

Tuffare driva  
små företag

Peter Johansson äger och driver PMU Reparation och Smide tillsammans med sin bror Marcus. **SIDAN 8**



NYHET!

Brytbar olja till terrasen  
och trädgårdsmöblerna!

Nordsjö Idé &amp; Design

Gängesvägen 12, Ljungby. Tel. 0372-748 50  
Inspiration • Tips • Trender • Idéer • Fakta • Information

## SMÅLÄNNINGEN

LJUNGBYTIDNINGEN

ÄLMHULTS TIDNING

MARKARYDS TIDNING

NR 75 VECKA 16 2008 PRIS 13:-

## Markaryd

Länets dyraste  
sophämtning

Markaryd har dyrast sophämtning i länet. För en familj i Markaryd kostar det över 2 000 kronor att bli av med soporna. Älmhult är billigast i länet och där kommer en familj undan med 1 500 kronor.

**SIDAN 12**

## Ljungby

Godman -  
ett tacksamt  
uppdrag

Att vara godman är viktigt. Man skulle kunna säga att själva jobbet med uppdraget är belöningen. Så säger Göran Lundberg, överförmyndare i Ljungby. Han och godemännens organisation Ljungby frivilliga samhällsarbete efterlyser fler som vill ägna sig åt godmansuppdraget.

För den som behöver samhällets hjälp med att bevakna sin rätt, förvalta egendom eller sörja för sin person finns godmansinstitutionen att tillgå.

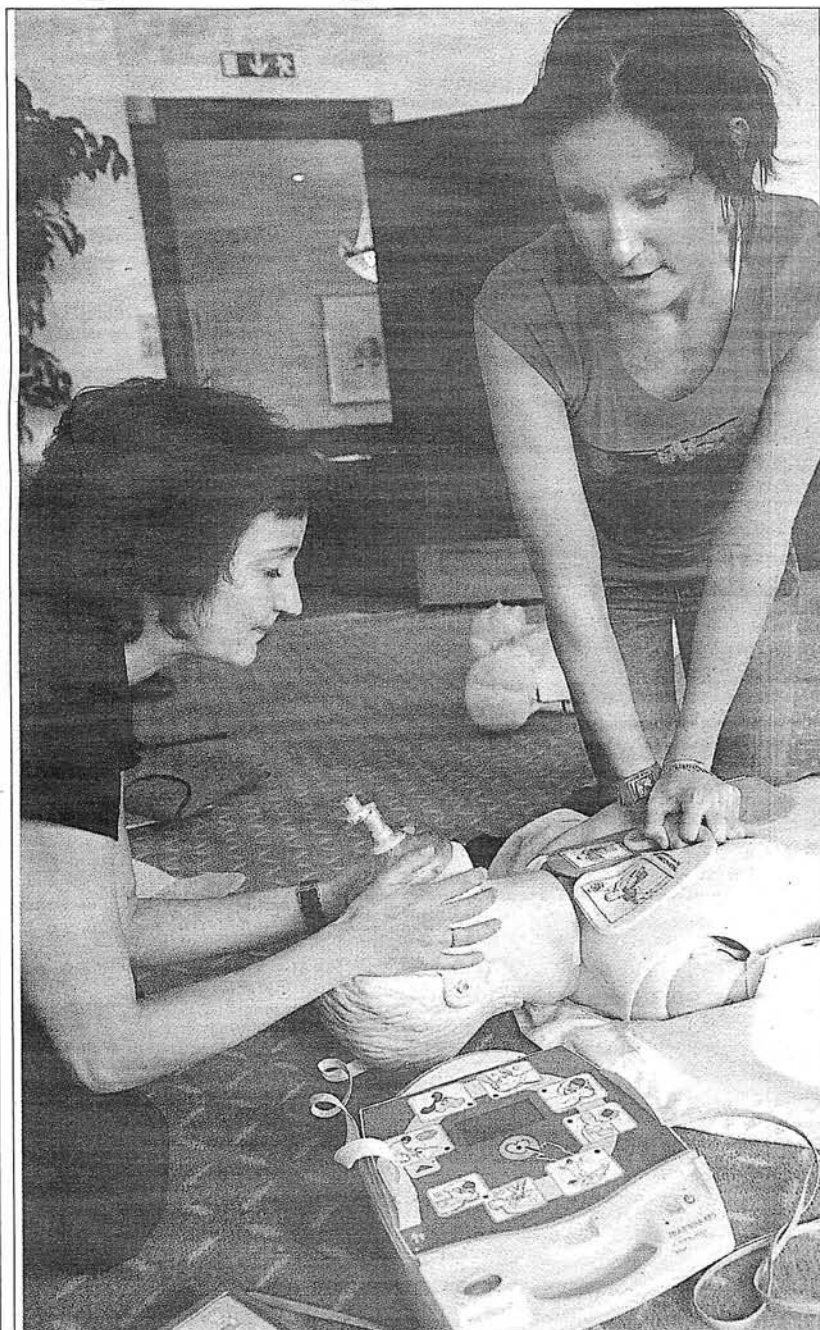
**SIDAN 7**

## Älmhult

Brottsligheten  
ökar kraftigt**SIDAN 22**

## Innehåll

LJUNGBY.....	3-8
KULTUR & NÖJE.....	9
BÖRSEN.....	10
STRÖMSNÄSBRUK/ MARKARYD.....	12-13
TELEGRAM.....	14-15
DAG FÖR DAG.....	17
FAMILJENYTT.....	20-21
VÄDRET.....	21
ÄLMHULT.....	22-24
INSÄNDARE.....	25
SPORTEN.....	26-30
FASTA ANNONSSIDOR... ..	30-32
RADIO & TV.....	33-35

