

# VBS-Nytt

MEDLEMSBLAD FOR VENNER AV BÆRUM SYKEHUS

01 | 2022



FOTO: PER W. SCHULZE

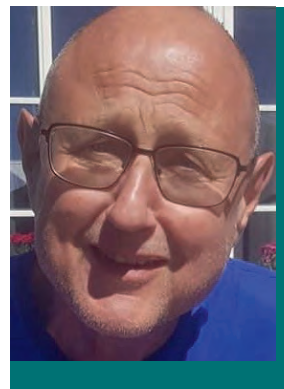
Innkalling til  
årsmøte

Årsmøte-  
dokumenter

NEXAF  
studiene

# FRIVILLIGHET I ONDE OG GODE DAGER

*Stig Grydeland*  
*Leder Venner av Bærum Sykehus*



**2022 er frivillighetens år. Frivillighet Norge koordinerer et nasjonalt prosjektet med deltakere fra frivillige organisasjoner, kommuner, fylkeskommuner og næringsliv. Året markeres med arrangementer over hele landet.**

Overordnede mål med Frivillighetens år 2022:

- Få få flere med i frivilligheten!
- Gjøre flere arenaer tilgjengelige!
- Skape større kjennskap til merverdien frivillig sektor skaper i det norske samfunnet!

Frivillig sektor yter vesentlige bidrag til samfunnet:

- Arbeidsinnsatsen i de frivillige organisasjonene i Norge tilsvarer 142 000 årsverk.
- 55% av befolkningen over 15 år har gjort frivillig arbeid i løpet av det siste året. Dette er en nedgang fra tidligere og må ses i sammenheng med pandemien.
- 78% av befolkningen er medlem i minst en organisasjon. 48% i minst to organisasjoner.
- Frivillig arbeid bidro med en verdiskapning tilsvarende 78 milliarder kroner i 2018.
- Inntektskildene til ideelle og frivillige organisasjoner er 27% statlige og 17% fylkeskommunale/ kommunale gjennom overføringer og kjøp av tjenester. 45% kommer fra husholdninger og 12% andre private aktører.

**Frivilligheten har mye av sitt utspring** i den tradisjonelle dugnaden. Man går sammen og utfører arbeid til beste for felleskapet. Dugnad er en gammel skikk i Norge, og arbeidsformen var brukt i de fleste landbruks-samfunn i verden. I Norge var dugnad en vanlig arbeidsform til langt ut på 1800 tallet. Takteking, slått, tømmertransport og husbygging er eksempler. I nyere tid har dugnadsformen avtatt og vi finner den i dag hovedsakelig i frivillige lag og foreninger.

Idrett er en sektor med stor frivillig innsats. Det samme er helse og omsorg. Store ideelle organisasjoner som bl.a. Norske Kvinners Sanitetsforening, Frelsesarmeen, Blå Kors, Kirkens Bymisjon og Landsforeningen for hjerte – og lungesyke har bidratt vesentlig på dette området.

**I Asker og Bærum** finner vi også en stor frivillig innsats med et betydelig antall lag og foreninger. Til sammen er det registrert over 1200 forskjellige lag og foreninger innen et bredt sammensatt område. Begge kommuner har også egne ansatte med arbeidsområde frivillig sektor.

**Innenfor spesialisthelsetjenesten** finner vi et stort inn-salg av frivillig engasjement i lokalsamfunnet når sykehustilbud planlegges nedlagt eller flyttet. De regionale helseforetak legger til grunn overordnede planleggingsmodeller basert på kost/nytte betraktninger, framskriving av sykkelighet og kapasitetsberegninger. Befolkningen legger til grunn tilgjengelighet, tilstrekkelighet i tilbudet og tryggheten som ligger i det å ha et sykehus i nærheten.

**Vi har sett mange eksempler** på hvordan befolkningen organiserer seg på frivillig grunnlag og kjemper for sitt sykehustilbud. Det dagsaktuelle eksemplet er aksjonen for bevaring av Ullevål Sykehus.

**Grunnlaget for Venner av Bærum sykehus** ble lagt i 1991 da avdeling for kvinnesykdommer og rehabilitering ble foreslått nedlagt. Det ble avholdt folkemøte og 12000 underskrifter ble oversendt daværende statsminister Gro Harlem Brundtland. Penger ble bevilget og avde-

 **VBS-Nytt**

NR. 1 - MARS 2022 | ÅRGANG 31

**ANSVARLIG UTGIVER:**

VBS – Venner av Bærum Sykehus  
Tlf.: 916 45 961  
E-post: venner.abs@gmail.com  
www.vabs.no  
Org.nr. 983025226

**REDAKSJONSUTVALG:**

Harald Sævareid (redaktør)

Grafisk: HG media as, Rud  
www.hgmedia.no

**MEDLEMSREGISTER:**

Tlf.: 916 45 961  
E-post: venner.abs@gmail.com  
Kto.: 5130 05 83885

**GAVER TIL VBS:**

Tlf.: 916 45 961  
E-post: venner.abs@gmail.com  
Kto.: 7878 05 37832  
Vipps 19356

lingene ble reddet. Formaliseringen av foreningen skjedde 16. mars 1992. En av de store frivillige foreninger i Asker og Bærum var en realitet.

