



Elöverkänsligas Förening

i Jönköpings län

M E D L E M S – B L A D – Nr. 6 – 2020

Hemsida: www.elkanslig.se



Ordförande har ordet:

År 2020 är snart till ända och en jul- och nyårshelgen står för dörren. Hur vi än firar julen, så är den djupt orättvis för många, en julhelg i glädje och sorg, förväntningar och besvikelse, kärlek och övergivenhet med mera.

Julens budskap har blivit allt mer kommersiell, där paket av olika storlek är prio-1. Lugn, ro, frid och stillhet får inte den plats i vårt liv som den borde få många gånger.

Julen är barnens högtid, så låt oss bli som barn och känna glädje och tacksamhet, Att se upp till varandra, känna gemenskap till dem som står oss nära. Men också sända en varm tanke och handling till alla dem som inte kan ta åt sig av julens högtid.



[Ingrid Berggren.](#)

Jag har **samtalat med medicinsk ansvarig** läkare på Socialstyrelsen 2020-09-29. Summa av samtalet:

Alla med mikrovågssjukan EHS, kan/bör/skall kräva av sin Vc./läkare att få symtomkod ICD-10 R 68,8 inskrivet i sin vårdjournal med tillägg av vilka symtom man får av strålningen och vilken typ av strålning. Se ICD-10 orsakskoder W 85-99 och symtomkod ICD-10 68,8.

Man skall också beskriva att symtom klingar av i bra EMF- miljö. Den fördröjning av symtom som uppstår bör beskrivas. Varje person med EHS kan ta med eller hänvisa till den symtomkod och den orsakskod som jag

skickar som bilagor. När läkaren då skött sina uppgifter och skickat in statistik kan Socialstyrelsen följa upp hur många som och hur man drabbats. Då kan de möjligen vidta olika åtgärder. Om inga uppgifter inkommer finns vi inte. Man har också rätt att få läsa sin vårdjournal och kan kräva att text raderas eller förändras. Använd gärna dessa kod-dokument i samtal med behandlare. Stå på-Dig! Vänligen, Ingrid Berggren.

Det kom ett brev 8 okt. 2020.

Allt för många människor lever orättvist i samhällets skugga, där de inte blir tagna på allvar. Att leva med en funktionsnedsättning, att inte bli trodd, är att kränka en människa och inte respektera mänskliga rättigheter. Att bli förnekad för den man är, visar på okunskap och skamlighet.

Detta är del av ett brev svar till en person som blivit ifrågasatt för sin överkänslighet och det drabbar många i samhället. Det är en hemsak att våra politiker, regering, riksdag och myndigheter använder ett så lågt vattenmärke.

Till brevet: Hej och tack för långt brev. Det har gått några år sedan vi tidigare träffades i samband med att du ville ha hjälp med mätning av EMF och mikrovågsstrålning i din bostad. Besöket var planerat till 1 timma men det blev ungefär 4 timmar istället, då det fanns mycket att samtala om i ditt boende. Jag träffade då även dina båda föräldrarna och vi diskuterade olika möjligheter. Efter det mötet har vi haft telefonsamtal med varandra vid några tillfällen, så även med din mor.

Det finns förslag framtagen om kodlista för exponering av elektrisk ström, strålning, extrem lufttemperatur och lufttryck i omgivningen. Problemet är bara att politiker och myndigheter inte vill ta åt sig av denna sanning.

För att återgå till ditt brev, där du beskriver en besvärande desperation och att du inte vet vem du ska skriva till? Du berättar även att du inte har fast telefon idag och att du inte orkar

skriva och förklara allt till fler personer - då du känner dej allvarligt sjuk och utmattad.

Det går inte att ta mista din desperation, du skriver att alla verkar förneka din svåra situation av elektromagnetiska fält och strålning, som bryter ner din hälsa till närmast en kollaps.



Flera bor i hus som inte kan kallas bostad.

Det är sant att myndigheter negligerar och förnekar överkänslighet av EMF och mikrovågsstrålning, infrastruktur och starka ekonomiska krafter styr de beslut och den lilla människan får tyvärr lida eller komma i kläm.

