

# Farlig slanking blant beinskjørere

**BERGEN (Dagbladet):** Mange kvinner som lider av beinskjørhet feiltolker signalene når kroppen synker sammen og magen tyter fram. De begynner å slanke seg. Helsepersonell slår alarm.

Av **LINDA S. VATNELID**

- Vi har sett mange eksempler på at kvinner begynner å slanke seg og kutter ut meieriprodukter som inneholder verdifull kalk.

Det sier professor Hans Jacob Haga ved revmatologisk avdeling på Haukeland sykehus i Bergen.

- Tilskudd av kalk i kostholdet er en viktig faktor for å stanse nedbrytingen av beinmasse. Men det motsatte skjer når disse kvinnene slanker seg.

## Kvinner over 50

Haga har siden april ledet en undersøkelse for å kartlegge hvem som har stor risiko for å utvikle beinskjørhet (osteoporose), og hvilke faktorer som spiller inn hos kvinner som mister beinmasse.

- Beinskjørhet rammer stort sett kvinner over 50 år, og i en slik alder er det ikke mulig å bygge opp beinmassen igjen. Det vi kan gjøre er å prøve å

stanse nedbrytingen av beinmasse. Kalk skilles ut i urinen, og det er derfor viktig å få i seg kalk enten gjennom maten eller ved kosttilskudd, sier Haga.

## Driker ikke melk

Han synes det er betenkelig at hele 20 prosent av kvinnene de undersøker oppgir at de ikke drikker melk.

700 000 norske kvinner befinner seg i den utsatte aldersgruppen for beinskjørhet.

240 000 kvinner over 50 år har hatt minst ett lårbeinsbrudd. Rundt 1100 dør hvert år som følge av komplikasjoner som lårbeinsbrudd utløser. Til sammenlikning dør cirka 800 hvert år av brystkreft.

## Kostbart

Den økende folkesykdommen osteoporose koster samfunnet 1,5 milliarder kroner pr. år.

Osteoporoseprosjektet vil trolig bli avsluttet neste år, og er en del av den store helseundersøkelsen i Hordaland.



**TESTER HUKOMMELSEN:** Iris Blomdal fra Bergen er en av mange bergensere i 70-åra som skal være med i forskningsprosjektet som prøver å finne ut om B-vitaminer i kosten kan ha betydning for hukommelse og minne. Til venstre sykepleier F. Watahabe. Foto: CHRIS KYLLINGMARK

# B-vitamin kan gi bedre minne

**BERGEN (Dagbladet):** Nå vil forskerne ha svar på om det kan påvises noen sammenheng mellom B-vitaminer og folks hukommelse/minne.

Av **LINDA S. VATNELID**

Prosjektet startet i Bergen i går, og bergensere i 70-åra er invitert til å delta i studien som er en del av den store helseundersøkelsen i Hordaland.

Forskere mener mye tyder på at aminosyren homocystein (populært kalt det nye kolesterolet) og B-vitaminer i kosten kan ha betydning for hukommelse og minne etter som vi blir eldre.

Gjennom intervju med helsepersonell vil deltakerenes hukommelse, minne, orienteringsevne og forståelse bli belyst.

Undersøkelser som hittil er gjort tyder på at både nordmenn og de fleste nordeuropeere har et for lavt B-vitamininnhold i blodet.

Det kan spille en rolle når det gjelder utbredelsen av hjerte- og karsykdommer, og kanskje også for folks hukommelse.

## Rosenmetoden



**NB!**  
Åpent hus 5/9.

**P.S. Deepak Shopra**  
i Oslo 11. okt.

Marion Rosen,  
metodens grunnlegger.

Rosenmetoden er en metode som går i dybden, kan gi total avslapning og slippe fri fortrente følelser. Disse følelsene kan forårsake stress, stive og verkende muskler, hemme åndedrettet osv. Ved hjelp av denne metoden kan du bli bevisst dine spenninger, få muskler til å slappe av, smerter til å lindres, eller helt å forsvinne, takle stress, og bli et mer harmonisk menneske.

**Grunnkurs: 11.-13. september.**

**Lærere: Hans Axelsson og Annika Minnberg**

Vi har også andre kurs og utdannelser.

Ring **22 42 42 28**

for å få høstkatalogen fritt tilsendt!



