

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.

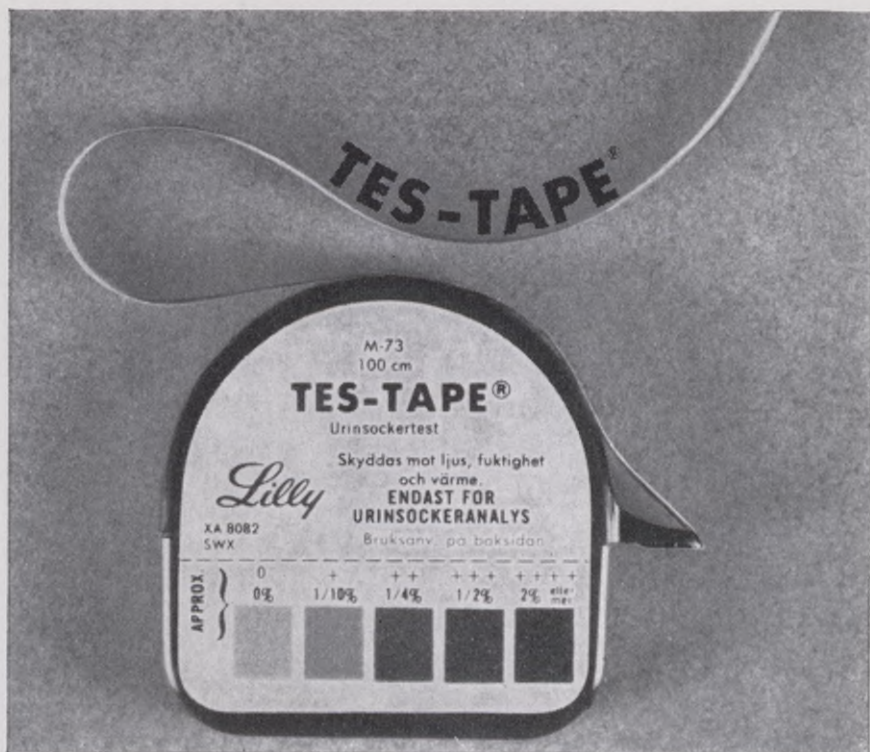


# DIABETES

**De Sockersjukas Tidskrift**

*Nummer 5 1966 Pris 1:50*





snabb|enkel|pålitlig

bestämning  
av glykos  
i urinen



Eli Lilly and Company · Indianapolis 6,  
Indiana, U.S.A.

Generaldistributör för Sverige  
Apoteksvarucentralen Vitrum Stockholm 12

D.5401

Ansvarig utgivare:

Riksdagsledamoten Nancy Eriksson

Redaktör:

Jur. kand. och socionom Åke Roos

Redaktion, expedition och  
annonskontor:

Skönviksvägen 292

Bandhagen

Telefon 08/47 87 92

Postgiro 50 07 75

Medicinska medarbetare:

Docent, med. dr Gunnar Engleson

Kyrkogatan 17, Lund

Med. dr Alb. Grönberg

Styrmansgatan 2, Vänersborg

Prenumerationspris:

8: — kr. pr år

Tryck:

Lindgrens Tryckeri, Katrineholm

Svenska Diabetesförbundet:

Skönviksvägen 292

Bandhagen

Telefon 47 87 92

Kontrollgirokonto 90 09 01

Ordförande:

Riksdagsledamoten

Fru Nancy Eriksson

Roslagsgatan 11, Stockholm Va

Telefon 32 02 32

Kassaförvaltare:

Byråchef Arne Lokén

Storbergsgatan 11, Hågersten

Telefon Sthlm 46 58 26

# DIABETES

Organ för Svenska Diabetesförbundet

Nummer 5, okt. 1966, årgång 16

## Innehåll:

- Billigare medicin till de stora  
läkemedelsförbrukarna, av  
*Nancy Eriksson* ..... 3
- Amerikanska diabetesförbun-  
dets årsmöte, av *Albert Grön-  
berg* ..... 4
- Rattfull diabetiker fick vill-  
korlig dom ..... 8
- En rundskrivelse från rikspo-  
liststyrelsen ..... 9
- Den sockersjukes dietlista mås-  
te följas, av *Inga-Lisa Wer-  
nersson* ..... 10
- Fira jul i Nordanede ..... 17
- Drömmar ni om en plats i  
solen? ..... 18
- Från våra föreningar ..... 25



# CLINITEST\*

för pålitlig uppskattning av socker i urin.

För varje dag lär sig ett ständigt ökande antal diabetiker i Sverige att regelbunden Clinitest kontroll är en säker grund för den rätta skötseln av deras sockersjuka.

\*) Varumärke

Ames Company  
Division of Miles Laboratories Ltd



Agent för Sverige:

Aktiebolaget **MEDA** Göteborg  
Stora Badhusgatan 20,  
Göteborg C. Tel. 17 68 40

## Billigare medicin till de stora läkemedelsförbrukarna

För närvarande får ungefär hälften av alla försäkrade varje år fria eller rabatterade läkemedel. Då en patient är intagen på sjukhus är all medicin kostnadsfri. Den privata konsumtionen gick till ungefär 400 miljoner 1961 och torde ha fördyrats ytterligare. Medicinförbrukningen stiger, nya mediciner kommer ständigt, genomsnittsåldern på ett läkemedel är 5 år, och priserna ökar. Läkemedelsförsäkringens innebär att en patient får 50 % rabatt på medicinpriser över 3 kronor. Godkända mediciner för speciella sjukdomar lämnas helt kostnadsfritt, det gäller en rad långvariga sjukdomar men visst inte alla. Det satt hårt åt, innan medicinalstyrelsen ville släppa diabetestabletterna fria t. ex., och fortfarande är dyrbara mediciner för mentalsjukdomar icke kostnadsfria. Psoriasis berättigar inte till fri medicin, inte heller reumatism.

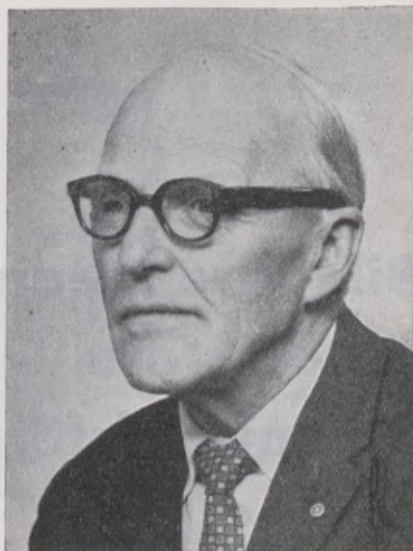
Ett förslag till läkemedelsreform har framlagts, enligt vilket karensbeloppet 3 kronor skulle tas bort. Detta betyder att varje medicin skulle bli bara 1:50 billigare, medan reformen totalt skulle kosta 45 miljoner utan att de flesta läkemedelsförbrukarna skulle känna någon lättnad. Svenska diabetesförbundet menar, att det vore bättre, om dessa 45 miljoner lades, där man har de högsta läkemedelskostnaderna och att det nuvarande karensbeloppet blir kvar.

Den som ligger på sjukhuset slipper helt från medicinkostnader. Modern sjukhusvård är mycket koncentrerad, och patienten kommer hem på betydligt kortare tid än förr. Sjukhuset slipper kostnaderna, medicinutgifterna lägges på den utskrivna patienten. Det är logiskt att försäkringen ger ökade förmåner, där medicinförbrukningen är störst. 40 % av

*Forts. på sidan 22*

*Av dr Albert Grönberg*

**Vår medicinske medarbetare, doktor Albert Grönberg, ger här en rapport från det amerikanska diabetesförbundets årsmöte, som hölls i Chicago den 25-26 juni i år.**



*Albert Grönberg*

## **Amerikanska diabetesförbundets årsmöte**

Det förunnades mig att ännu en gång få deltaga i det amerikanska diabetesförbundets årsmöte, som hölls i Hotel La Salle i det heta Chicago, då vi här hemma firade midsommar. Det var förvisso varmt, omkring 95° Fahrenheit eller +35° Celsius. Man klagade också i tidningarna över den starka värmen. Asfalten i skarvarna mellan de gjutna betongblocken på trottoarerna var som gröt. Man måste täcka dem med metallremсор, för damernas klackar hade en viss benägenhet att drunkna i asfaltmassan. Deltagarantalet var

kanske något lägre än vad det brukar vara, cirka 300. Anledningen till att man valt denna tidpunkt var säkerligen den att det stora 115:e Allmänna Läkarmötet (115th Annual Meeting of American Medical Association, AMA) också hölls i Chicago med början den 26 juni.

