



Ridar Myklebust og forsamlinga under føredraget i Kvinnherad Senioruniversitet.

Det var mange som tok turen til Rosendal Fjordhotel då Kvinnherad Senioruniversitet hadde møte der torsdag. Hovudposten på programmet var føredrag om Hjernen og demens ved uskedelingen Reidar Myklebust. Arrangørane melder at møtet trekte heile 135 som var langt, langt fleire enn forventa. Dei kom frå heile Kvinnherad, frå Hatlestrand/Ølve til Halsnøy.



Etter føredraget svarte Reidar på spørsmål frå salen.

Etter at leiar i Kvinnherad Senioruniversitet, Aasmund Taarn Sande, som leia møtet, hadde ønskt dei frammøtte vel møtt, fekk Reidar Myklebust ordet. Han snakka om korleis hjernen er bygd opp, med hovudvekt på kva som skjer med den når ein får ulike grader av demens. Han fortalde at demens er sterkt aukande, først og fremst fordi talet på eldre er sterkt aukande, og at ein kan førebyggja demens ved å halda både kroppen og hjernen i aktivitet.

Han sa mellom anna at ein no er komen fram til at det er av stor betydning med tidleg diagnose og at det er viktig at ein held seg i aktivitet på ulike vis med kryssord, sudoku og ikkje minst turgåing og fysisk aktivitet. Ein legg no stor vekt på livstilsendingar etter same mønster som har vore så vellukka når det gjeld hjarte- og karsjukdommar.

Etter føredraget vart det opna for spørsmål frå salen, og fleire nytta seg av høvet til det. Det var også fleire som tok direkte kontakt med føredragshaldaren etterpå med spørsmål. Myklebust fekk også mange gode tilbakemeldingar etterpå, og han seier til uskedalen.no at han sat att med ei god kjensle.

- Eg håpar at eg kan vera til hjelp og nytte for nokon, seier den aktive 71-åringen på telefonen på veg til Tromsø for å ha eit par veker med førelesningar på universitetet der.

Uskedalen.no har snakka med ei dame som var blant tilhøyrarane torsdag. Ho lever saman med ein mann som har alzheimers. Ho var både imponert og fornøgd etter føredraget.

- Eg synes det var voldsomt interessant. Han foklarer så klart og godt, Eg kjenner meg så godt igjen i det han seier, og han forlarer så godt om sjukdommen. Det er akkurat slik eg opplever å leva med ein dement person.

Eg syns han er ualminneleg flink, var det gode attesten ho gav Reidar Myklebust etter møtet. Ho var tydeleg på at ho vil høyra på han også neste gong det byr seg ein sjanse.

Etter føredraget fekk Reidar Myklebust nokre takkens ord og blomar frå leiar i Kvinnherad Senioruniversitet, Aasmund Taarn Sande. Samlinga vart avslutta på vanleg vis, med kaffi, rundstykke og drøys rundt borda.

Tekst og nett: Thor Inge Døssland

Foto: Privat.