**Helsereformen med statlig eierskap**, regionale helseforetak og helseforetak, endret sykehuskartet i Norge. Senere saker Venner av Bærum sykehus har jobbet med, som oppgave/funksjonsdeling og lokal ledelse, har skjedd innenfor de rammebetingelse som følger av helseforetaksmodellen hvor veien til politisk nivå har blitt både lengre og mer komplisert. Dette til tross for at det understrekes fra våre politikere at sykehusvesenet i Norge skal være politisk styrt.

**Venner av Bærum Sykehus** yter i dag vesentlige bidrag til forskning, medisinsk teknisk utstyr, kompetanseheving, annet utstyr/vedlikehold og velferd.

**De store kriser som truer** sykehuset vårt er det imidlertid en stund siden vi har hatt. Det er lenge siden vi har hatt folkemøter og underskriftskampanjer.

**Selv om vi nå er inne i et roligere farvann** er det ikke

mindre viktig å ha en aktiv og kritisk venneforening. Aktiv for å ta vare på sykehuset og kritisk når det gjelder pågående prosesser som kan true sykehuset.

**Nytt sykehus i Drammen** og pågående vedlikeholdsprosjekt på Bærum -, Kongsberg - og Ringerike sykehus er begge gode prosjekter. Egenkapitalkravet og effektiviseringskravene er imidlertid så store at risikoene for at det kan gå ut over tilbudet på Bærum sykehus er der.

**Dette er saker vi vil følge med på.**

**Oppslutningen om venneforeningen** er god og vi mottar mye støtte fra befolkningen i Asker og Bærum. Denne støtten er vi grunnlaget for vår eksistens og vi takker alle som bidrar.

**Mye godt arbeid er gjort**, men det er fortsatt mye å gjøre.

**Vi heier på frivilligheten** i Asker og Bærum og ønsker oss flere venner!

# INNKALLING ÅRSMØTE 2022

**Bærum sykehus,  
auditoriet**

**Onsdag 30. mars 2022  
kl. 18.00**

**VELKOMMEN!**

## DAGSORDEN:

1. Konstituering av årsmøtet med valg av møteleder, referent, og ett medlem som skal underskrive årsmøtereferatet
2. Årsberetning 2021
3. Regnskap og revisjonsberetning 2021
4. Fastsettelse av kontingent for 2023
5. Vedtekter for VBS
6. Valg av styreleder, styremedlemmer, revisor og valgkomite.
7. Forslag til behandling på årsmøtet

## NOTER:

- Sak 2 og 3: Vedlagt og finnes også på hjemmesiden [www.vabs.no](http://www.vabs.no)
- Sak 4: Styret foreslår kontingenten opprettholdt på samme nivå som i 2021.
- Sak 5: Styret foreslår ingen endringer i vedtektene
- Sak 6: Valgkomiteens innstilling til valg av styreleder og styremedlemmer legges fram på årsmøtet. Styret forslår gjenvalg av: Revisor Line Løyning for ett år, Valgkomite Ragnar Lien, Tor Chr. Bakken og Per Anders Owren for ett år
- Sak 7: Det er ikke kommet inn forslag fra medlemmene til behandling på årsmøtet

### STYRET I VBS:

Leder: Stig Grydeland  
Tlf.: 995 86 713  
[sgrydela@online.no](mailto:sgrydela@online.no)

Nestleder: Wenche Ottman  
Tlf.: 481 20 470  
[wencheoandersen@yahoo.no](mailto:wencheoandersen@yahoo.no)

### STYREMEDLEMMER:

Bente Stein Mathisen  
Tlf.: 915 69 767  
[benteanie@gmail.com](mailto:benteanie@gmail.com)

Joar Nybo  
Tlf.: 481 74 399  
[joarny@online.no](mailto:joarny@online.no)

Lise Bjarkli  
Tlf.: 906 78 538  
[lise@lisebjarkli.com](mailto:lise@lisebjarkli.com)

Sonja Wiencke Welde  
Tlf.: 971 82 590  
[Sonjawelde@gmail.com](mailto:Sonjawelde@gmail.com)

