömda sockersjukespecialisten prof. E. Joslin från Boston, USA, som trots sina 88 år var kongressens mest populära och aktiva deltagare.

Kongressens högtidliga öppnande hölls i den vackra Rhenhallen i Düsseldorf där prof. G. Katsch, Tyskland, höll en minnesföreläs-



ning över insulinets upptäckare Fredrich Banting. Samtidigt utnämndes prof. E. Joslin, USA, till hedersdoktor vid den medicinska fakulteten i Düsseldorf. På kvällen stod Düsseldorf stad som värd vid en flott middag, där stadens borgmästare var närvarande. Under kongressen förekom över 200 medicinska inlägg och anförande, samt ett 40-tal inlägg av social karaktär av delegater från skilda delar av världen. Bland delegaterna från Skandinavien höll redaktör Dagfinn Tangen från Norges Landsförbund ett utmärkt anförande över ämnet, »Vilo- och åldershem för sockersjuka».

Sockerundersökningen i Blekinge fick ett erkännande av forskare från såväl USA som Europa. De gladdes sig över detta utmärkta ini-

tiativ av myndigheterna, och forskarna väntar ett gott resultat av den. En stor del av Holland och vissa delar av England hade undersökts. C:a 70 % hade deltagit i undersökningen, medan på de platser i Blekinge som hittills undersökts c:a 95—97 % hade hörsammat kallelsen om undersökningen.

### Norsk filmpremiär

I filmsalen visades ett antal filmer där speciellt Norges Landsförbund för Sockersjuka premiärvisade en trevlig och lärorik färgfilm med titeln »Jag har blivit sockersjuk».

Ett 20-tal läkemedelsfirmor hade utställt sina olika medicinska artiklar, samt demonstrerade även en del av dessa. Även dietmatdemonstrationer förekom.

En del trevliga utflykter, vid vilka deltagarna kunde knyta kontakter med varandra var anordnade med besök bl. a. på slottet Benrath, samt en bussutflykt till Köln med en härlig båtfärd på den sommarfagra Rhenfloden.

Avslutningsbanketten hölls på den vackra Rhenterrassen inom kongressområdet där tacktal hölls för en värdefull kongressvecka. Till slut kan vi delegater från Sverige konstatera att goda kontakter med delegater från hela världen inom diabetesförbunden skapades för en sammanhållning och att värdefulla utbyten av erfarenheter i kampen mot sockersjukan gjordes.

Vi hoppas att dessa skall föra oss närmare lösningen av gåtan om sockersjukan och dess många komplikationer vid nästa IDF-kongress som hålles i Italien år 1961.

## SWEET non caloric

(ingen kalori)

*det nya sötningsmedlet, amerik. typ.*

Användes som fullkomlig ersättning för strösocker. Liknar ej pudersocker.

SWEET är avsett för diabetiker och andra som ej önska socker. SWEET är förpackat i »plast-ströare», som strör lätt och jämnt och som ej klumpar. Förpackningen räcker till flera månaders bruk. Pris 4: — kr.

Strö SWEET på havregrynsgröt, frukterème, filmjök, yoghurt, plättar, grape-fruit, syrliga bär m. m.

Vid mindre matlagning kanske Edert vanliga sötningsmedel är svåröserat? Strö efter med SWEET vid behov.

SWEET säljes i hälsokostaffärer m. fl. Om ej å Eder ort, sändes det fraktfritt. Tillskriv i så fall

**Importfirman AUCKLAND**

BROMMA 1

*Ni gör det så  
lätt själv med*  
**CLINITEST**  
*och* **ACETEST**



Snabbt, enkelt och tillförlitligt kan Ni själv kontrollera urinen på socker och syra. Med Clinitest och Acetest är det så här enkelt:

**CLINITEST** för socker i urin:

En Clinitest-reagett läggs i ett provrör innehållande 5 droppar urin och 10 droppar vatten. Genom att efter 15 sekunder jämföra färgen i provröret med Clinitest-färgskalan får Ni reda på sockerhalten.



*Clinitest och Acetest finns på alla apotek.*

AMES COMPANY (LONDON) LTD

**ACETEST** för syra i urin.

Placera en droppe urin på en Acetest-reagett. Jämför efter 30 sekunder den uppkomna färgen med Acetestfärgskalan.

**FÖRPACKNINGAR:**

*Clinitest-etui (glas à 36 reagerer,  
provvrör och pipett)*

*Clinitest, glas à 36 reagerer*

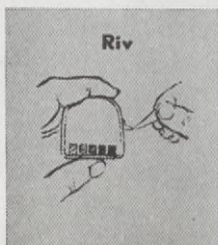
*Clinitest, glas à 100 reagerer*

*Acetest, glas à 100 reagerer*



# TES-TAPE

Urinsockertest  
på 60 sekunder



*Lilly*

Riv av en bit Tes-Tape, doppa remsan i provet, vänta 60 sekunder, jämför med kassetten färgskala. Anger färgen  $\frac{1}{2}$  % eller mera, vänta ytterligare 60 sekunder för slutgiltig jämförelse. Inga provrör, ingen uppvärmning, inga reagenser — provet är klart.

Tes-Tape är ett indikatorpapper, som i en skala från ljusgult över grönt till mörkblått anger glykoshalten i urinen. Färgreaktionen bygger på ett enzymssystem, som reagerar specifikt för glykos.]

Tes-Tapekassetten innehåller ca 4 m remsa och kostar Kr 11.50 (riktpris). Kostnaden per prov bestäms alltså av den använda remsans längd.

Tes-Tape finns på apotek och i vissa sjukvårdsaffärer.

OBS! Nu med svensk bruksanvisning på plastkassetten.

ELI LILLY AND COMPANY, U. S. A.

Generaldistributör

APOTEKSVARUCENTRALEN VITRUM AB  
STOCKHOLM 12

så tycker jag...

