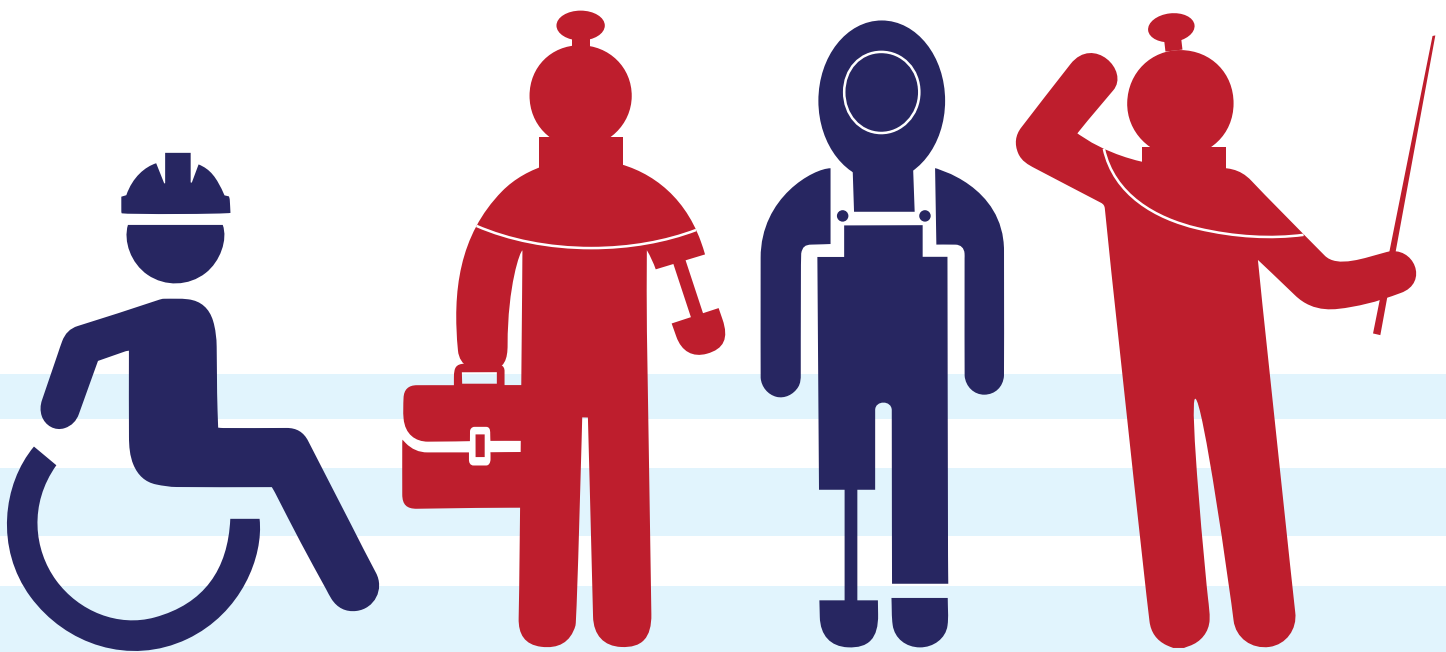




# INNARLUUTIT SULIFFEQARNERLU PILLUGIT NASSUIAAT





Qeqqata  
Kommunia

### **Kolofoni**

Saqqummersitsisut: Tilioq og Qeqqata Kommunia

Grafik: irisager.gl

Imarisaa: Dansk Handicaporganisationer-imit saqqummersitaq "Handicap og Job" suliniummi matumani kalaallisuunngorlugu aaqqissuunneqarpoq. Tiliumiit Qeqqata Kommunianiillu DH qutsavigaavut taamatut periarfissimmatigut.

Nutserisoq: Hans Møller aamma Karen Joelsen Kristensen

Saqqummersitamut tunngasumik apeqqtissaqaraanni Tiliumi attavissaq [info@tilioq.gl](mailto:info@tilioq.gl)

# IMARISAI

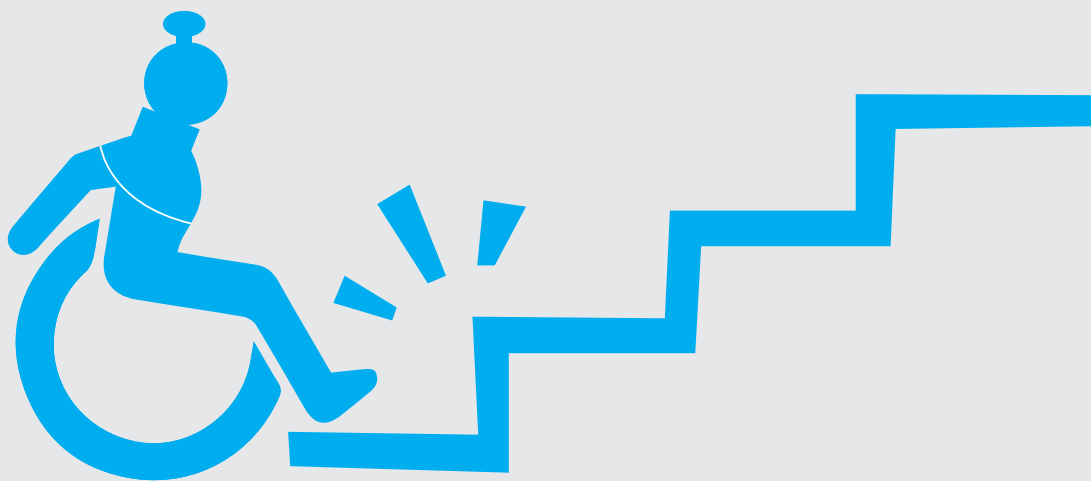
---

Aallaqqaasiut	4	Noqartarneq	53
ADHD	6	Nukeeruttoorneq	56
Afasi	8	OCD Anigorneq ajornartunik eqqarsaateqartarneq / iliuseqartarneq	57
Annilaanganeq nappaataalersumillu maajugininnerit	9	Osteoporose Saarngit napianerat	59
Autisme	11	Parkinsonip nappaataa Parkinsoneqarneq	60
Aalasarnermi innarluuteqarneq	13	Polio Nukillaarneq	63
Aanaaginnalartarnermik nappaateqarneq	14	Psoriasis	64
Bronkitis anigorneqarsinnaanngitsoq	16	Psoriasisgigti	65
Cerebral parese / Qaratsamit pisumik nukillaarneq	17	Psykosit Malersorneqarsoraluni psykosi	66
Cochlear Implant CI-mik pilatsillutik ikkussivigineqarnikut	19	PTSD aamma tatineqarnermi/ naleqqussarniarnermi qisuariaatsit	67
Colitis Ulcerosa / Inalukkakkut nappaat	20	Puakkut nappaatit (allat)	69
Crohnip Nappaataa / Inalukkakkut nappaat	21	Qaratsakkut ajoquteqalerneq	70
Cystisk Fibrose	22	Qaratsami nappaat (Sclerose)	72
Cøliaki	23	Qiteralimmi ajoqusernerit	74
Dermatitis herpetiformis	25	Sakiilluut Tuberkulose	75
Emfysem	26	Sapigaqarneq	76
Fibromyalgi	27	Sarkoidose	77
Gigti	29	Skizofreni	78
Ikiaroorartunik atornerluineq	30	Skizofrenimut assingusumik tarnikkut ajuuteqarneq	80
Imigassamik atornerluineq	32	Stofskiftip pissusissamisuunnginneranit nappaatit	82
Imminut toqunnissamik eqqarsaateqarneq/iliuutsit	33	Stomimik pilatsilluni ikkussiffigineqarnikut	83
Ineriartornermi akornuteqarneq	35	Stressi	84
Inuttut akornusersuuteqarneq / Ilaatigut borderline	36	Sukkorneq	86
Isiginiarnermi innarluuteqarneq	39	Tartukkut nappaatit	87
Issanngusarneq	40	Tinnitus	89
Isumatsassimangaarneq	41	Torloqannginneq Laryngectomeret	90
Ittoqarneq	43	Tusilarlunilu tappiitsuuneq	91
KOL	44	Tusilartut annertuumillu tusillannikut	92
Morbus Menière	45	Tusilartut tutsarluttullu ussersorlutik attaveqatigiittartut	94
Nappaat Maniodepressiv	47	Tutsarlunneq	95
Naqinnernik ilisarinnissinnaannginneq / Dysleksi	49	Whiplash Pukutsukkut ajoquseriataarneq	97
Neriniartarnermi ajuutit	50		
Nipinik malussajaneq	52		