Per Christiansen  
Tlf.: 905 47 273  
[pchri06@gmail.com](mailto:pchri06@gmail.com)

Harald Sævareid  
Tlf.: 909 51 947  
[haralds@viken.no](mailto:haralds@viken.no)

### VALGKOMITE:

Leder: Ragnar Lien  
Tlf.: 450 03 364

# ÅRSBERETNING 2021

**Pandemien har påvirket også aktivitetene i Venner av Bærum Sykehus. Årsmøter har blitt utsatt flere ganger og ble til slutt avholdt 2. september i auditoriet på Bærum sykehus.**

## 1. STYRET

Styret har fram til 2. september bestått av:

- John Kjekshus, leder
- Ottar Schlytter, nestleder
- Wenche Ottmann
- Frode Geitvik
- Kjell Georg Pettersen
- Ingrid Nybo
- Geir Schjetne
- Harald Sævareid
- Per Christiansen

**Per Hofseth** har vært interimsredaktør av VBS-nytt fram til 2. september.

**Wenche Ottmann** har vært ansvarlig for søknader om økonomisk støtte.

**Ingrid Nybo** har hatt ansvaret for flygelspillere.

**Geir Schjetne** har hatt ansvaret for hjemmesiden.

**Olav Midttun** var regnskapsansvarlig fram til mars måned. Joar Nybo overtok da ansvaret for resten av 2021.

**Sandy Lunøe** har hatt ansvaret for Facebook-siden.

Fra 2. september har styret bestått av:

- Stig Grydeland, leder
- Wenche Ottmann, nestleder
- Harald Sævareid
- Lise Bjarkli
- Bente Stein Mathiesen
- Sonja Wiencke Welde
- Joar Nybo
- Per Christiansen

**Harald Sævareid** og Bente **Stein Mathiesen** har vært ansvarlige for VBS-nytt, hjemmeside og Facebook-side.

**Joar Nybo** har hatt ansvaret for regnskap og medlemsregister.

**Wenche Ottmann** har vært ansvarlig for søknader om økonomisk støtte.

**Sonja Wiencke Welde** har ansvaret for flygelspillere og minnegaver.

**Lise Bjarkli** har hatt systemansvaret for våre digitale plattformer.

**Per Christiansen** har ledet arbeidet med medlemsverving og langsiktig finansiering.

## 2. STYRETS ARBEID

### 2.1 Styret

På grunn av den spesielle situasjonen under pandemien fikk man først avvirket årsmøtet med valg av nytt styre 2. september.

Til sammen ble det avholdt 9 styremøter i 2021 og behandlet over 80 saker. Flere styremøter ble avholdt digitalt.

Pandemien har naturlig også påvirket styrearbeidet. Det har kommet færre søknader om støtte til kurs og utstyr, og det har mindre kontakt med ansatte på sykehuset.

Av spesielle saker styret har vært opptatt kan nevnes

- Kapasitet og lokalisering av den kommunale legevakten
- Øyebehandling på Bærum sykehus
- Vedlikeholdsprosjektet for Bærum sykehus
- Nytt sykehus i Drammen og konsekvenser for Bærum sykehus

Styrets sammensetning endret seg betydelig ved årsmøtet 2021. 5 av styrets medlemmer, herunder leder, er nye. Det har derfor vært brukt tid på kompetansebygging og fordeling av arbeidsoppgaver. Arbeidet i foreningen vår er frivillig, flere i styret er yrkesaktive og det har vært viktig å finne en rimelig fordeling av arbeidsoppgaver mellom medlemmene som også er tilpasset kompetanse og interesse.

Styret har videre prioritert bruk av tid på implementeringen av styreportalen StyreWeb. Alt styrearbeid skjer nå på StyreWeb og det arbeides videre med å bygge opp det elektroniske dokumentarkivet.

## 2.2 Møter

I tillegg til utsatt årsmøte førte smittevernhensyn til få møter med administrerende direktør Vestre Viken, klinikkdirektør på Bærum sykehus og avdelingssjefer ved Bærum sykehus.

Det utsatte årsmøtet ble avholdt sammen med temamøte med tittel «Trygghet og mestring i hverdagen» med vekt på velferdsteknologi, hjelpemidler, hjelp til selvhjelp og forebyggende tiltak. I tillegg en gjennomgang av status for digitaliseringen i helse- og omsorgssektoren.

## 2.3 Media

Det er skrevet innlegg i Budstikka om engstelse hos enkelte om at sykehuset sto i fare for å legges ned, hvor det er skrevet at dette er historie og ikke aktuelt.

Det er også bekreftet at fødeavdelingen ikke bare består, men den leverer trygge og etterspurte tjenester på meget høyt nivå.