## Ett alternativ till skattelindring

I förra numret av Diabetes fanns en diskussion om skattelindring för sockersjuka med anledning av ofrånkomliga utgifter. Utsikterna att erhålla avdrag för detta ändamål torde dock vara små. I stället vill jag föreslå att föreningen, ensam eller tillsammans med andra likartade sammanslutningar, begär att de allmänna sjukkassorna lämnar full återbäring för läkarvård, laboratorieundersökningar och resor till och från läkare för alla de sjukdomar som nu är berättigade till fri medicin.

Sjukkassan skulle alltså lämna 100 % av en viss taxa i återbäring i stället för de nuvarande 75 %, och ersättning för hela resan i stället för de nuvarande avdragen. Någon kanske invänder att detta skulle kunna leda till missbruk och alltför täta läkarbesök, men det är snarare tvärtom. Vid de flesta av de kroniska tillstånd som är berättigade till fri medicin är täta läkarkontroller ett önskemål, ett önskemål som med

nuvarande utgifter för resor och läkarbesök inte alltid kan uppfyllas av den sjuke. För den kostnadsökning som sjukkassorna får vidkännas för denna reform bör lämnas kompensation av statsmedel.

För genomförande av den föreslagna ändringen kräves ett riksdagsbeslut. Någon större svårighet att få riksdagen att gå med på detta borde knappast föreligga, i varje fall har det visat sig vara betydligt lättare för riksdagen att besluta om nya utgifter än att bevilja skatteavdrag som skulle medföra minskade skatteintäkter. Och reformen skulle gynna en kategori som inte bara har att kämpa mot en långvarig sjukdom eller svaghetstillstånd utan också har sämre ekonomi på grund av oundvikliga sjukvårdskostnader.

Skellefteå den 29 augusti 1958.

L. Söderhjelm

HUVUDVÄRK?

ALBYL LEO

ALBYL LEO

ALBYL  
hjälp

*Ulla Sahlén:*

*Måltidsplanering vid diabetes:*

När man har diabetes är det viktigt att äta rätta mängder mat av rätt sammansättning och på bestämda tider. I kosten bör dagligen ingå mjölk, ägg, kött eller fisk, ost, frukt, grönsaker, bröd och spannmålsprodukter samt matfett, men diabetikern skall tänka på att äta dem i *vissa begränsade mängder*.

En person med diabetes har otillräckligt med insulin i kroppen för att förbränna det socker, som bildas av den mat han äter. Nästan alla födoämnen omvandlas i kroppen till större eller mindre del till

Dieten är ett problem för många sockersjuka. Det är svårt att avgöra hur mycket man skall äta av de olika näringsämnena. Den här redogörelsen kommer säkert att reda upp många oklara punkter. Läs igenom texten noga, tag sedan med Er häftet till Er läkare. Då hjälper han Er att få kosten rätt sammansatt. Med hjälp av de olika listorna kan Ni sedan själva variera.

**Vad  
skall  
jag  
äta?**

socker. Därför är det synnerligen viktigt för diabetikern att känna till hur mycket av de olika näringsämnena fett, äggvita och kolhydrater hon bör äta varje dag.

Äggvita, fett och kolhydrater finns i all slags mat. Äggvita (från mjölk, kött, fisk, ägg) brukas till största delen som byggnadsmaterial för kroppsvävnaderna. Kolhydrater (från bröd, potatis, mjölk, grönsaker, frukt) och fett (från smör, margarin, grädde) ger kroppen värme och energi. Näringsämnena har olika förbränningsvärde, som vi mäter i värmeenhe-

ter, s. k. kalorier. Äggvita och kolhydrat ger 4 kalorier per gram, fett däremot 9 kalorier. Överflöd av kalorier förorsakar fetma. Man kan därför säga, att ett födoämnes kalorivärde är detsamma som dess fettvärde.

Förutom dessa tre näringsämnen behöver kroppen tillföras mineraler och vitaminer, men dessa ämnen har inget förbränningsvärde.

### Vad vi skall äta

En rätt sammansatt dagsmatse-del bör alltså innehålla:

1. *Kolhydrater* och *fetter* för att förse kroppen med förbränningsmaterial och energi

2. *Äggvita* i tillräcklig mängd för att förse kroppen med material för tillväxt och vävnadsunderhåll

3. *Mineralämnena* för tillväxt och underhåll av tänder, benbyggnad och blod m. m.

4. *Vitaminer* för reglering av livsprocesserna och förebyggande av bristsjukdomar

5. *Vatten* för transport av näringsämnena och för att vidmakthålla den miljö i vilken livsprocesserna äger rum.

Alla dessa ämnen behöver diabetiker såväl som friska personer. Diabetikern måste dock mera än den friska tänka på att mängden av de olika näringsämnena ej överskrider vissa gränser samt att den inbördes proportionen mellan dem är väl avvägd. Varje diabetessjuk



*Ser det inte trevligt ut*

måste i dessa avseenden försöka följa de dietföreskrifter, som han fått av sin läkare.

Vissa födoämnen bör ej ätas emedan de innehåller socker i onödigt stor mängd och av sådan beskaffenhet, att det alltför snabbt suggs upp i tarmen och därigenom ökar blodsockret med resultat att det ej kan tillgodogöras av kroppen utan outnyttjat går över i urinen. Exempel på sådana födoämnen är sötsaker av olika slag, kakor, pajar, marmelad, sylter. Även mesost, som huvudsakligen består av mjölksocker, räknas till denna grupp. Däremot kan naturligtvis olika i handeln förekommande

sötningsmedel användas vid tillredandet av efterrätter, sylt och marmelad, samt vid bakning.

Diabeteskost bör även vara fettfattig, därför att det råder ett intimt samband mellan sockersjuka och fetma. Fetma disponerar till uppkomst av åderförkalkning och en ökad fetthalt i blodet kan bidra till uppkomsten av allmän kärlskada vid diabetes, t. ex. ögonbottenförändringar, njurskador etc.

Därtill kommer att fett är onödigt kaloririkt i förhållande till sitt näringsvärde, kan verka sockersjukframkallande och är modersubstans för de s. k. acetonkropparna eller syrorna, som, om de bildas i för stor mängd hos en sockersjuk, kan leda till syraförgiftning, i allvarligaste fall till medvetlöshet med s. k. sockercoma.

