

ÞRIÐJUDAGUR 7. FEBRÚAR 2012

STOÐTÆKI & SJÚKRAÞJÁLFUN



Kynningarblað

Gervilimir í gegnum
tíðina, sjúkraþjálfun,
hóppjálfun, fótaspelka
Eames-hjónanna og
afrek Oscars
Pistorius



Gervilimir liðinna alda

Allt frá tímum Forn-Egypta hefur mannskepnan reynt að bæta sér upp tapaða útlími. Þróunin í slíkum gervilimum hefur verið undraverð, sérstaklega á tímum tæknialdar. Baráttan heldur áfram og spennandi tímar eru fram undan.

Saga gervilima nær allt aftur til ársins 2700 fyrir Krist en fornleifafræðingar hafa fundið spelku frá þeim tíma. Egyptar hafa greinilega verið frumkvöðlar á þessu sviði en einnig hefur fundist gervitá á líki frá 16. öld fyrir Krist.

Elsta skrifaða heimildin um gervilim er frá um 500 fyrir Krist. Þá skrifaði gríski sagnfræðingurinn Heródótus um gríska spámanninn Hegestratus sem slapp úr fangelsi með því að skera af sér fótinn. Hann hafi síðan notað gervifót úr við. Þá hefur fundist rituð heimild frá árabílinu 50-100 þar sem sagt er frá rómverskum hershöfðingja sem missti hönd í bardaga. Til að geta haldið áfram hermennsku lét hann útbúa hönd úr járn til að halda uppi skildinum. Gottfried „Götz“ von Berlichingen (1480-1562) varð frægur fyrir járnhönd sína. Hann var mikill hermaður en missti hönd í bardaga árið 1504 en fékk í staðinn mjög framúrsteftulega gervihönd

sem gerði honum kleift að halda á allt frá sverði til penna.

Árið 1529 kynnti franskur skurðlæknirinn Ambroise Pare (1510-1590) aflimun sem leið til að bjarga mannlífum. Fljótlega fór hann að þróa gervilimi með vísindalegum hætti. Hann fann upp nýjar leiðir til að útbúa gervifætur en hann-aði einnig gerviaugu úr gulli, silfri, postulíni og gleri.

Árið 1863 þróaði Dubois L. Parmelee frá New York borg nýja leið til að festa gervilimi við stúfa. Hann notaði hólka á gerviliminn sem hann festi við stúfana með loftþrýstingi. Hann var reyndar ekki sá fyrsti til að reyna það en sá fyrsti sem tókst það vel upp.

Árið 1946 varð mikil framþróun í festingum gervifóta. Soghólkur fyrir fætur sem aflimaðir höfðu verið fyrir ofan

Gervihönd úr járn frá sautjándu öld. Slíkar hendur gerðu handalausum hermönnum kleift að halda áfram á skjöldum sínum.



Gervitá úr við og leðri sem fannst á líki í Egyptalandi.

NORDICPHOTOS/GETTY

hné var hannaður í háskólanum í Kaliforníu og Berkeley háskóla. Árið 1975 leysti Ysidro M. Martinez mörg vandamál við gervifætur sem festir voru fyrir neðan hné. Martinez hafði sjálfur misst útlím. Í stað þess að reyna að líkja eftir raunverulegum fæti með liðum, ökkla og il fór hann aðra leið og hannaði útlím úr léttu efni sem nýttist notandanum mun betur.

Framþróunin í gervilimum síðustu áratuga hefur verið gífurleg. Þeir sem misst hafa útlím eða fæðst án þeirra hafa um margt að velja auk þess sem hægt er að fá gervilimi fyrir mismunandi tilfni. Læknisfræðin og stoðtækjafræðin heldur áfram að þróa og með aukinni tölvutækni og gervigreind er ljóst að við eigum enn eftir að sjá stórkostlegar framfarir á næstu árum.



Nútímagervifætur spretthlaupara.



Breskur maður með gervifót um aldamótin 1900.