Det har vært skrevet om parkeringsproblemer på øverste parkeringsplass hvor det er foreslått en forenkling av avgiftsbetalingen ved elektronisk betaling.

Det har også vært skrevet innlegg mot luftledninger for høyspentstrøm da dette både er en risiko for sykehuset og båndlegger areal som er viktig for videre utvikling av sykehuset.

Det er også skrevet artikler med overskrift «Vi ønsker og trenger flere venner» og «Nytt sykehus i Drammen-hva betyr det for Bærum sykehus?»

## 2.4 Flygelspillere

I slutten av september ble det skrevet et brev fra sykehuset hvor pianistene ble ønsket tilbake etter pandemien. Turnusliste fra uke 40 ble vedlagt. Det er 6 pianister som deler på ukene og får honorar av VBS. I begynnelsen av desember ble det innført strenge smitteverntiltak på sykehuset og pianistene fikk beskjed om at spillingen midlertidig måtte opphøre.

## 2.5 Sykehusverter

Sykehusvertene startet opp igjen i uke 42 etter langt opphold grunnet pandemien. Dette varte til begynnelsen av desember. Det er 17 sykehusverter som deler på dagene og ukene. Sykehuset inviterte sykehusvertene til julelunsj, men dette ble avlyst av smittevernhensyn. Dette er et arrangement som VBS støtter økonomisk.

## 2.6 Velferd

Den tradisjonelle juleblomsten til avdelingene ble av koronahensyn i 2021 erstattet med to blomsteroppsatser i resepsjonen.

## 2.7 Medlemmer

Pr. 31.12.21 var antallet registrerte medlemmer 2063. I tillegg var det 17 organisasjoner/foreninger og 3 æresmedlemmer. 65 medlemmer ble utmeldt/slettet og 35 har meldt seg inn i løpet av året.

## 2.8 Kurs

Det ble i 2021 innvilget 25 søknader fra ansatte på Bærum sykehus om deltakelse på kurs/kompetansebygging. Det kan nevnes områder som akuttgeriatri, fysioterapi, gynekologi, operasjon og digitale kurs. I tillegg fagdager og konferanser.

# 3. REDEGJØRELSE OM ÅRSREGNSKAPET

## 3.1 Inntekter

Inntektene består blant annet av medlemskontingenter kr 641 500 og minnegaver i forbindelse med bisettelser kr 37 377. Av større gaver har vi mottatt kr 200 000 fra en privatperson, kr 63 540 fra Laila Sveaas Dahls legat og kr 50 000 fra Bærum Velforbund.

## 3.2 Driftskostnader

Av de største postene nevnes trykking og porto for medlemsbladet VBS-Nytt med kr 137 309. Det har i 2021 ikke vært gjennomført purring på ubetalte medlemskontingent og vi har utgiftsført kr 108 350 av ubetalt kontingent som tap på fordringer. Tilsvarende utgiftsføring i 2020 var kr 50 900. Tapte kontingentinntekter er ført i regnskapet som Tap på fordringer. Honorar til styre og revisor utbetales ikke.

## 3.3 Kurs til ansatte på Bærum sykehus

VBS har i 2021 bidratt med kr 81 154 til helsefaglig kurs for helsepersonell. På grunn av pandemien har flere aktuelle kurs for støtte blitt avlyst.

## 3.4 Annen støtte og bidrag til Bærum sykehus

I 2021 har VBS bevilget kr 223 289 som økonomisk støtte til Bærum sykehus. Av de største postene nevnes: Kr 80 872 til sårbehandlingsutstyr og kr 58 491 til stoler ved Medisinsk poliklinikk. Søknadene blir prioritert i samarbeid med sykehusets ledelse. Beløpene blir utbetalt når anskaffelsen er dokumentert.

# 4. STYRETS VURDERING

Styret vurderer tilstanden i Venner av Bærum Sykehus som god. Foreningen har en sunn økonomi, medlemsmassen er fortsatt stor og gaver og donasjoner er på nivå som tidligere.

Styret ser det imidlertid et klart behov for å arbeide

videre med medlemsverving og langsiktig finansiering av virksomheten. Medlemsmassen blir stadig eldre og avgang er større enn tilgang.

For 2022 vil styret særlig være opptatt av 3 saker:

- Nytt sykehus i Drammen. Dette er bra for befolkningen i Asker og Bærum. Egenkapitalkravet på Vestre Viken helseforetak er allerede så høyt at det påfølgende effektiviseringskrav vil være utfordrende for driften. Forsinkelser og budsjettoverskridelser vil forsterke dette.
- Vedlikeholdsprosjektet for Bærum, Ringerike og Kongsberg sykehus. På samme måte som for Nytt sykehus i Drammen er det her et svært høyt effektiviseringskrav på klinikkene. Samlet risiko for de to prosjektene blir da for høy.
- Medlemsverving og langsiktig finansiering. Styret har utredet dette og starter nå organiseringen av arbeidet.

