



Distriktsmötesprotokoll

Datum: 2009-03-26

Plats: Brännlands Wårdshus,

Distriktsmöte Västerbotten

Torsdagen den 26 mars kl. 16.30 hade vi distriktsmöte vid Brännlands Wårdshus (ca. 10 km väster om Umeå). Vi hade utställningsbesök, kaffe och smörgås först. Det var totalt 7 utställare. Efteråt hade jag och Kristina Hansen en kort information om riksföreningen.

Dagens första föreläsare hette Rickard Löfvenberg. Han jobbar som ortoped här på NUS i Umeå. Han berättade om "Rökstopp inför ortopediska operationer". Ortopeden håller på och undersöker hur det påverkar bl.a. läkningsprocessen hos dessa patienter i jämförelse med dem som fortsätter och röker både innan och strax efter operationen. De hade fått fina resultat i undersökningen och en del patienter hade t.o.m. slutat röka helt och hållet p.g.a. detta, vilket var väldigt positivt. Det finns hjälp man kan få med rökavvänjningen här på NUS på en speciell mottagning vilket gör det lättare för dessa patienter som uppmanas att sluta röka.

Sedan blev det middag med mycket god mat från Wårdshuset. Till kaffet efteråt föreläste Anita Birkeros (från frukthörnan; Umeå) om "Hemligheten kring chokladens underbara lockelse och hälsosamma verkan". Vi fick provsmaka olika sorters choklader. Den mörka chokladen är väldigt bra för vårt välbefinnande. Äter man en lagom daglig dos av denna choklad, visar undersökningar att den bl.a. hjälper till att man blir mycket piggare och håller också blodtrycket i form. Enda biverkning är att chokladen inte är så bra om man har migrän.

Sabina Granqvist
Distriktsamordnare Västerbotten