I det följande har jag gjort en sammanställning i grupper av några av våra vanligaste födoämnen. Födoämnen inom varje grupp är något så när likvärdiga i fråga om näringsämnen, varför de kunna portionsvis utbytas mot varandra. Om man t. ex. har fått tillåtelse att äta ett äpple per dag, behöver det ju inte betyda, att man år ut och år in skall äta just ett äpple. Under gruppen frukt finns exempel på en hel mängd andra frukter eller bär, där varje portion motsvarar och kan bytas ut mot detta äpple. Likadant förfars med andra födoämnen. Genom dessa listor kan på så sätt genom utbyten av portioner stor variation erhållas på matsedeln.

## Komplettera själv

Vill man själv komplettera dessa listor med födoämnen, som ej står upptagna, är bästa sättet att skaffa en kaloritabell (förslagsvis Abramsons Födoämnestabeller) och själv räkna ut hur mycket av de födoämnen man kan äta för att få ett portionsutbyte.

Man vänjer sig snart att med ögonmått beräkna tillåtna mängder, vägning rekommenderas någon gång för kontrollens skull eller om man är osäker, när något nytt livsmedel skall ätas.

Kom till slut ihåg, att listorna icke kan bli mer än ett komplement till Er läkares kostordinationer. Följ i första hand Er läkares råd och diskutera med honom i tveksamma fall.



*Diabetikern skall kunna köpa sin mat samtidigt som familjens.*

Diskutera den här matsedeln med Er läkare, så att den blir rätt  
avvägd för just *Era* behov.

Matsedel för .....

Äggvita ..... g. Fett ..... g. Kolhydrat ..... g. Kalorier .....

**Per dag:**

Mängd	Födoämne	Välj från
obegränsad	Grönsaker .....	Lista 1
.....	» .....	» 2
.....	Frukt .....	» 3
.....	Matfett .....	» 4
.....	Bröd o. dyl. ....	» 5
.....	Gryn, flingor o. dyl. ....	» 6
.....	Kött eller fisk .....	» 7
.....	Mjök .....	» 8

**Fördelning på måltider enligt nedan:**

Frukost: .....

Lunch: .....

Middag: .....

Kväll: .....



### Önskvärd tillförsel av kalorier och vissa näringsämnen\*

Food and Nutrition Board, Washington 1953

	Vikt kg	Längd cm	Kalorier <sup>1</sup> kcal	Äggvita g	Kalcium g	Järn mg	A-vita- min <sup>2</sup> I. E.	Tiamin <sup>3</sup> mg	Ribo- flavin <sup>4</sup> mg	Niacin mg	Askor- binsyra <sup>5</sup> mg	D-vita- min <sup>6</sup> I. E.
<i>Män</i>												
25 år .....	65	170	3 200	65	0,8	12	3 000	1,6	1,6	16	75	—
45 » .....	65	170	2 900	65	0,8	12	3 000	1,5	1,6	15	75	—
65 » .....	65	170	2 600	65	0,8	12	3 000	1,3	1,6	13	75	—
<i>Kvinnor</i>												
25 år .....	55	157	2 300	55	0,8	12	3 000	1,2	1,4	12	70	—
45 » .....	55	157	2 100	55	0,8	12	3 000	1,1	1,4	11	70	—
65 » .....	55	157	1 800	55	0,8	12	3 000	1,0	1,4	10	70	—
Havande (3. kvartalet)	—	—	+400	80	1,5	15	3 600	1,5	2,0	15	100	400
Ammande (850 ml mjölk dagligen) .....	—	—	+1 000	100	2,0	15	4 800	1,5	2,5	15	150	400
<i>Barn till 10 år</i>												
1—3 månader .....	6	60	kg ggr 120	kg ggr 3,5	0,6	6	900	0,3	0,4	3	30	400
4—9 » .....	9	70	kg » 110	kg » 3,5	0,8	6	900	0,4	0,7	4	30	400
10 månader—1 år .....	10	75	kg » 100	kg » 3,5	1,0	6	900	0,5	0,9	5	30	400
1—3 år .....	12	87	1 200	40	1,0	7	1 200	0,6	1,0	6	35	400
4—6 » .....	18	109	1 600	50	1,0	8	1 500	0,8	1,2	8	50	400
7—9 » .....	27	129	2 000	60	1,0	10	2 100	1,0	1,5	10	60	400
<i>Barn över 10 år</i>												
Pojkar 10—12 år .....	35	144	2 500	70	1,2	12	2 700	1,3	1,8	13	75	400
» 13—15 » .....	49	163	3 200	85	1,4	15	3 000	1,6	2,1	16	90	400
» 16—20 » .....	63	175	3 800	100	1,4	15	3 000	1,9	2,5	19	100	400
Flickor 10—12 » .....	36	144	2 300	70	1,2	12	2 700	1,2	1,8	12	75	400
» 13—15 » .....	49	160	2 500	80	1,3	15	3 000	1,3	2,0	13	80	400
» 16—20 » .....	54	162	2 400	75	1,3	15	3 000	1,2	1,9	12	80	400

\*) Ur Ernst Abramson: Födoämnestabeller (Svenska Bokförlaget).

\* De önskvärda mängderna kan uppnås genom lämplig blandning av olika livsmedel, vilka också tillför andra mineralämnen och vitaminer av vilka behovet är mindre väl känt.

**1** Kalorivärdena för fullvuxna personer hänför sig till medeltungt industri- och lantarbete. För personer med t. ex. kontorsarbete är siffrorna för höga, i vart fall för män. Kaloritillförseln regleras bäst genom viktkontroll. Behovet påverkas starkt av kroppsvikten. För att finna referensvärden för kalorierna vid andra kroppsvikter multipliceras tabellvärdena med nedanstående konstanter:

Vikt (kg)	Män	Kvinnor	Vikt (kg)	Män	Kvinnor
40	—	0,79	65	1,00	1,13
45	—	0,86	70	1,06	1,19
50	0,83	0,93	75	1,11	1,25
55	0,89	1,00	80	1,16	1,31
60	0,94	1,07	85	1,22	1,37

**2** De i det amerikanska originalet förekommande värdena på den önskvärda A-tillförseln grundar sig på antagandet att ungefär  $\frac{2}{3}$  av A-vitaminmängden kommer från karotin och att karotin har högst hälften av A-vitaminets värde. Då i efterföljande födoämnestabell karotinmängderna genomgående reducerats till motsvarande A-vitaminvärden, har också motsvarande omräkning företagits av de amerikanska A-värdena.