## Aallaqqaasiut

Najoqqutassiaq una, kommunini sullissisut inunnik innarluutilinnik suliffeqarfinnut pulajartuaartitsiniarnerannut tapertassatut atorneqartussatut, kiisalu sulisitsisunut inunnik innarluutilinnik atorfeqartitsisunut imaluunniit atorfinitsitsinissamik eqqarsaasersulersimasunut, piukkussaavoq. Aammattaaq qupper-sagaaraq inunnt innarluutilinnut imaluunniit qanigisaasunut paasissutissiissutitut atorneqarsinnaavoq. Najoqqutassiami, innarluutit assigiinngitsut, nappaatit aamma nappaatinik suussusersinermut taaguutit arlalippaaluit, aammalu tamakku suliffeqarniarnermut qanoq sunniuteqarsinnaanersut, atuarneqarsinnaavoq. Allaaserisat naatsunnguupput, siammassissumillu isiginnittumik ilisarnaatit nalinginnaasut allaaserineqarlutik. Qanoq iliortoqarsinnaaneranik allaaserinninneruinnarpoq, tassami innarluutit nappaatillu inummiit inummut assigiinngitsunik ersiuteqarsinnaasarmata aammalu piginnaanikillisi-manerup suliffeqarnermut sunniuteqarsinnaaneri inummiit inummut assigiinngitsumik sunniuteqarsinnaasarmata. Assersuutigalugu innarluuteqarnerup kingunerisinnaasai, tamannalu peqqutigalugu suut innimigisariaqartuuneri inuit ilaannut pingaaruteqarluinnartuusinnaavoq, allanulli attuumassuteqarpianani pingaaruteqarpiaranilu. Taamatuttaarlu tarnikkut nappaatit ersiutaat piffissat ilaanni assigiinngis-sinnaasarlutik, imaluunniit immaqa inuunerup ingerlarngani ataasiaannarluni tarnikkut napparsimaso-qarsinnaasarluni imaluunniit arlaqanngitsunnguariaannarluni tarnikkut nappaat nappaatigineqarsin-naasarluni. Taamaattumik pingaaruteqartorujussuuvog tamatigorluinnaq, inuup inissisimaffiata pisu-miit pisumut allaavigineqartarnissaa, taamatuttaarlu inuup pineqartup inuttut immikkuullarissutut pisariaqartitai aallaavigineqartariaqarlutik. Taamaamat qupper-sagaaraq innuttaasumik, sullissisumik aamma sulisitsisumik suleqateqarnermi tapertassatut atorneqartussatut takorloorneqarpoq.

Taamaattumik suliaqartut aamma sulisitsisut, inunnik pineqartunik, tassa inunnik innarluutilinnik oqaloqatiginnittuarnissaat kaammattuutigissavarput. Oqaloqatiginninneq ilaatigut inuup suut pisariaqarti-tarinerai, sutigullu qajassuussisoqartoqartariaqarneranik il.il. tunngassuteqarsinnaavoq. Aammalu suli-sumik pineqartumut attuumassuteqartumik oqaloqateqarnissaq aamma iluaqutaalluarsinnaalluni.



**Piginnaanerit annikillinerat  
+ akornut inuiaqatigiinnit pilersitaq  
= innarluut**

**Funktionsnedsættelse  
+ samfundsskabt forhindring  
= handicap**

## Inuiaqatigiinnut attuumassuteqartumik innarluummik paasinnittariaaseq

Inuit innarluutillit pisinnaatitaaffii pillugit isumaqatigiisummi inuk innarluutilik imatut nassuiarneqarpoq, inuk, sivisuumik timimigut, tarnikkut, silassorissutsimigut imaluunniit malugisinnaassutsimigut piginnaasakillimasup, avatangiisit inuiaqatigiinnilu akimmiffiit assigiinngitsut sunneeqataanerisigut tamakkiisumik pisariitsumillu, inuttulli allatuulli inuiaqatigiinni peqataasinnaannnginnera.

Tamanna innarluummik paasinnittariaaseq pingaaruteqarpoq, tassami inuup kinaassusaanut, innarluutaa qitiutinneqarluni aalajangiisuutinneqanngimmat. Paarlattuanilli inuiaqatigiittut aaqqissuussaana, inunnut innarluutilinnut akimmiffissaqartitsilersarnera pineqarluni. Neriuppugut quppersagaaraq una inunnik innarluutilinnik, inuiaqatigiit suliffeqarfiutaanni peqataatitsisinnaanermut, akimmiffissaqartitsilersartunut nungusaaqataalluarsinnaassasoq.

## Atortorissaatit ikiuutaasut, tapersersorneqarneq immikkuullarissumillu aaqqissuussineq

Inuk innarluutilik atortorissaatinik ikiuutaasinnaasunik, taakku inuussutissarsiorsinnaalernissamut pingaaruteqarpata, kommunimut qinnuteqarsinnaavoq, una inatsit aallaavigalugu; Inuit innarluutillit tapersersorneqarnissaannut Namminersorlutik Oqartussat nalunaarutaat nr. 18, 4. november 2019-imeersoq, §6 imm. 3. Tassungalu atatillugu inuk innarluutilik suliffeqartoq, suliffimmini tapersersortimik tapersersorneqarsinnaavoq, una inatsit aallaavigalugu; Inuit innarluutillit tapersersorneqarnissaannut Inatsisartut inatsisaat nr. 13, 12. juni 2019-imeersoq, §42 imm. 2.

Piginaangorsaaqqinnermik ingerlataqaraanni, piginaangorsaaqqinnerup nalaani ataasiaannarluni aningaasartuutissanut pisariaqartunut kommunimut immikkut aningaasatigut tapiiffiqineqarnissamik qinnuteqartoqarsinnaavoq, assersuutigalugu sulinermi atortunut, immikkuullarissumik aaqqissuussinernut aammalu atortorissaatinut ikiuutaasussanut atorneqarsinnaasumik, una inatsit aallaavigalugu; Piginaangorsaaqqinnissamut ikiorsiisarneq pillugu Inatsisartut peqqussutaat nr. 4, 31. maj 2001-imeersoq.

## Peqatigiiffiit

Uani ilitsersuummi Kalaallit Nunaanni innarluuteqarneq aallaavigalugu peqatigiiffinnut attaveqarniarnermi paasisutissat ilanngunneqarput. Taakku saniatigut nuna tamakkerlugu kattuffiit marluk aamma ilanngunneqarput.



### **NIIK - Nunatsinni Inuit Innarluutillit Kattuffiat**

nunatsinnilu sumiiffinni ataasiakkaani immikkut kattuffiit tassani aamma ilaasortaapput.

#### **Attavissaq:**

+299 583900

[niik@niik.gl](mailto:niik@niik.gl)



### **KNIPK**

Kalaallit Nunaanni innarluutillit peqatigiiffiisa kattuffiat

Tlf.nr: 56 57 81

Fax: 89 39 00

Mail: [knipk1981@gmail.com](mailto:knipk1981@gmail.com)

Peqatigiiffinnut kattuffinnullu allattorsimaffik nittartakkami uani tilioq.gl takuneqarsinnaapput.

## ADHD

ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) qaratsakkut ajuutaavoq, malinnaasinnaanermik, sammisaqartarnerup annertussusiaanik (qaffasissinnaasumik appasissinnaasumilluunniit) eqqarsaqqaarani iliuuseqartarnerup aqunnissaanik allanngorartumik annertussusilinnik ajornartorsiuteqalersitsisartoq.

ADHD timip kingornussaaniq pissuteqarneruvoq, pissutsilli allat, ilaatigut naartunermi pinerliornikkut sunerreqarnerit, siusinnappallaamik inuuneq inunngornermilu oqinneq, pissutaasinnaapput.

### ADHD assigiingitsunut pingasunut aggnilerneqarput:

- ▶ Uniffeqarani eqqarsaqqaarani iliuuseqartarluni ADHD
- ▶ ADHD malinnaasinnaanermik ajornartorsiuteqarluni, uniffeqarani eqqarsaqqaarani ataatsimoortillugit
- ▶ Annertunerusumik malinnaasinnaanermik ajornartorsiuteqarluni ADHD (aamma taaneqartartoq ADD)

ADD tassaavoq Attention Deficit Disorder, aamma taaneqartartoq "ADHD sakkukitsaq", tassani inuk ADHD-qarnertuulli malinnaasinnaanermik ajornartorsiuteqarluni, kisianni uniffeqannginnermik eqqarsaqqaarani iliuuseqartarnermik takussutissaqarani imaluunniit ikitsunik annikitsunilluunniit takussutissaqarluni.

### Kingunerisinnaasai

Inersimasut ADHD-eqartut sammiveqanngitsumik inuuneqarajuttarput, ulluinnarnilu inuuniarnerminni ajornartorsiuteqartorujussusinnaallutik. Ajornartorsitunut ilaatigut pissutaavoq paasinnittarnermi, misigisutsinik pissusilersortarnermillu aqutsinnaassuseqarnermut pilersaarusiorninnaassuseqarmullu, siunniussilluni iliuuseqarsinnaassuseqarnermut, ajornartorsitunut aqqiisinnaassuseqarnermut, isumassarsisarnermik aqutsinnaassuseqarnermut misigissutsikkullu qisuariaatsinik aqutsinnaassuseqarnermut pingaaruteqartunik tamanut tunngasumik ajornartorsiuteqarneq.

Paasinnittarneq, misigissutsinik pissusilersortarnermillu aqutsinnaassuseqarneq taamaallutik tassaapput iliuuserineqartartut pingarnerit, taamaammallu inuit

ataasiakkaat inuunermi pissutsini tamani ingerlatsisinaanannertut pingaaruteqartorujussuit – aamma ilinriarnermik suliffeqarnermillu ingerlatsisinnaassuseqarnermut.