Programmet var som alltid väl sovrat. Av 114 anmälda föredrag framfördes 47, de övriga 67 upptogs under rubriken »By title», vilket innebär att abstrakten av de icke framförda föredragen publiceras i programhäftet.

Här följer nu några korta referat av de föredrag, som jag tror kan vara av speciellt intresse för denna tidnings läsare.

*Robert B. Wilson och medarbetare, Toronto, Canada*, har genom försök på råttor studerat den viktiga frågan om orsaken till hjärt-kärlsjukdom vid diabetes. Är det diabetessjukdomen som sådan eller är det den höjda »blodfettnivån» (kolesterolnivån) som är orsaken? W. kommer till den slutsatsen, att det diabetiska blodkärlet icke är mera känsligt för den höga blodkolesterolnivån än blodkärlet hos den friske. Om alltså diabetikern med lämplig diet kan hålla sin blodkolesterol nere på normal nivå bör han inte vara sämre ställd än den friske beträffande risken att få t. ex. hjärtinfarkt. Har Wilson rätt är det all anledning för diabetikern att glädja sig. Man bör emellertid hålla i minnet att Wilsons uttalande gäller råttor och icke människor!

Med spänd förväntan motser man varje meddelande om undersökning av de speciella blodkärlsförändringarna vid diabetes (den s.k. microangiopathia diabetica) och särskilt resultaten av forskningen beträffande den s. k. basalmembranen i kapillärerna (hårrörskärlen). Det har ju under de senaste åren ansetts vara så gott som säkert att en förtjockning av basalmembranen (BM) är ett tidigt och säkert symptom på diabetes. Från mycket vederhäftigt håll har man hävdat, att den framtida diagnosen av diabetes kommer att ske med hjälp av en mikroskopisk studie av kärnen i en liten hudbit från patienten. Diagnosen skulle med

denna metod kunna ställas på det späda barn, som kanske först vid vuxen ålder kommer att förete klinisk diabetessjukdom. Från bl. a. svenska patologer har tvivel yppats beträffande denna metod. Så ock från en del amerikanska forskare.

*R. E. Yodaiken och medarbetare, Buffalo, N.Y. och Johannesburg, Sydafrika*, redogjorde för undersökningar av nämnda kärlförändringar hos sydafrikaner. Man fann att den förtjockade basalmembranen icke visar någon statistiskt säkerställd överrepresentation hos diabetiker i jämförelse med friska.

Man får väl med en viss bitterhet konstatera att ännu en förhoppning gått om intet.

Ett annat problem av lika stort intresse som den förtjockade basalmembranen är betydelsen av förekomsten av en viss äggviteförändring i blodet hos diabetiker och blivande diabetiker (prediabetiker). Den brittiske forskaren *Wallance-Owen* påstod sig 1963 ha påvisat att en ökning av en viss fraktion i blodäggvitan, av honom kallad *Synalbumin*, utöver 1,25% var karaktäristisk för diabetiker och prediabetiker. Jag minns mycket väl vilken sensation *Wallance-Owens* föredrag innebar. Tyvärr var det så att den teknik W.-O. använt blev föremål för en delvis mycket stark kritik. Nu befinner man sig i en period av återhämtning, ty det visar sig nog att det ligger något i fyndet av ökad mängd synalbumin men bestämmningen av den ifrågavarande fraktionen är svår, då en rad felkällor måste beaktas.



*John W. Ensinnck och medarbetare, Seattle, Washington*, framlade resultaten av en undersökning av en sådan felkälla. Det förekommer en »antagonist» till synalbuminet till vilken man bör taga den största hänsyn. Sedan väl tekniken blivit prövad och hänsyn tagits till alla felkällor tycks det i alla fall bli en del av värde kvar för kliniken.

Frågan om möjligheten att avgöra huruvida en person senare i livet skall få diabetes, dvs. att avgöra om han är prediabetiker, är ju av central betydelse för diabetesvården, så det innebar ingen överraskning att man i icke mindre än tre föredrag behandlade detta problem. Det är ju vid sådana undersökningar av fundamental betydelse, att man till sitt förfogande har försökspersoner som säkert tillhör gruppen prediabetiker. En sådan grupp utgöres av personer, vars båda föräldrar är diabetiker, men där försökspersonen ännu inte visat tecken på diabetes.

*Soeldner och medarbetare, Boston, Mass.*, hade hos nio prediabetiska män studerat insulinproduktionen efter glykosbelastning med och utan tillägg av cortison. Man använde här som insulinbestämning den immunoreaktion som under senare åren kommit till användning. (Dess beteckning är IRI, om det kan intressera.) Soeldners resultat var negativt. Prediabetikern skiljer sig enl. Soeldner icke beträffande sin insulinproduktion från den friske.

*Henry Ricketts och medarbetare, Chicago, Ill.*, hade studerat 25 prediabetiker (varav 21 var fall där båda föräldrarna hade diabetes) och jämfört dem med 24 friska

personer. Rickett finner i motsats till Soeldner, att prediabetikern vid cortison-glykosprov företer högre blodsockervärden och högre värden insulin i blodet än den friske.

*John A. Colwell, Chicago, Ill.*, anser sig ha visat att prediabetikern har sämre insulinproduktion än den friske.

Som synes går åsikterna isär. Tre i hög grad erfarna och vederhäftiga forskare kommer till olika resultat i sina försök att lösa en till synes ganska enkel vetenskaplig uppgift. Man kan fundera över orsaken. Antagligen är det försökspersonernas hälsotillstånd som är olika. De befinner sig sannolikt i olika stadier beträffande utvecklingen av den diabetes, vars anlag samtliga bär på. Man får vänta och se vad kommande forskning kan ge för resultat.

Frågan om hur biguanidpreparaten verkar har länge varit föremål för forskarnas intresse. Det gäller alltså Dibeintabletternas blodsockersänkande verkan.

*Gilbert L. Searle och medarbetare, San Francisco, Cal.* Genom undersökning på diabetiker har man kunnat visa att den som behandlas med Dibein företer en stegrad glykosupptagning i kroppens vävnader. Dibeinet verkar sålunda direkt på vävnadens celler och icke som de flesta övriga tabletter genom att stimulera insulinproduktionen. Man kan följaktligen ha nytta av Dibein även i sådana fall, där den egna insulinproduktionen upphört.

Frågan om huruvida vissa blodtryckssänkande läkemedel kan ge upphov till diabetes har tidigare debatterats inom ADA. Det är nu

visat av bl. a. *Seltzer och medarbetare, Dallas, Texas*, att de blodtryckssänkande medel, som ger upphov till diabetesliknande sjukdomsbild, verkar genom att de blockerar patientens insulinproduktion. Man stänger insulinfabrikationen. Det uppkommer sålunda en akut brist på insulin och följaktligen oförmåga att förbränna kolhydraterna. Man har emellertid på ett övertygande sätt visat att blockaden i insulinfabriken (= pankreasvävnadens B-celler) häves av våra vanliga diabetestabletter (Tolbutamide, Rastinon, Artosina etc.).

Beträffande senkomplikationerna (ögon-, njur- och nervskadorna) framfördes dessvärre inte mycket av praktiskt värde. *Max Ellenberg, N. Y.*, som är en framstående kännare av de diabetiska nervkomplikationerna, framhöll att man stundom kan finna blåsrubbnings mycket tidigt i diabetessjukdomens förlopp, som beror på diabetiska nervskador. Det praktiska värdet av denna iakttagelse är att symtom på blåskatarr kanske inte beror på en infektion utan i stället på en svårighet för urinblåsan att fungera på grund av en viss förlamning av dess muskulatur.