Bærum, 1. mars 2022



Stig Grydland, leder



Wenche Ottmann



Joar Nybo



Lise Bjarkli



Harald Sævareid



Per Christiansen



Bente Stein Mathiesen



Sonja Wiencke Welde

Vi takker for gave gitt til minne om

Dagfinn Røhne | Jorunn Aarset Rohde

Bjørn Lunøe | Jan Andreas Lippestad | Ingerd Othelie Stensrud

Kirsten Holmen

# RESULTATREGNSKAP 2021

Venner av Bærum sykehus	Årsresultat	
	2021	2020
<b>Inntekter</b>		
Medlemskontingenter	641 500	662 200
Momskompensasjon	44 979	32 052
Gaver og donasjoner	385 214	474 548
<b>Sum inntekter</b>	<b>1 071 693</b>	<b>1 168 800</b>
<b>Driftskostnader</b>		
Møtekostnader	25 991	17 700
Blomster/gaver	3 484	14 375
Kontorrekvisita	4 701	9 564
Porto	0	2 147
Telekostnader	1 583	1 548
Kurs og reisekostnader	0	165
Bankgebyrer	6 880	6 094
Aviser/annonser	3 792	886
Regnskap og StyreWeb	17 340	62 540
Tap på fordringer, note 1	108 350	50 900
VBS-Nytt	137 309	143 958
Brosjyrer/markedsføring	1 490	0
<b>Sum driftskostnader</b>	<b>310 920</b>	<b>309 877</b>
<b>Kurs og bidrag til Bærum sykehus</b>		
Kurs for personell ved Bærum sykehus	81 154	46 875
Bidrag til Bærum sykehus	108 331	1 024 431
<b>Sum kurs og bidrag til Bærum sykehus</b>	<b>189 485</b>	<b>1 071 306</b>
<b>ORDINÆRT RESULTAT</b>	<b>571 289</b>	<b>-212 382</b>
<b>Finansinntekter</b>		
Renteinntekter	23 044	52 487
<b>Sum finansinntekter</b>	<b>23 044</b>	<b>52 487</b>
<b>ÅRSRESULTAT</b>	<b>594 333</b>	<b>-159 895</b>
<b>Anvendelse av årsresultat</b>		
Overført egenkapital	594 333	-159 895
<b>SUM DISPONERT</b>	<b>594 333</b>	<b>-159 895</b>

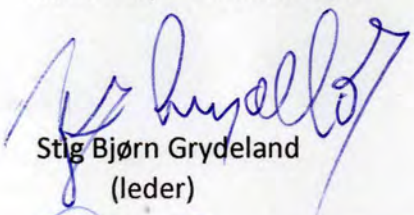
# BALANSE 2021

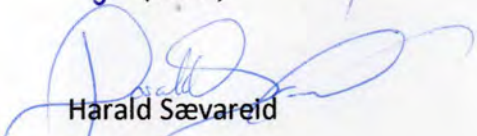
	<b>Balanse pr. 31.12.</b>	
	<b>2021</b>	<b>2020</b>
<b>Eiendeler</b>		
Bank DNB	748 926	676 411
Bank 2	2 010 890	4 315 747
Sparebank1 Østlandet	2 011 716	0
<b>Sum eiendeler</b>	<b>4 771 532</b>	<b>4 992 158</b>
<b>Egenkapital</b>		
Egenkapital	4 177 199	4 337 095
Årets resultat	594 333	-159 896
<b>Sum egenkapital</b>	<b>4 771 532</b>	<b>4 177 199</b>
<b>Kortsiktig gjeld</b>		
Avsetning for forpliktelser	0	814 958
<b>Sum kortsiktig gjeld</b>	<b>0</b>	<b>814 958</b>
<b>Sum gjeld og egenkapital</b>	<b>4 771 532</b>	<b>4 992 158</b>
<b>Note 1) til resultat</b>	<b>2021</b>	<b>2020</b>
Tap på fordringer		
Fakturert medlemskontingent, ikke innbetalt	108 350	50 900


## Note 2

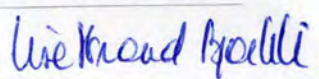
Styret har ikke satt opp komplett budsjett for 2021


Sandvika, 14. februar 2022

  
Stig Bjørn Grydeland  
(leder)