Pissusilersuutit inersimasunut ADHD-eqartunut/ADD-eqartunut annertunerusumik annikinnerusumilluunniit ilisarnaataasartut tassaasinnaapput:

- ▶ Uniffeqannginneq eqqissisimaarsinnaannginnerlu
- ▶ Avatangiisini pisunit allamut sangutikkuminnartuuneq
- ▶ Oqaluttorujussuuneq, allat qanoq oqarnerinik tusarnaarpasinninneq oqaloqatigiinnermiluunniit allat oqalunnerannik kipititsisarneq
- ▶ Suliassanik aallartikkuminaatsitsineq naammassinnitsikkuminaatsitsinerlu
- ▶ Malinnaaginnarnissamik aallussinissamillu ajornartitsineq, assersuutigalugu oqaloqatigiinnermi sammisaqarnerilu
- ▶ Ulluinnarni suliassanik suliassanillu tamanik takunnissinnaanermik ilusilersuisinnaanermillu, pilersaarusiorninnaanermik aqqissuussinnaanermillu ajornartorsiuteqarneq, tamannalu uivernertut stressernertullu malugineqarsinnaavoq
- ▶ Ingerlatsisinnaassutsit allanngorarnerat, tamannalu uivernertut stressernertullu misiginermik tunngaveqarajuttarpoq
- ▶ Isumaqatigiissutsinik, oqqersuutinik, ilitsersuinerinik assigisaannillu eqqaamajuminaatsitsineq
- ▶ Suliassanik sivisuumik aallassinissamik pisariaqarfiusunik suliaqartannginneq kinguartitsisarnerlu
- ▶ Piffissap misigisimajunnaartarnera, tamannalu ilaatigut pilersaarusiornissamik suliassallu naammassineqarfissaasa eqqortinnissaanik ajornakusoortitsilersarpoq

## ADHD – nangitassaq

- ▶ Eqqarsaqqaarani iliuuseqartarnermit aqunneqarneq, tamannalu ilaatigut aalajangerasuarnermik kinguneqarsinnaasarpog – akuttunngitsumik naammattumik tunngavissaqarani kingunissaalu eqqarsaatiginagit.

Inersimasut ADHD-eqartut aamma tarnikkut allanik nappaateqarajuttarput. 75 – 80 %-ii ikinnerpaamik allamik ataatsimik, 60 %-ii ikinnerpaamik allanik marlunnik nappaateqartarput. Ilaatigut tassaasinnaapput isumatsassimangaarneq, annilaangeq, ASF, piffissami sivisuumi allamik nappaateqarnermik takussutissaqarneq, inuup qanoq ittuunermigut allatut pissuseqarnera. Ilaat aamma atornerluisuusarput.

### **Ilinniagaqarnermut suliffeqarnermullu tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut**

ADHD ersinngitsumik innarluutaavoq, taamaattoq innarluutaavoq inuit ataasiakkaat inuunermik ingerlatsinerannut sunniuteqarsinnaasorujussuaq. Inersimasorpassuit ADHD-eqartut inuunnerat sammiveqarneq ajorpoq, taamaammallu ilinniagaqarnerup naammassinissaa suliffeqaannarnissarlu aamma ajornakusoor-tittarlugit.

ADHD-eqartut amerlasuut ilinniarnertik naammassinnaajumallugu immikkut atugassaqaarnissamik pisariaqartitsisarput. Tassaasinnaapput nukissatik tamaasa ilinniarnermut atortarmatigut ulluinnarni piffissani sivikinnerusuni ilinniarnermik ingerlatsisarluuni ilinniarnernerup sivitsornera.

### **Ilinniagaqarnermut atatillugu tapersiissutit ilaatigut tassaasinnaapput:**

- ▶ Sapaatip akunnerani qammammiluunniit suliassanut aqqissuussamik pilersaarut
- ▶ Ilinniartitsissutinut suliassanulluunniit ataasiakkaanut atortuni qalipaait assigiinngitsut
- ▶ Suliassat malitarisassallu takussutissinneri – aamma allassimanngitsut
- ▶ Ajoqusersuisoqarani suliffik assiaqutilik
- ▶ Suliassat aqqissuunnissaannut pilersaarusiornissaannullu tapersiineq
- ▶ Inuit attaveqatigiittarneranni peqataanissamut tapersiineq – tassunga ilanngullugu aamma suleqatigiilluni sulinissanut
- ▶ ADHD pillugu ilinniarfiit ilisimasaqaarnissaat, taamaalilluni naleqquttumik tapersiisoqarniassamat

### **Suliffeqarnermut atatillugu tapersiissutit ilaatigut tassaasinnaapput:**

- ▶ Aallartinnginnermi ilimasuutit naleqqussakkat ersarissullu
- ▶ Inuit attaveqatigiittarnerisa malitarisassallu allassimanngitsut paasinissaannut ikiuineq
- ▶ Sulinerup suliassallu naammassinissaannut pilersaarusiornermik aqqissuussinermillu tapersiineq
- ▶ Suliassanik suleriaatsinillu paasiuminartuuniassammata eqqaamajuminartuuniassammatalu takussutissiorneq
- ▶ ADHD pillugu suliffimmi ilisimasaqarneq, suleqatit taamaalillutik suut ikiuutaasinnaanersut paasiniassamatigut
- ▶ Piffissaq suliffissaq nikerarsinnaasog

## Afasi

### **Aamma takujuk 'Qaratsakkut ajoquteqalerneq'.**

Afasi isumaqarpoq oqaatsinik atuisinnaanerup annikillinikuunera. Taqqamik milittoorneq qaratsakkulluunniit aanaartorneq afasimut pissutaasut nalinginnaanerpaarsaraat, aammali assersuutigalugu qaratsakkut kræfteqarnerup, qaratsakkut aseruuttoornerup niaqqukkulluunniit ajoqusernerup kingunerisa ilagisinnaavaat.

Dysartri oqalunniarnermik ajornartorsiut aamma allaavoq. Tassani oqalunneq namminneq ajoqusernikuuneq ajorpoq, inuulli oqaatsit oqaatiginissaat ajornartorsiutigisarpai, tassa oqaq qarlorlu iluamik aquneqarsinnaanngimmata, assersuutigalugu nukillaarnerit pissutigalugit.

### **Kingunerisinnaasai**

Afasi ajoqusernerup annertussusia apeqqutaalluni inummiit inummut allanngorartarpoq. Taamaalilluni afasit marluk assigeeqqissaarneq ajorput, katsorsaanermilu assigiinngissutit sillimaffigineqartariaqarlutik.

Afasip ilaatigut oqaatsit oqaatiginiarneri ilaatigullu paasineqarneri eqqorsinnaavai. Taakku marluk ataasikkut eqqornerajuttarput.

- ▶ Oqaatigininneq piginnaasanut soorlu oqalunermut allannermullu tunngassuteqarpoq
- ▶ Paasinninneq akerlianik inuit qanoq oqarneranik paasinnisnaanerup tunngassuteqarpoq.

Inuit afasillit taamaalillutik oqaatsit nassaarinissaanik, oqaaseqatigiiliornissamik, atuarnissamik, allannissamik naqinnernillu taaguinissamik allallu oqalunerisa paasinissaannik ajornartorsiuteqarsinnaapput. Oqaatsinik atuisinnaanerup killeqalenera inuit ataasiakkaat inuunnerannik annertuumik allannguisinnaavoq inummullu annertooujussuarmik allannguutaasinnaalluni. Taamaammat inuttut misigisutsikkullu qisuariaateqartarpoq qaqutigooortuunngilaq. Inuk afaseqaleraangami soriarsinnaanginnermik kamannermillu misigisaqarajuttarpoq.

### **Ilinniagaqarnermut suliffeqarnermullu tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut**

Afasip sulisinnaassutsimik qanoq sunniisarnera inummiit inummut allanngorartarorujussuusarpoq. Pingaartuuvorli inuit afasillit oqaatsit oqaaseqatigiillu nassaarinissaannut suliarinissaannullu naammattuumik piffissaqartinneqarnermik misiginissaat. Aamma inuk afasilik allanik takuneqarsinnaanngitsunik ajornartorsiuteqarajuttarpoq; assersuutigalugu eqqaamanninniarnermik ajornartorsiuteqarneq, nutaliorisnaannginneq nassaassarsiorsinnaannginnerlu, tamanik takunnisnaanerup ullullu ingerlanissaata aaqqissuunnissaanik ajornartorsiuteqarneq. Inuk sulisinnaaqqileruni piffissami sivikillisami aallartinnissaa piffissallu sivitsoriaartuunngissaa tulluarsinnaavoq.



## Annilaanganeq nappaataalersumillu maajugininnerit

Annilaanganeremut eqqissiveqannginneq aarlerinerlu ilisarnaataapput. Taamaallilluni takussutissat inuup pissutsit pisulluunniit aalajangersimasut ersigigaangagit annilaanartikkaangagilluunniit assigaat. Annilaanganerullu tarnikkut ajuutaaneranut takussutissaavoq avataani pisut tarnikkullu qisuariaatsit imminnut ataneq ajorneri, tarnikkulluunniit qisuariaatsit ingasatta-jaarneruneri naleqqutinnginnerilu. Annilaanganeremut ajuutitut aamma ilisarnaataavoq inuup inuunerata pitsaasusiata ataatsimut isigalugu annikillisarnera.

Anningaalanerup pingaarnertut sunniutai tassaapput nappaataalissutaasumik annilaangagiinneq/maajugininneq, uiverluni annilaanganeq tamanullu tunngatitamik annilaanganeq. Tamassuma saniatigut arlalinnik annilaangagisaqartoqartarpoq, taakkulu tarnikkullu timikkullu allanik naappaateqarnermik kinguneqartarput.