*David Estrich och medarbetare, Oakland, Calif.*, framförde ett föredrag med den något förvirrande titeln: »Longacting Carbohydrate» eller »Långverkande kolhydrater». Då arbetet var utfört vid en av världens främsta institutioner på det näringsfysiologiska området, nämligen Kinsells avdelning i Alameda County Hospital, var man naturligtvis mycket nyfiken på vad det kunde handla om. Estrich och

hans medarbetare har visat att det blir en avsevärt annan effekt på blodsockerläge och insulinmobilisering, om man ger kolhydrater enbart eller om man ger en blandning av kolhydrater, fett och äggvita. Fettet (som i detta fall utgjordes av Avocadoolja) och äggvitan verkar stimulerande på insulinproduktionen utan att blodsockernivån stiger så högt som om tillförseln består av enbart kolhydrater.

En ändamålsenlig diabetesdiet skall alltså enligt denna undersökning aldrig innehålla måltider med enbart kolhydrater, som ger en snabb och höggradig stegring av blodsockret med ökad urinsockerutsöndring. Samtliga måltider bör alltid jämte kolhydraterna innehålla något fett och något äggvita. Att fettet sedan åminstone till en del bör vara s. k. omättat fett är ju ingen nyhet. Avocadooljan är enligt Kinsell bra. (Den är dessutom ett förnämligt skönhetsmedel, enligt vad man sade mig på sakkunnigt håll!)

Det är givetvis mycket mera man skulle vilja meddela från det alltid lika spännande forskningsfältet, men det sagda torde få räcka för denna gång. Jag avslutade min vistelse med ett besök på Mac Cormick Place, där man hade en imponerande utställning med anledning av det 115:e allmänna läkarmötet. Förhandlingarna var för övrigt också förlagda dit. Redan första dagen, den 27 juni, var 8000 läkare anmälda. Av intresse kan kanske vara att meddela att förre vicepresidenten Nixon var inbjuden som talare. Han rekommenderade läkarna att engagera sig poli-

## Rattfull diabetiker fick villkorlig dom

En till två månader och 15 dagar för rattfylleri, vårdslöshet i trafik och smitning dömd höganäsbo har av hovrätten för Skåne och Blekinge fått straffet för rattfylleri och trafikvårdslöshet ändrat till villkorlig dom, medan åtalet för smitning ogillades.

Höganäsbon lider av sockersjuka och påstod själv att han under körningen haft insulinkänningar och att detta var förklaringen till att han inte märkte en lätt krock med en mötande bil. Hovrätten ansåg också att insulinkänningarna kunde förklara hans omdömeslöshet att köra bil efter spritförtäring.

En ledamot av hovrätten anmälde avvikande mening och ville fastställa underrättens urbota straff då han inte ansåg att mannens omdöme blivit så avtrubbat av insulinkänningarna att hänsyn därtill bort tagas vid bedömningen av brotten.

tiskt i sin kamp för sin frihet mot socialisering. Det gäller ju just nu införandet av s. k. Medicare, vilket i korthet betyder billigare sjukvård åt personer över 65 år. På mig gjorde diskussionen ett pinsamt intryck. Dels rörde den problem, som för länge sedan slutdiskuterats i Sverige, dels bar diskussionen prägel av brist på sinne för läkarverkets socialmedicinska uppgifter och betydelse.



*Senapen just för Er!*



## Sockersjuka och korpulenta

**VET NI** att Etabl. Gringoire är Frankrikes äldsta och största fabrik för tillverkning av Biscottes au gluten (goda rostade glutenbröd pris 8 öre st.). Biscottes au gluten rekommenderas av läkare för sockersjuka och korpulenta.

Biscottes au gluten levereras till sjukhus, vilohem, hotell m. m. Finnes hos 1:a kl. livsmedelsaffärer. Fr. Ystad till Kiruna i alla Tempobutiker.

Engros: **Reforma Livsmedel AB**  
Sundbyberg

# En rundskrivelse från rikspolisstyrelsen

*Rikspolisstyrelsen har i juni månad i år utsänt följande rundskrivelse till landets kriminalvårdsdirektörer och styresmännen vid fångvårdsanstalterna och de allmänna häktena.*

Under vissa omständigheter kan en diabetiker (sockersjuk) förete symtom, som lätt kan förväxlas med tillståndet hos en alkoholförgiftad person.

För undvikande av dylika misstag beträffande person som intas i fångvårdsanstalt eller allmänt häkte meddelar kriminalvårdsstyrelsen följande upplysningar och föreskrifter, avseende dels symtomen vid vissa diabeteskomplikationer samt dels de förstahandsåtgärder, som skall vidtas vid de olika tillstånden.

Med diabeteskomplikationer avses i denna föreskrift följande tillstånd.

*Sockerkoma*, orsakas av insulinbrist och för med sig illamående, ansiktsrodnad, slöhet, omtöckning samt till sist medvetlöshet. Andedräkten luktar *frukt*.

*Åtgärd:* tillståndet är livshotande och personen skall omedelbart föras till läkare.

*Insulinchock* orsakas av bl. a. för stor insulindos och för med sig allmän omtöckning med medvetlöshet som följd.

*Åtgärd:* personen skall omedelbart föras till läkare.

*Insulinkänningar*, varningssignaler för insulinchock, för med sig olust, ångest, svettningar, hjärtklappning, hets hunger, blekhet samt skakningar.

*Åtgärd:* Tillståndet kan i allmänhet hävas genom att personen tillförs socker eller sockerbildande ämnen, t. ex. ett glas mjölk eller ett par sockerbitar. Omedelbar läkarvård är i detta skede ej nödvändig. Har det gått så långt som till medvetlöshet eller sådan grad av omtöckning att vederbörande ej kan redogöra för sig skall personen föras till läkare. Försök aldrig ge en medvetlös person mat eller dryck. Följden kan bli kvävning.

I allmänhet bär diabetikern på sig ett identitetskort, utfärdat av Svenska Diabetesförbundet. Kortet upptar på ena sidan namn och adress samt på den andra ett s. k. insulinschema.

Ni har att på lämpligt sätt underrätta samtliga tjänstemän vid anstalten om innehållet i denna rundskrivelse.

Erik Nyman      Bengt Ählén

Annonsera i  
**DIABETES**

Av Inga-Lisa Wernersson

Vi återger här ett föredrag om diet av ekonomiföreståndarinnan Inga-Lisa Wernersson. Föredraget har en gång tidigare presenterats i Diabetes.



Fleromättade fettsyror finns det i bl. a. fisk

## Den sockersjukes dietlista måste följas

**D**iabetes är en sjukdom, som på senare år blivit allt mera vanlig, till stor del beroende på vår höga levnadsstandard.

Många äldre personer klarar sig bra utan insulin, dieten får där utgöra medicinen. Hos de yngre fordras oftast båda delarna.

Diabeteskosten liknar i många fall normalkosten men med undantag av vissa saker. Vi vill bjuda på en kost som är överkomlig i pris, god, omväxlande, fysiologiskt riktigt sammansatt och överkomlig, inte bara för dem som har förmånen att äta hemma utan också för dem, som är hänvisade till restauranger och matserveringar. Därmed inte sagt att allt som förekommer på matsedeln är tillåtet.

Dietlistan får vara den bestämmande faktorn för vad som är tillåtet eller inte. Vid all diabetesmatlagning bör en hushållsvåg finnas till hands, helst också en födoämnestabell, där kalorier, äggvita, fett, kolhydrater och vitaminer finns upptagna. Bra är det även med en utbytestabell, särskilt gäller det grönsaker och dess kolhydrathalt.

Något som absolut är förbjudet för diabetikern är socker och sötsaker. Kolhydrater i denna form sugs snabbt upp ur magen och tarmen och det blir en snabb blodsockerstegring. Många vill till kaffet eller théet ha något sött och då finns det olika sötningsmedel att välja på, såsom Assugrin, Suckaryl, Bitsacketter, Sackarin och Hermesetas. Assugrin och Suckaryl är värmebeständiga och flera av våra fruktkonserver är just sötade med dessa sötningsmedel.

Fruktsmaken hos dessa träder bättre fram och blir till sin fördel.

Förutom socker är bröd och mjöl, mjölk, potatis, rotfrukter och frukt våra största kolhydratkällor. 1 dl mjölk t. ex. innehåller 5 g kolhydrat. Kolhydratet är här mycket lätt resorberbart och mjölksockeret sugs snabbt upp av blodet, i de övriga däremot är det mera svårresorberbart.