**3** Den önskvärda mängden tiamin motsvarar 0,5 mg per 1 000 kalorier.

**4** Riboflavinmängden beräknas i förhållande till äggvitan. Den önskvärda mängden är 0,025 mg riboflavin per g äggvita.

**5** Nationernas förbunds värde är 30 mg.

**6** Extra D-vitamintillförsel torde knappast behövas för fullvuxna som lever ett normalt liv. För nattarbetare och andra som icke får sol, ävensom för gamla, kan förtäring av små mängder vitamin D vara önskvärd.

### Ytterligare rekommendationer

Fett bör utgöra minst 20—25 % av kaloribehovet och vidare till minst 1 % av kaloritillförseln innehålla ondgängliga omättade fettsyror. Om kaloritillförseln överstiger 4 000 är det önskvärt, att 30—35 % av densamma kommer från fett. Med fett avses här naturligtvis icke bara matfett.

Jod behovet är sannolikt omkring 0,002—0,004 mg pr kg kroppsvikt eller omkring 0,15—0,30 mg per dag hos en fullvuxen. Användning av joderat salt kan särskilt rekommenderas för ungdom och för gravida.

För barn och för kvinnor under senare delen av graviditeten samt under amningen bör fosfor- och kalciumtillförseln vara ungefär lika stora. Hos övriga fullvuxna bör fosfortillförseln vara ungefär  $1\frac{1}{2}$  gång större. I allmänhet är fosfortillförseln tillräcklig, om äggvite- och kalciumbehovet är fyllt.

Koppar behovet är ungefär  $\frac{1}{10}$  av järnbehovet. En i övrigt god kost ger i regel tillräckligt med koppar.

Behovet av vitamin K täckes av varje god kost utom hos fostret och under de första dagarna efter födelsen. Extra K-tillförsel rekommenderas under de senaste graviditetsmånaderna, eller om så ej skett, till modern omedelbart före förlossningen eller gives till barnet omedelbart efter födelsen.

## Översiktstabell av listorna

En portion från varje tabell innehåller:

Lista	Kolhydrat g	Äggvita g	Fett g	Kalorier obetydligt
1. Grönsaker	sparsamt	—	—	35
2. »	7	2	—	40
3. Frukt och bär	10	—	—	45
4. Matfett	—	—	5	70
5. Bröd, mjöl o. potatis	15	2	—	120
6. Gryn, flingor	25	3	—	130
7. Kött, fisk, ägg, ost	—	10	10	170
8. Mjölk (1/4 liter)	12	8	10	

### Lista 1: Grönsaker

Alla grönsaker innehåller kolhydrat, men i olika mängder. Det finns en hel del grönsaker, som har lågt kolhydratvärde, varför de alla flesta sockersjuka torde kunna äta dessa grönsaker i obegränsad mängd. Exempel på dessa grönsaker är:

Blekselleri  
Blomkål  
Brytböner  
Chikoré  
Dill  
Gräslök  
Gurka  
Kål, vit och röd  
Nässlor  
Paprika, grön, gul eller röd  
Persilja  
Purjolök  
Rabarber  
Rädisor  
Sallad  
Sparris  
Spenat  
Svamp  
Tomat  
Vattenkrasse

*Många av dessa grönsaker tillför kroppen A-vitamin (i form av karotin, som i kroppen omvandlas till A-vitamin). Ju grönnare växten är ju större är karotinhalten. En del såsom tomat, spenat, persilja, blomkål och kål är dessutom goda C-vitaminkällor.*

### Lista 2: Grönsaker

Grönsaker med högre kolhydratvärde bör ätas i begränsade mängder. Nedan angivna mängder ger 7 g kolhydrat och 2 g äggvita motsvarande 35 kalorier:

Broccoli (100 g)  
Brysselkål (1 1/4 dl)  
Grönkål (200 g)  
Jordärtskockor (1 1/4 dl)  
Kålrötter (1 1/4 dl)  
Lök (2 st.)  
Morötter (1 1/4 dl)  
Palsternackor (1 1/4 dl)  
Rödbetor (2 st.)  
Ärter (1 1/4 dl)  
Vaxböner (1 1/4 dl)

*Även dessa grönsaker är rika på karotin och C-vitamin. Använd grönsakerna råa, kokta eller i sop-*

por och stuvningar. Lagg märke till att utbyte kan ske mellan listorna 2, 3 och 4. Man kan alltså äta 2 port. grönsaker i stället för en skiva bröd eller 1 port. frukt extra i stället för 1 port. grönsaker.

### Lista 3: Frukt och bär

Även frukt och bär innehåller olika mängder kolhydrat, varför man bör tänka på storleken av den frukt man äter. Nedanstående portioner ger 10 g kolhydrat motsvarande 40 kalorier.

- Ananasjuice (1 dl)
- Aprikoser, torkade (4 st.)
- Apelsin (1 st.)
- Apelsinjuice (1½ dl)
- Banan (½ st. liten)
- Blåbär, färska (2 dl)
- Fikon, torkade (1 st. litet)
- Grapefrukt (½ st.)
- Grapefruktjuice (1½ dl)
- Hallon, färska (2 dl)
- Hjortron, färska (2 dl)
- Jordgubbar, färska (2 dl)
- Krusbär (2½ dl)
- Körsbär, söta (10 st.)
- Lingon, sura (3 dl)
- Melon (1 skiva, ca 200 g)
- Persika, färsk (1 st., ca 100 g)
- Plommon, färska (2 st., ca 100 g)
- Plommon, torkade (2 st.)
- Päron (1 st. litet)
- Russin (2 maskedar)
- Vinbär, röda (2 dl)
- Vinbär, svarta, (2 dl)
- Vindruvor, 12 st., ca 100 g)
- Äpple (1 st. litet)

Frukt och bär är goda C-vitaminkällor. Ät frukt, rå till frukt-sallad eller pressad som juice. Se till att det står »osötad» på burketiketten, om Ni köper konserverad frukt eller juice.



