

Møtetidspunkt	Tirsdag 26.01.2016 kl 19.00 – 20.00
Møtested	Scandic
Møteleder	President Svein Bergum
Gjester	Vi var totalt 29 stk med egne klubbmedlemmer, et par fra Mesna Rotary og observatør Ivar Lien
Annet	<p>LODDSALG PÅ KLUBBMØTER, kr 20,- pr lodd. Ta med til hvert møte.</p> <p>Einar: Fredag 18. mars kl 09:30 til 16:00 kan vi ta på oss en dugnad for Birken. Betjene matstasjon på Sjusjøen. Det er behov for 8 personer, meld dere til sekretær så raskt som mulig om du vil ha dugnad. Det vil bidra med over kr 5.000,- i klubbkassa.</p> <p>Svein: Masse ros til Aud og Kristin HV som har holdt tak i dugnaden vår i forbindelse med UngdomsOL. De får begge lys fra presidenten som takk for innsatsen ☺</p> <p>Svein: Minner om ekstraordinært årsmøte 23. februar.</p> <p>Anders Huuse, Mesna Rotary: Han sitter i Lovrådet og vil informere om at det er møte i Chicago til våren. Det er 186 saker som skal behandles. Med 532 meget taleføre representanter kan dette by på utfordringer. Det vil komme opp to saker som Anders mener er de viktigste;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Det kjempes for at antallet representanter i lovrådet skal ned, til en pr sone. Dette vil spare Rotary for opptil 1 mill dollar årlig. • Det vil behandles om hyppigheten på møter også kan være hver 14. dag, ikke hver uke som nå. Dette da man erfarer at det er vanskelig å rekruttere inn nye medlemmer når det er møteplikt en gang pr uke.
Hovedtema	ME – en uløst gåte
Foredragsholder	Barnelege Dag Sulheim, har de siste 6-7 år forsket på ME
Kort om foredraget	<p>Cand. med. Dag Sulheim Kronisk utmattelsessyndrom (CFS/ME) i barne- og ungdomsalderen medfører betydelig skolefravær og redusert sosial omgang med jevnaldrende, i tillegg til omfattende symptomer som søvnforstyrrelser og nedsatt toleranse for fysisk og kognitiv belastning. Det er behov for å forbedre behandlingstilbudet.</p> <p>Studien –Tidligere studier har vist at ungdom med CFS/ME har tegn på økt aktivitet i det sympatiske nervesystemet, en del av kroppens ubevisste styringssystem. I to forstudier fant vi at pasientgruppen har høyere blodtrykk og puls enn friske jevnaldrende og at det var tidssammenfall mellom spontan bedring av utmattelse og normalisering av aktiviteten i det sympatiske nervesystemet. Dette tyder på at pasientene har en pågående endret stressrespons, forteller Sulheim.</p>

Sammen med cand.med. Even Fagermoen ved Rikshospitalet gjennomførte han med dette utgangspunktet en stor studie som inkluderte 120 ungdommer med CFS/ME. Pasientene fikk behandling med legemiddelet klonidin eller placebo (juksemedisin) i åtte uker, og ble fulgt opp i 30 uker.

– Klonidin kan nedregulere aktiviteten i det sympatiske nervesystemet, og vi håpet med dette å kunne dempe pasientenes symptomer og dermed forbedre utmattelse og daglig funksjon, sier Sulheim. Klonidin ga imidlertid ingen bedring av verken fysisk funksjonsnivå, arbeidsminne, svimmelhetsplager eller utmattelse.

– En mulig tolkning av dette er at den økte aktiviteten i det sympatiske nervesystemet er en hensiktsmessig respons i pasientens situasjon, ifølge Sulheim.

Sykdomsmekanismer og kognitiv funksjon

Ved inngangen til studien ble de 120 ungdommene med diagnosen CFS/ME sammenlignet med en gruppe friske jevnaldrende.

Pasientene skåret høyere i mål på angst og depresjon, de hadde høyere nivå av adrenalin og betennelsesmålet CRP, men lavere urin-kortisol enn friske.

Et forsøk med mentalt å forestille seg aktivitet ga også sterkere respons i det sympatiske nervesystemet hos CFS/ME pasientene.

Nevropsykologiske tester viste at ungdom med CFS/ME har betydelige problemer innenfor kognitive funksjoner som arbeidsminne, tempo og innlæring, men at angst og depresjonssymptomer ikke forklarer disse problemene.

Dag dro oss igjennom deler av sin forskning og det var en spennende om meget lærerik time som gikk så altfor fort.

Referent	Sekretær Elin
Neste møte	Tirsdag 2. feb. 16 Arne Svilosen, Å være sjømannsprest i Thailand Hjertelig velkommen ☺