Du har bett om hjälp att få sanerat ditt boende, men inte fått den hjälp du behöver. När du ligger utslagen och inte orkar gå eller stå, du har svåra skakningar och smärtor i hela kroppen, ilningar, frossbrytningar och hud som bränner och hettar din kropp. Du svettas, yrsel, svimfärdig, totalt utmattad, kramper i kroppen, tryckobehag i ögonen och ansiktet, illamående, hög puls, andningsproblem, kollaps och gråtattacker, är din beskrivning på hur dåligt du mår och hur din situation är för dej varje dag.

Dina gamla föräldrar är över 80 år, de har hjälp dej mycket men orkar inte mer, de är trötta och allt känns som en katastrof för dej.

När dina syskon hälsar på era föräldrar, är de bara intresserade att tala med dem och de vill inte ta in din situation du befinner dej i, de säger bara att du behöver vård. Du skriver att de inte vill förstå hur allvarligt sjuk du är och som du varit under en lång tid. Du skriver att nu känns det som att du inte överlever om du inte får hjälp, du orkar inte mer och din situation är nära en total kollaps, du har legat utslagen hela dagarna i princip de sista 2-3 åren med svårt strålsymtom och utmattning.

Du får hjälp av hemhjälp en gång/dag, då de lämnar mat och stannar hos dej ca 10 minuter. De har också svårt att förstå hur illa det är när du inte blir betrodd av kommunens handläggare. Du känner av när deras bil parkeras för nära ditt boende eller av bilnycklar till modernare bilar. Du har även en granne som inte respekterar dej, med att använda trådlöst i din närhet, som du uppfattar som rent "jävelskap"?

Du behöver personer som backar upp dej, så att du blir trodd av grannar med flera och att folk förstår din svåra situation. Du ber även om hjälp att ringa till andra, som kan hjälpa dej. Den läkare som du skriver om i brevet har tyvärr slutat sin tjänst i december 2019, då hon även jobbat som pensionär ett antal år.

För att lindra dina smärtor nattetid, använder du baldakin, åter igen känner du att din kropp håller på att kollapsa, du orkar ej mer av psykisk påfrestning eller av stressen.

Du har mitt stöd och jag har gjort det jag kan, var rädd om dej, försök kämpa och hålla ut, någonstans måste ändå mer hjälp och godhet finnas. / Med hälsningar från Egon Reiver.



Julmotiv Foto: Yvonne Adamson.

Höstens Dialogmöte 22/10 med Region Jönköping.

Under eftermiddagen var det dialogmöte mellan patientföreningar och politiker, ett videomöte med 30 personer. Ämne var samtal om Nära vård och Patientkontrakt.

Den stora frågan är, **vem är vården till för?** Ofrivillig ensamhet har drabbat många personer och speciellt under pågående Coronapandemi. Med Nära vård kan ny teknik möjliggöra att telefon- och videomöte kan ersätta en del fysiska möten. För många av våra medlemmar har idag svårighet att resa, besöka sjukhus och vårdcentraler, här kan en ny möjlighet öppnas. Överkänslighet av EMF och mikrovågsstrålning utgör idag stora hinder för många av våra medlemmar, som är så självklart för de flesta att tillgodogöra sig i samhället.

Vilka förbättringar kan då finnas? Just telefon och sladdbunden dator kan skapa en ny möjlighet, men för dem som känner otrygghet och osäkerhet med tekniken, som saknar data eller innehar en hög ålder, gör inte problemet mindre.

Samverkan och tillit mellan sjukvård och patient, måste få en starkare kontinuitet för att nå ett bättre resultat för våra medlemmar.

Den andra samtalspunkten var Patientkontrakt, något som de flesta inte har någon större kännedom om. Jag ser idag med viss tveksamhet, då kunskap och tillit mellan vården och "elö-patienter" saknar en del kunskap i konkreta frågor. Några av våra medlemmar har vid vissa tillfällen blivit illa felbehandlade på grund av okunskap och respekt, med ett bemötande som: "Det finns inget som heter elöverkänslig" av läkare.

Att inte bli betrodd eller tagen på allvar för den person man är, i sin svåra situation, är att kränka en persons värdighet. Här visar ett starkt behov av stöd och upplysning mellan vård och vårdsökande, för att kunna öppna en stängd dörr.

Det kan betyda att ett Patientkontrakt kan vara ett sätt att säkerställa en elöverkänslig patients delaktighet i sin egen hälsa och vård och att stödja personen, samt tillvarata och nyttja sina egna resurser? Därifrån och till en överenskommelse är troligen en lång väg att gå för många av våra medlemmar. / Egon Reiver.