### Brödet

Vi börjar med brödet och mjölet. Vårt svenska bröd är alldeles för sött, men de flesta tycker om det och vill ha det så, ovetande om hur skadligt det egentligen är. För diabetikern är det emellertid opasande. Då är franskbrödet mera lämpligt men det finns också mindre sötade limpor såsom skånegrova brödet, tyskbagarlimpan och estniska limpan. I handeln förekommer också hårt bröd och rån av olika slag. Vår brödranson är 120 g per dag eller 4 st. skivor. De dagar det serveras gröt till frukost utbytes den ena brödskvivan mot 30 g havregryn. Råggrahamsmjöl har högre kolhydrathalt liksom fallet är med risgryn och managryn. De båda senare fordrar också kokning i mjölk och det tillåter inte den dagliga mjölmängden.

Tjocka redsa såser till kött och fisk är något som bör undvikas av den diabetessjuka. Möjligtvis 3 g vetemjöl till redning av 1 dl vätska så att det blir en aning simmigt. I och med att såsen eller soppan reds minskas brödmängden med 11 kalorier. Sky i stället för sås är faktiskt lika gott om inte bättre bara

man vänjer sig vid det och också nyttigare.

Även söta kakor ingår i mjöl- och brödförbrukningen. Inte endast mjöl utan också fett ingår häri och eftersom det är bestämda mängder av bådadera är det bäst att helt och hållet låta bli. För dem som vill ha en kaka någon gång finns det recept på osötade sådana.

Potatis, ett av våra billigaste födoämnen, bör varje dag ingå i kosten. Den innehåller förutom kolhydrat även äggvita, kalium och inte att förglömma det viktiga C-vitaminet. 100 g potatis är den dagliga portionen.

### Grönsaker

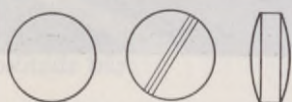
Den lämpligaste diabetikermaten är grönsaker. De kan tillagas på flera olika sätt och serveras antingen naturella eller råa, som det vanligtvis benämns, kokta, gratinerade eller stekta. Genom grönsakerna blir vitaminbehovet också tillgodosett. De är dessutom nyttiga, mättande och närande och håller tarmen i gång på grund av sin stora cellulosa-halt. Grönsakerna innehåller visserligen kolhydrat, men det tillföres i sådan form att det först måste brytas ned av tarmen innan det kan övergå till blodet. Det finns också grönsaker som är så kolhydratfattiga att de kan ätas i fri mängd, sådana är t. ex. blekselleri, blomkål, brytbönor, chickore, dill, gräslök, persilja, gurka, vit- och rödkål, paprika, purjolök, rabarber, rädisor, spenat, selleri, sallad, sparris, svamp, tomat och vattenkrasse.

I dessa grönsaker håller kolhydrathalten sig mellan 1—6 %. Även om kolhydrathalten i dessa är så liten att de kan ätas i fri mängd gör man det säkert inte, eftersom grönsaker ger en snar mättnadskänsla och är ganska skrymmande. Av de här uppräknade ätes sallad, gurka, tomat, chickore, rädisor, paprika råa var för sig eller blandade i sallader med en dressing bestående av antingen pressad citron, olja eller ättikslag. Paprika kan både serveras rå eller kärnas ur och förvällas och sedan fyllas med köttfärs och gräddas i ugn.

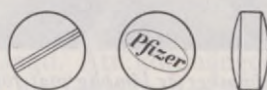
Paprikan finns i tre olika färger: grön, gul och röd. Den sistnämnda är den mildaste i smaken och då är den mest mogen och således då mest lämplig i sallader. Tomaterna kan förvällas och stekas i ugn, blomkålen kan kokas eller gratineras men inte med en tjock gratinsås över utan enbart riven ost. Purjolöken tillredes på samma vis som blomkålen. Röd- och vitkål kokas, brynes eller ätes rå i sallader. Spenaten förvällas men lägges inte i tjock stuvning, enär till den åtgår mjöl och det tillåter inte brödmängden. Sellerin som har en stark smak användes som smaktillsats i soppor och grytor men den kan också förvällas och stekas utan panering. Bleksellerin ätes rå med ostkräm. Sparris kokas och ätes enbart eller tillsammans med andra grönsaker, svamp stekes men användes också i soppor. Dill, gräslök, persilja och vattenkrasse tjänstgör mest som garnityr, så där blir det inte fråga om några mängder åt gången.

# Ändrat utseende på DIABINES®

## Tabletternas utseende



förr



nu

Genom att kompositionen för Diabines omarbetats beträffande konstituentia har det nu blivit möjligt att reducera tablettstorleken med bibehållen mängd verksamt substans (0,25 g klorpropamid).

De nya tabletterna, som är stansade med namnet Pfizer inom oval, har mindre diameter än de hittillsvarande.

**Pfizer**





*Grönsaker är lämplig mat för diabetiker*

### **Glass olämplig**

För grönsaker som har 7 % kolhydrathalt eller därutöver gäller ingen fri förbrukning. Till denna grupp hör: brysselkål, jordärtskockor, kålrötter, palsternackor, vaxbönor, rödbetor, morötter och ärter antingen de är färska eller konserverade. En diabetesportion ärter motsvarar 25 g eller 1 matsked. En dagsranson morötter motsvarar ungefär 50 g. Den stora kategorin som tycker om grönsaksstuvningar av olika slag bör vänja sig av med det, för särskilt i detta fallet är det något högst olämpligt. Grönsakerna är både bättre

och nyttigare utan stuvningar. Bäst är det med en aning smält margarin eller majsolja då vitaminerna lättare kan tillgodogöras.

Till våra torkade grönsaker hör ärter och bönor men de är helt förbjudna, eftersom kolhydrathalten i dessa är alldeles för hög.

Liksom grönsaker så bör frukt av något slag ingå i kosten varje dag och under bärtiderna även bär i begränsade mängder. Tack vare djupfrysningen har det lättare gått att erhålla vad som önskas alla tider av året. Frukten är lämplig som mellanmål och av de tre apelsiner som finns på matsejdeln kan den ena utbytas så att det

blir efterrätt till middag. En diabetesefterrätt är inte värre att variera än en vanlig sådan när det finns så mycket att välja på. Rå frukt av olika slag är mycket lämplig. För den som hellre vill ha den kokt går det fint, eller tillreda den på andra sätt såsom i salader, stekt i gelé eller i puréform. I handeln förekommer konserverad frukt av olika slag såsom aprikoser, persikor, ananas, äpplen, päron, krusbär och fruktcocktail. Alla sötade med ett värmebeständigt sötningsmedel eller inlagda i juice.

På senare tid har det även börjat tillverkas diabetikerglass. Den är ingen idealisk efterrätt på grund av sin stora fetthalt.

Efter soppa är den obligatoriska desserten tunna pannkakor men här kan de bytas ut mot omelett på 1 ägg och 2 matskedar vatten och fyllas med ett osötat mos eller osötade bär.

### Mjölken »farlig»

En av våra viktigaste kalkkällor är mjölken men eftersom den är rik på mjölksocker är den inte någon lämplig dryck för diabetikern enär mjölksockret går direkt till blodet. Ett ordinärt glas mjölk motsvarar 2 dl och kolhydratmängden häri är densamma som i två sockerbitar. Enligt föreskrifterna är den tillåtna mängden mjölk 4 dl per dag och därutöver ingenting av vare sig fil- eller kärnmjolk. Grädde är också något som bör användas så lite som möjligt. Här är det fettets som utgör hindret. Någon enstaka gång kan

5 g margarin bytas ut mot 5 g eller 1 tesked vispgrädd.

Smör och margarin har samma fetthalt. Ett för diabetikern lämpligt margarin är det medicinska. Enligt föreskrifterna är den tillåtna mängden 40 g per dag och häri ingår även det som behövs för stekning. I detta fallet är det bäst med någon vegetabilisk olja. Antingen cottonolja eller majsolja. Majsoljan innehåller fler omättade fettsyror till hjälp att förebygga vår farligaste folksjukdom, åderförkalkning. Osten får vara en av våra magra sorter med 30 % fetthalt, antingen herrgårds-, svecia- eller sydost.