Purjolök, selleri, morot och palsternacka



Blomkål, tomat, rädisor, gurka, sallad och örter



Härliga apelsiner

**Lista 4: Smör, margarin, etc.**

Fetternas betydelse i födan är, att de ökar kostens smaklighet samt att de är bärare av de fettlösliga vitaminerna. Nedanstående födoämnen ger 5 g fett motsvarande 45 kalorier:

- Smör eller margarin (5 g)
- Tunn grädde (2 maskedar)
- Tjock grädde (1 masked)
- Olja (1 tesked)
- French dressing (1 dessertsked)
- Majonnäs (1 tesked)
- Nötter (6 st.)
- Oliver (5 st.)

**Lista 5: Bröd, mjöl och potatis**

Bröd, mjöl och potatis är kolhydratrika födoämnen. Nedanstående exempel ger 15 g kolhydrat, 2 g äggvita, motsvarande 70 kalorier:

- Mjöl av olika slag (2<sup>1</sup>/<sub>2</sub> matsked)
- Franskbröd (1 skiva, ca 30 g)
- Småfranska (1<sup>1</sup>/<sub>2</sub>)
- Råglimpa (1 skiva, ca 25 g)
- Knäckebröd (2 bitar)
- Frisksportarbröd (1<sup>1</sup>/<sub>2</sub> bit)
- Delikatessbröd (3 bitar)
- Grahamskex (2 st.)
- Mariekekex (4 st.)
- Pepparkakor (5 st., tunna)



Tunna crackers (5 st.)  
 Skorpor (2 st.)  
 Enkelt vetebröd (1 skiva, ca 25 g)  
 Petits choux, utan grädde (2 st.)  
 Muffin, utan russin (1 st.)  
 Potatis (1 st., ca 100 g)

*Undvik söt- och sirapslimpor, men ät ej endast vitt bröd. Rågmjöl och andra grova mjölsorter innehåller mineralämnena och vitamin B och har dessutom stimulerande inverkan på tarmverksamheten. Potatis hänföres till denna grupp, emedan näringsvärdet i en skiva bröd och 100 g potatis är ungefär likvärdigt.*

#### Lista 6: Gryn, makaroner

25 g kolhydrat, 3 g äggvita motsvarande 120 kalorier ger:

Flingor, 2 dl (30 g)  
 Havregrynsgröt, 1½ dl (1 dl gryn)  
 Mannagrynsgröt, 2dl (½ dl gryn)  
 Pop corn (½ påse)  
 Risgryn, kokade i vatten, 1 dl (½ dl gryn)  
 Spaghetti, makaroner, kokade i vatten, 2 dl (35 g torr vara)

*Observera att man till manngrynsgröten bör lägga värdet av den mängd mjölk grynen kokas i.*





### Lista 7: Kött, fisk, ägg, ost

Kött, fisk, fågel, ägg och ost är födoämnen, som innehåller fullvärdig äggvita, vilket kroppen behöver till material för tillväxt och vävnadsunderhåll.

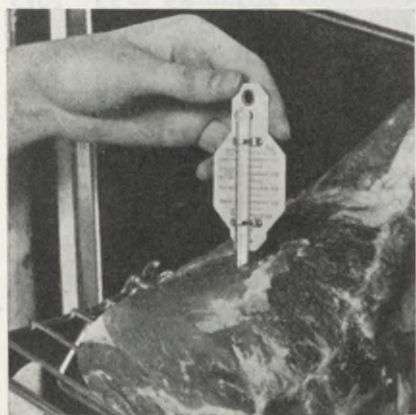
De olika köttslagens kalorivärde växlar mycket beroende bl. a. på, vilken del av djuret som används, hur mycket det tillredes etc. Feta fisksorter såsom makrill, sill, strömming och lax har procentuellt högre kalorivärde än andra t. ex. torsk, kolja, vitling. På grund härav är det svårt att få något enhetligt mått för dessa födoämnen. Men tar man i beräkning, att man under årens lopp förtär en blandad kost, som den ena dagen innehåller en fet fisksort och den andra dagen

ett magert köttstycke, jämnas olikheterna ut. Diabetikern bör dock tänka på, att minska annan fetttillförsel, om huvudrätten är ett födoämne med hög fetthalt.

Nedanstående födoämnen ger 10 g äggvita, 10 g fett motsvarande 130 kalorier:

- Oxkött, malet (50 g)
- Oxkött, benfritt (50 g)
- Kalvkött, benfritt (50 g)
- Fläskkött, benfritt (30 g)
- Bacon (3 skivor)
- Höns, benfritt (75 g)
- Oxlever (100 g)
- Kalvnjure (100 g)
- Fläskkorv (1 bit, 4 cm bred)
- Falukorv (2 skivor)
- Prinskorv (2 st.)
- Wienerkorv (1 st.)

Rökt medvurst (4 skivor, ca 20 g)  
 Leverpastej (1 skiva, ca 30 g)  
 Kokt skinka (1 skiva, ca 30 g)  
 Fet fisk (100 g)  
 Mager fisk (200 g)  
 Fiskbullar (5 st.)  
 Räkor, skalade (200 g)  
 Ansjovis (4 filéer)  
 Böckling (kött från 2 st.)  
 Ost, helfet (1 skiva, ca 20 g)  
 (Obs! ej mesost)  
 Ost, halvfet (1 skiva, ca 30 g)  
 (Obs! ej mesost)  
 Ägg (1 st.)



### Lista 8: Mjök

Mjök är ett av våra mest betydelsefulla födoämnen. Den tillför kroppen fullvärdig äggvita, kalk och vitaminerna A, D och B<sub>2</sub>.

En vuxen person bör dricka ungefär  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$  liter mjök per dag, barn ungefär  $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$  liter per dag efter ålder och kroppsstorlek. I denna mängd ingår även den mängd mjök, som användes i matlagningen.