Föreningens styrelsemöten har gått bra att genomföra som telefonmöten under 2020, endast ett par gånger har styrelsemöte genomförts som fysiskt möte.

Telefonmöten är ett bra alternativ i dessa svåra tider, som passar styrelsens ledamöter.

Förhoppningsvis kan denna mötesform även i fortsättningen vara bra alternativ, (även efter Coronapandemin, då det spar både tid och merkostnad). / Egon R.



Rimfrost i adventstid. Foto Egon Reiver.

Hemsjukvård: Om du är i behov av vård i hemmet, på grund av sjukdom och/eller funktionsnedsättning och inte kan ta dig till vården, så finns hemsjukvård. På så sätt kan den som har stort behov av sjukvård bo kvar hemma. Inom hemsjukvården arbetar distriktssköterskor, sjuksköterskor, undersköterskor, arbetsterapeuter och sjukgymnaster.

Hemsjukvårdspatient blir den person som legitimerad personal bedömt ha ett behov av hemsjukvård. Om du har behov av hemsjukvård kan du få insatser dygnet runt, alla veckans dagar, oavsett ålder och diagnos.

Samordnad vårdplanering: För att bedöma vilket stöd du behöver i hemmet görs en vårdplan. Personal inom hälso- och sjukvård samtalar då med dig, och eventuella anhöriga/närstående, om vilken vård och andra insatser som behövs i hemmet, till exempel efter att du har fått vård på sjukhus.

Samtalet ska leda till att man upprättat en vårdplan där det framgår vilka behov av vård och omsorg du har och vem som ansvarar för vad.

För dej som inte kan besöka vårdcentralen och som elöverkänslig och mår dåligt av all teknisk utrustning, kan detta kanske vara en möjlighet? Lyssna då med hemsjukvården i din hemkommun och möjligheter m.m. / Egon R.



Visdomsord Foto: Yvonne Adamson.

Medlemsmötet i adventstid på Norrby ängar blev inställt.

16/11 gick Sveriges regering ut och meddelade att de inför hårdare restriktioner för att stoppa smittspridningen.

Allmänna sammankomster och offentliga tillställningar på över åtta deltagare förbjuds.
– Vi lever i en prövningens tid nu. Det kommer att bli värre. Gör din plikt, ta ditt ansvar, säger statsminister Stefan Löfven.

Detta gäller från 24 november och kan sedan förlängas, efter att nytt besked tas om en förlängning, som kan gälla över jul och nyår?

Detta går inte att missuppfatta, det är en väldigt tydlig åtgärd. Tanken är att rädda så många liv som möjligt, alla måste vara med på tåget så långt det bara går, för att minimera antalet smittade personer.

Det är bara att acceptera regeringsbeslutet, vi hoppas att allt vänder åt rätt håll så snart som möjligt. Förhoppningsvis att årsmötet 28/2 2021 kan genomföras i vanlig ordning, i tid ligger det några månader framåt. Mer info om detta i nästa medlemsblad 1–2021, som beräknas skickas ut i början av febr. 2021.

Ta hand om er, var rädda om er och undvik att bli utsatt för Corinasmittan

Statsministern till svenska folket:

– Träffa bara människor som du bor med. Och om du bor ensam välj en eller högst två vänner att umgås med. Men fortsätt hålla avstånd.

Vi måste här och nu visa att vår sammanhållning och vårt ansvarstagande är starkare än det virus vi ska besegra, säger statsministern.

Regeringen betonar även att arbetsgivare som kan ordna så att anställda jobbar hemifrån skall göra det.

– Nu gör vi det här tillsammans – för Sverige, säger statsminister Stefan Löfven till svenska folket ikväll.

Kommentar: *Det går inte att missförstå detta tydliga och skarpa tal.*

Budskapet kan inte bli tydligare, att bara träffa de människor som du bor med, så långt som det är möjligt.

För alla som kan jobba hemifrån skall eftersträva att göra det.

Allt för att minska smittspridningen och för att rädda liv.

Smittspridningen verka fortsatt att öka, där den går fram och skördar liv, allt från unga till gamla. / Källa från massmedia.



”Lejonkungen” med sin lejonhona, siesta på savannen i Kenya. Foto: Egon Reiver.

