

# Trafikkskaddes magasin

et organ for trafikk-, yrkes- og fritidsskade



nr. 6 - 9. årgang 2010

Landstiftelsen for trafikkskade

Reiste 156 mil  
for å trene:

**- Sammen skal vi  
klare utfordringene**

side 4-7

**Ny giv i  
LTN-  
Hordaland**

s. 8-9

**Stor konfer-  
anse legges  
til Alta**

s. 13

**Ny fartsfylt  
ungdomshelg**

s. 16-17

- Vi har hverandre og sammen skal vi klare å kjempe mot byråkratiet. Vi har heldigvis ressurspersoner rundt oss også, sier Camilla Johannessen og forloveden Hans Norberg fra Troms.

## - Føler meg sterkere etter tre ukers trening

**Camilla Johannessen (20) fra Lenvik kommune i Troms har nylig avsluttet et tre ukers langt treningsopphold ved Next Move-klinikken i Oslo. Hun har reist 156 mil sammen med forloveden for å få opptreningen på den private klinikken, for Camilla vil gjøre alt for å få bedre bevegelighet etter en ulykke i 2008.**

**- Jeg venter nå på å få flyttet inn i et bokollektiv i hjemkommunen, men det må bygges først og det tar tid. Å bo på "gamlehjem", er helt uholdbart, fastslår Camilla.**



Camilla og forloveden Hans Norberg (27) har vært på et tre ukers langt treningsopphold i Oslo. Camilla mistet førligheten i kroppen etter en trafikkuulykke i desember 2008. Hennes far Tor har tilrettelagt sin bolig slik at Camilla skulle kunne bo hjemme, men kommunen kunne ikke gi tilbud om tilsyn på natten, og dermed var aldershjemmet eneste alternativ.

-Jeg bor på et hjem der gjennomsnittsalderen er 75 år. Det er ikke riktig at unge mennesker blir plassert der. Kommunen har planer om å bygge et bokollektiv, men dette tar veldig lang tid. Byggingen har blitt utsatt, forklarer hun.

**Fysioterapeut Cecilie Frølich (gående) er svært godt fornøyd med den store innsatsen som Camilla Johannessen har gjort under treningsoppholdet.**

## Støtte i forloveden

Etter om lag et år som kjærester ble Camilla og Hans forlovet i januar i år. Hans har vært en sterk støttespiller - likeså hennes far. Hans sier dette om situasjonen:

- Vi møter byråkrati hele veien, og får høre hvor lite penger det er i kommunen. Jeg jobber i oljebransjen i Stavanger, og er fem uker borte og fire uker hjemme. De ukene jeg er hjemme er vi sammen mest mulig, men Camillas botilbud er ikke godt nok. Jeg tenker mye på henne de ukene er jeg ute. Jeg synes dette er trist, sier Hans.

- Er det store utfordringer å ha en forlovede som er rullestolbruker?

- Jeg hadde besteforeldre som var rullestolavhengig, så det er ikke ukjent for meg. Vi må ta utfordringene. Slik er det bare, forklarer den sympatiske oljearbeideren.

## “Dette skal vi klare”

### Koster mye

Bare selve treningen som Camilla har gjennomført på Next Move-klinikken på Østerås i Oslo, kostet henne over 30.000 kroner. I tillegg kommer hotell, transport til og fra klinikken samt flybillett.

- Vi har hørt mye om dette opplegget, og håpet er at jeg i første omgang skal bli flinkere til å forflytte meg. Det å kunne ta seg fra stolen, og til sengen, hadde vært et stort framskritt. I dag må jeg forflyttes med heis, forklarer Camilla.

Hjemme har Camilla tilbud om to timers fysioterapi i uka. På Next Move-klinikken trener hun om lag to og en halv time daglig.

- Jeg syntes det var leit å høre at "det ikke var noe håp".

**Helsepersonellet skal ikke ta fra pasientene håpet. Det er kjempeviktig å ha en drivkraft, mener Camilla Johannessen fra Lenvik i Troms.**

- Ja, det kjennes i kroppen, smiler Camilla og legger til:

- Jeg har faktisk mindre vondt i ryggen og jeg er støl. Det er faktisk en god følelse å være støl...

### Fikk LTN-hjelp

Inger Simonsen i LTN, som er medlem av Sortland og Andøya lokal-lag, fikk høre om Camilla og slik ble det tatt kontakt. Inger tilbød seg å hjelpe, noe både Camilla og hennes far satte stor pris på.

- Det ble avholdt et møte med Lenvik kommune i mars, og der møtte også Tom Sørum som er Camillas advokat. Møtet hadde som mål å få på plass en individuell plan, men dessverre hadde koordinatoren glemt å sende innkalling til de impliserte i kommunen. Det andre møtet vi fikk på plass var mer konstruktivt. Her møtte alle parter, og Camilla hadde satt opp en plan med klare mål. Dessverre ble også dette møtet alt for kort fordi deltakerne skulle videre på et møte sier Inger oppgitt men legger til at det i alle fall nå er opprettet en dialog med kommunen.

Inger Simonsen forteller at Camilla og hennes familie virkelig har stått på for å få en løsning. - Camilla fikk selv ordnet med støttekontakt før jul, men denne har ikke fått begynt å jobbe siden Camilla har ventet på vedtak om hvor mange timer hun

skulle få. Dette vedtaket fikk Camilla først den 11.mai, samme dag som vi skulle ha det andre møtet med kommunen, forteller hun.

### Lyst på jobb

Camilla har et sterkt ønske om å komme ut i jobb. Hun innrømmer at dagene kan bli lange selv om hun har venner som kommer på besøk. Camilla venter dessuten på å få en tilpasset bil slik at hun selv kan kjøre. Også dette tar tid.