**Axelsson's Body-Work School,**

Møllergt. 12, 0179 Oslo. Tlf. 22 42 42 28

Nordens største og eldste skole for kroppsterapi, etabl. 1962.

## Nynorsk i Flettfrid-land

**TRONDHEIM (Dagbladet):** Nynorsken ser ut til å vinne fram - i selveste fru Flettfrids nabolag på Singsaker i Trondheim.

Av **MORTEN STOKKAN**

For første gang i historien får Trondheim en nynorsk-klasse i barneskolen. Elleve seks-åringene begynner i dag i en nynorsk-klasse ved Singsaker skole.

I den anledning holder Nidaros Mållag pressekonferanse, der fru Flettfrid Andresen deltar.

Fruen skal legge fram synspunkt fra de kondisjonerte på Singsaker. Hun skal også fortelle hva som

er påkrevd for å stoppe «bondesprogets» innmarsj i byen.

Ifølge Nidaros Mållag er det arbeid i gang med å få i stand nynorsk-klasser også ved andre skoler i Trondheim.



**Flettfrid Andresen**

# Helseforebyggende undersøkelse

15 000 bergensere født mellom 1953 - 57 inviteres til Helseundersøkelsen i Hordaland. Dette er en del av et stort forskningsprosjekt. Samtidig får deltakerne mulighet til å forebygge sykdommer.

Av ANDREAS VISTNES

**BERGEN:** Undersøkelsen startet i Bergen i går og skal pågå helt fram til 1. juli neste år. Ved siden av å sjekke og forebygge egen helse, blir resultatene i den omfattende undersøkelsen bruk til forskning. Hjerterkarsykdommene står sentralt i undersøkelsen ved siden av andre kroniske sykdommer.

Helseundersøkelsen i Hordaland (HUSK) som står bak prosjektet, er et samarbeidsprosjekt mellom Statens helseundersøkelser, Fylkeslegen, Universitetet i Bergen og kommunehelsetjenesten. I Hordaland har en undersøkelsesbuss reist rundt i alle kommunene siden oktober i fjor. Nå er turen kommet til bergenserne. Her har man en fast holdeplass i Daniel Hansens gate 9.

– Det er første gang man gjennomfører en så helhetlig undersøkelse som inkluderer sammenhenger mellom folks hverdag og helse. Gjennom spørreskjemaer skal deltakerne gi opplysninger om arbeid og helse, sosiale og psykiske faktorer, og andre tilstander, sier Hilde J.

Mæland til Dagen. Hun er daglig leder av HUSK.

Abort er et av temaene i spørreskjemaet. Temaet sosiale og psykiske faktorer er en del av et nytt forskningsprosjekt i verdensammenheng som blant annet belyser sosial belastning.

Ved undersøkelsen blir det målt høyde, vekt, hofte- og livvidde samt blodtrykk. Det blir tatt blodprøve for analyse av fettstoffene i blodet. Og i tillegg måles blodet for blodsukker og kreatinin, det siste for å måle nyrefunksjon.

20 ulike forskningsprosjekter er innlemmet i Helseundersøkelsen.

– Jeg er opptatt av at Helseundersøkelsen skulle være tverrfaglig slik at ulike sider av helseaspektet kunne belyses og utfyl-

le hverandre, sier prosjektleder, professor Grethe Seppola Tell.

## Foreløpige resultater

Etter at bussen har trillet rundt i alle hordalandskommunene unntatt Bergen, begynner de første resultatene å komme. 34 prosent av deltakerne i prosjektet røyker daglig. 39 prosent har aldri røykt. 69 prosent av røykerne mener at de innen fem år vil ha sluttet å røyke.

43 prosent av deltakerne så langt har muskel- og skjelettplager. Nakke, skulder og korsrygg er mest utsatt. 12 prosent av disse har måttet sykemelde seg for kortere eller lengre perioder.

## Hunden positiv

Ellers viser det seg at hunden har en positiv innvirkning på

hordalendingenes helse. De foreløpige resultatene viser at det å ha hund gir god mosjon, letter samkvemet med andre mennesker og har en generell innvirkning på det psykiske velværet.

