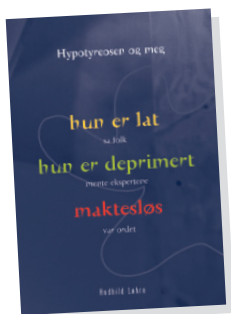


Boka kan du få du i bokhandel eller ved bestilling direkte fra Leet Forlag

Leet Forlag

Pb 145, 6656 Surnadal



Jeg bestiller herved ..... eks. av boka  
**Hypothyreosen og meg**, á kr 298,-  
ISBN 82-995476-2-8

Navn: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Postnr.: \_\_\_\_\_

Poststed: \_\_\_\_\_

Boka blir sendt i oppkrav. Porto kommer i tillegg.

Bestilling faks: 71 66 09 33

bestillingsseddel



## Den gode dialogen

**Hypothyreosen og meg** gir et godt innblikk i hvilke utfordringer en som har lavt stoffskifte, opplever. Nettopp derfor vil boken for mange være et viktig bidrag i det å forstå egen sykdom. På den måten kan en bedre lære seg å leve med denne kroniske sykdommen. Det er mestring av livet med hypothyreose som gir muligheter for en bedre hverdag.

Boken er nøktern og ærlig i sin form og uten de store dramatiske skildringer. Den kommer med erfaringer i forhold til behandling og restitusjon, og det at den også tar opp situasjoner knyttet til kombinasjonsbehandling, gjør den stadig mer aktuell.

Jeg kan anbefale boken både til deg som har sykdommen og til din familie og dine nærmeste. Boken bør også leses av medisinsk fagpersonell, den kan gi viktige momenter som kanskje kan bidra enda mer til videreutvikling av den gode dialogen mellom pasient og behandler.

**Martha Flermoen**

*Leder*

*Norsk Thyreoidaforbund*

## Hypothyreosen og meg

hun er lat

sa folk

hun er deprimert

mente ekspertene

maktesløs

var ordet

Audhild Løhre

## Om boka

Løhre, som er utdannet lærer og psykolog, har laget en fargesterk fortelling som beskriver forløp, symptomer og behandling. En del av symptomene kan minne om funksjonsvansker ved hodeskader og ADD (oppmerksomhetssvikt), f. eks. vansker med konsentrasjon og hukommelse, rigiditet og sterke følelsesmessige svingninger. Overfølsomhet for lyd og lys kan ligne noe på autistiske reaksjonsmønstre. Boka tar også opp forhold som er sentrale ved alle kroniske sykdommer: sinne over å bli syk, maktesløshet, sorg og – til sist – nyorientering og tilpassing av levemåten. Restitusjonstid, grad av tilfriskning og følgesykdommer diskuteres.

*Oftere enn før ser vi at den som rammes av sykdom selv forteller sin historie. Når det gjøres med slik klarhet og refleksjon som det Audhild Løhre gjør her, bør det få enhver til å lytte. Sjelden har jeg lest en så nøktern og samtidig levende ærlig beretning fra insiden hos den som rammes av kronisk sykdom. ...Det er denne personlige og detaljerte skildringen som gjør dette til et så levende og verdifullt bidrag til å forstå hypothyreosens mange ansikter.*

### Steinar Westin

Spesialist i allmennmedisin og professor ved  
Institutt for samfunnsmedisinske fag ved NTNU

### Noen reaksjoner fra leserne:

...boka er ferdiglest. Jeg klarte ikke å legge den fra meg.  
...Du har satt ord på det som jeg synes er veldig vanskelig...  
... og du har gjort en uvurderlig innsats for alle oss med hypothyreose!  
...tror alle med stoffskifte-problemer vil føle seg mindre alene etter å ha lest boka di...  
Jeg sitter her og gråter fordi det er noen som vet akkurat hvordan jeg har det.  
...må bare si: TUSEN TAKK  
Tenker jeg tar den med til legen min, jeg.

Sitater fra Gjesteboka [www.leet.no](http://www.leet.no)

## Hypothyreose

Hypothyreose - eller lavt stoffskifte - er en tilstand der skjoldbruskkjertelen, thyreoidea, skiller ut for lite av hormonene tyroksin (T4) og trijodtyronin (T3) og vi får en nedsatt konsentrasjon av hormonene i blodet. Lavt stoffskifte virker inn på alle celler i kroppen; det påvirker også hjernen. Det gjør hypothyreose til en komplisert sykdom med et mangfold av symptomer som skriver seg fra ulike organer. Vanlige symptomer er: tørr hud, livløst hår og håravfall, heshet, mimikkfattig ansikt, problemer med fordøyelsen, ledd- og muskelsmerter, konsentrasjonsvansker, glemsomhet, søvnforstyrrelser mv.

Vi regner med at ca. 3% av den voksne befolkningen har diagnosen. I tillegg går mange med en uoppdaget hypothyreose. Forekomsten øker med alderen. Det er flest kvinner som har sykdommen, men den kan også ramme menn og barn.

Hypothyreose behandles med tyroksin. I Norge er Levaxin (T4) mest brukt eller en kombinasjon av Levaxin og Liothyronin (T3). Det er ennå for lite dokumentert kunnskap om kombinasjonsbehandling. Her trenger vi som pasienter og legene som våre hjelpere, å lære mer. Livsstilen vår med bl.a. valg av mat, mosjon og positive tanker virker inn på hvordan den enkelte har det i hverdagen.

Klipp fra *Hypothyreose*, [www.leet.no](http://www.leet.no)

*Måten du lever  
livet ditt på  
Er det som gjør  
livet verdt  
å leve*

# Hypothyreose

## Norsk Thyreoideaforbund

Organisasjonen ble stiftet 18. desember 1990. Organisasjonens navn var da Norsk Hypothyreoseforening. Organisasjonen skiftet navn 1. januar 2003 til Norsk Thyreoideaforbund (NTF).

NTF ivaretar interessene til personer med sykdommer i skjoldbruskkjertelen og driver opplysende og rådgivende virksomhet. Forbundet skal fremme interesse for forskning, samarbeide med helsefaglige miljøer og virke som kontaktorgan overfor myndighetene.

### Organisasjonen vokser. Høsten 2003:

Mer enn 5.200 betalende medlemmer og nærmere 50 lokallag. I tillegg er det etablert regionråd, og NTF har kontaktutvalg for følgende:

- hypothyreose – lavt stoffskifte
- hyperthyreose – høyt stoffskifte
- barn
- ungdom
- thyreoideaopererte

Lokallagene holder møter med foredrag og organiserer likemannsgrupper. NTF utgir bladet Thyra med fire nummer i året. NTF etablerte i 2003 Faglig råd.

### Sekretariatet:

Sentralbord: 22 94 10 10  
Telefaks: 22 94 10 19  
E-post: [post@stoffskifte.org](mailto:post@stoffskifte.org)

NYCOMED