NORDICPHOTOS/GETTY

Hófu ferilinn með hönnun tréspelku

Hjónin Charles og Ray Eames eru þekktust fyrir hönnun húsgagna, arkitektúr og kvikmyndagerð. Þau lögðu þó einnig sitt af mörkum til hönnunar stoðtækja á fimmta áratugnum en fótspelka úr mótuðum krossvið var fyrsta fjöldaframleidda varan þeirra.

Fótspelkuna bjuggu þau til sjálf með heimasmiðaðri mótapressu í aukaherbergi í leiguíbúð sinni í Los Angeles árið 1941. Þau tóku gifsmót af fætinum á Charles sjálfum og hönnuðu spelkuna út frá því. Þau smíðuðu fyrstu eintökin úr krossvið og trélími sem Charles laumaði heim úr vinnu sinni sem leikmyndahönnuður í MGM kvikmyndaverinu. Ári síðar pantaði Bandaríski herinn 5000 spelkur og hjónin fluttu framleiðsluna úr herberginu í leiguíbúðinni í stórt stúdíó. Árin sem á eftir komu hönnuðu þau fjölda stóla með þessari sömu tækni, sem eru í dag með eftirsóttari húsgögnum inn á heimili.

Spelka Eames-hjónanna fyrir bandaríska herinn sem þau mótuðu úr krossvið með heimasmiðaðri pressu árið 1941.



Stoðtækjapjónusta

Höfuðstöðvar

VIÐ VILJUM AÐSTOÐA ÞIG

Stoðtækjapjónusta Össurar á Íslandi hefur nú flutt í nýtt og glæsilegt húsnæði að Grjóthálsi 1-3.

Stoðtækjapjónusta Össurar veitir bæði sérfræðiráðgjöf og sérhæfða stoðtækjapjónustu auk þess að bjóða úrval af stöðluðum spelkum.

Tekið er á móti tímapöntunum og fyrirspurnum í síma 515-1300 frá kl. 8:30 til 16:00 alla virka daga eða á netfangið mottaka@ossur.com.

VERIÐ VELKOMIN



ÖSSUR

Life Without Limitations

WWW.OSSUR.IS

Sérniðin meðferðarúrræði

Styrkur sjúkrapjálfun ehf. að Höfðabakka 9 býður alla almenna sjúkrapjálfun, hóppjálfun og aðgang að tækjasal. Hjá fyrirtækinu starfa sérhæfðir sjúkrapjálfarar með framhaldsmenntun og áralanga reynslu að baki sem taka vel á móti breiðum hópi viðskiptavina með ólíkar þarfir.

Styrkur sjúkrapjálfun ehf. að Höfðabakka 9 hefur verið starfandi frá mars 1999. Fyrirtækið býður alhliða sjúkrapjálfun, hóppjálfun og státar af rúmgóðum og björtum tækjasal. Baldur Gunnbjörnsson, sjúkrapjálvari hjá Styrk, er öllum hnútum kunnugur um fagið og starfsemina.

„Sjúkrapjálfun er einstaklingsmiðuð meðferð, hvort sem viðkomandi nýtur þjónustu sjúkrapjálvara á bekk eða ráðgjöf og leiðbeiningar varðandi breytni svo sem á vinnuástöðu eða hreyfingu,“ segir Baldur og nefnir sértæka æfingameðferð, mjúkartameðferð, leiðréttingu á líkamsstöðu, liðlosun, stöðugleikapjálfun, bylgju og rafstraumsmeðferð og nálastungur sem dæmi um meðferðir sjúkrapjálvara.

„Þess má geta að þeir viðskiptavinir sem eru í meðferð hjá sjúkrapjálvara og nýta sér tækjasalinn aðra daga fá kort í tækjasalinn á lægra mánaðargjaldi.“

Hópmæðferðir segir Baldur ýmist taka mið af sérþörfum ákveðinna sjúklingahópa á meðan aðrir hópar standi almenningi til boða. Í því samhengi nefnir hann hóppjálfun hjartasjúklinga, vefjagigtarleikfimi, færni og jafnvæghópa. Karlatímar séu svo nýjasta viðbótin.