Vår stora äggvitekälla är kött eller fisk. 300 g fisk eller 200 g kött är tillåtet per dag. Därmed nu inte sagt att man en dag skall äta bara kött och nästa dag bara fisk utan bäst är om det på samma dag serveras båda delarna, då givetvis i mindre mängd. Att köttmängden är mindre än fiskmängden beror på att den förra har större fettmängd än den senare. Även här har djupfrysningen kommit till stor nytta eftersom det förr var svårt för många att få fisk alla tider på året. Alla fisksorter är emellertid inte tillåtna, såsom ål, makrill, fet sill eller lax som ju är relativt feta. Även köttet gäller samma sak. Det finns ox-, kalv- och fläskkött att välja på. Av fläskköttet så tillhör skinkan konstigt nog det som är mest mager. Båda sorterna får antingen kokas eller stekas men ingen panering av något slag. Enär endast små mängder fett är tillåtna för stekning går det bäst att steka på grillpanna eller i papper.

Till avdelningen fisk räknas också räkor, hummer, krabba, ost-ron, musslor och kräftor. De är samtliga delikatesser och förekommer inte så ofta på matsedeln utan endast någon gång då och då.

Vid all matlagning fordras inte enbart råvaror utan även smaksättning. Vad är det med en aldrig så fin rätt om den inte har rätta smaken. För diabetikerna är alla kryddor tillåtna och särskilt i detta fall är det viktigt med en pikant smaksättning. Det är också roligt att själv få experimentera sig fram till vad som blir godast och här om inte någon annanstans får den egna smaken spela in.

Det gäller att undvika för stora och kraftiga måltider. Bäst är det med mindre och tätare, ungefär 3—4 timmar mellan varje med

## Prenumerera

på

## DIABETES

undantag av natten. 2—3 mellanmål per dag bestående av kaffe eller the eller frukt av något slag. Bra går det också att byta ut frukten mot juice som det ju finns flera olika sorter av.

Dietlistan får här utgöra den stora grunden. Slarva inte en gång, för en gång blir ofta många gånger. Bäst är att följa de råd som givits.

## INJEKTIONSTILLBEHÖR

*kan Ni köpa till reducerade priser genom  
Eskilstuna Sockersjukeförening*

Kanyler nr 16, 17, 18 och 20 .....	Kr. 4: —/duss.
Sprutor 1 cc .....	» 6: 50/styck
» 2 cc .....	» 7: —/ »
Nylandersprutor 1 cc för blinda .....	» 9: —/ »
» 2 cc » » .....	» 10: —/ »
Reservglas 1 cc (passar båda ovannämnda sprutor) .....	» 4: 50/ »
» 2 cc » » .....	» 5: —/ »
Leopoldfodral av stål, komb. för 1 cc och 2 cc ....	» 14: —/ »
Engångssprutor 2 cc .....	» —: 25/ »
Engångskanyler 0,50×16 mm .....	» 2: —/duss.

Inkl. oms, porto tillk.

AUTOMATIC och HELINOS injektionspistoler

*Beställ direkt från*

### ESKILSTUNA SOCKERSJUKEFÖRENING

Postbox 97      ESKILSTUNA 1      Postgiro 46 88 57  
Beställningstelefon 016/399 80, endast efter kl. 18

Kansli: Kareliigatan 7 A, telefon 016/107 16 - Öppet tisd. 19—21

# Fira jul i Nordanede

Vill Ni fira en God Jul i Nordanede, och undvika den feta julmaten? I så fall hälsar vi familjer och ensamstående välkomna under tiden 24/12—7/1, eller den tid som bäst passar vederbörande.

Vi har nämligen lyckats förmå handelslärare Gösta Blomqvist, Sundsvall, själv diabetiker, och hans fru att åtaga sig värdskapet. Han är bl. a. en utmärkt vissångare och frun pianist, så det blir en lämplig invigning av vårt nya piano. De kommer också att hjälpa till med att roa barnen, så att föräldrarna kan känna sig mera lediga. Vi förutsätter skidföre.

Priset blir 25: — kr. per dygn med halv avgift för barn under 15 år. Kan även någon äldre an-

vända överbädd blir priset lägre. För barn avses alltid överbädd. Enkelrum kan inte erbjudas.

I mån av utrymme tar vi även emot icke diabetiker med samma kost, om t. ex. bekanta familjer vill göra varandra sällskap. Ange i så fall t. ex. om 2 familjer vill dela ett större rum. Sänglinne och handdukar medtages.

Välkomna med ansökan senast den 1 dec. Ansökan är bindande fr. o. m. den 15 dec. såvida inte sjukdom eller dylikt inträffar. Men även sådant måste meddelas!

Vid ankomst med bil tar man av vid skylten »Gimåfors». Mittemot BP-macken vid E 75. Sedan återstår ca en mil till Diabetesgården, där flaggan alltid är hissad.

## Till DIABETESGÅRDENS STYRELSE

Bondsjögatan 2 A, Härnösand. Tel. 0611/111 74

Undertecknade anmäler sig härmed till julveckorna å Diabetesgården, Nordanede, enl. nedanstående

.....  
Namn

.....  
Antal äldre personer      Antal barn

.....  
Bostadsadress

.....  
Antal dagar och dato

.....  
Postadress

.....  
Anländer t. Torpshammar kl. ....

.....  
Telefon

Med tåg      Med egen bil  
(Stryk det som inte passar)

# Drömmer ni om en plats i solen?

Då är Ni inte ensam. Fler och fler reser ut under vinterhalvåret. Den sommarvarma solen finns inte längre här hemma. Det har Torsten Ehrenmark sagt. Vi har ett subtråkigt klimat, tycker han. Res därför!

Res till Kanarieöarna. Till Solen. Till landet där sommaren finns. Härliga bad, underbart klimat, utmärkta hotell väntar er. Det är alltjämt billigt att shoppa på Kanarieöarna. Vila och rekreation, utflykter och spännande upplevelser!

I samarbete med *Trivselresor* anordnar vi en specialresa för diabetiker till Las Palmas.

Avresa: 4/1.

Hemkomst: 19/1.

Reslängd: 16 dagar.

Pris per person enligt nedan:

Hotell:

Apartamentos Escandinavia  
945: —

Apartamentos Vikingo  
1145: —

I priserna inkluderas flygresor Malmö—Las Palmas och retur, in- kvartering i dubbelrum enligt respektive hotellbeskrivning, halvpension under hela uppehållet samt sakkunnig svensk färdledning. Måltiderna erhålles så att frukost serveras varje morgon på respektive hotell och för huvud-

måltiden, lunch eller middag, lämnas en måltidskupong, värde 75 pesetas, vilken gäller på ett antal olika restauranger i Las Palmas. På ett flertal restauranger erhålles en full måltid, förrätt, varmrätt och dessert för 75 pesetas. I de fall då måltidens pris överstiger 75 pesetas användes måltidskupongen som dellikvid.

Läkare utsedd av Svenska Diabetisförbundet medföljer resan.

## Hotellbeskrivningar

### *Apartamentos Escandinavia,*

ett välkänt i sommar restaurerat lägenhetshotell. Varje lägenhet består av sovrum, enkelt men propert inrett, kök med gasspis, kylskåp och köksutensilier. Dessutom finns badrum. Alla utsideslägenheter har balkong. Grundpriset avser in- kvartering i insideslägenhet.

Tillägg utsideslägenhet 35: — per person och vecka.

Tillägg enkelrum 70: — kr. per vecka.

### *Apartamentos Vikingo,*

ett nybyggt lägenhetshotell i omedelbar närhet till Las Canteras, som vi lyckats överta. Anläggningen har i sommar restaurerats. De mycket smakfullt inredda lägenheterna består av sovrum, badrum, pentry med gasspis och kylskåp. Alla lägenheter utom fyra

har dessutom matvrå. Samtliga lägenheter är utsides. På taket solterrass.

Rabatt för lägenhet utan matvrå 35: — per vecka.

Tillägg för lägenhet för eget bruk 100: — per vecka.

Anmälan sker genom insändande av nedanstående kupong till Trivselresor, Kommendörsgatan 19, Stockholm O, samtidigt som anmälningsavgiften 300: — per person sättes ni på Trivselresors postgirokonto 40 02 50.

#### Barnrabatter:

Barn som ej fyllt 2 år kan erhålla 90 % rabatt om de företager flyg-

resan i föräldrarnas knä samt logeras i extrabädd i föräldrarnas rum. Ev. extra hotellkostnader betalas direkt till hotellet.