Nappaataalissutaasumik annilaanganermit/maajugisaqarnermit annilaangassutit uku tassaasarput:

- ▶ Agorafobi: Angerlarsimaffiup avataani angalaarnissamik annilaangagisaqarnerneq, pingaartumik imaaliinnoarluni qimaaffissaqanngitsuni inuppassuaqarfiusuni, assersuutigalugu bussimi, qimutsuitsumi pisiniarfissuarmiluunniit tuleriiaartunni.
- ▶ Inuit attaveqqaqatigiitarnernni annilaangasarneq, tassani inuit isornartorsiuisinnaallutik inulluunniit takusinnaallugu.
- ▶ Ataasiakkaanik annilaangagisaqarnerneq, Pissutsini immikkut ittuni annilaangalertarneq, assersuutigalugu qullarsimalluni nangiatsajaneq, timmisartorluni nangiatsajaneq, immamiilluni nangiatsajaneq, kigutit nakorsaannik annilaangagisaqarnerneq aasiannilluunniit annilaangagisaqarnerneq.

Uiverluni annilaangasarneremut ilisarnaataavoq tassangaannq annilaangalertarneq, aallaqqaammut siumut naatsorsuutigineqarsinnaanani takkuttartoq, piffissalli ingerlanerani aamma immikut pisuni, assersuutigalugu pisiniarfissuarni, bussini inuppassuillu akornanni. Tamanut tunngatitsillluni piujuartumik annilaangasarneruvoq, tassani inuk aarlerisarluni, uummami-  
nik kassuttoortarluni, uissanngusarluni, kiaguttarluni,

timaa sajuttarluni nukiilu sukattarlutik. Tassunga ilanngunneqassaaq ataavartumik pissutissaqanngitsumik ernummatsattarneq, ulluinnarnilu pisut ajornartorsiutillu pillugit nalinginnaasumik aarlerisarluni.

Annilaangasarneremut pissutsit sunillu pissuteqarnera ilisimaneqanngillat, kisiannili inuup sananeqasaa tarnikkullu pissutsit ataatsimoortinneqarnerat pineqartarpoq. Misigissutsikkut sakkortuumik qisuariaateqartarneq inuit ilaasa immaqa kingornussarisinnaavaat, tassani inuunermit immikkut nanertuutaasut inuilluunniit allat peqatiginerat annilaangalertitsinnaasararluni.

### Kingunerisinnaasai

Annilaanganerup timikkut kinguneri assersuutigalugu tassaasinnaapput:

- ▶ Uummammik kassuttoorneq
- ▶ Naarlunneq meriangunerlu
- ▶ anernissaaleqineq
- ▶ sakissat naqitsisimanerat
- ▶ uulikullanneq kiagulerlernerluunniit
- ▶ uissannguneq
- ▶ iisinissamik sapingajanneq
- ▶ assat isikkallu kakillaalunnerat

Annilaanganerup tarnikkut kinguneri assersuutigalugu tassaasinnaapput:

- ▶ aarlerineq
- ▶ isumatsassimangaarneq
- ▶ imminut naleqartinnginneq
- ▶ imminut napparsimasoreqqajaaneq
- ▶ eqqarsaatit anigorneq ajornartut iliuuserineqartartullu
- ▶ imminut toqunnissamik eqqarsaateqarneq
- ▶ imigassamik nakorsaatinillu atornerluineq

## Annlaanganeq nappaataalersumillu maajugininnerit

### – nangitassaq

Annlaanganerup inuit attaveqatigiittarneranni kinguneri assersuutigalugu tassaasinnaapput:

- ▶ Inunnut allanut attaveqartannginneq kiserliornerlu
- ▶ Ilinniarnep suliffiullu paarinissaannik ajornartorsiuteqarneq (tamanna ilaatigut takkuningitsoortanikkut takuneqarsinnaasarpog)
- ▶ Ilaqutariinni pisussaaffiit eqqortinnissaannik ajornartorsiuteqarneq

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuk annlaangasarnermik ajuutilik annlaangasarnep paasinissaannut taamaallillunilu suliarinissaanut ikiuutaasinnaasunik toqqissisimanartunik avatangiisineqarnissaminik aammali unammilligassaqarnissaminik atorfissaqartitsisarpoq. Suliffeqarnermi ilaatigut toqqissisimalertoqarsinnaavoq inuup takkuttarnissaminut najuuttarnissaminullu taparserneqarnissaa isumagigaanni.

Annlaangasarnerni assigiinngitsuni aalajangersimasuni, assersuutigalugu pisuni aalajangersimasuni annlaangagisaqartarnermi, inuup taparserneqarnissamik nammineq kissaataasa aalajangersimasut aallaaviginissaat naleqquttuavoq.

Suliassat eqqarsaatigalugit aallaqqaammut aalajangersimasuunissaat, killiligaanissaat aaqquissuussaanissaallu pingaaruteqarajuttarpoq. Tiimit suliffissat amerlassusaat, suliassat annertussusaat ajornaku-soortuunerallu inuk toqqissisimajartoriartunera sumiiffimmillu sungjussiartornera peqatigalugit annertusiar-tuaartinneqasinnaapput. Takkutinngitsoortarneq piumasaaqatit qaffasippaallaarnerannut aaqquiviginissaannullu takussutaasinnaavoq.

Aamma sulinerup stressernartutut misigineqanngis-saata eqqumaffiginissaa pingaartuavoq, tassa pi-ngaartumik inuit annlaangassuteqartartut eqqarsaa-tigalugit inuit attaveqatigiittarneranni stressi pissu-taalluni sapilerujssuarsinnaariaannaasarmata. Ava-tangiisit suliarnik angusaminillu qanoq isumaqar-nerat ernumassutigigajuttassavaat kiisalu suliassat suliariumannginnissaat nuannarinnginnera pissuti-galugu suliassaqarpallaarujussualersinnaallutik.

Inuup suliffeqarfimmi aalajangersimasumik attaveqar-feqarnissamik pisariaqartitsisinnaanerata inuullu annlaangassuteqartup suliffeqarfimmi sulilersinne-qarnerani maligassiuisoqarnissamik pisariaqartitsi-gajuttarnerata eqqumaffiginissaat pingaartuavoq. Atorfinitsitsisoqareeraangat kommunimi sulisumut attaveqarnissaq ajornanngitsuussaaq, qaammatillu arfinillit siulliit ingerlaneranni qanimut malinnaaso-qartassalluni.

## Autisme

Autisme ineriartornermi annertuumik ajuutaavoq, inunnguuserineqartartoq timillu sananeqaataanik pissuteqartartoq. Pissutaasunik ilisimatusarnerup ilimanarsisippaa timip sananeqaatai avatangiisinilu pissutsit qaratsap allaanerusumik ineriartorneranut pissutaasartut. Autisme meeraanermi erserajuttarpoq, inuilli ilaat inuusuttuunerminni inersimasuunerminni-luunniit autismeqarlertarput. Inuit inuiaassutsinit kulturiniillu, upperisaqarnikkut inuttullu atukkatigut tamaneersut autistiusinnaapput.

Autisme innarluutaavoq takuneqarsinnaanngitsoq, avatangiisinik paasinnittarnermik allanillu peqateqarnermut sunniisartoq. Inuit autismeqartut avatangiisit inunnut allanut sanilliullutik allaanerusumik takusarpaat, tusaasarpap malugisarlugulu. Inuit autismeqartut ilaat oqartarput, avatangiisit paasiuminaatsutut sakkortuutullu misiginartartut, tamassumalu ernumalersittaraatik annilaangalersartaraatillu.

Autisme inunnut autismeqartunut assigiinnik ajornartorsiortitsisarpoq, tamannalu isumaqarpoq inuit autimeqartut aalajangersimasunik ajornartorsiuteqartartut, autismeqarnerli assigiinngitsunik sunniuttarpoq. Autistiuguit inuuneq tamaat autistiussaatic; autisme nappaataangilaq 'katsorsarneqarsinnaananilu', inuilli misigigajuttarput "autistiuneq" kinaassutsiminnik tungaviusumik isiginnettariaasiusoq.

Inuppassuit autistit ilikkagaqartarnermik ajornartorsiuteqartarput, tarnikkut ajornartorsiuteqartarput imaluunniit imminnut ikiorsinnaanerannik inuunerisalu pitsaassusaanik sunniisunik allanik ajornartorsiuteqartarlutik, taamaammallu inuit assigiinngitsunik anner-tussusilinnik taperserneqarnissaminnik pisariaqartitsisarput.

### Kingunerisinnaasai

Inuit autistit oqaatsinik oqaasinngortillugit oqaasinngortinnagillu nassuiaasersuinissaq ajornakusoortit-tarpaat, soorlu timip pissusilersornera oqaatiginin-nermilu nipi. Amerlasuut oqaatsit oqaatigineqarnerat-tut paasisarpaat isumaqarlutillu inuit oqaatigisaat oqaatsit atugaat malilluinnarlugit isumaqartut.

Autisme kinguneqarsinnaavoq inuup kiinnap pissusil-ersorneranik atuisinnaanermik paasinnissinnaanermillu ajornartorsiuteqarneranik, oqaatigineqartuni nipimik aamma quiasaarutininik tusangiasaarutinillu

paasiuminaatitsineranik. Autisme ilaannut oqalussin-naannginnermik killeqangaatsiartumilluunniit oqalus-sinnaanermik aamma kinguneqarsinnaavoq. Inuit allat oqaatigisinnaasaminnut sanillullugu annertune-rusumik paasisarput, ilaallu attaveqaatiginnermi atortunik allanik atuisarput, soorlu sunniutilimmik attaveqarsinnaajumallutik oqalunnaatik ussersorlutik takussutissallu takuneqarsinnaasut atorlugit.