„Námskeiðið kallast dagskammtur og byggist upp á kröftugum þol- og styrktaræfingum. Það miðast við að karlar geti komið í hádeginu og sinnt sinni daglegu þörf á hreyfingu á hálf tíma.“

Að sögn Baldurs sækir stöðina gríðarlegur fjöldi fólks með ólíkar þarfir á hverjum degi. „Þetta er allt frá börnum og unglíngum upp í fólk með langvinna sjúkdóma,“ segir hann og upplýsir að á bilinu 100 til 150 manns mæti í sjúkrapjálfun daglega. Annar eins fjöldi stundi hóppjálfun og noti tækjasal. „Sjúkrapjálfarar í Styrk taka vel á móti þeim sem til þeirra leita.“

Allar frekari upplýsingar segir hann hægt að nálgast á vefsíðu fyrirtækisins, á slóðinni www.styrkurehf.is.



Að sögn Baldurs sækir stöðina gríðarlegur fjöldi fólks með ólíkar þarfir á hverjum degi. „Þetta er allt frá börnum og unglíngum upp í fólk með langvinna sjúkdóma.“

MYND/GVA



Pistorius keppti fyrstur fatlaðra frjálssípróttamanna á heimsmeistarumótum í ófatlaðra í fyrra.

NORDICPHOTOS/GETTY

Stefnir á Ólympíuleikana í London

● Spretthlauparinn Oscar Pistorius, frá Suður-Afríku, er fæddur árið 1986. Hann fæddist fótalaus en hleygur á gervi- fótum frá íslenska stoðtækjaframleiðandanum Össuri.

● Hann er stundum kallaður „The fastest man on no legs“ eða fljótasti maðurinn án fóta. Hann hefur líka verið nefndur blöðkumaðurinn.

● Hann á heimsmet fatlaðra í 100, 200 og 400 metra hlaupi.

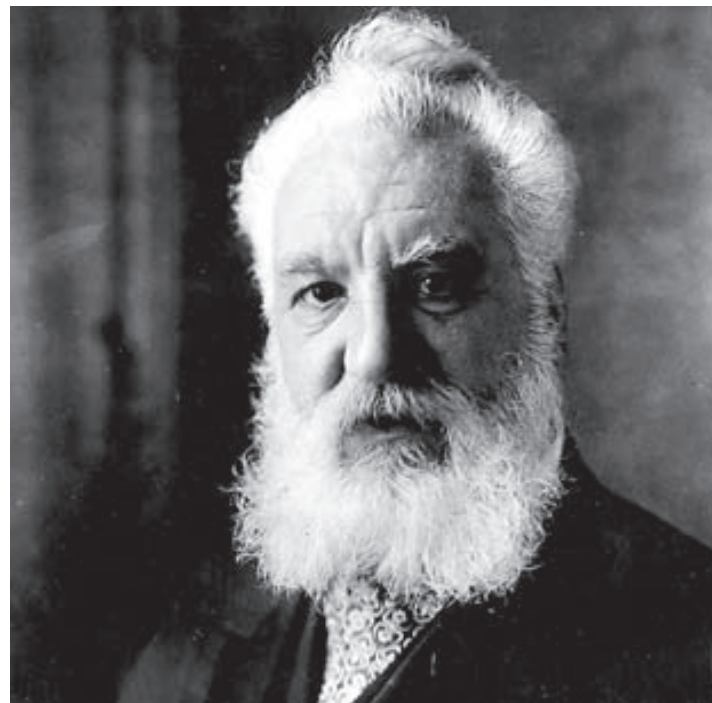
● Alþjóða frjálssípróttasambandið úrskurðaði árið 2008 að Pistorius fengi ekki þátttökurétt í ólympíuleikum ófatlaðra í Peking sama ár á þeirri for-

sendu að gervifætur hans gæfu honum forskot á aðra íþróttamenn. Áfrýjunardómstóll hnekkti þeirri ákvörðun og fékk Pistorius þátttökurétt að því tilskyldu að hann næði tilsettu lágmarki, sem hann gerði ekki. Hann vann hins vegar gullverðlaun í 100, 200 og 400 metra hlaupi á Ólympíuleikum fatlaðra sama ár.