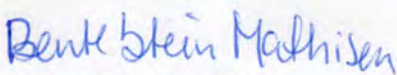
  
Harald Sævareid

  
Per Christiansen

  
Lise Bjarkli

  
Wenche Ottmann

  
Sonja Wiencke Welde

  
Bente Stein Mathisen

  
Joar Nybo



# REVISORS BERETNING

Line H. Løyning  
Konglefaret 32  
1359 Eiksmarka

## Til årsmøtet i Venner av Bærum Sykehus

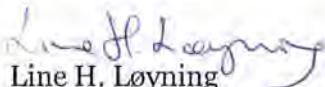
### *UTTALELSE til årsregnskapet for 2021*

Jeg har revidert årsregnskapet for Venner av Bærum Sykehus for regnskapsåret 2021. Årsregnskapet som viser et resultat på kr. 594.333 består av resultatregnskap og balanse med tilhørende noter. Årsregnskapet er avgitt av Venner av Bærum Sykehus sitt styre. Min oppgave er å uttale meg om årsregnskapet og øvrige forhold i henhold til revisorloven,

Jeg har utført revisjon i samsvar med revisorloven og god revisjonsskikk. God revisjonsskikk betyr at jeg planlegger og utfører revisjonen for å oppnå betryggende sikkerhet for at årsregnskapet ikke inneholder vesentlig feilinformasjon. Revisjon omfatter kontroll av utvalgte deler av materialet som underbygger informasjon i årsregnskapet, vurdering av de benyttede regnskapsprinsipper og vesentlige regnskapsestimater, samt vurdering av innholdet i og presentasjonen av årsregnskapet.

Jeg mener at årsregnskapet gir et forsvarlig uttrykk for Venner av Bærum Sykehus sin økonomiske stilling per 31. desember 2021, og for resultatet av virksomheten i regnskapsåret.

Eiksmarka  
14. februar 2022

  
Line H. Løyning  
revisor

# NEXAF-STUDIENE

## - Et norsk initiativ for økt kunnskap om atrieflimmer og trening

Av Marius Myrstad, Medisinsk avdeling og Forskningsavdelingen, Bærum sykehus

**Tre og en halv prosent av den voksne befolkningen, minst 140 000 nordmenn, har atrieflimmer, en hjerterytmeforstyrrelse som hos mange er forbundet med plager som hjertebank, redusert fysisk yteevne og redusert livskvalitet.**

I tillegg gir atrieflimmer økt risiko for hjerneslag og for tidlig død. Atrieflimmer kan opptre som anfallsvis eller permanent rytmeforstyrrelse. Til tross for sykdommens utbredelse, er de underliggende årsakene kun delvis kartlagt. Og mens det i dag foreligger retningslinjer for fysisk aktivitet og trening for de fleste vanlige hjertesykdommer, mangler konkrete treningsanbefalinger for ulike grupper atrieflimmerpasienter.

Nylig har to kliniske studier som skal undersøke betydningen av trening for ulike grupper av atrieflimmerpasienter startet ved Bærum sykehus. Studiene har sitt utspring fra det norske atrieflimmer forskernettverket afib.no ([www.afib.no](http://www.afib.no)), innebærer utstrakt samarbeid på tvers av norske institusjoner og landegrenser, og utgjør til sammen NEXAF - The Norwegian Exercise and Atrial Fibrillation Initiative ([www.nexaf.no](http://www.nexaf.no)). Her følger en beskrivelse av de to studiene i NEXAF.

### **NEXAF Detraining: Kan redusert treningsintensitet redusere flimmermengden hos idrettsutøvere med paroksysmal atrieflimmer?**

I løpet av de siste 20 årene har en rekke studier vist overraskende høy forekomst av atrieflimmer blant deltakere i ulike utholdenhetsidretter. Til tross for en relativt høy forekomst av atrieflimmer, har svært få studier undersøkt sykdomsforløp, sykdommens betydning og behandling av sykdommen blant personer med treningsrelatert atrieflimmer. Allikevel har det vært vanlig å anbefale utøvere med atrieflimmer å redusere treningsintensiteten («detraining») etter at diagnosen er stilt. Dette er ofte ikke i tråd med hva utøveren selv ønsker, og mange leger har vært i tvil om hvordan de skal håndtere råd og anbefalinger om trening hos denne gruppen av atrieflimmer-pasienter. Hovedformålet med studien Effect of detraining in endurance

athletes with atrial fibrillation (NEXAF Detraining), er å undersøke om redusert treningsintensitet i en periode på 16 uker kan redusert tid med atrieflimmer hos personer med treningsindusert anfallsvis atrieflimmer. NEXAF Detraining ledes av Marius Myrstad ved Forskningsavdelingen på Bærum sykehus og har mål om å inkludere totalt 120 utøvere ved Bærum sykehus, St. Olavs Hospital, The Baker Heart and Diabetes Institute i Melbourne, Australia, og universitetssykehuset i Leuven, Belgia. Også i denne