*Ett vanligt medelstort dricksglas rymmer ungefär  $\frac{1}{4}$  liter mjök och tillför kroppen 12 g kolhydrat, 8 g äggvita och 10 g fett motsvarande c:a 170 kalorier. Skummjök innehåller samma näringsämnen som oskummad mjök med undantag av fett och de fettlösliga vitaminerna A och D. Kaloriinnehållet i skummjök blir därför lägre.*

*En portion glass (1 dl eller 100 g) ger samma näringsvärde som  $\frac{1}{4}$  liter mjök. Glass innehåller alltså mjölkens alla värdefulla näringsämnen.*



## Praktisk tillämpning av portionslistorna

Om vi antar att en diabetiker fått en dagstilldelning av c:a 200 g kolhydrat, 85 g äggvita och 95 g fett motsvarande c:a 2000 kalorier kan hennes matsedel se ut som följer:

Födoämnen		K	Ä	F	Kalorier
Obegränsat från lista 1	(grönsak)	—	—	—	—
3 portioner från lista 2	»	21	6	—	108
6 » » » 3	(frukt)	60	—	—	240
5 » » » 4	(fett)	—	—	25	225
5 » » » 5	(bröd)	75	10	—	340
1 » » » 6	(gryn)	25	3	—	112
5 » » » 7	(kött)	—	50	50	650
1/2 liter mjölk » » 8		24	16	20	340
Summa:		205	85	95	2015

Fördelat på dagens olika måltider:

*Frukost:* 1 portion från lista 3 (frukt)  
 1/4 lit. mjölk » 8  
 1 portion från » 6 (gryn)  
 1 » » » 5 (bröd)  
 1 » » » 7 (kött)  
 1 » » » 4 (fett)  
 grönsak » » 1

*Mellanmål:* 1 portion från lista 3 (frukt)

*Lunch:* 2 portioner från lista 7 (kött)  
 2 » » » 4 (fett) till stekning  
 1 potatis » » 5 (bröd)  
 grönsak » » 1  
 1 portion » » 2 (grönsak)  
 1 glas mjölk » » 8  
 kaffe

*Mellanmål:* 1 portion från lista 5 (bröd) kaffe eller te

*Middag:* 1 portion från lista 7 (fisk)  
 1 » » » 4 (fett) t. ex. skirat smör  
 1 » » » 5 (antingen potatis ell. 1 brödskiva)  
 2 » » » 2 (grönsak)  
 3 » » » 3 (frukt)

<i>Kvällsmål:</i>	1	portion	från	lista	5	(bröd)
	1	»	»	»	4	(fett)
	1	»	»	»	7	(kött)
	1	»	»	»	3	(frukt)
						kaffe eller te

## Recept

### *Olika kombinationer till sallad*

(0 kalorier)

1. Grönsallad, gurka, paprika, blekselleri
2. Chikoré, tomat, rädisor
3. Grönsallad, persilja, blomkål, tomat
4. Vitkål, blekselleri, paprika
5. Grönsallad, tomat, gurka, rädisor
6. Grönsallad, sparris, dill, tomat, rädisor
7. Grönsallad, champinjoner, tomat

### *Sallad dressing*

(0 kalorier)

- 1 dl tomatjuice
- 2 msk citronsaft eller vinättika
- 1 msk hackad lök
- 1 msk hackad persilja
- salt och peppar

Blanda alla ingredienserna i en burk med lock. Skaka om väl.

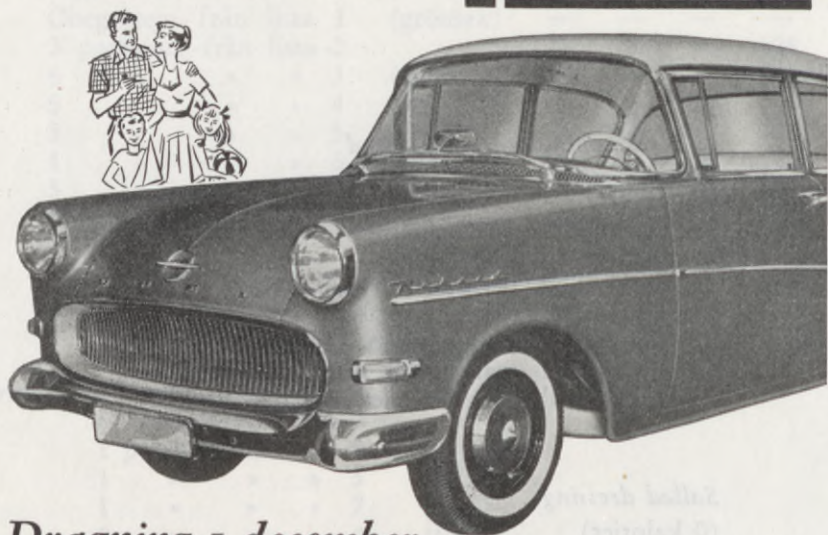
### *Fruktglass eller sorbet*

(1 fruktportion)

- 1½ dl apelsinjuice eller 1 dl osötad ananasjuice
- 1 msk citronsaft
- 1 st. äggvita
- 1 dl vatten

Blanda vatten, juice och citronsaft och ställ blandningen till frysning i kylskåpslådan. Rör i blandningen då och då. När den är nästan färdigfrusen blandas den hårt vispade äggvitan ned.

# 10 bilar väntar på Er



## Dragning 5 december

En enda lott kan ge Er en bil. Missa inte den chansen. Skicka in kupongen nu. Beställer ni minst 5 lotter får Ni dragningslistan gratis. 10 lotter portofritt dessutom gratis dragningslista. 100 lotter tio extralotter gratis, portofritt och fri dragningslista. *Alla* beställare får dragningslista. **Sammanlagt vinstvärde 210.014:75 kr.**

**BILAR · TV  
RADIOGRAMMOFONER  
MOPEDER  
LINNEUTSTYRSEL  
GULDARMBANDSUR  
DAMMSUGARE**

*Mer än 2.600 värdefulla vinster*

Sänd mig omgående enligt ovanstående villkor ..... st. lotter à 2:10. V.g. sänd icke betalning samtidigt med denna beställning.

