

# Klimabehandling (Behandlingsreise)

**Klimabehandling er et tilbud til pasienter med psoriasis. Behandlingsreisen er et alternativ til behandling på sykehus i Norge.**

*Av Dr. Helge Bengtsson*

Behandlingsstedet Valle Marina ligger utenfor Arguineguin på Gran Canaria. Det finnes også et tilbud til barn med astma og atopisk eksem.

Fra 1976 har det vært gjennomført behandlingsreiser for psoriasispatienter til sydligere strøk.

Fra 1985 har det meste av behandlingsoppholdet vært dekket av staten, bortsett fra en egenandel.

Reisene går stort sett fra august / september til medio mai.

Det tar som regel 6 - 7 uker fra pasientene får innvilget tur til avreisedato. Noen ganger går det fortere på grunn av avbestillinger.

Seksjon for Behandlingsreiser ved Oslo Universitetssykehus har som oppgave å organisere og kvalitetssikre behandlingstilbud til personer med definerte kroniske sykdommer i et varmt og solrikt klima. På deres nettsider finner du mer informasjon om hvem som kan søke behandlingsreise, tidspunkter, søknadsskjema og praktisk reiseinformasjon.

Uttaket gjøres av hudlegen på Seksjon for Behandlingsreiser ved Oslo Universitetssykehus. Det er

utslettene som er mest utslagsgivende for uttaket. Det er derfor svært viktig at utslettet tegnes nøyaktig inn på tegningen.

#### *Utvelgelse av pasienter*

Pasientene skal primært ha så uttalt psoriasis at det er berettiget med behandling ved en dermatologisk avdeling.

Pasientene må være selvhjulpne og ha helse til å tåle solbading i 5 - 7 timer pr. dag.

#### *Barne- og ungdomsgrupper*

Det arrangeres egne behandlingsreiser for barn og ungdom.

Barna må ha med en ledsager, mens det til ungdomsgruppen (14 til 18 år) er med egne ledere. Ungdomsgruppene reiser gjerne i tilknytning til vinterferien, og barnegruppen i påsken.

#### *Hvilke pasienter kan ikke delta i en behandlingsreise*

- Pasienter som ikke tåler UV- behandling
- Pasienter med erythrodermi, dvs et rødt utslett over hele kroppen
- Pasienter med generelt utbredt pustuløs psoriasis
- Pasienter som har tilbøyeligheter til et stort alkohol. eller medikamentbruk
- Pasienter som bruker narkotiske stoffer
- Pasienter som har kompliserte former for diabetes mellitus, hjerte - kar sykdom, epilepsi
- Pasienter med alvorlige psykiske lidelser
- Pasienter som har hatt alvorlige hudcancerformer

<p>Resepsjonen ligger direkte til høyre etter inngangsporten til Valle Marina. Der blir du tatt i mot av en skandinavisktalende resepsjonist som gir deg nøkkelkortet til leiligheten. Her kan du også få informasjon om Valle Marina og byen Arguinegin.</p>
<p>Frokost og middag inntas i restauranten som buffe.</p> <p>Frokostbuffens innhold varierer. Det serveres kaffe, te, juice, forskjellige typer brød og pålegg, noen ganger bacon, pølser og egg i forskjellige former. Frukt og grønnsaker finnes det alltid rikelig av.</p> <p>Lunsjen består av en matpakke som man selv har plukket sammen ved frokostbuffen. Dette for at man skal kunne bruke hela dagen ved stranden og slippe å gå tilbake til resturangen. En stor flaske vann og oftest juice inngår i matpakken.</p> <p>Ved middagen er det vanligvis et par varme retter å velge mellom. Dessert inngår også i form av is, kaker og frukt. Drikkevarer betaler man selv hvis man vil ha noe annet enn vann.</p> <p>Restauranten brukes hver morgen til informasjonsmøte.</p>
<p>Fellesområdene holder en pen hotellstandard. Det finnes samlingsplasser for hygge og sosialt samvær. Her kan man samles for å utveksle erfaringer med andre i samme situasjon. Mange opplever det som veldig positivt å ta del i det sosiale fellesskapet. Det knyttes mange bånd som opprettholdes etter hjemkomsten.</p>
<p>På oppslagstavle kan du finne informasjon om forskjellige tilbud. Det finnes blant annet aromaterapi, fotpleie, hudpleie, treningslokale, fysioterapi og fritidsleder for sosiale aktiviteter.</p> <p>Vask av privattøy kan kjøpes på stedet.</p>
<p>Dette er treningsrommet på helsesenteret. Her finnes også dusj og bastu.</p>
<p>Det er skandinavisk personale på behandlingsstedet, og det består av en skandinavisk hudlege, en fysioterapeut, en fritidsleder og 4 skandinaviske sykepleiere. Hudlegen holder informasjonsmøter om psoriasis og har konsultasjon av hver enkelt en gang per uke.</p> <p>Det finnes en spansk allmennlege i Arguineguin tilknyttet Valle Marina. Skulle du trenge innleggelse på sykehus blir du lagt inn på "Clinica Roco" et moderne sykehus i San Augustin, 15 minutters kjøretid fra Valle Marina. Pleiepersonale fra Valle Marina følger deg dit og besøker deg regelmessig hvis du må legges inn.</p> <p>Man trenger man ikke å vaksinere seg for opphold på Kanarieøyene.</p> <p>Som medlem i norsk trygdekasse er du forsikret ved sykdom. Du har tilgang til spansk lege og sykehus som i Norge. Pass på å få med deg Europeisk helsetrygdkort fra trygdekontoret som viser at du har disse rettighetene.</p>