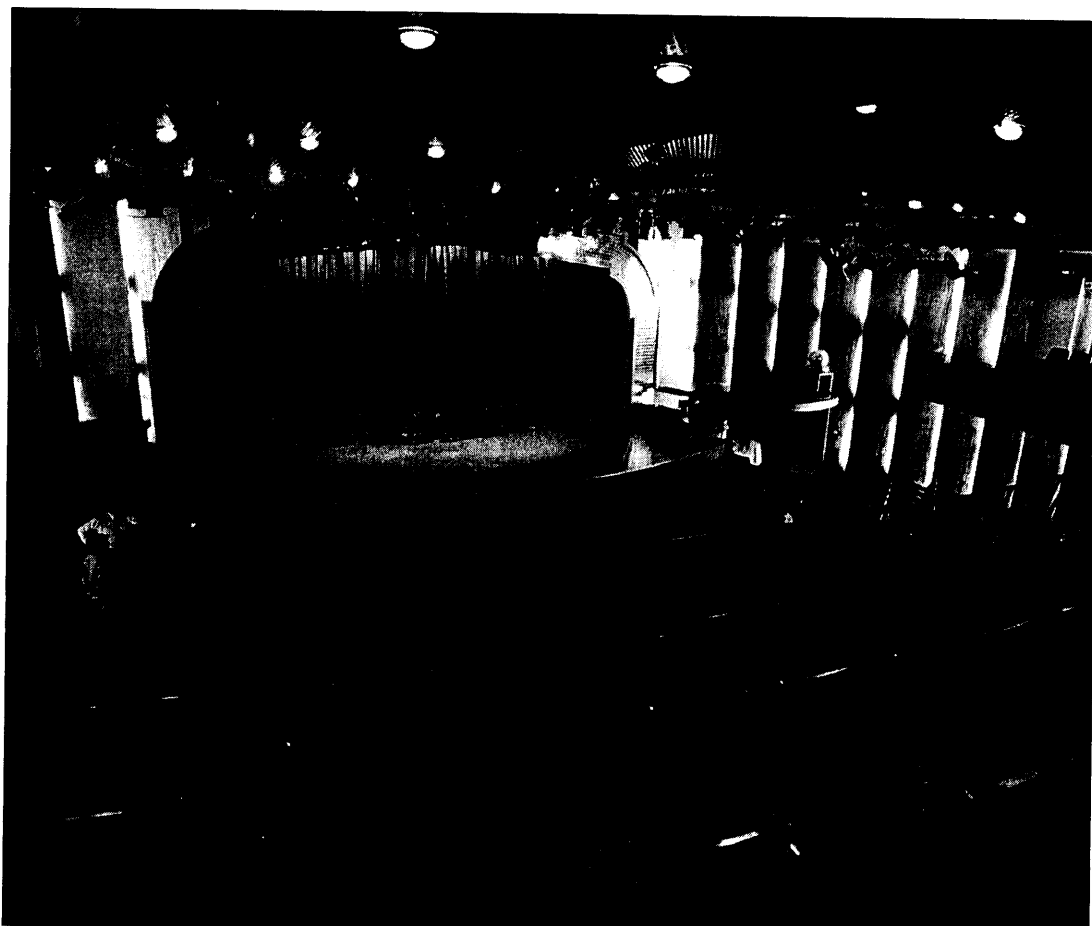
70 prosent av deltakerne som har hund, hevder at hunden gjør dem mer fysisk aktive enn hvis de hadde vært foruten. Mens kvinnene oppgir at hunden gir dem trygghet, svarer meunene at hunden gjør det lettere å skape kontakt med andre mennesker. Forskerne som skal gå videre med materialet, tar også med seg at halvparten av deltakerne har enten hund eller katt.

## –Smakløs tegneserie

Av JOSTEIN SANDSMARK

**OSLO:** – Smakløs, sier Jødisk Råd i Tyskland om en tegneserie som vil vise hvordan Adolf Hitler kunne ha reagert på dagens samfunn. Serien kommer ut i femte opplag, og nå skal den bli tysk storfilm.