Ingen bagagefrivikt.

Barn som fyllt 2 men ej 10 år kan erhålla högst 30 % rabatt varvid:

- barn åtföljes av vuxen person, vilken har vårdnaden om barnet,
- flygplats delas med annat barn,
- extrabädd beredes i den eller de medföljande vuxnas rum,
- halv bagagefrivikt tillämpas. Om för barn upp till 10 år krä-

Jag är intresserad av resan till Las Palmas den 4/1 1967 och önskar anmäla:

1. Namn .....	3. Namn .....
Adress .....	Adress .....
Postadr. ....	Postadr. ....
Tel. ....	Tel. ....
2. Namn .....	4. Namn .....
Adress .....	Adress .....
Postadr. ....	Postadr. ....
Tel. ....	Tel. ....

Av ovanstående är ..... diabetiker

Anslutningsflyg: Stockholm—Malmö—Stockholm önskas   
Tillägg 150: —

Hotell:	Escandinavia	<input type="checkbox"/>	Vikingo	<input type="checkbox"/>
	utsides	<input type="checkbox"/>	enkelrum	<input type="checkbox"/>
	enkelrum	<input type="checkbox"/>		
	insides	<input type="checkbox"/>		

Tika



Dags för vitaminer ...



TIKOPLEX förstås!

**sockerfri**  
**tuggbar**



PIGG SOM EN MÖRT MED

**TIKOPLEX®**

TIKOPLEX är en sockerfri multivitamin-tablett som kan **tuggas** eller **sväljas** hel. Tablettarna resorberas snabbt och fullständigt och säkerställer dagsbehovet av de viktigaste vitaminerna. TIKOPLEX är **välsmakande** och passar såväl barn som vuxna.



Receptfritt på apotek

EN SOCKERFRI MULTIVITAMINTABLETT FRÅN TIKO LÄKEMEDEL · UMEÅ

ves egen flygplats och normal bädd erhålles ej barnrabatt.

#### *Familjerabatt:*

Vid gemensam resa för en familj betalas för två personer fullt pris, och för medföljande barn som fyllt 10 men ej 21 år kan 15 % rabatt erhållas på grundpriset. Såsom fullt betalande familjemedlem räknas föräldrar eller andra anhöriga. Inkvartering sker i extrabädd i medföljande vuxnas rum.

#### *Avbeställningsskydd vid sjukdom:*

Resenären är skyddad mot avbeställningskostnader i följande spe-

ciella fall genom en obligatorisk avgift om 10: —, som erlägges vid anmälan: Då resan omöjlig kan företas till följd av sjukdom, olycksfall eller dödsfall som under tiden från anmälningsdagen till avresedagen drabbar resenärens själv eller resenärens maka/make, barn, föräldrar eller syskon. Läkarintyg, som uttryckligen styrker att resan av ovannämnda skäl inte kan företagas samt i förekommande fall släktskapsintyg skall därvid åtfölja avbeställningen, som skall lämnas arrangören omedelbart. Avbeställning, som kommer arrangören tillhanda efter avresan, accepteras ej.

## **5.000 barn i Västtyskland har diabetes**

Antalet sockersjuka barn i förbundsrepubliken Tyskland uppskattas till 5.000, exakta siffror kan inte anges. I Bad Aiblingen i Bayern finns nu det första hemmet för diabetiska barn. De här levande barnens sysslor under dagens lopp skiljer sig inte mycket från andra barns dagliga liv. En sak är emellertid annorlunda: barnen på detta hem erhåller medicinsk undervisning för att lära sig förstå sin sjukdom. Varje barn har sin egen hylla med insulin och sprutor på och injicerar sig medlet självt. De flesta barnen har redan skaffat sig förvånansvärd »insprutnings-

teknik». Under en läkares vård lär de diabetiska barnen och ungdomarna sig dock inte bara insulinbehandlingen utan också att de måste ordna sitt liv efter en sträng dietplan. Detta nya hem kan bli en förebild för liknande vårdanstalter som framdeles skall uppföras i Tyskland.

*(Ur Karlskoga Tidning)*

**Bliv  
medlem  
i  
SVENSKA  
DIABETES-  
FÖRBUNDET!**





Ni  
som  
måste  
undvika  
socker

eller håller diet av annan orsak

Ni kan köpa ÖREBRO  
osockerade SMÖRGÅS-  
RÅN, härligt fräsiga, en-  
dast 11 kalorier per rån.



#### BILLIGARE MEDICIN...

*Forts. från sidan 3*

den totala kostnaden bäres av endast 8 % av förbrukarna. Om man sätter ett tak för utgifterna under ett år, och efter en självrisk av t.ex. en tia i månaden gjorde medicinerna helt fria, skulle många allergipatienter, njur- och mentalsjuka få en hjälp, som var värd någonting.

Listan för de helt kostnadsfria läkemedlen, som upprättas av medicinalstyrelsen, bör absolut utökas med nya mediciner för nya allvarliga sjukdomar. Den bör justeras oftare.

Ingen av dessa förbättringar för de allvarligast sjuka utanför sjukhusen kan kosta särskilt mycket att genomföra, men de bör gå i förtur före de medicinreformer, som utredningen föreslagit.

Diabetesförbundet har funnit gehör för sin synpunkt även hos Statens Handikappråd, och vi kommer att fortsätta med medicinkampen.

*Waney Eriksson*

# E

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

*Insulin Novo Semilente*  
*Insulin Novo Lente*  
*Insulin Novo Ultralente*

Ombud: **SAN-BOLAGEN AB**

**NOVO  
INDUSTRI A/S**



## *Tvillingar*

Genom den förra annonsen i denna tidning kom jag i kontakt med ett flertal tvillingar där den ene var diabetiker. Samtliga var tvåäggstvillingar. Jag vore tacksam om *enäggstvillingar* där den ene är diabetiker ville kontakta mig.

Rolf Luft, professor  
Karolinska sjukhuset  
Stockholm 60  
Tel. 08/34 05 00, ankn. 1550

**FRISK  
LÄSK**

**Dietic**

**UTAN  
SOCKER**

UTAN SOCKER  
INNEHÅLLER CYCLAMAT

**Dietic**

APRILSIN

Ni måste smaka den härligt friska frukt-läskan DIETIC, tillverkad helt utan socker — sötad med cyclamat. Smaka DIETIC, det blir Er nya favorit-läsk!

**EN  
ROBERTS  
PRODUKT**

## FRÅN VÅRA FÖRENINGAR

### KARLSKOGA

Karlskoga Diabetesförenings ordförande Nils Andersson kunde hälsa ca 40 medlemmar välkomna till föreningens höstmöte. Han meddelade att föreningen nu är ansluten till Örebro Länsförening och att man gemensamt skulle begära skattelindring för sina medlemmar, då man genom en undersökning på lasarettet kunnat konstatera att diabeteskosten blir 8 kr. dyrare per dag för de sjuka, och samma blir naturligtvis fallet med dessa i hemmen.

Karlskogaföreningen har bekostat avgiften för två barn vid Mal-

möföreningens barnkoloni under sommaren. En sjuk medlem har genom gåva fått kr. 200:— och Diabetesförbundets hjälpfond kr. 1.500:—. Inkomsterna har föreningen fått genom anslag på kr. 1.000:— från fackliga föreningar samt genom de kaffelotterier man får anordna på Torget.

Efter kaffe hölls en paketauktion som inbringade 95 kr.

### UPPSALA

Kosten, patientundervisningen, självkontrollen, taxeringsproblemen, forskningsfrågor, sjukhusvården. Diabetikerns problem är många fler än dessa men det var några av frågorna, som behandlades vid en frågekäll till vilken Uppsala diabetesförening inbjudit några experter på olika områden. Gemensamt för många av svaren var att diabetiker inte så ofta tas som en grupp för sig utan ingår i större kategorier av sjuka.

Inget speciellt är t. ex. planerat för just diabetiker vid utbyggnaden av sjukvården i länet eller på regionplanet, upplyste sekr. Arne Svensson från landstinget. Diabetikerna tillhör de medicinska kliniker och man har inte särskilt tänkt på dem vid planeringen.