### Ulluinnarni kingunerisartagai

Inuit autismeqartut ulluinnarni pisussat assigiiaartuu-nissaat piumanerugajuttarpaat, tassani ullut tamaasa sunik pisoqassanersoq ilisimassallugu, taamaammal-lu malittarisassat ulluinnarni inuuneranni malitassatut pingaaruteqarsinnaapput. Immaqqa suliarturnerminni soraarnerminnilu bussi ataaseq tamatigut ilaaffigisar-paat imaluunniit assigiinnik tamatigut ullaakkorsiute-qartarlutik.

Inuit austiterpassuit annertuunik pingaartitarujussuar-minnillu soqutigisaqartarput, tassaasinnaapput equq-miitsuliat, atuakkat, qaqorsaatinik katersineq, nipiler-sukkat qarasaasiilluunniit. Amerlasuut illiniagassa-minnik suliffissaminnilluunniit toqqaagaangamik so-qutigisartik aallaavigisarpaat, taamaallutik kajumis-suseqaannarnissartik inuunerminnilu isumaqartitsiler-sumik suliaqarnissartik qulakkeerniassagamikku.

Inuit autistit nipinut, attugaqartarnermut, mamassut-sinut, tipinut, qaamanermut, qalipaatinut, kiassutsi-mut/nillissutsimut anniarnermulluunniit malussarip-pallaarajuttarput malussarsinnaaneralluunniit anni-kippallaarajuttarluni. Assersuutigalugu tunuani nipit allat soqutiginnisaat aalajangersimasut nipituallaa-tut puussaattilluunniit misigisinnaasarpaat. Misigi-saatsini malussajaneq annilaanganermut timikkullumi anniarnermut pissutaasinnaavoq, ulluinnarnilu inuu-nermi pissutsinut siumut naatsorsuutigineqarsinnaan-ngitsunut malussaritsilersinnaalluni.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuit autismeqartut sulilluarsinnaasarpup, suliffik inummut autisteqartumut soqutiginarpat suliasallu paasisinnaagunigit ingerlalluarsinnaallugillu. Sianiu-titigut autismeqarneq arlalinnik iluaqutitaqarpoq, tassani ukuninnga takussutissaqarajuttarami:

- ▶ puigujitsuuneq
- ▶ immikkoortualunnik takunnissinnaassuseqarnerlu
- ▶ taamaatiinnartannginneq
- ▶ uteqattaarinerit nuannarineri
- ▶ periutsinik paasilluarsinnaassuseqarnerlu

Kisianni inuusuttut inersimasullu autismeqartut ilaat meeraanerminni inuusuttuunerminnilu imatut ajornartorsinnaatigigajuttarput, autismeqarnermik innarluteqarnerup saniatigut tarnikkut allanik ajuuteqarsinnaallutik. Tarnikkut saniatigut ajuutit tassaa-gajuttarput annilaanganeq, OCD, isumatsassimangaarneq, imminut ajoquserluni sakkortuumillu pissusilersortarneq suliffeqarsinnaannginnermillu kinguneqarsinnaallutik. Tamanna tunngavigalugu inersimasut autisteqartarpasuit piумаффигинеqarpallaanermik paasinerlunneqarnermillu misigisimasinnaasarpur.

Taamaammat inuit autismeqartut suliffeqalissappata suliffeqarfimmi inuit autismeqartut paasinnittarneranik ilinniagaqarususeqarsinnaasoqartariaqarpoq. Pingaartumik suleqatit qaninnerit suleqatiminnut autismeqartumut sulinermi qanoq attaveqalersinnaanermik ingerlatsiinnarsinnaanermillu ilisimasaqasapput, taamaallutik inuit autismeqartut inuit attaveqatigiittarneranni suliffimmi ajornartorsiutigigajuttagaannik annikillsitsisinnaassallutik.

Suliffimmi inuit attaveqatigiittarnerannut tunngatilugu inuit autismeqartut inuit allat paasiuminaatsikajuttarpat inuillu allat misigissusaannik siunertaannillu akuersaarnissaq paasinninnissarlu ajornartorsiutigigajuttarlugu. Aamma nammineq qanoq misigissuseqarnerup paasinnissaa misigitsunnillu oqaatiginninnissaa ajornakusoortissinnaasarpur. Inuit autismeqartut assersuutigalugu inuit ilisarimangisat qanoq attaveqarfiginissaat atassuteqaleraannilu qanoq attatiinnarnissaat nalornissutigisinnaasarpur.

Inuit autisteqartarpasuit oqaluttuarterput ullut taamaasa kisimiinnissartik pilersaarutigisarlugu, tassa inuit attaveqatigiittarnerat imminnut artorsaataasarmat. Imaanngilaq inuit attaveqatigiittarneranni peqataarusunneq ajortut, allanulli sanilliullutik imminnut piumasaaqatitaqarpallaartarmat. Inuit autistit attaveqariaasiat allanit paatsoorneqarsinnaasarpur, tassa misigissuseqanginnertut, eqqumiitsutut inuillu attaveqatigiittarneranni naleqqutingitsutut. Taamaammat inuit autisterpassuit, inuit attaveqatigiittarneranni inuit allat sunik pingaartitsinerannik suullu

oqaluuserinissaannik soqutiginarlutut isiginninneran-nik aalajangersimalluinnartumik ilitsersorneqarneq nuannarigajuttarpat.

### Suliffeqarnermut tunngatilugu mianerisassat aalajangersimasut

- ▶ Allaffimmi avatangiisit allanngorartullu pinngitsoornissaat
- ▶ Suliffimmi allamut nuuttanerup suliassallu allanngorarnerisa pinngitsoornissaat
- ▶ Suleriaatsit allanngortinneranni suliassanut pilersaarutit aalajangersimasut sularisigit
- ▶ Erseqqarissunngortitsigitsi, assersuutigalugu unillatsiarnermi suut pissusaasarpur (unillatsiarnerit qanoq sivirusutigissappat qanorlu atorreqasinnaappat)
- ▶ Paasiuminartitsileritsi: Suliffimmi oqartussaanerup tulleriaarnera qanoq aaqqissuunneqar-nikuu?
- ▶ Sulisunut ilimasuutit erseqqarissunngortissigit
- ▶ Aalajangersimasunik malittarisassaqraritsi, inuit oqaloqatigeeriaasiat pissusilersortarnerallu qanoq ittuussanersut aalajangersaagitsi
- ▶ Sapaatip akunneranut sivikinnerusumik sularisarnissap periarfissaanera

### Annerusumik paasisaqarusukkaanni attavissaq



LANDSFORENINGEN  
AUTISME

#### Landsforeningen Autisme

- Kreds Grønland

Tlf.nr: 55 82 97

Mail: [info@autisme.gl](mailto:info@autisme.gl)

## Aalasarnermi innarluuteqarneq

Aalasarnermi innarluuteqarneq ilisarnaatinut nappaammillu suussusiliinernut arlalissuarnut ataatsimut taaguutaavoq. Aalasinnaanerup annikillinerata qanoq takuneqarsinnaaneranut, qanoq annertutigineranut, kisimi atuuttuuneranut aalasinnaanerulluunniit annikillinerata allat ilanngullugit atuuttuuneranut, tamassuma inunnguusaaneranut imaluunniit innarluutaalersimaneranut, atajuartuuneranut annertusiartortuuneranulluunniit tunngatillugu assigiinngissuteqartarpoq.

Aalasarnermi innarluuteqarneq inuunerup ingerlanerani tamani pisinnaavoq, meeqqani, inuusuttuni, inersimasuni utoqqarniluunniit. Nappaammik suussusiliinermi ataatsimi inuit taamatut nappaateqarnermik suussusiliiffiqineqartut nuna tamakkerlugu tusintiinnaallutik ikitsuararsuusinnaapput. Tamassumunnga ilanngunneqassaaq inuit amerlasoorujussuit aalasarnermik innarluuteqartut sumik nappaateqarnerat ilisimaneqarneq ajortoq. Inuit tassaaapput taliminnik aamma/imaluunniit niuinnik atuisinnaassusiat killeqartoq. Aalasarnermi innarluuteqarneq assersuutigalugu avammik kipsisinermik, iloqiaanermik nukillaanermilluunniit pissuteqarsinnaavoq. Napaatit soorlu cerebral parse (naartuunermeeraanermiluunniit siusissukkut qaratsakkut ajoqusernermik pissuteqartumik innarluuteqarneq), gigt, nukkeruttoorneq, paraplegi (qiteqqakkut ajoquserneq), Parkinsons, polio, sclerose (sianiutit qajannarsinerat) aamma tetraplegi (talit, niut timilu sunnerlugit qiteqqakkut ajoquserneq) aalasarnermi innarluuteqarnermik kinguneqarsinnaapput.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat aalajangersimasut

Inuit aalasarnermi innarluutillit assigiinngitsorpasuartigut suliffeqarsinnaapput, nalinginnaasumik atugassaqartinneqarlutik atorfinitsinneqarsinnaapput, piffissami sivikillisami sulisarsinnaapput, suliffeqarfini sungjusarlutik sulisinnaapput qajassuuttariaqartullu sulisinneqarsinnaallutik. Inuit aalasarnermi innarluutillit eqqortunik atugassaqartinneqarlutik inuttut innarluuteqanngitsutut suliffeqarsinnaapput. Pingaartuuvorli tikinneqarsinnaassutsip pitsaasuunisaa – assersuutigalugu perusuersartarfinnut, kantiinamut ataatsimiittarfinnullu tunngatillugu. Ilaat eqqarsaatigalugit suliffik naleqqussarneqassaaq allanillu assigisaannik mianerinnittoqassalluni.

