



Tórshavn 6. apríl 2010

At røra seg, kann fyriryrgja krabbameini og øðrum sjúkum

Krabbameinsfelagið og Havnar Svímjifelag skipa fyri einum temadegi um rørslu og fyriryrging. Fokus verður sett á, hvussu rørsla kann vera týðandi táttur í at fyriryrgja krabbameini, hjarta- og æðrasjúkum, sukursjúku (typu2 diabetes) umframt øðrum sjúkum.

Tiltakið verður 27. apríl kl. 13-16 á Hotel Føroyum.

Á skránni verður ein fyrilestur við kendu dansku Bente Klarlund Pedersen, yvirlækni og professari. Hon hevur skrivað fleiri bókur, millum teirra bókina ”Motion på recept” og hevur granskað nógv innan rørslu og fyriryrging av sjúkum.

Vit eru fødd at røra okkum, og at vera óvirkin er eins vandamikið og at roykja, er ein av boðskapunum hjá professaranum. Hon vísir á, at vøddar okkara ikki einans hava sum uppgávu at skipa rørsur, men at teir eisini framleiða ymisk hormonlíknandi evni, nevnd myokinir, ið fyriryrgja sonevndum lívsstíllsjúkum sum sukursjúku, tarm- og bróstkrabba, hjartasjúkum, demens og tunglyndi.

Eisini fer Bente Karlund Pedersen at umrøða hvussu nógv tað kostar samfelagnum at fólk eru óvirkin, og hvussu nógv ið sparast kann, um tað eydnast at fáa fólk at røra seg meira.

Umframt danska professaran fer Magni Mohr, PhD í ítrótti, at halda fyrilestur undir heitinum ”Tað loysir seg, at røra seg”.

Tiltakið er alment, og øll eru vælkomin. Neyðugt er tó at tekna seg hjá Krabbameinsfelagnum á telefon 317959 ella ffk@krabbamein.fo.

Nýtt tilboð til krabbasjúklingar

Krabbameinsfelagið og Havnar Svímjifelag eru farin undir at fyrireika eitt nýtt rørsutilboð fyri fólk, ið hava krabbamein. Tað er vísindaliga prógvað, at rørsla veksur um mótstøðuførið móti sjúkum og at krabbameinssjúklingar, sum iðka ítrótt og røra seg nógv, hava betri lívsgóðsku og størri móguleika at liva longri.

v/ Krabbameinsfelagið
Jákup N. Olsen, formaður

V/ Havnar Svímjifelag
Sigurd L. Lamhauge, formaður