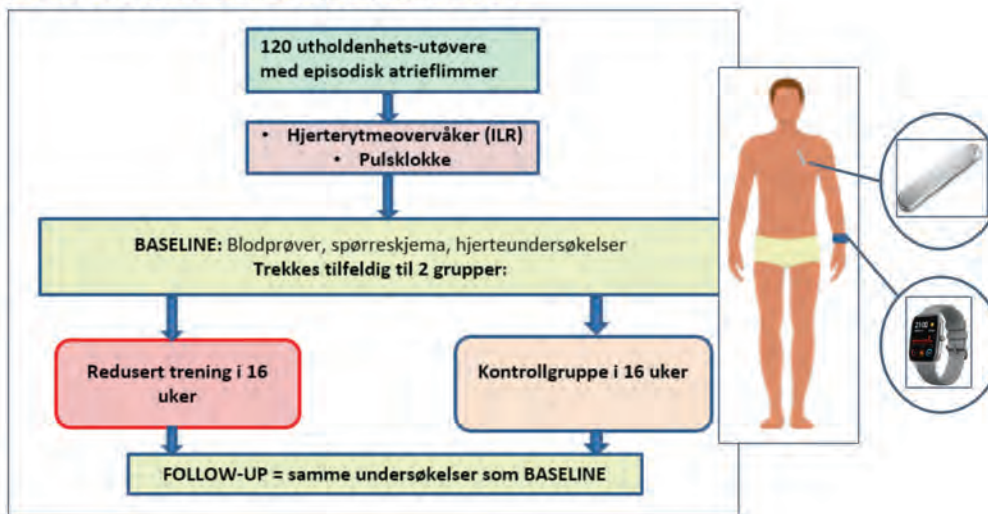
**STIPENDIAT Turid Apelland.** Deltakerne i NEXAF gjennomgår testing av kondisjon og grundige hjerneundersøkelser

## KAN DIN PASIENT DELTA I NEXAF-STUDIEN?

### VERDENS FØRSTE STUDIE PÅ HVORDAN REDUSERT TRENINGSINTENSITET PÅVIRKER MENGDEN ATRIEFLIMMER HOS IDRETTSFOLK



- ✓ Trener du mye utholdenhet?
- ✓ Har du episodisk atrieflimmer?
- ✓ Er du ellers stort sett frisk?
- ✓ Da kan du kanskje delta!



Turid Apelland  
Stipendiat og kardiolog



Kontakt  
Forskningsavdelingen  
på tlf. 67 80 98 57 dersom  
du er interessert!



Besøk oss på  
[www.NEXAF.no](http://www.NEXAF.no)  
eller scan QR-koden for  
å lese mer om studien

Studien støttes av:



studien monitoreres trening ved hjelp treningsklokke, mens en implanterbar hjerterytmemonitor kartlegger tid i atrieflimmer. Alle deltakere vil gjennomgå kondisjonstesting og grundige hjerteundersøkelser både før og etter treningsperioden.

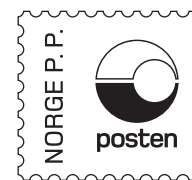
#### NEXAF Trial: Gir regelmessig trening bedre symptomkontroll ved atrieflimmer?

Hovedformålet med The Norwegian Exercise and Atrial Fibrillation Trial (NEXAF Trial), er å undersøke hvordan et moderat fysisk aktivitetsnivå, i henhold til de generelle anbefalingene fra helsemyndighetene, påvirker livskvalitet og symptomer ved atrieflimmer. I tillegg vil man undersøke hvordan regelmessig aktivitet over en lengre periode påvirker mengden atrieflimmer. I denne studien vil totalt 500 pasienter vil bli tilfeldig trukket til 12-måneders treningsoppfølging med veiledet trening, eller til en kontrollgruppe. Treningen vil blant annet bli fulgt opp ved hjelp av treningsklokker og en smarttelefon-app. Deltakerne vil få implantert en hjerterytmemonitor under huden for kartlegging av atrieflimmeranfall. Testing av fysisk form, ekkokardiografi og en rekke andre undersøkelser vil bli utført før oppstart og etter 12 måneder. Deltakerne i studien vil bli rekruttert blant atrieflimmerpasienter ved St. Olavs Hospital, Universitetssykehuset Nord-Norge (UNN Tromsø) og ved Bærum sykehus.