## Behandling

<p>Behandlingen består av sol og saltvannsbad. De fleste pasienter kommer opp i 5 -7 timer i solen pr.dag. Behandlingstiden er 3 uker.</p> <p>For å få mest utbytte av oppholdet bør man ta forbehandling med UVB-lys i noen uker før reisen, og ved endel skjelling bør det benyttes 2-5% salicylvaselin uken før avreise.</p> <p>Under oppholdet får pasienten pause fra spesifikk lokalbehandling etter avtale med hudlegen på Valle Marina.</p> <p>Solfaktorkremer som beskytter mot UVA og UVB med faktor 15 kan eventuelt brukes til ansikt og utsatte områder.</p>	
<p>På Valle Marina finnes det to oppvarmede svømmebasseng med saltvann. Det ene er et treningsbasseng som er oppvarmet til 34 grader.</p> <p>Vannet gjør at sollyset trenger bedre ned i huden slik at behandlingen blir mer effektiv.</p>	
<p>Det er satt opp solsenger rundt hele bassenget slik at man skal ha mulighet å ligge å sole seg mellom hver tur i vannet.</p>	
<p>Det tar drøye 5 minutter å gå fra Valle Marina til stranden. Stranden heter "Anfi Beach" og brukes både av de som bor på Valle Marina og av andre gjester. Stranden består av fin hvit sand fra karibien og er ca 1 kilometer lang.</p> <p>I umiddelbar nærhet av stranden finnes det kiosker, butikker og restauranter.</p>	
<p>Du kan låne strandhåndkle på Valle Marina mot et depositum på 1000 pesetas. Du kan bytte til et rent håndkle hver dag. Depositumet tilbakebetales når du leverer inn ditt håndkle før hjemreisen. Det er mulig å leie solsenger på stranden.</p> <p>Ved siden av stranden er det en tropisk have og et anlegg hvor man kan trene på golfputting.</p> <p>Det finnes også en norsk sjømannskirke og norsk forening i Arguinegin.</p>	

## Innkvartering

<p>Alle leiligheter ligger i tilslutning til bassenget og øvrige fasiliteter.</p>	
---	--

<p>Valle Marina består av 90 leiligheter og 6 bungalows. Noen er solgt til private eiere. Leilighetene er 48 kvm store og man bor 2 eller 3 i hver leilighet.</p>	
<p>I leilighetene bor det i hovedsak pasienter fra Norge og Sverige. Enkelte pasienter kommer fra Finland.</p>	
<p>Alle leilighetene har utgang til terrasse eller balkong.</p>	
<p>Valle Marina ligger i utkanten av byen, tett ved fjellene, og det finnes stort sett ikke trafikkstøy.</p>	
<p>Leilighetene har en åpen kjøkkenløsning i direkte forbindelse med stua. Det finnes også telefon og en liten safe i leiligheten. Safen koster ca. 2000 pesetas per uke, plus et depositum på 1000 pesetas.</p>	
<p>Det ene soverommet har en dobbeltseng.</p> <p>Noen foretrekker at en ligger i stuen og en på hvert soverom. Det bestemmer man med dem man deler leilighet med.</p>	
<p>Det andre soverommet har en enkeltseng.</p>	
<p>Alle baderomene er utstyrt med badekar, dusj, bidè og wc.</p>	

### Den Norske Skole Gran Canaria

<p>Den norske skolen på Gran Canaria har eksistert siden 1974. Den ligger idyllisk til mellom Puerto Rico og Arguineguin. Ved siden av Valle Marina.</p>	
--	--

- 300 elevplasser
- 10-årig grunnskole
- 3-årig videregående skole, alm.fag
- Barnehage og skolefritidsordning
- Internattilbud for elever i videregående skole
- Ideelt klima for astma, revmatisme og psoriasis
- Godkjent av norske og spanske myndigheter
- Norsk skoleår og norske lærere
- Fulle eksamensrettigheter
- Fantastiske vannsportmuligheter
- Kronisk syke elever har rett til lån/stipend i lånekassen

Adressen til skolen er:

Le Escuela Norvega de Gran Canaria

Bco. de la Verga, Patalavaca

e-35120 Arguineguin, Gran Canaria

Tlf. 00 34 928 15 29 00/01

Fax. 00 34 928 73 65 57

e-post [fde@step.es](mailto:fde@step.es)

Du kan finne mer informasjon på skolens hjemmeside.

### Ytterligere informasjon

Psoriatikere kan få ytterligere informasjon om behandlingsreiser ved å kontakte:

<b>Besøksadresse</b> SINTEF-bygget Forskningsveien 1 0373 Oslo	<b>Norsk Psoriasisforbund</b>  Postboks 6547, Etterstad  0663 Oslo  Tlf : 23 37 62 40  Faks : 22 72 16 59
<b>Postadresse</b> Oslo universitetssykehus HF Seksjon for Behandlingsreiser Rikshospitalet Postboks 4950 Nydalen 0424 Oslo Behandlingsreiser@rikshospitalet.no Tlf : 22 06 78 33 Faks : 22 06 78 61	
<b>Telefontid</b> 12.00-14.00	