● Pistorius keppti fyrstur fatlaðra frjálssípróttamanna á heimsmeistarumótum ófatlaðra í fyrra. Mótið fór fram í Daegu í Suður-Kóreu og keppti Oscar fyrir hönd Suður-Afríku í 400 metra spretthlaupi og 4x400 metra boðhlaupi. Hann komst í undanúrslit í 400 metra hlaupi

en endaði í 22. sæti af 24. Hann tók þátt í undanúrslitum með boðhlaupssveit sinni en var ekki valinn í úrslitin. Sveitin vann hins vegar til silfurverðlauna og þar sem hann tók þátt í undanúrslitunum telst hann einnig silfurverðlaunahafi. Hann er því fyrsti fatlaði maðurinn til að vinna til verðlauna á heimsmeistarumótum ófatlaðra.

● Pistorius stefnir að því að ná lágmarkinu í 400 metra hlaupi fyrir Ólympíuleikana í London í sumar. Hans besti tími er 45,07 sem hann náði síðastliðið sumar en hann þarf hins vegar að ná lágmarkinu sem er 45,25 aftur innan við þremur mánuðum fyrir mót.



Bell fann upp talsímamann þegar hann vann að stoðtæki fyrir heyrnarlausu.

Faðir heyrnarlausra

Alexander Graham Bell (1847-1922) var skosk-bandarískur vísindamaður sem er talinn eiga heiðurinn að fyrsta málmleitartækinu og talsímanum. Sagan segir að Bell hafi fundið upp talsímamann þegar hann vann að því að smíða hjálpartæki fyrir heyrnarlausu.

Tækið var að hluta til smíðað úr eyra af dauðum manni. Ef talað var inn í það byrjaði hljóðhimnan í eyranu að titra og kom vogarstöng á hreyfingu. Stöngin hreyfðist yfir sótað gler og á því kom fram bylgjumunstur. Bell ályktaði af tilrauninni að það hlýti að vera hægt að búa til gervihljóðhimnu. Með henni væri hægt að breyta þéttleika efna sem rafmagnnið var leitt í gegnum og því einnig bylgjumynstri rafboðsins.

Bell hefur verið kallaður faðir hinna heyrnarlausu en hann kenndi aðferðir sem gerðu heyrnarlausu fólki kleift að búa til hljóð og tala. Áhuga hans á málefnum heyrnarlausra má rekja til þess að móðir hans og eiginkona voru báðar heyrnarlausar. Segja má að talsíminn hafi verið tilraun hans til umbóta fyrir þær.