*The Norwegian Exercise and Atrial Fibrillation Initiative (NEXAF) er etablert med støtte fra The Norwegian Atrial Fibrillation Research Network [afib.no](http://afib.no). The Norwegian Exercise and Atrial Fibrillation Trial er finansiert med forskningsmidler fra Norges forskningsråd, Nasjonalforeningen for folkehelsen og Samarbeidsorganet Helse Midt-Norge-NTNU. Effect of detraining in endurance athletes with atrial fibrillation er finansiert med forskningsmidler fra Nasjonalforeningen for folkehelsen og Vestre Viken HF.*

Forskernettverket [afib.no](http://afib.no) er støttet av Helse Sør-Øst med midler til regionalt forskningsnettverk, og har som mål å øke kvalitet på og omfang av atrieflimmerforskning i Norge.

Nettverket består av rundt 100 forskere ved ulike sentre i Norge, Europa, Australia og USA og ledes fra Forskningsavdelingen på Bærum sykehus. Afib.no støtter forskningsutveksling, formidling av atrieflimmerforskning, og driver to nettsider: [afib.no](http://afib.no) (på engelsk, for forskere), og [atrieflimmer.no](http://atrieflimmer.no) (på norsk, for publikum).



Returadresse: VBS - Venner Av Bærum Sykehus, Søndre Gjøttum 22, 1346 Gjøttum

## REDAKTØRENS YTRING

Smittesituasjonen er snart under kontroll. Vi kan se fram mot en vår hvor vi kan gjenoppta en mer normal sosial omgang. Riktignok er smittetallene fremdeles høye og dermed et fortsatt behov for litt forsiktighet. Presset på sykehusene er imidlertid i ferd med å bli redusert.

For venner av Bærum sykehus betyr det at vi igjen kan få til spennende temamøter uten at vi utfordrer smittevernet. Vi har mange spennende tema vi gleder oss til å dele med dere alle.

Vi er imidlertid ikke uten utfordringer selv om pandemien gradvis slipper taket. Russlands krig mot Ukraina vil gi en stor flyktningkrise, en krise som også vil berøre oss her. Det kan gi økt press på vårt sykehus og vi må bidra til at Bærum sykehus klarer denne utfordringen også.

Ditt medlemskap i Venner av Bærum sykehus bidrar til at venneforeningen har en sterk stemme når penger og behandlingstilbud skal fordeles.

**Tusen takk for at du støtter Venner av Bærum Sykehus!**

## MEDLEMSKAP I VBS?

Foreningen er interessegruppe for pasientene og arbeider for at Bærum sykehus opprettholdes og videreutvikles som et ledende og moderne akutt sykehus med spesialfunksjoner.

**Kan du blant dine venner, naboer eller familie, finne en/noen som kan tenkes å bli med Venner av Bærum Sykehus?**

Kontingenten pr år er  
Enkeltmedlem kr 250,-  
Familiemedlemskap kr 400,-  
Foreninger/bedrifter/org. kr 1.500,-

✂ .....

### Innmelding

Medlemmets/familiemedlemmets/foreningens/  
bedriftens/organisasjonens

Navn .....

Adresse .....

Postnr./sted .....

Tlf. ....

E-post .....

### Sendes:

Medlemsregisteret Venner av Bærum Sykehus,  
Søndre Gjøttum 22, 1346 Gjøttum.  
Du kan også ringe tlf. 916 45 961, eller sende e-post  
til venner.abs@gmail.com. Eller benytte giro/nettbank  
til kto. 5130 05 83885. **Husk navn og adresse.**

## VENNER AV BÆRUM SYKEHUS

### VISJON

Bevare og styrke Bærum sykehus som et nasjonalt ledende sykehus med akutt- og spesialfunksjoner.

### VERDIER

Respekt - Mot - Bry seg - Handlekraft

### MÅL

1. Være en politisk uavhengig interessegruppe for pasienter og pårørende ved Bærum sykehus
2. Være en aktiv pådriver og opinionsleder overfor lokale, regionale og nasjonale helsemyndigheter for å styrke Bærum sykehus
3. Bidra til at Bærum sykehus sikres tilstrekkelige ressurser til vedlikehold og utvikling av

sykehusets bygninger og utstyr, og videreutvikle et godt faglig medisinsk miljø for å levere helsetjenester av høy kvalitet

4. Sikre faglig stedlig ledelse på alle avdelinger på Bærum sykehus
5. Bidra til å styrke Bærum sykehus omdømme og rolle
6. Initiere og støtte omsorgs- og trivselstiltak for pasienter og pårørende ved Bærum sykehus
7. Skaffe midler, primært til pasientrettede tiltak og kompetanseheving for ansatte ved Bærum sykehus
8. I spesielle tilfelle bidra til anskaffelse av medisinsk og teknisk utstyr
9. Aktiv informasjon til medlemmer av Venner av Bærum sykehus

Les om Venner av Bærum Sykehus på [vabs.no](http://vabs.no) og på Facebook