–Tør man le av nazismen? Nei, men det bør man, skriver forlaget Eichborn i forordet til Walter Moers tegneserie om hvordan Adolf Hitler ville ha reagert på samfunnsutviklingen om han hadde levd i dag. Serien som ble utgitt i juni, er allerede blitt en bestselger i Tyskland og kommer i disse dager ut i femte opplag, skriver Dagsavisen. Nå skal flere tyske filmprodusenter ønske å lage en kassasuksess basert på historien om at Hitler har overlevd krigen og kommer ut av sitt gjemmede i undergrunnen. Flere Hollywood-selskap har også meldt sin interesse. For Hitler er blitt en populær tegneseriehelte i Tyskland. Landets seriøse medier, med avisen Frankfurter Allgemeine i spissen, har allerede karakterisert serien som et mesterverk. Jødisk Råd i Tyskland har overfor Berliner Morgenpost betegnet den som smakløs. I den tegnede historien oppdager Adolf Hitler dagens moderne, globaliserte Tyskland. Han oppsøker en bordell, der han finner Göring som har foretatt kjønns-skifte og blitt prostituert stoffmisbruker. Adolf synger karaoke, får smaken på narkotika og begynner selv å prostituere seg. Han bomber også Hiroshima for andre gang og forsøker å bygge en ny konsentrasjonsleir. I Paris får Hitler - stadig ifølge tegneserien - jobb som sjåfør og kjører den svarte limousinen til prinsesse Diana. Senere prøver han å ta sitt eget liv fra Eiffeltårnet, som han har tatt i eie for andre gang, men blir reddet av utenomjordiske vesener. Walter Moer lar så de fremmede redningsmennene ønske å krysse Hitler med moder Teresa for å skape det perfekte mennesket.



**FORNØYELSER:** Cirka 1500 heldige bergensere ble tirsdag vist rundt på et av verdens største cruiseskip. Her ser du et glimt fra teatersalen hvor mange kjente musikalr fremføres i løpet av de mange seilasene. FOTO: ERLEND HAUKELAND

## S/S «Norway» på Bergensvisitt

**BERGEN:** Mange hadde møtt fram på Dokkernskjærskaien da verdens lengste passasjerskip, S/S «Norway» ankom Bergen i morgentimene i går. Rundt 1500 heldige bergensere hadde fått tak i adgangsbevis, og ble loset rundt i løpet av noen travle formiddagstimer. Med sine 315,7

meter er skipet verdens lengste, med plass til 2560 passasjerer. For Askøy-kaptein Geir Lokøen var det unektelig en stor dag.

–Å føre S/S «Norway» inn til Bergen, det er stort! sa han i et intervju med Bergensavisen lørdag. Lokøen forelsket seg i skipet allerede som tenåring, og

har vært skipets kaptein de siste ni årene.

S/S «Norway» ble sjøsatt 11. mai i 1960 og selte først under navnet «France» mellom Le Havre og New York i perioden fra 1962 til 1974. Fem år senere ble skipet kjøpt av Knut Kloster, som bygget det om til verdens

største cruise-skip og SS «Norway». Skipet går for det meste i Karibien, men reiser i år seks måneder i Europa. Dyreste billett for et 12 dagers cruise er på 55.000 kroner, men det fins saktens langt rimeligere alternativ.

## Triste halvårstall for Aps ungdommer

**Medlemenstallet i Bergen AUF ved utgangen av juni ligger 200 under tilsvarende tall for i fjor. - Ikke noe å bekymre seg for, sier leder i Hordaland AUF, Pål Berrefjord.**

Av GUNNAR WIEDERSTRØM

AUFs fenomenale medlemsvekst i 1997 er grunnlaget for ungdomsorganisasjonens store makt i Arbeiderpartiet i Bergen. Men de mange hundre nye medlemmene betaler ikke kontingenten sin.

### KJØTTVEKT

AUF krevde torsdag i forrige uke at ungdomsorganisasjonen skulle ha syv sikre på Aps liste til kommunevalget i Bergen. Det skjer på bakgrunn av at ungdommene har en tredjedel av stemmene under nominasjonsmøtet.

Samme dag ble medlems-tallene per 30. juni presentert i en partilagssamling i Bergen. De tallene viser at bare 181 av AUFs 854 medlemmer hadde betalt kontingenten sin så langt i år. Mens 75 prosent av partiets øvrige medlemmer hadde betalt kontingenten, hadde bare 21 prosent av ungdommene gjort det samme. I fjor hadde AUF nesten dobbelt så mange betalende medlemmer på samme tid, men det bekymrer ikke Pål Berrefjord.