Terraza först med  
egen hjärt-startare

Terraza är troligen första hotellet/restaurangen i Kronoberg att investera i en egen defibrillator, det vill säga en hjärtstartare.

- Vi går gärna i bräsch för detta, och jag hoppas fler tar efter. Jag skulle själv känna mig trygg på platser där detta finns. Sedan är det också en trygghet för vår personal att känna att man har denna möjlighet, säger Stefan Angeskog som äger restaurangen på Terraza.

Varje dag drabbas 20 personer i Sverige av plötsligt hjärtstopp, och tiden till dess man får behandling är helt avgörande för om man överlever.

**SIDAN 4**

Talande defibrillator. Hjärtstartaren är enkel att använda och den kan inte skada. Helena André, som arbetar på Terraza, testar och Katarina N Lindahl instruerar.

FOTO: LARS BENGSSON

## Terraza kan ge strömstöt

## Defibrillator - en hjärtefråga

Terraza är från och med i dag första hotell/restaurang i Kronoberg utrustad med defibrillator.

I väntan på ambulans kan personalen ge strömstöten som räddar liv.

- Vi tar ett socialt ansvar och hoppas fler tar efter. En trygghet också för vår personal, säger Stefan Ange-skog.

- Jag skulle själv känna det säkrare om det fanns fler platser med dessa i samhället. Nu har vi den här, och skulle det hända något på torget eller i nära Terraza ska alla veta den finns, fortsätter han.

Varje dag drabbas 20 personer i Sverige av plötsligt, oväntat hjärtstopp, berättar Katarina N Lindahl, från företaget HCR-instruktören som utbildat personalen på Terraza i hjärt- lungreddning med defibrillering.

## Kan inte skada

I går eftermiddag övade personalen praktiskt med dockor.

- Tryck hårdare, sa apparaten till Helena Andrén och Helena tryckte hårdare och fick beröm av defibrillatören.

Hjärtstartaren, som den också kallas, är enkel att använda. Den berättar precis hur man ska fästa elektroderna, känner av att den sitter rätt över bröstet och gör en bedömning om den ska ladda upp ström eller inte.

- Om hjärtat står helt still eller slår normalt skickar defibrillatören ingen puls, förklarar Lindahl.

Den kan med andra ord inte skada.

## Vinner tid

- En del av motståndet har legat i att man tror det, eller att den är stor och svår att hantera som på tv och Cityakuten. Men man behöver inte vara sjukvårdsutbil-

dad, tre-fyra timmars utbildning räcker.

Tid betyder allt i sammanhang. Det handlar om minuter innan hjärnan får irreparabla hjärnskador av syrebristen.

Men tvärtom har tiden mellan hjärtstoppet och ambulansens defibrillering ökat något det senaste året enligt Nationellt register för hjärtstopp utanför sjukhus.

- Med hjärt- och lungreddning vinner man tid i väntan på ambulans men ju längre tid utan defibrillering minskar chanserna att överleva. Och innan man har lärt ambulansen och den har kommit kan det vara för sent.

Studier har visat att efter ett kammarflimmer kan upp till 75 procent överleva om defibrillering sker inom tre minuter.

- Men ambulansen är förstås lika viktig som tidigare. Det kan behövas läkemedel och syrgas och hjärtat kan stanna igen.

## En tidsfråga?

Terraza satsar knappt 20 000 kronor på defibrillator inklusive personalutbildning.

- Väl investerade pengar. Vi har dagligen cirka 300 gäster, och särskilt vid tillfällen som Ljungbydagarna eller Hellström-konserten i sommar känns det bra att ha rätt utrustning och kunskap om olycka skulle vara framme.

Ingen i personalen har varit med om något tillbud i form av hjärtstopp på Terraza, men som någon säger (och vilket statistiken bekräftar) är det kanske bara en tidsfråga.

- Det blir en trygghet för de som jobbar, att man kan göra så mycket som möjligt för den sjuke. Sju personer genomför utbildningen, och minst en person av dessa ska alltid jobba, fortsätter Ange-skog.

## Sätta i halsen

Spridningen av halvautomatiska hjärtstartare i samhället går sakta, men allt fler väljer att inför-



Hjärtefråga på Terraza. Den halvautomatiska defibrillatören kan rädda liv i väntan på ambulans. Lars Nilsson är en av åtta personer på hotellet/restaurangen som genomgått utbildning för hjärtstartaren.

FOTO: LARS BENGSSON

skaffa teknik och utbildning.