Namn .....

Bostad .....

Postadress .....

Fran-  
keras  
ej

Till

**DIABETES  
LOTTERIET 1958**

LÖSEN

**Box 5032**

Svarsförsändelse  
Tillstånd Nr 93  
Stockholm 5

**Stockholm 5**

# Blodtryck och sockersjuka

Sedan 1955 har docent Franz Bárány forskat i sammanhangen kring högt blodtryck. Nu har han fått anslag för att fortsätta dels dessa undersökningar och dels sina forskningar kring sockersjukan. Det här är egentligen något mycket speciellt som har med ämnesomsättningen att göra, säger docent Bárány. Dels skall jag färdigställa en forskning som jag hållit på med sedan 1955 och som bl. a. berör noradrenaliets betydelse hos patienter med högt blod-

tryck och dels skall jag fortsätta att intressera mig för de sockersjukas problem. Man vet att patienter som haft sockersjuka under många år ofta får blodkärslssjukdomar i njurar, ben, ögon osv, men däremot vet man inte vad detta beror på.

Här har jag en teori som jag vill pröva. Den går bl. a. ut på att orsaken till sjukdomen sammanhänges med ämnesomsättningen i blodkärslväggarna, och även här spelar noradrenalin, liksom insulinet, en viktig roll. Noradrenalin hjälper till att hålla blodtrycket högt.

*»Amatör krafsar i kanten»*

— Forskningen upphör aldrig att fascinera mig, säger docent Bárány om sitt vetenskapliga ar-

ETT SÖTNINGSMEDEL UTAN BISMAK:

## SOCKATIN N Tabletten

Liten, svensktillverkad tablett med stor verkan och till cirka halva priset av liknande utländska fabrikat på svenska marknaden.

Har Ni provat Sockatin-Strö till gröt eller bak?  
Kan ej användas till varma eller kalla drycker.

SOCKATIN N, pris: 100 st. kr. 1:75; 1.000 st. 13:50; 2.000 st. 24:00

SOCKATIN           pris: 100 st. kr. 1:55; 1.000 st. 11:50; 2.000 st. 20:50

SOCKATIN-STRÖ, pris pr burk 3:—

Finns SOCKATIN N, SOCKATIN eller SOCKATIN-STRÖ ej på Edert apotek sända vi gärna portofritt order på minimum 10:00 kr. eller däröver.

## FERTIN

Vitemöllegatan 7 H, MALMÖ

# E

tt betydande försöksarbete vid Novo's forskningslaboratorier i förening med en omfattande klinisk prövning vid Hvidøre Hospital har givit till resultat de tre nya värdefulla insulinpreparaten

*Insulin Novo Semilente*

*Insulin Novo Lente*

*Insulin Novo Ultralente*

Ombud: FERROSAN

**NOVO  
INDUSTRI A/S**



## KUNGÖRELSE

Stiftelsen Svenska Diabetesförbundets Forskningsfond ställer härmed ett belopp upp till kr. 75.000:— till förfogande för forskning rörande sockersjukan.

Anslag från stiftelsen utdelas till forskare från de nordiska länderna för vetenskaplig forskning rörande sockersjukan.

Ansökan om anslag göres skriftligen hos stiftelsens styrelse, adress Majorsgatan 10, Stockholm Ö, före den 1 januari 1959 och skall åtföljas av plan över den undersökning, för vilket anslag sökes, specificerat kostnadsförslag samt uppgift var undersökningen kommer att bedrivas.

Inkomna ansökningar remitteras till Svenska Diabetesförbundets Läkarråd, (sekr. adress: docent Gunnar Engleson, Lund), för bedömning.

**Stiftelsen Svenska Diabetesförbundets Forskningsfond**

*Styrelsen*

bete. Just när man tycker sig börja förstå lite av det man håller på med dyker det upp nya problem i och med att förut okända alternativ avslöjas. Och ibland kör man fast, det kan inte hjälpas, det är en ofrånkomlig del av forskarens möda. Själv betraktar jag mig mest som en amatör, som krasar lite i kanten på de stora problemen, som gossar med större förutsättningar får antas knäcka så småningom. Och kanske kan mitt »kras» i periferin vara till någon hjälp.

Något resultat av den uppgift jag nu går att fullfölja vågar jag naturligtvis inte förutspå. Jag ville bara säga att ämnet är så synnerligen speciellt att det nog beror på ren tur om vi hittar något av värde.

från våra föreningar

## STOCKHOLM

Diabetesföreningen i Stockholm höll den 16 maj ett trevligt vårsamkväm. Efter hälsningsanförande och interna förhandlingar lämnade förbundets ombudsman en orientering över aktuella saker. Som avslutning sjöng 14-åriga TV-stjärnan Lisbeth Björklund några glada visor till gitarr och visades en film om SAS

## SANDVIKEN

Diabetesföreningen i Sandviken m. o. höll möte å restaurang Ham-maren den 16 maj varvid ett 30-

## Sötningsmedlet MESON



Förpackningar  
och riktpriiser:

MESON, det kalorifria sötningsmedlet rekommenderas för diabetiker, dietpatienter, och andra som ordinerats kalori-fattig kost.

MESON har många goda egen-skaper:

**Smakar sött utan bismak  
Inget näringsvärde  
Oskadligt för diabetiker  
Tål kokning, bakning, stekning,  
konservering och djupfrysning**

MESON är 50 gånger sötare än socker. 4 tabletter motsvarar 25 g socker.

Innan tabletterna sättes till ma-ten skola de lösas i litet varmt vatten eller mjölk.

Man bör med hänsyn till sma-ken inte använda starkare lös-ningar än 0,8 % (alltså ej mer än 64 tabletter i 1 l. vatten.) MESON tillhandahålles på apotek och i färghandeln.