- Det har vært snakk om praksisplass på Tollpost Globe, og her er det faktisk mulig med en fadderordning slik at Camilla kan komme ut. Hun har hatt lyst å kjøre truck, men da måtte trucken bygges om, og det ble visstnok for dyrt. Familien har møtt mange hindringer hele veien. Det har ikke vært lett, men vi gir oss ikke! sier en kamplysten Inger Simonsen.



### Ut fra aldershjemmet

Den aktive LTNERen mener målet nå må være å få Camilla ut fra aldershjemmet.

- Hennes far har tross alt lagt til rette for at hun skulle bo hjemme, han har investert mye i det. Jeg tar nå kontakt med ULOBA for å få råd om hvordan vi kan gå fram, og hennes far har også vært i kontakt med dem. Lokale aviser er fylt med stoff om nedleggelse av skoler og innskrenkninger av tjenester til pleietrengende. Jeg ser derfor ikke at Camilla med det første vil få tilbud om en bolig som er egnet for ungdom. Her må vi bare finne en annen løsning, sier Inger bestemt.

### Kjemper for Camilla

Inger Simonsen forteller at hun skal gjøre alt som står i hennes makt for at Camilla skal få en verdig tilværelse.

- Jeg synes Camilla har fått alt for dårlig oppfølging. Det er rett og slett ikke holdbart at det tar så

## “Uverdigg å bli plassert på aldershjem”

lang tid å få en individuell plan. Dette er noe alle har krav på. Jeg synes også det er hjerteskjærende at unge mennesker blir plassert på aldershjem. Verden går ikke framover på alle plan. Det har jeg erfart, slår hun fast og legger til:

- På siste møtet med kommunen kommenterte faktisk fagleder i fysioterapitjenesten: "Du verden jeg ser jo store framskritt hos Camilla, hun holder jo hodet helt oppe nå og ser jo ikke sliten ut". Da kommenterte Camillas far, " Ja, takket være Kurbadet i Tromsø ". Fagleder sa ikke mer. Det sier seg jo selv at når Camilla bare har to timer fysisk trening i uka, hvor hadde hun vært i rehabiliteringen i dag hvis det ikke hadde vært fordi hun, Hans og hennes far står på

selv? Det er bare en ting å si her, jeg er virkelig imponert over Camillas pågangsmot og jeg er så sikker på at de målene hun har satt seg, det klarer hun. Camilla har en jernvilje som det står all respekt av. Hun er en jente som alle er nødt til å bli glad i.

### Camilla står på

Camilla og forloveden Hans ser lyst på framtiden, tross alt. De har hverandre, og Camilla har også en sterk støttespiller i sin far. Dette skal de klare!

- Du må stå på selv også, og ikke gi opp selv om alt ser håpløst ut. På St.Olavs hospital i Trondheim ble jeg fortalt at jeg ikke måtte ha noen forhåpninger om at jeg kunne komme meg "på beina" igjen på grunn av nakkeskaden. Det er vondt at helsepersonell tar fra deg håpet. Jeg gir meg imidlertid ikke. Alt skal prøves. Etter oppholdet her i Oslo reiser jeg til Sunnaas. Det ser jeg fram til, forklarer Camilla og tar en godt tak i hånden til Hans.

Hver dag har Camilla Johannessen tatt taxi fra hotellet på Fornebu og til klinikken i Bærum og regningen ble på flere tusen kroner i løpet av det tre uker lange oppholdet. Her får hun hjelp av sjåføren.





- Ryggmargsskadde har et begrenset tilbud i Norge, mener fysioterapeut Cecilie Frølich ved Next Move Clinic i Bærum.

## Next Move Clinic trener ryggmargsskadde

***Next Move Clinic er en opptreningsklinikk for ryggmargsskadde i Bærum. Fysioterapeut Cecilie Frølich har trent Camilla de ukene hun har vært i Oslo.***

***- Vi har i første rekke konsentrert oss om å trene styrke i bein, armer, rygg og mage. Det å kunne forflytte seg selv har veldig stor betydning, forklarer fysioterapeuten.***

Etter at Trafikkskaddes magasin hadde vært på besøk på klinikken, skulle Camilla gå i gang med trening på Lokomat. Camilla har tidligere forsøkt manuell trening på tredemølle, og det skjedde under opphold på Kurbadet i Tromsø. Camilla har vært godt fornøyd med oppholdene på Kurbadet.

- Vår klinikk fokuserer på trening av ryggmargsskadde, og treningen er basert på prinsippene og erfaringene fra Prosjekt Walk som er et amerikansk treningsopplegg. Vi benytter også et norskutviklet behandlingskonsept som heter Red-Cord Stimula, forklarer hun.

### **Gir håp**

For mange pasienter som kommer til klinikken er et ønske om å reise seg fra rullestolen en stor drivkraft, men Frølich sier dette ikke er realistisk for alle.

- Vi skal imidlertid ha håp. Håpet er viktig. Styrketrening gjør dessuten hverdagen mye lettere. Det å mestre er veldig viktig - det å selv klare daglige gjøremål, er et stort framskritt for mange. Ofte er de små skrittene så uendelig store, sier Frølich smilende.

### **Har erfaring**

Senteret i Bærum eies og drives av ryggmargsskadde og terapeutene.

- Vi mener dette sikrer god brukerinvolvering og at vi kan skreddersy et opplegg for den enkelte pasient. Vi kan også utarbeide et hjemmetreningsprogram som den enkelte pasient får med seg. Dessuten er tilbudet vårt rettet mot alle med en ryggmargsskadde helt uavhengig av når de ble skadet og type skade, forklarer Cecilie Frølich.