- Småland Airport har defibrillator liksom vattenpalatset Kas-kad i Tingsryd och taxibolag i Ängelholm och Stockholm. Där finns hjärtstartare också på olika hotell, men i den här regionen blir mig veterligen Terraza först, säger Katarina N Lindahl som vill se defibrillatorer på exempelvis företaget och idrottsplatser.

- Många saker kan leda till hjärtstopp. Man kan sätta i halsen, bli förgiftad, ramla och få en skallskada, få allergichock och inte kunna andas. När man väl blir medvetslös dröjer det bara en kort stund innan hjärtat stannar.

JOHAN CARLSSON

0372-69 222

johan.carlsson@smalanningen.se

## Ljungby näst bäst

I höstas skrev Småläningen att Ljungby lasarett är näst bäst i landet på hantera plötsligt hjärtstopp. Överlevnaden vid plötsligt hjärtstopp i Sverige ligger i dag på cirka 5 procent. Men 13 procent av de drabbade i Ljungby är vid liv en månad efter ett hjärtstopp. Endast i Bollnäs är chanserna att överleva högre. Huvudförklaringen är, enligt lasarettet, att ambulans- och sjukhuspersonalen har ett gott samarbete och bra utrustning. Om fler defibrillatorer och utbildade människor finns i samhället skulle denna procentsiffror troligen öka ytterligare.

## Visste Du att...

... 10 000 svenskar drabbas av plötsligt hjärtstopp (också kallat plötsligt hjärtstillstånd) utanför sjukhus varje år?

... varje år dör fler människor i plötsligt hjärtstopp än i bröstcancer, prostatacancer, Aids, bränder, trafikolyckor och skjutvapenolyckor sammanlagt?

... hjärtat plötsligt upphör att pumpa blod och att medvetelsheten inträffar inom 10-20 sekunder?

... det är visat att det i genomsnitt tar mellan tre och fyra minuter till dess någon slår larm?

... det också är visat att det i genomsnitt tar ytterligare mellan åtta och nio minuter till dess ambulans eller räddningstjänst anländer?

... även om de låter förvillande lika är plötsligt hjärtstopp och hjärtinfarkt två olika tillstånd. Vid en hjärtinfarkt har en del av hjärtat drabbats av akut syrebrist på grund av nedsatt blodflöde, men hjärtat fortsätter pumpa blodet.

## Kunskap gav segertrio resa

Elita Ann-Kristin. Tvåa Ann-Christin.

Ann-Kristin Gunnarsson, Ann-Christin Bergqvist och Stefan Lööv toppade finaltävlingen i Småläningens egen tävling.

Tolv finalister i Småläningens tävling Skrapa & Vinn fightades om tre resepresentkort på 5 000 kronor i går kväll. Frågorna i finalen kom från Med meras poängjakten.

Vann ohotad gjorde Ann-Kristin Gunnarsson, Ljungby. Hon fick poäng i alla tio kategorier utom en, och var givetvis en värdig vinnare.

- Det flöt på bra. Jag var lite orolig eftersom jag varit borta och inte läst Småläningen på ett tag, så det var tur att frågorna inte handlade om nyheter!

Ann-Kristin ska förmodligen snart fara till Rom, och då passar ett resepresentkort förstås extra



Stefan Lööv, Tannåker, Ann-Kristin Gunnarsson, Ljungby och Ann-Christin Bergqvist, Strömsnäsbruk vann presentkort i Småläningens tävling.

bra. Desto svettigare var det om andraplatsen, som Ann-Christin Bergqvist knep och Stefan Lööv kom trea.

De övriga finalisterna gick inte lottlösa, utan föräddades också med diverse priser.

Kvällen avslutades sedan med en rundvandring på Småläningen av annonschefen Sonny Knutsson.

JOHAN CARLSSON

0372-69 222

johan.carlsson@smalanningen.se

## Mellanmål ska granskas i förskolan

Tandläkarna i Sverige gör i dagarna en kartläggning av barn i förskolan, och deras mellanmål. Tandläkarna jobbar för att förskolan ska bli en sockerfri zon.

- Ingen av oss vill ju att barnen ska bli överviktiga och feta vuxna med hål i tänderna, säger Roland Svensson ordf i Sveriges tandläkarförbund.

De senaste dagarna har 3000 förskolor fått en enkät från Sveriges Tandläkarförbund gällande barnens mellanmål.

- Det är bättre att sätta guldkant på barnens vardag med lekar och gemenskap än med sötsaker, säger Roland Svensson.

För att nå resultat har Sveriges tandläkarförbund startat en tävling om vilken förskola som kan hålla det roligaste födelsedagsfirandet utan sötsaker. I dag hålls de flesta födelsedagsfirande genom att förskolan bjuder på sötsaker som saft, bullar, tårter och glass för att nämna några.

Priser i tävlingen är tandborstar till barnen, diplom till förskolan och ett hedersomnämmande på förbundets hemsida.

- Det är inte för någon en nyhet att barnfetma är ett av de största hoten mot folkhälsan. Eftersom barnfetma och munhälsa hör ihop, så finns det en stor risk att barnen får stora problem med tänderna även senare i livet, säger Roland Svensson.