Länsläkare Olof Sandler ansåg i det sammanhanget att tiden knappast är mogen för en specialitet här. Det vore nog inte heller lyckligt för patienten. Läkaren bör inte vara specialist så till vida som han

## Diabetiker!

— gör som sockersjuka över hela världen, använd HELINOS injektionspistol för smärtfri injektion!

● det cylindriska ansättningsstödet spänner huden kring injektionsstället och nålen slås blixtnabbt in till rätt djup — även när det gäller den mest förhårdnade hud.

● kanylen är synnerligen hållfast och kan aldrig lossna av sig själv.

● steriliserbar utan isärtagning.

● vid förlitning behöver endast glascylindern utbytas.

● tätslutande metallbehållare underlättar den hygieniska förvaringen

● enklare att sköta än en vanlig spruta och ger garanterat smärtfri injektion

Godkänd av Sv. Diabetesförbundet  
OBS. Nyhet! Praktisk plastfot.

Säljes genom apotek, sjukvårdsaffärer, Sockersjukas Föreningar eller direkt från

### HELINOS AB

Kirurgiska Instrumentfabriken,  
SKARHAMN.

Tel. 0304-702 24

# VITAMINTONIKUM UTAN SOCKER OCH ALKOHOL



**R**obererande tonikum

**O**vanligt välsmakande

**B**alanserad vitaminhalt

**U**tan socker

**R**imligt pris

**A**lkoholfritt, men stimulerande

**N**jutbart i alla åldrar

## DOSERING

Vuxna: 1 dessertsked 3 gånger dagligen

Barn: 3—7 år: 1 dessertsked 1—2 gånger dagligen

Över 7 år: 1 dessertsked 2—3 gånger dagligen

Flaska à 500 ml

Flaska à 1000 ml

PHARMACIA

ALLMÄNNA AVDELNINGEN LÄKEMEDEL

måste hålla ögonen på hela patienten och hela sjukdomsbilden.

Det nuvarande systemet vid inställning togs också upp. Man efterlyste ett annat system där patienten inte behövde läggas in utan kunde kombinera sjukhusbesök med arbete. På detta svarade docent Anders Parrow att svårigheterna är alltför stora för att man ska kunna genomföra något sådant — man har t. ex. många patienter från platser långt ute på landsbygden. Däremot har skolbarn i Uppsala behandlats vid sjukhuset samtidigt som de följt skolgången. De äter och sover då på sjukhuset. Då kan man också få en riktigare uppfattning av patienten eftersom han iakttas under sin normala dagsrytm.

De patienter som läggs in får dock också i så stor utsträckning som möjligt vara ute och promenera. Och något, som inte alltid varit självklart — de får sina insulininjektioner på de tider de är vana. De skall inte behöva rätta sig efter sjukhusrytmen, sade instruktionsköterskan Ingrid Öjdahl. Som också berättade om patientundervisningen vid sjukhuset.

Taxeringsintendent Martin Andersson fick svara på flera frågor om möjligheter och rättigheter till avdrag för kostnader i samband med sjukdomen. Grundregel är här att avdrag inte får göras enbart på grund av en sjukdom. Man måste ha väsentligt nedsatt skatteförmåga.

Den angelägna frågan om aktuell forskning behandlades något av docent Claes Hellerström, som redogjorde för utvecklingen av och

experimenten med konstgjort insulin. Än har man inte prövat det på människor, men med fortsatt forskning och industriell utveckling kan man hoppas på ett konstgjort insulin, som kanske rentav överträffar det naturliga, och som blir betydligt billigare.

## KRISTIANSTAD

Årsmöte med Kristianstadsortens Diabetesförening hölls söndagen den 11 april å Teaterrestauranten i Kristianstad.

Till mötet hade inbjudits representanter för läkarkåren, landstinget och stadsfullmäktige i anslutning till den uppvaktnings som diabetesföreningarna i länet gjort hos landstinget. Föreningens ordf. stadskamrer Kurt Eriksson redogjorde för uppvaktningsens syfte, varpå följde en intressant diskussion.

Folkskolans frivilliga sångkör medverkade med vacker sång. En utställning av konsumtionsvaror för diabetiker var anordnad av några av föreningens damer.

Till ledamöter i styrelsen omvaldes ordf. Kurt Eriksson, sekr. Kerstin Björnlund och kassör Bertil Larsson och till revisorer Evert Enocsson och Sture Lundh.

Föreningen hade vid årsskiftet 103 medlemmar.

Årsmötet beslöt att skänka Svenska Diabetesförbundet 1000 kronor att fritt disponeras av förbundsstyrelsen samt att till förbundets forskningsfond skänka 500 kronor.

Mötet besöktes av ett hundratal personer, som alla var belättna med arrangemangen.

## UDDEVALLA

Söndagen den 4 sept. hade föreningen anordnat en bussresa i Bohusläns skärgård. I utflykten deltog 30 medlemmar. Resan gick först till Tanumshede, där vi besåg de världsberömda hällristningarna från bronsåldern. Vår chaufför Tore Brattberg visade sig vara en mycket kunnig guide och berättade mycket intressanta saker om dessa hällristningar. Vi passerade flera fiskelägen och badorter, t. ex. Grebbestad, Hunnebostrand, Bovallstrand och Väjern.

I Fjällbacka gjordes ett kortare uppehåll för att vi skulle få tillfälle att se oss omkring.

Sedan ställdes färden till Svenneby gamla kyrka, byggd på 1100-talet. Även här visade Tore Brattberg stor kännedom om denna se-

värdhet och berättade om denna gamla kyrkas historia.

Under hela bussresan underhöll Ingvar Olofsson med uppskattad dragspelsmusik.

Som avslutning på den trevliga resan intogs en god middag på Hotell Kungshamn.

## SKÖVDE

Föreningen i Skövde inledde höstens möten den 8 september, då ett 50-tal intresserade samlades i Prins Oscars festvåning i Skövde, den sedvanliga möteslokalen. Parentation hölls över två avlidna medlemmar, varefter styrelsen kunde rapportera, att föreningens kaffelotteri är slutsålt och att styrelsen tillsammans med programkommittén fastställt höstens program, vari bl. a. ingår besök av fotvårdsspecialist och läkare. Ett samkväm skall hållas den 12 november med supé på Boulognerskogens restaurang.

Under kvällen överlämnades en gåva på 100 kr från Gullhögens fackavdelning och sex nya medlemmar inskrevs. Hr Arne Sandin rapporterade från riksstämman i Umeå, och efter serveringen visades en mycket vacker och instruktiv film, »Nära älven», om Umeå och trakten däromkring.

## VÄSTERBERGSLAGEN

Söndagen den 28 augusti 1966 firade Västerbergslagens Diabetesförening 15-årsjubileum i samband med sommarmötet i Saxhyttans Bystuga. Jubileet inleddes med musik av medlemmar ur Grangärde spelmanslag under ledning av Erik Persson.

**Vackra  
ita tänder**  
med det medicinska tuggummit

**V6**

**Utan socker — oskadligt för  
diabetiker — sparar tänderna!**

1. Håller mun och svalg rena.
2. Ger vitare, renare färg åt tänderna.
3. Antiseptisk verkan.
4. Utvecklar vätesuperoxid i mindre mängd vid tuggandet.
5. Stimulerar salivflödet.
6. Välsmakande, uppfriskande.

*Fås endast på apotek*

**FERTIN**

*Farmaceutiska preparat*

Tel. 130 03 - Vittemöllegatan 7 H  
M A L M Ö

Under mötet invaldes 9 nya medlemmar i föreningen och man är nu uppe i 82 medlemmar. Man beslöt också om att anordna en Diabetesdag i slutet av november. Kaffe med hembakat bröd serverades också, och eftersom vädret var det bästa tänkbara kunde man avnjuta kaffet i det fria.