## Aanaaginnalertarnermik nappaateqarneq

Aanaaginnalertarnermik inunnguuseralugu nappaataavoq kingornunneqartarlunilu.

Aanaaginnalertarnermik nappaatit assigiinngitsut arlaliupput, ukulu nalinginnaanerpaallutik:

- ▶ Hæmofili A
- ▶ Hæmofili B
- ▶ Von Willebrandip nappaataa

Taakkununga assingusunik aanaaginnalertarnermik nappaateqartut taaneqarsinnaapput Immun Trombocytopeni-mik (ITP) nappaateqarput, ataaniittoq takujuk.

Hæmofilimut pissutaavoq aap nalinginnaasumik issornissaanut pisariaqartunik amigaateqarnera. Aak pisariaqartunit taakkununga ataatsimik amigaateqarpat, tamanna kinguneqartarpoq aap issornissaata ajornakusoortarnera, aannerullu aakkunnaarsinnaajunnaartoqartarlunilu.

Aannerit naggussani pinerusarput, assersuutigalugu seeqquni, singerni tuinilu. Amerlasooriarluni aatareermermi naggussat nataqqi aserortarput (hæmofili artropati), aalasinnaanerlu annikillisarlu, aaqqittoqariaannaasoqartarlunilu. Aannerit ilumi timip ator-tuini, nukinni aamma qiami/ameraasani aallartissinnaapput inuunermillu ulorianartorsiortitsisnaallutik.

Hæmofili A aamma B: Hæmofili A aamma B-mut aamma akunik amigaateqarneq pissutaasarpoq. Inuup aava 13-inik akoqarpoq, ukunanili:

- ▶ hæmofili A-mi aap akua VIII amigaataasarpoq
- ▶ hæmofili B-mi aap akua IX amigaataasarpoq

Hæmofili assigiinngitsunik sakkortussuseqartarpoq, ukuninngalu immikkoortinneqartarluni hæmofili sakkukitsaq, akunnattoq sakkortoorlu, aamma akut issortitsisartut annertussusaat apeqqutaallutik.

Von Willebrandip nappaataa: Von Willebrandip nappaataa nunarsuarmi aanaaginnalertarnermik nappaatit nalinginnaanersarat. Inuit ikitsuinnaat taamatut nappaateqarnertik ilisimasarpaat katsorsarneqarnisamulluunniit periarfissat ilisimasarlugit. Nappaammi assigiinngitsut pingaarnert pingasuupput:

- ▶ Typi 1, sakkukinnerpaajusoq nalinginaajunerpaasorlu
- ▶ Typi 2, akunnattumik sakkortussusilik
- ▶ Typi 3, sakkortunerpaajusoq aammali qaqutigoornerpaajusoq

Nappaat akut issortitsisartut, taaneqartartunik von Willebrandip akui, annikippallaarnerannik amigaatigineqarnerannilluunniit pissuteqarpoq. Aamma akui naammassinnaasarput, akuili kukkusumik katitigaallutik.

ITP: ITP isumaqarpoq Immun Trombocytopeni. Nappaat anigorneqarsinnaaneq ajorpoq imaluunniit nappaattaagallarsinnaalluni qaammat ataatsimit arfinilinnut sivirusseqarsinnaalluni. ITP-mi aammik issortitsisartut ikippallaartarput, taamaalilluni aattoqalersinnaalluni. Pissutaasoq tassaavoq timip aammik issortitsisartunut akiuussutissaqalertarnera, taakku taamaalillutik suujunnaarsinneqapallattarlutik. Timi peqatigitillugu aamma issortitsisartunik nutaanik sukkaasumik pilersitsisnaaneq ajorpoq,

## Aanaaginnalertarnermik nappaateqarneq – nangitassaq

### Kingunerisinnaasai

Hæmofili A-p aamma B-p kinguneri tassaasinnaapput:

- ▶ Hæmofili sakkortooq (aap akui 0-1%): Inuk katsarsarneqanngikkuni aanaqattaarsinnaavoq. Aanaarnerit aamma anaaneqarnerup uppinnerulluunniit kingorna pisinnaapput, ilaatigullu imatut annikitsigisinnaallutik inuup maluginagit. Qilernermet assingusunik isikkulinnik tilluusaqalersinnaavoq qarnullu iluani ameraasani luunniit allani aattoqalersinnaalluni.
- ▶ Hæmofili akunattoq (aap akui 1-5 %): Inuk anaaneqaruni, uppikkuni allatulluunniit pinnermini aanaalersinnaavoq, aanaarnerilli namminneq pineq ajorput. Tilluusoqartoqalersinnaavoq sakkortuumillu hæmofileqarnertut ameraasani aannaartoqalersinnaavoq.
- ▶ Hæmofili sakkukitsoq (aap akui 5-45 %): Inuup aanaaginnalertarnermik nappaateqarnini qaqutigut malugisarpaa, assersuutigaluguli kigutaarsinnermi pilatsinnermiluunniit sivisuumik aannaarsinnaasarluni.

Von Willebrandip nappaataa ukuninnga kinguneqarsinnaavoq:

- ▶ von Willebrandip nappaataa sakkukitsumiit akunnattumut: Aanaarnerup unitsinniarnera sivisunerusarpoq
- ▶ von Willebrand sakkortooq: Tilluusarnerit qilernermet assingusut, qarnup iluani qinngami ameraasaniluunniit aanaarnerit.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuit inuusunnerit aanaaginnalertarnermik nappaateqartut amerlanersaat inuttullu allatuulli suliffeqarsinnaapput, kisianni avatit nukillu peqinneqariaannaalutik timip nukkiortinneranik kinguneqanngitsumik suliffeqarnissaat naleqqutissaaq.

## Bronkitis anigorneqarsinnaangitsoq

**Aamma takukkit 'Emfysem', 'KOL', 'Sarkoidose', 'Puakktut nappaatit (allat)' aamma 'Tuberkulose'.**

Inuit pujortartartut bronkitissimik anigorneqarsinnaangitsumik ajuuteqarajunnerupput, aammali mingutsitsineq (assersuutigalugu suliffimmi) pissutaa-sinnaavoq.

Bronkitis anigorneqarsinnaangitsoq anersaartuutini aseruuttoorneruvoq anigorneqarsinnaangitsoq. Anigorneqarsinnaangitsumik bronkitis-eqartut ullut tamaasa quersortarput puanniillu nuammik aniasoqartarlutik. Pujortartartut anigorneqarsinnaangitsumik bronkitis-eqarajuttarput, tamannalu pujortarunnaarnikkut qaangerneqarsinnaavoq. Anigorneqarsinnaangitsumik bronkitis KOL-ip assignngilaa, KOL-eqalertsilersinnaallunili. Pujortartartut amerlasuut anigorneqarsinnaangitsumik bronkitis nappaatitut isigineq ajorpaat, kisiannili "tupamit quersornertut". Anigorneqarsinnaangitsumik bronkitis-eqarneq pujortarnerneq pissutigalugu ajoquteqarnermut takusutissaavoq siulleq.

Tassangaannaq bronkitis-eqalernerneq virusumik pissuteqarajuttarpoq. Bronkitis anigorneqarsinnaangitsoq virusumit tunillanneqarnermit ajornerulersarpoq, aammali anersaartuutini bakteriaqalernerneq sananeqaatsillu allat mikisut assignngitsut (assersuutigalugu tupamik pujortarnermit sulinermiillu) anigorneqarsinnaangitsumik bronkitis-eqalersitsisarput.

### Kingunerisinnaasai

Anigorneqarsinnaangitsumik bronkitis-eqarnermi ajoqutit tassaagajuttarput:

- ▶ Quersorneq
- ▶ Puannit nuak
- ▶ Anertikkarsinnaaneq

Inuit qaangerneqarsinnaangitsumik bronkitis-illit uku pinngitsoorniartariaqarpaat:

- ▶ Virusimik tunillanneqarneq
- ▶ Tupap pujua
- ▶ Puju
- ▶ Pujoralaat
- ▶ Aalaq

Tamassuma saniatigut nakorsaatit immikkullu quersoriaatsimik ilinniarneq inuup iluaqutiginnaavai.

Qaammatit marluk sinnerlugit puakktut ajuuteqarnermik ataatsimik arlinnilluunniit takussutissaqaruit immaq puakktut nappaateqarsinnaavutit. Taamaammat imaattoqarpat nakorsamit puakktut misissortinnissat inassuteqaatigaarput:

- ▶ Anertikkajaneq
- ▶ Qiarsuusartumik iggiingasumilluunniit anersaartorneq
- ▶ Quersortarneq

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Puaat sulisinnaanerisa annikillinerata inuup ulluinarni inuunera ajornakusoortittarpaa, tassa inuk nukissani atupallattarmagit qasulerlunilu. Pisuttuarneq majuartarfikkoornerluunniit ajornartorsiutaasinnaasorujussuupput.

Suliffeqarnermut tunngatillugu inuit ataasiakkaat inis-sisimanerannut naleqqussaanissaq pingaaruteqarpoq. Suliaq timimut artornartoq naleqqukkajunngilaq. Inuk ullup ingerlanerani qasuersaartarnissamik unil-latsiartarnissamillu pisariaqartitsigajuttarpoq, inuillu ilaasa ilaatigut sukkaannerusumik sulinisaq pisariaqartittarpat.