- I fjor hadde vi en verve-

kampanje like før sommerferien. Nå gjør vi unna verving i høst. Dessuten har vi ikke startet å purre på de medlemmene som ikke har betalt.

### BARE TI KRONER

I fjor betalte de mange nyvervede bare ti kroner for medlemskapet. I år må de ut med 50 kroner.

- Viser ikke tallene så langt

i år at ordningen med å verve medlemmer til ti kroner per stykk gjør at AUF får mange ureflekterte medlemmer?

- Opplever vi svært stort medlemsfravall når vi er ferdig med vår purring på medlemmene i høst, kan det være grunnlag for å hevde noe slikt, sier Pål Berrefjord.

Organisatorisk nestleder i Arbeiderpartiet i Bergen, Liv

Doive, slår heller ikke alarm.

- AUFerne må skjerpe seg. De må piske på medlemmene sine og få dem til å betale. Jeg regner selvfølgelig med et noe større fravall av deres medlemmer enn det vi opplever blant de voksne medlemmene i partiet.

AUF gjorde en kjempejobb i fjor, og de kommer til å verve mange i høst også sier Doive.



● **STOR UNDERSØKELSE-** Greit å få alt sjekket, synes Torill Kleven (47). Hun var en av de første som dukket opp da Helseundersøkelsen i Hordaland, HUSK, startet opp i Bergen i går. Fungerende avdelings-sykepleier Sachiko Watanabe foretok prøvene. I løpet av det neste halvåret vil 15 000 bergensere over 40 år bli innkalt til undersøkelse i forbindelse med prosjektet.

FOTO: SVEIN KLØVIG

**SAVNET KLATRETR:** Letemansskapet hadde i går kveld ikke funnet klatreren som er savnet etter et fall på 300-400 meter i Austabotntindane i Årdal kommune i Sogn og Fjordane. En lokal breggruppe på fire personer måtte sent i går kveld gi opp letingen etter den savnede klatreren. Letingen foregikk på en bre ved foten av Austabotntindane i 2000 meters høyde. Været i området var dårlig.

FOTO: ARNE RISTESUND

# okkat

## Ikke vest

Den savnede Jan Roald Flygansvør hadde ikke redningsvest på seg da han dro ut med gummibåt mandag kveld.

Det får BA opplyst ved Hovedredningssentralen på Sola (HRS).

Det var et forrykende vær på Vestlandet mandag kveld og sjøen utenfor Teilavåg skal ifølge lokalkjente ha vært svært grov.

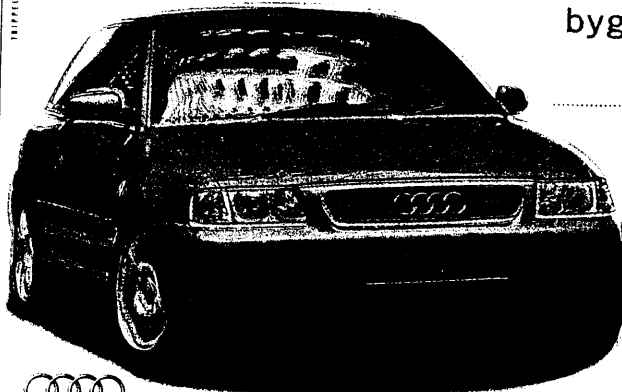
- Jeg vil karakterisere det som mindre lurt å legge ut i det været med en gummibåt. Særlig når vedkommende ikke har med seg redningsvest eller annet utstyr, sier redningsleder ved HRS, Trygve Steen til BA.

Dessuten er slike gummibåter lite sjødyktige i grov sjø, legger han til.

**Audi**   
Forspranget ligger i teknikken

## Audi A3

Biler hører hverdagen til, men det er ingen grunn til å bygge hverdagslige biler



  
Audi

Audi A3:  
En fryd for øyet

Audi A3:  
Noen biler tilpasser seg sine omgivelser. Andre biler er en berikelse

Kampanjepris  
fra 199.800,-

J. Teigland as  
Nestun  
55 13 05 00

J. Teigland as  
Åsune  
55 18 00 30

J. Teigland as  
Vest  
55 26 65 00