Burkar om 50 tabletter kr. 1.75  
Glas om 100 tabletter » 3.25  
» » 1000 tabletter » 25.50

Nederlag hos:

Apotekarnes Droghandels AB, Göteborg • Apoteksvarucentralen VITRUM, Stockholm • Kronans Droghandel AB, Göteborg

tal personer voro närvarande. Efter förhandlingarna höll vice ordf. Henry Nordström ett föredrag om sitt besök bakom järnridån. Senare uppträdde Sandvikens populäre trollkonstnär »Prof. Nizzen». Kommittén för en planerad arbetscirkel hade ordnat ett lotteri. Lotterna fick en strykande åtgång och därigenom erhöles kr. 51:40 som startkapital för arbetscirkeln. På en lista som cirkulerade bland medlemmarna antecknade sig 1 manlig och 11 kvinnliga deltagare i arbetscirkeln.

## GÖTEBORG

Kammarrätten har underkänt av en avdelningschef i Göteborg anförda besvär över att prövningsnämnden vägrat honom yrkat avdrag med 600 kr vid taxeringen

för kostnader på grund av sockersjuka.

## UPPSALA

Uppsala lokalförening av Diabetesförbundet höll årsmöte den 11 februari 1958. Mötet öppnades av ordföranden, som hälsade alla välkomna, särskilt vändande sig till riksförbundets ordförande, fru Nancy Eiksson, som för kvällen gästade Uppsalaföreningen.

Styrelsen i Uppsala består för närvarande av kamrer Sven Durén ordf., disponent Hakon Allgulin vice ordf., fru Gun Durén kassör, frkn Anna-Lisa Carlsson sekr., fru Siv Pålsson vice sekr., samt fru Jenny Eriksson och herr Henry Eriksson. Efter mötesförhandlingarna höll fru Nancy Eriksson ett anförande, däri hon framhöll den stora betydelsen organisationen har för de sockersjuka och hur viktigt det är att medlemsrekryteringen intensifieras. Fru Eriksson drog även upp de riktlinjer, som förbundet i fortsättningen kommer att arbeta efter.

Uppsalaföreningen företog den 8 juni en synnerligen trevlig utflykt över Mälarsjöarna till Strängnäs, Jäders kyrka, Eskilstuna stads fritidsområde vid Sundbyholm, Torshälla och Västerås. Det blev en rikt givande färd tack vare vår mycket kunnige färdledare, disponent Allgulin, som på ett trevligt sätt orienterade oss om de olika sevärheterna under färden. Det var en mycket nöjd skara, som efter tolv timmars resa återkom till Uppsala, överens om att detta inte skulle bli sista gången vi gjorde en utfärd. *Sekreteraren*

## *Etablissements Gringoire*

### PITHIVIERS

Frankrikes äldsta och största fabrik  
för tillverkning av

**BISCOTTES AU GLUTEN**  
(Goda rostade glutenbröd)

Rekommenderas av läkare vid sockersjuka och erhålles hos alla 1:sta klass delikatesshandlare.

Levereras till sjukhus och vilohem.

Engros från:

**Arvid Nordquist HAB, Sthlm**  
**Nordiska Kompaniet, Sthlm**  
**Tubbin & Melander, Norrköping**



## Kemikaliefria naturliga dietprodukter . . .

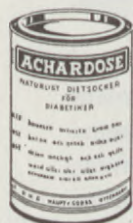


### SPECIALKNÄCKEBRÖD

av fullkorn. - Kolhydratreducerande.  
1 skiva motsvarar 4 g kolhydrat. Med  
dekl. B1- och E-vitaminhalt å förpackn.

### SOYOLK

avbittrt sojabönsmjöl.  
Framstående energi-  
givande köttersättning.  
Rik å B-vitamin, mi-  
neral- och äggvite-  
ämnen. Paket å 450 g  
motsvarar i näringsvärde ca 30 ägg.  
SOYOLK till såser, majonäser, matlag-  
ning och bakning.



### ACHARDOSE DIETSÖCKER

Kemikaliefritt sötning-  
medel. Naturent kol-  
hydrat. Skonar lever,  
galla och njurar.  
Dosering: 10—20 g pr  
måltid för diabetiker.



### DIETADE

naturliga fruktinläggningar  
fria från kemiska sötning-  
medel, färg och kemikalier.  
Aprikos, persikor, ananas  
och fruktcocktail.

### JOKO

Dr. Albrechts äkta bul-  
gariska yoghurtkoncen-  
trat JOKO innehåller  
alla yoghurtens tarm-  
floraneutraliserande och  
ämnesomsättnings-befrämjande ämnen.  
JOKO är fettfri. JOKO drickes med  
vatten eller råsaft. Härligt uppfriskande.



### CENOVIS VITAMINEXTRAKT

jästextrakt (koksaltfritt).  
Delikat! Innehåller jäs-  
tens alla värdefulla äm-  
nen inkl. B-vitaminskom-  
plex. Till pålägg samt  
berikning vid all mat-  
lagning.



Finnes i alla reform- och hälsokostaffärer

Generalagent: **SANFARM-PRODUCTS** Göteborg 6





# INSULIN Vitrum

Diabetes måste behandlas individuellt, med prövning från fall till fall. Ett av problemen är att välja rätt insulin-sort. Vitrums insulinserie erbjuder ett urval, som täcker behovet i varje enskilt fall. Den omfattar för närvarande

## Insulin 40 IE

## Insulin 80 IE

*Deras effekt inträder inom 1 timme, är maximal 2—3 timmar och avklingar efter 6—8 timmar.*

## Insulin Special 40 IE

*Detta insulin är också snabbverkande. Det är specialrenat och avsett för särskilt insulinkänsliga patienter.*

## NPH-Insulin 40 IE

*Dess effekt inträder inom 1—2 timmar, är maximal 10—12 timmar och avklingar efter 28—30 timmar. NPH-insulin kan blandas i sprutan med vanligt snabbverkande insulin.*

## Zink-protamin insulin 40 IE

*Effekten inträder efter 4—6 timmar, är maximal 12 timmar och avklingar efter 28—30 timmar.*

Vitrum började tillverka insulin redan 1922. Den första produktion har allt sedan dess varit inriktad på att täcka landets behov. Preparatens kvalitet och anpassats till den vetenskapliga utvecklingen. Ett preparat är beredda av rent, kristallin framställt i Vitrums moderna fabrik i Göteborg.

Vitrum



Göteborgs universitetsbibliotek



6000248825