## Cerebral parese *Qaratsamit pisumik nukillaarneq*

Cerebral parese (CP) inuit inunnguutsiminnik qaratsakkut ajoqusersimasut nappaatigigajuttarpat, inuilu taakku innuttaasuni nukillaarutilittut ilisimaneqartarput. Cerebral parese timip aalatittarnerani innarluutitut allaaserineqaqqaarneqarnikuuvoq, kisianni cerebral parese – timip aalatittarnerani innarluutaanerata saniatigut - nakorsaaserinermi inunnguuserisamik qaratsakkut ajoqusersimanertut nunami namminermi nunallu tamat akornanni kingullertigut akuerisaalerpoq, inunnguuserisatut imaluunniit siusissukkut qaratsakkut ajoqusernerup toqqaannartumik kingunerisaanik paasinnittarnerup annikinneranik kinguneqarajuttarluni.

Cerebral paresemik innarluutilippassuit inunnguutsiminnik qaratsakkut ajoqusersimanerup toqqaannartumik kinguneranik sianiuutigut sunnertinnerit suliarinissaannik ajornartorsiuteqartarput. 30%-iisa missaat noqartarnikuupput noqartarlutilluunniit, 25%-iisa missaat tusaaniarnermik ajornartorsiuteqartarput, 25 %-iisa missaat isiginiarnermik ajornartorsiuteqartarput, amerlasuullu oqalunniarnermik oqaatsinillu ajornartorsiuteqartarput. Amerlasuut pingaartumik nipimik annertuumik malussarissuusarput qaamanermillu annertuumik malussarissuusarlutik, tamannalu amerlasuutigut artukkerneqarnermik qasorujussuarnermillu kinguneqartarpoq.

Qaratsakkut ajoqusersimanerup nukinik aalajasinnaanermillu aqutsinnaaneq ataqatigiissaarisinnaanerlu sunnertarpai. Inuit ilaat CP-llit taamaamat tikinnersinnaanermut piumasaqaatitaqarfiusunik issiavinik assakaasulinnik atuisuupput pisunniarnermiluunniit ikiuutinik allanik atortoqartarlutik. Amerlasuut aamma paasinnissinnaanermik ajornartorsiuteqarput. Paasinnissinnaanermik ajortorsiutit ajoraluartumik avatangiisinit inunnillu atasiakkaanit cerebral paresemik innarluutilinnit takuneqarsinnaagajuttanngillat aamma inuit attaveqaqatigiittarneranni suliamilluunniit ingerlatsinermi peqataasinnaassusermut sunniuteqartorujussuusinnaalluni.

Paasinnittarnermik ajornartorsiuteqarneq pingaartumik aallussisinnaanermi, sulinermi eqqaamannissinnaanermi, ataatsimoortitsisinnaanermi, aaqqissuussinermi, tamanik takunnissinnaanermi piginnaasat aalajangersimasut annikillinerisigut takuneqarsinnaasarpoq. Piginnaasaqarnerup annikillinera taamaalluni

cerebral paresemik innarluutilippassuarnut killeqartarpoq aalajangersimasuullunilu. Taamaalluni amerlasuuni sianiinneq ataatsimulluunniit isigalugu ineriartornerup annikillinikuunera pineqarneq ajorpoq. Taamaamat taaguut silassorissuseq (IQ) naammattumik isumaqanngilaq, tassa paasinnissinnaassuseqarneq assersuutigalugu isumaliortaatsimut naleqquttumik eqqarsarsinnaaneq, aallussisinnaaneq eqqaamannissinnaanerlu inummiit inummut allaasartorujussuusarpat.

Cerebral paresemik innarluutilit amerlanerit qasusarneq ulluinnarni annertunerusumik annikinnerusumilluunniit ajornartorsiutigisarpaat. Qasuneq anniarnepup kingunerisinnaavaa, aammali paasinninnissaanermi ajornartorsiutit aalajangersimasut toqqaannartumik kingunerisinnaallugu. Amerlasuut timip nukkiortinneranut ataavartumilluunniit anniarnermut atatilugu nukissaarunnermik misigisimasarneq ilisimavaat. Paasinnissinnaanermilli ajornartorsiuteqarnerup kinguneranik qasuneq paasiuminaassinnaasarpoq. Inuup cerebral paresemik innarluutilip assersuutigalugu takusat suliarinissaat ajornartorsiutigisinnaavaa, piumasaqaatitaqarfiusunik isigalugu suliaqarneq qasussutigisorujussuusinnaallugu.

Paasinnittarnermi ajornartorsiutit ataasiakkaat aalajangersimasut immikkoortuni ataaniittuni ataatsimi arlalinniluunniit pisinnaasarput:

- ▶ Aallussisinnaaneq malinnaasinnaanerlu
- ▶ Eqqaamannittarneq
- ▶ Oqaatsit
- ▶ Inimi sammivilimmullu ingerlasinnaassuseqarneq
- ▶ Paasissutissanik tulleriinnilersukkanik paasinnissinnaassuseqarneq
- ▶ Atortunik ilisarinissaassuseqarneq, takusanik suliaqarsinnaassuseqarneq ungasissutsinillu aalajangiisinnaassuseqarneq
- ▶ Pilersaarusiorsinnaassuseqarneq suliarinnissinnaassuseqarnerlu

## Cerebral parese – nangitassaq

### Suliffeqarnermut atatillugu pissutsit tamanut tunngasut

Inuit cerebral paresemik innarluutillit suliffeqalernisartik ajornartorsiutigigajuttarpat. Ilaatigut ilisimasaqannginneq isummallu pigiliutiinnakkat pissutigalugit ilaatigullu timikkut paasinnittarnermilu ajornartorsiutit pissutigalugit. Ilaat utoqqaaneruleraangamik timip nungullarnera misigisarpat, inersimasorpasullit cerebral paresemik innarluutillit inunnit allanit siusinerungaartukkut takussutissaqalertarput. Timip piginnaasai annikilliarulersarput aamma eqarnerulersarlutik, uppinnaveersaartarnej ajornerulersarpoq anniarnerusoqalerlunilu, tamakkulu qasorujussuarnermik arlalitsigut kinguneqartarput. Kingusissukkut kinguneri nalinginnaasut taakku suliffeqarnissap suliffeqalernissamulluunniit ilinniarnissap pilersaarusioneranut ilanngullugit eqqarsaatigineqarnissaat pingaaruteqarpoq; aammali paasinnittarnermi ajornartorsiutit ilanngullugit eqqarsaatiginissaat pingaartuuvoq. Taamaammat suliffissaq toqqagaq inuit ataasiakkaat timikkut aamma/imaluunniit paasinnittarnermi ajornarsutaannut sanilliuqqassapput, assersuutigalugu suliffeqarnissamut qasoqqalinnginnissamullu tunngatillugu.

Kisianni ajornartorsiutit taakku qanoq ittuunerisa kingunerilu cerebral paresemik innarluutilipparsuarmit oqaluttuarineqarnissaat ajornakusoorajuttarpoq. Qasoqqasoqaleraangat paasinnittarnermi ajornartorsiutit ersarinnerulerajuttarput. Timikkut qasoqqalernerq inuit ataasiakkaat qajassuunneqarnissamik pisari-aqartitsisut oqaluttuarsinnaagaangata allanit paasiu-minartarput, pasinnittarnerli pissutigalugu qasoqqalernerup nassuiarnissaa ajornarnerujussuusarluni. Assersuutigalugu takusat suliarinissaat isarussat atorlugit aaqqiinnerneqarsinnaanngitsut pissutigalugu qasoqqarujussualernerq avatangiisinut nassuiarnissaa ajornaatsuunngilaq.

Inunnut cerebral paresemik innarluutilinnut neqeroorut suna pitsaanerpaajunersoq paasinnittarnermi ajornartorsiutit assigiinnginneri pissutigalugu allanngorarsinnaapput. Ilaat takusat atorlugit ilikkagaqarluarnerusarput ilaat tusaasartik atorlugit ilikkagaqarluarnerusarput. Taamaammat inuit ataasiakkaat qanoq ilikkagaqartarnerat sapinngisamik annertunerpaamik tunngavigalugu ilinniagassap suliffissalluunniit toqqarnissaa naleqquppoq. Taamaammat ilinniagaqarnissamik suliffeqarnissamillu aaqqiissuussinermit sianiutikkut-qaratsakkut misissuineq aallaavigalugu ilisimasat tunngavigalugit sulinermit atorlut taarsiusillunilu tapersiissutinik aaqqiinerit assigiinngitsut ilanngunnissaannut periarfissat eqqumaffiginissaat pingaartuuvoq.

## Cochlear Implant *CI-mik pilatsillutik ikkussivigineqarnikut*

### **Aamma takujuk 'Tusilartut Siussarluttullu Ussersuutit Atorlugit Nalunaartartut', Tutsarlunneq 'Nipinik malussarinneq, 'Morbus Ménière' aamma 'Tinnitus':**

Pilattaalluni ikkussat Cochlear Implant (CI) inuit tusartaatit nalinginnaasut naammaginartumik iluaqutaannginneranni tutsarlulernikorujussuit tusaaniarnerat pitsanngortissinnaavaat. Nipinut tusaat siutip tunuani ikkunneqarnikoq nipimik tusaasinnaavoq, digitaliseerinnngortittarpaa ikkussamullu amqip iluatungingua-niittumut ingerlaqqittarlugu. Ikkussap nipi nipitut elektroniskitit elektrodikkut naalaartaammut ingerlateq-qittarpaa. Elektrodip tusaasaqartarnermut sianiut innaallagjaq atorlugu pitsanngortittarpaa, taannalu tamassuma kingorna qupinguallannerit qaratsamut ingerlateqqittarpaa tassanilu nipitut tusaaneqarsinnaalersarlutik.