Västerbergslagens Diabetesförening är en förening som hunnit med en hel del under sina 15 år, sade ordf. i sin historik. Föreningen bildades den 1 sept. 1951 under namnet Ludvika Sockersjukeförening med omnejd. Till ordf. valdes då Tage Carlsson. Vid mötet på Wienerkonditoriet samma år för rättades kompletteringsval, varvid styrelsen fick följande utseende: ordf. Tage Carlsson, kassör, Helmer Eriksson, sekr. Sven Eriksson, vice ordf. Ragnar Danielsson och vice sekr. Georg Rimberg. Till revisorer utsågs Erik Eriksson och Erik Ström. Året därpå, dvs. 1952, hölls det första mötet i Grangärde, mötesplats var kommunalhuset. Ragnar Danielsson valdes till ordf. efter Tage Carlsson, då denne i slutet av 1952 flyttade från orten. Vid föreningens årsmöte 1953 invaldes Erik Sandstål och Herbert Resare i styrelsen som i övrigt förblev oförändrad. 1955 blev Erik Sandstål vald till ordf. och Herbert Resare till vice ordf. — dessa befattningar har de ännu i dag efter 11 år. Samtidigt beslöts att ändra namnet på föreningen till Västerbergslagens Diabetesförening.

År 1957 hade föreningen 17 medlemmar sammanlagt och är i dag uppe i 82 medlemmar. Föreningen har under sin femtonåriga tillvaro varierat mötesplats och

ULLA SAHLÉN

## KOST FÖR DIABETIKER



- Måltidsplanering
- 116 recept på goda rätter
- 8 utbyteslistor
- Bantning
- Barndiet
- Konservering utan socker

2:DR A OMARB. UPPLAGAN

89 sidor  
22 illustrationer  
i färg och sv/vitt

**12:50**

En utmärkt kostbok baserad på de senaste årens svenska läkarrön inom diabetesforskningen. Lättfattlig näringslära och kalori- och näringsvärdesberäknade recept på goda maträtter.

Köp boken i närmaste bokhandel eller direkt fr. ICA-förlaget, Bokförlaget, Västerås.

**ICA**förlaget



Pris ca: 150

ca 500

Soletter®

SÖTT OCH GOTT  
UTAN KALORIER

Tillverkas av  
rent kristall-  
sackarin



1 bit sötar  
som 2 socker-  
bitar

1 Solett motsvarar  
2 sockerbitar  
500 Soletter kostar  
cirka 1:50

AB Sunco Stockholm

AB SUNCO, Stockholm

program vid sina möten. Då 10-årsjubileet ägde rum höll man till i Röda korslokalen i Ludvika, där man bl. a. visade filmen »Jag har fått sockersjuka» — också ett inslag av dr Bergkvist stod på programmet. Vidare förekom dragspelsmusik av Margareta Jacobsson.

Göte Forsberg är en annan omtyckt gäst som medverkat ett flertal gånger genom att visa bilder och berätta från sina resor i olika världsdelar. 1963 invaldes två nya medlemmar som blivit till stor nytta för föreningen, betonade ordf. i sin historik. Den förste av dem heter Ruben Andersson och är sedan 1964 sekr., den andre är Erik Persson, Norhyttan. Tack vare honom har föreningen vid många till-

fällen haft nöjet att få njuta av vacker hembygdsmusik.

Förra året startade förbundet en kampanj som syftar till att skapa bättre livsbetingelser för de diabetessjuka samt upplysa allmänheten om förbundets verksamhet. En Diabetesdag firades över hela landet, och även Västerbergslagens Diabetesförening anordnade ett offentligt möte som ägde rum i ABF:s studiehem i Ludvika. Där medverkade dr Linde. Man visade också en utställning av sockerfria matvaror och drycker och hela mötet blev en stor succé.

Sist men inte minst sade Erik Sandstål i sin historik: »Vår förhoppning är att den friska vind som blåser vår förening framåt inte skall avta utan ge föreningen den styrka som kan bli till gagn för alla diabetessjuka.»

*Ruben Andersson.*

NU HAR DET KOMMIT



**MJÄLLOMS**  
**SOCKERFRIA**  
**TUNNBROD**

Säljes över hela landet  
i varje välsorterad affär

Tillverkas av  
**Mjälloms Tunnbrödsfabrik**  
Mjällom - Tel. 0613/210 09

**OSKARSHAMN**

Oskarshamnsortens Diabetesförening hade en sjuvärdes tur med vädret när den hade sin sedvanliga sensommarresa. Solen flödade från en molnfri himmel och luften påminde om dagar i juli.

Starten skedde från busstationen i Oskarshamn med Holger Nilsson vid ratten och med föreningens ordf. Karl Lönnkvist och kassören Helge Olsson som färdledare.

Drygt ett 40-tal medlemmar hade mött upp. Färden ställdes först till Figeholm, där lunch intogs på pensionat Havsbaden. Där hälsade först Karl Lönnkvist deltagarna välkomna. Efter maten tackade på deltagarnas vägnar

Gösta Nilsson med att läsa ett par dikter.

Mätta och belåtna for man vidare på kustvägen först till Klintemåla, där utsikten beskådades innan färden ställdes till resans höjdpunkt Metodistkyrkans sommarhem Skeppsgården, som ligger vackert vid en av de många havsvikar som Misterhults skärgård omfattar.

Där tog ungdomsledare Gunnar Svensson, Oskarshamn, emot och tjänstgjorde som värd på sommargården för dagen. Här blev det ett par timmars underbar vila i den vackra omgivningen, här intogs också kaffet som föreningens damer svarat för. Det hela avslutades med att ungdomsledare Svensson inbjöd deltagarna till en kort andakt i lägerkyrkan, tidigare en gammal loge på gården.

Här talade hr Svensson, vidare sjöngs några psalmer och hr Gösta Nilsson läste några dikter och som avslutning tackade på diabetesföreningens vägnar Karl Lönnkvist för den angenäma vistelsen denna vackra sensommarsöndag.

På slingrande vägar gick så åter färden upp mot riks-15 och Oskarshamn, sista uppehållet gjordes vid Stensjö månghundraåriga by utanför Virkvarn. Vid 18.30-tiden rullade åter bussen in på busstation efter en i allo lyckad dag.

Ett särskilt tack är på sin plats till Konsum i Oskarshamn, som skänkt både sockerfri choklad och sockerfri dricka till deltagarna, en vacker gest mot diabetikerna som uppskattades mycket.

*Erko*



## I toppform *tack vare Nya US Protein- och Vitamintablett för sockersjuka*

Ett vitamin- och näringspreparat som tillför kroppen äggviteämnen, mineraler och vitaminer i för den sockersjuka väl avvägda proportioner. Protein som bl. a. ingår i tablett, bygger upp och underhåller kroppens vävnader.

Preparatet har under de senaste fem åren noggrant utprovats och ständigt förbättrats, i *nya US Protein- och Vitamintablett* har både mineralämnena och vitaminerna utökats.

Åtskilliga tackbrev och erkännanden ha vi under de senaste åren fått mottaga som bevis från belåtna diabetiker som regelbundet använder tablett och därigenom känner sig både piggare och starkare.

*Nya US Protein- och Vitamintablett* är förpackad i glasburkar om ca 300 tabletter. Fullständig innehållsdeklaration utsatt å etiketten.

---

### Till AB TROLLY-PRODUKTER, Box 21004, Stockholm 21

Var god sänd ..... st. burkar US VITAMINTABLETT, ca 300 tabletter  
å kr. 15: 50 + porto, mot postförskott (2 burkar fraktfritt).

Namn .....

Adress .....

Postanstalt .....

Ni kan  
själv laga  
mycket gott  
UTAN  
SOCKER...

... ha alltid hemma

## Strö-Sackerter®

till matlagning, efterrätter, sylt, saft etc.

## och Bit-Sackerter®

till kaffe, te och andra drycker

- Ger ren sockersmak
- Lätta att dosera och använda
- Dryga
- Finns i olika förpackningar för skilda användningsområden.



## Pröva nya frestande recept

ur samlingen "Äta gott utan socker" — drygt 80 sockerfria recept med **angivna kalorivärden**. Omfattar mat, efterrätter, bakverk, sylt, saft, konservering, djupfrysning m.m.

TILL SVENSKA DIABETESFÖRBUNDET  
SKÖNVIKSVÄGEN 292, BANDHAGEN

Jag önskar erhålla receptsamlingen "Äta gott utan socker". 2 kronor i frimärken bifogas.

NAMN .....

ADRESS .....

POSTADRESS .....  
(var god texta)

# 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 och avklingar efter 24—30 timmar.*

Vitrum började tillverka insulinproduktion har allt sedan dess varit täcka landets behov. Preparatens anpassats till den vetenskapliga preparat är beredda av rent framställt i Vitrums moderna fabriker.

*Vi*



Göteborgs universitetsbibliotek



6000248877