HEIMILD: WWW.VISINDAVEFUR.HI.IS OG WIKIPEDIA.ORG

**Njóttu
stundarinnar
án verkja**



Ibúfen®

– Bólqueyðandi og verkjastillandi

Notkunarsvið: Ibúfen inniheldur íbúprófen sem er bólqueyðandi, verkjastillandi og hitalækkandi lyf. Ibúfen tilheyrir flokki lyfja sem kölluð eru NSAID lyf (bólqueyðandi lyf sem ekki eru sterar). Ibúfen er notað við vægum til meðal miklum verkjum eins og höfuðverk, migreni, tannþínu, tíðaverkjum og hita. **Ekki má taka Ibúfen:** Þeir sem hafa ofnæmi fyrir íbúprófeni, öðrum skyldum lyfjum eða einhverju hjálparefnanna. Þeir sem fengið hafa ofnæmisviðbrögð eins og astma, nefrennsli, útbrot með kláða eða ef varir, andlit, tunga eða háls hafa bólgað upp eftir að hafa tekið íbúprófen eða skyld lyf. Þeir sem þjáðst hafa af sárum eða blæðingum í maga eða smáþörmum (skeifugörm) í tengslum við fyrri notkun bólqueyðandi verkjalyfja, þjást núna af sárum eða blæðingum í maga eða smáþörmum (skeifugörm) eða hafa áður þjáðst af slíku, tvisvar eða oftar, með alvarleg lifrar-, nýrna-, eða hjartavandamál (kransæðasjúkdómar meðtaldir), þeir sem þjást af umtalsverðum vökvaskorti (vegna uppkasta, niðurgangs eða of lítillar vökvaneyslu), eru með einhverjar blæðingar (blæðingar í heila meðtaldir), eru með sjúkdóm af óþekktum uppruna sem leiðir til óeðlilegrar myndunar blóðfrumna. **Sérstök varnaðarorð:** Þeir sem eru með rauða úlfa (SLE) eða aðra sjálfsnæmissjúkdóma, arfgengan sjúkdóm sem hefur áhrif á blóðrauða, hemoglóbín (purpuraveiki), langvarandi bólgusjúkdóma í þörmum eins og bólgur í ristli með sárum (sáraristilbólgu), bólgur í meltingarvegi (Crohn's) eða aðra maga- eða þarmasjúkdóma, truflanir á blóðfrumnamyndun, vandamál tengd blóðstorkun, ofnæmi, ofnæmiskvef, astma, langvarandi bólgur í nefslímhúð, kinnbeinaholum, kokeitlum eða langvarandi teppusjúkdóma í öndunarvegi, blóðrásarkvilla í slagæðum handleggja og fóta, lifrar-, nýrna- eða hjartavandamál eða háan blóðþrýsting, nýkomnir úr meiriháttar skurðaðgerð ættu ekki að nota lyfið. **Meðganga/brjóstgjöf:** Íbúprófen má ekki taka á síðustu 3 mánuðum meðgöngu. Aðeins ætti að nota Ibúfen á fyrstu 6 mánuðum meðgöngu í samráði við lækni og ef það er algerlega nauðsynlegt. Íbúprófen getur gert konum erfiðara með að verða þungaðar. Þessi áhrif ganga til baka þegar hætt er að taka lyfið. Íbúprófen berst í brjóstamjólk í litlum mæli og brjóstgjöf þarf yfirleitt ekki að hætta meðan á skammtíma meðferð stendur. Ef lengri tíma meðferð er áætluð, ætti að meta hvort hætta eigi brjóstgjöf. **Aukaverkanir:** Svartar, tjórukenndar hægðir eða blóðlituð uppköst (sár í meltingarvegi með blæðingum), brjóstsviði, kviðverkir, meltingartruflanir, truflanir í meltingarfærum s.s. niðurgangur, ógleði, uppköst, vindgangur og harðlífi, sáramyndun í meltingarvegi með eða án rofs, þarmabólga og versnandi bólga í ristli og meltingarvegi (Crohn's) og pokamyndun í digurgirni (rof eða fistlar), smásæjar blæðingar frá þörmum sem geta leitt til blóðleysis, sára og bólgu í munni, höfuðverkur, syfja, svimi, sundl, þreyta, æsingur, svefnleysi og viðkvæmni. **Skammtastærðir:** Fullorðnir og unglingar eldri en 12 ára (≥ 40 kg): 200-400 mg sem einn skammtur eða 3-4 sinnum á dag með 4-6 klst. millibili. Hámarks dagsskammtur er 1200 mg. Börn 6-9 ára (20-29 kg): 200 mg, 1-3 sinnum á dag á 4-6 klst. fresti eftir þörfum. Hámarks skammtur er 600 mg á dag. Börn 10-12 ára (30-40 kg): 200 mg, 1-4 sinnum á dag á 4-6 klst. fresti eftir þörfum. Hámarks skammtur er 800 mg á dag. Sjá nánar í fylgiseðli. **Börn 12 ára og yngri eiga ekki að nota Ibúfen nema í samráði við lækni. Lyfið er ekki ætlað börnum yngri en 6 ára. Lesið vandlega leiðbeiningar sem fylgja lyfinu.** Nóvember 2011.

actavis