Elöverkänsligas Förbund, Våg-brytaren och Strålskyddsstiftelsen

har skickat ut brev till samtliga kommunstyrelser i Sverige: *Vetenskapsmän, läkare och folkvalda över hele världen begär moratorium utbyggnad för 5G-utbyggnaden, på grund av allvarliga potentiella risker för människors hälsa och miljön, med den ökade mikrovågsstrålningen som 5G orsakar.*

Många pekar också på det faktum att det helt saknas forskning som visar att 5G kan byggas ut, utan att skada människors hälsa och miljö allvarligt. 5G har redan lett till en massiv ökning av strålning, enligt de mätningar som hittills gjorts i Sverige. Under senare år har kritiken mot 5G växt och uttrycks i olika gemensamma ställningstagande och regionala beslut. Flera europeiska länder har beslutat om moratorium för utbyggnad av 5G, då osäkerhet kring den ökade strålningen ligger till grund för besluten. Källa: Infokanalen, ELRF.

Coronasmittan är nästan som en spegelbild av den spanska sjukan, som härjade hos våra förfäder för ca 100 år sedan.

Inget nytt under solen är ett känt ordspråk, lika aktuellt då som nu.

Så här såg det ut i tidningar för ca 100 år sedan.

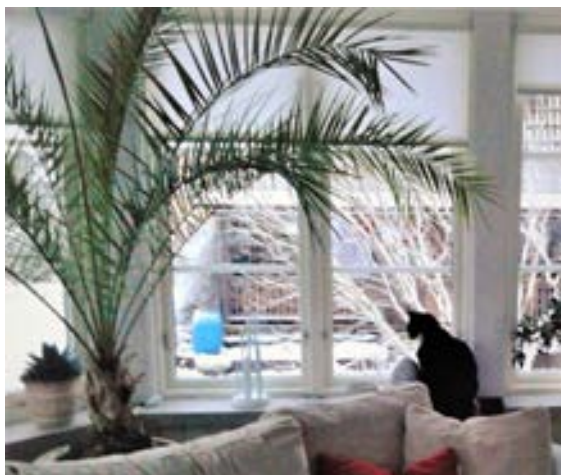
Hälsovårds- nämnden

uppmanar härmed allmänheten att, för undvikande av smitta (särskilt mot den nu pågående s. k. spanska sjukan) iakttaga nedanstående:

- 1:o) Undvik om möjligt köbildningar och andra folksamlingar;
- 2:o) Anordna ej i hemmen eller annorstädes **enskilda möten**, tillställningar eller bjudningar;
- 3:o) Iakttag **personlig renlighet** (tvag händerna ofta och åtminstone före varje måltid och bada en gång i veckan);
- 4:o) Iakttag dessutom noggrann hygienisk vård av munnen medelst sköljningar flera gånger om dagen med ex. 1 proc. vätesperoxidlösning;
- 5:o) Undvik, därest ni har hosta eller snuva, så vitt möjligt umgänge med andra personer;
- 6:o) Personer, som själva varit sjuka eller varit i nära beröring med sjuka, böra i möjligaste mån undvika beröring med andra personer under åtminstone den närmaste veckan efter den sjukas tillfrisknande.

På Hälsovårdsnämndens vägnar:
OSCAR HOFVANDER.

Källa okänd.



Inför advent- och juletid. Foto: A-L Reiver.



Gammaldags läsning vid juletid. Foto: Egon Reiver.

Tänd ett ljus

*Tänd ett ljus och låt det brinna,
låt aldrig hoppet försvinna,
det är mörkt nu, men det blir ljusare
igen.*

*Tänd ett ljus för allt du tror på,
för den här planeten vi bor på.
Tänd ett ljus för jordens barn.*

*Jag såg en stjärna falla,
det var i natt när alla sov.
Jag tror jag önskade då
att du var nära.*

*För en minut sen
brann den en sekund,
sen försvann den
var det bara jag som såg?
På radion sjöng dom
om fred på jorden,
jag ville tro, dom slitna orden.*

Av: Niklas Strömstedt och Lasse Lindbom



*Så lyfter vi på tomteluvan och
önskar Er alla en riktigt
God Jul och Gott Nytt År.*

*Styrelsen i Elöverkänsligas
förening i Jönköpings län.*

Vi finns även på vår hemsida: elkanslig.se