### **Kinngunerisinnaasai**

Inuit CI-mik pilallugu ikkussiffigitinnikut tusaaniarnerat suli annikittarpoq nalinginnaasutullu tusaasutut oqaatigineqarsinnaanatik. Taamaammat pilattaarne-rup kingorna nukertik attaveqarnermut suli atortarpaat, tamassumalu kinguneranik ulluinnarnarni nukissakinnerujussuusarlutik. Taamaammat qasoq-qalernerq kingunerigajunnerusarpaa.

### **Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut:**

Suliffeqarnermut tunngatillugu uku mianerinissat pingaaruteqarajuttarpoq:

- ▶ aqutsisunut, suleqatinut suleqatigisanullu tunngatillugu ammasumik attaveqarneq
- ▶ inuup attaveqarnermi immikkut mianerineqarnissaminik pisariaqartitsinera
- ▶ inuk suliassaminik ingerlatsisinnaaqqullugu tapersiissutit atornissat pisariaqarsinnaavoq
- ▶ ullup suliffiup ingerlanerani unillatsiartarnissamik periarfissaqarneq
- ▶ isit naapittarnerat qangullu aalaneratigut paasinninnissamut periarfissaqarneq immaqalu ussersornerit tapersiullugit attaveqarng (qallunaatut naalisarlugu TSK: tegnstøttet kommunikation)
- ▶ inummik pisariaqartitsisoqartillugu ussersorluni ussersuutitigut nalunaarutinik nutserisartumik

allatalluunniit atorlugit nutserisartumik atornissanut periarfissaqarneq

- ▶ sivirusumik ilinniagaqarnerni ilinniagaqaqqinner-nilu immikkut aqqissuussisoqarajuttassaaq, immaqa nutserisoqarluni piffissarlu ilinniarfissaq sivirusunerutillugu
- ▶ inuk tusaaniarnermik siunnersortimit/siunnersortimit immikkut ilisimasalimmit siunnersorneqarnissamik pisariaqartitsisinnavaoq.
- ▶ Allaffiit ammasut sapinngisamik pinngitsoorneqassapput, tassa inummum taamatut atugasaqartinneqarluni sulinissaq ajornakusoorsinnaammat.

Aamma Inummum CI-mik pilattaalluni ikkussivigitissamut attaveqartarnermi uku eqqumaffiginissat pingaaruteqarpoq:

- ▶ isit naapittarnerat
- ▶ ersarissumik oqalunneq
- ▶ qarngup aalaneratigut paasisaqarnissamut periarfissaqarneq
- ▶ nipimut pitsaasumik tutsarinnassuseq qaammaqquteqarluarnerlu
- ▶ tunuani nipilortoqannginnissaa
- ▶ oqaluttoqartillugu imminut aqunneq – inuit ataasiakkaarlutik oqaluttarnissat

### **Annertunerusumik paasisaqarusukkaanni attavissaq**



#### **KTK - Kalaallit Tusilartut Kattuffiat**

Tusilartunut siussarluttu-nullu siunnersuisarfik.  
Attavissaq: Lisa Nielsen,  
[lisa@niik.gl](mailto:lisa@niik.gl)

## Colitis Ulcerosa *Inalukkakkut nappaat*

### **Aamma takukkit 'Crohni nappaataa 'Stomi-mik ikkussivigitinnikut'.**

Colitis ulcerosa inalukkakkut aseruuttoorneruvoq qanngerneqarsinnaangitsoq inalugarsuarmi tamarmi ilaaniluunniit pinngortartoq. Itimili aallartittuaannarpoq inalugarsuarmullu qummut tuniluuttarluni. Inuit ilaasa colitis ulcerosaqaleranerannut pissutaasoq suli ilisimaneqanngilaq, isumaqartoqarporli annikitsumik kingornussaasartoq. Nappaat nappaataavoq akiuussutissaqartorujussuaq, tassa immiut illersorluni akiuussutissaqarpoq nammineq timip ilaani katsorsaaniartartoq.

Nappaammut takussutissaagajussinnaapput:

- ▶ akuttunngitsumik imerpalasumik timminneq, akuttunngitsumik aattalimmik aamma/imaluunniit aseruunnilik.
- ▶ Naarlunnerujussuaq
- ▶ Sanigornermik kinguneqartumik nererusussuseqannginneq

### **Kingunerisinnaasai**

Saniatigut naappaataasinnaasut sunniutaasinnaasullu tassaasinnaapput:

- ▶ Naggussat pullallutik pullannatilluunniit naggussani anniarneq
- ▶ Isikkut ajornartorsiuteqarneq, assersuutugalugu isip saneqaasiisa aseruunnerat
- ▶ Qanermi aseruunnerit annernartut
- ▶ Ammip allanngorneri ruusarnerlu
- ▶ Ileostomi-qalerneru imaluunniit pinngorfeqalerneru
- ▶ Ajuat
- ▶ Sakkortuumik qasusarneq
- ▶ Stresseqqajaanerneq
- ▶ Nappaatip siumut naatsorsuutigineqarsinnaanginnera pissutigalugu inuit attaveqatigiittarneranni peqataanginneq
- ▶ Nakorsaatinik katsorsaanermit saniatigut sunniutit. Taakku tamarmik sumulluunniit atuumasuteqanngitsumik takkussinnaasartut.

Inuk colitis ulcerosaqartoq pilatsikkuni atomeqalerpat katersuiveqalerpalluunniit napparsimavimmi misissortittarnissaq pisariaqanngilaq.

### **Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut:**

Inuup colitis ulcerosaqartup suliffissamik toqqaaneranut tunngatillugu arlalinnik killeqarpoq:

- ▶ Nappaat piffissami sivikitsumi sivisuumiluunniit napparsimaneq pissutigalugu sulinnginnermik kinguneqarsinnaavoq.
- ▶ Suliat tarnikkut naqsimanermik kinguneqartut colitis ulcerosamut ajortumik sunniuteqarsinnaapput, tassa napparsimaleriaannaaneq stressermikkut annertusissamat.
- ▶ Piffissanut suliartorfissanut tunngatillugu tamatigoortuunissaq pisariaqarsinnaavoq, tassa inuit ilaasa nappaat kingunerilu ullup aallartinnerani sakkortunerusumik malugisarmatigit.
- ▶ Inuit ilaat taamatut nappaateqartut piffissaq tamaat suliffeqarnissaq ajornakusoortissinnaavaat. Taamaamat inuit ilaat piffissap ilaanaani sulisarnissamik akuerineqartartut.
- ▶ Nappaat annertuumik atorneqanngippat, inuk piffissaq tamaat suliffeqarsinnaagajuttarpoq, kisianni suliaq stressernangitsoq timikkulluunniit artornangitsoq.
- ▶ Inuusuttut takkutinngitsoortarneq pillugu malitarsassat pissutigalugit ilinniarnertit naammassinissaat ajornakusoortissinnaavaat, taamaammallu ilinniarnermi tapersiinissaq pisariaqarsinnaavoq.

## Crohnip Nappaataa *Inalukkakkut nappaat*

### **Aamma takukkit 'Colitis Ulcerosa' aamma 'Stomimik ikkussiviigillutik pilatsinnikut'?**

Crohnip nappaataa inalussakkut aseruuttoorneruvoq qanngerneqarsinnaanngitsoq, qanermiit itimut pinngorsinnaasoq. Kisianni inalugaaqqaniikkajuttarpoq unalugarsuamikkajuttarlunilu. Inuit ilaasa Crohnip nappaataanik nappaateqalertanerannut pissutaasoq ilisimaneqanngilaq, isumaqartoqarporli annikitsumik kingornussaasartoq. Nappaat nappaataavoq akiuusutissaqartorujussuaq, tassa immiut illersorluni akiuusutissaqarpoq nammineq timip ilaani katsorsaa-niartartoq.

Nappaamut takussutissaagajuttaroyt:

- ▶ Akuttunngitsumik imerpalasumik timminneq, akuttunngitsumik aattalimmik aamma/imaluunniit aseruunnilinnik.
- ▶ Naarlunnerujussuaq
- ▶ Sanigormermik kinguneqartumik nererusussuseqannginneq

### **Kingunerisinnaasai**

Saniatigut naappaataasinnaasut sunniutaasinnaasullu tassaasinnaapput:

- ▶ Naggussat pullallutik pullannatilluunniit naggussani anniarneq
- ▶ Inuup tunuani naggussat aseruuttoorneri – qimerluup nagguaani mikisuni aseruuttoorneq, inalukkakkut nappaatip atunnera katsorsaanerlu apeqqutaatinnagit
- ▶ Isikkut ajornartorsiuteqarneq, assersuutigalugu isip saneqaasiisa aseruunnerat
- ▶ Qanermi aseruunnerit annernartut
- ▶ Ammip allanngorneri rosenilu
- ▶ Koloneqalerneq ileostomi-qalernerluunniit
- ▶ Fislit (inalukkaniit timip atortuinut allanut aseruuttoornerit aqquataat)
- ▶ Ajuat
- ▶ Sakkortuumik qasusarneq streqqajaanernerluunniit
- ▶ Nappaatip siumut naatsorsuutigineqarsinnaannginnera pissutigalugu inuit attaveqatigiittarneranni peqataannginneq

- ▶ Nakorsaatnik katsorsaanermi saniatigut sunniutit. Taakku tamarmik sumuluunniit atuumasuteqanngitsumik takkussinnaasarput.

Taakku tamarmik sumuluunniit atuumasuteqanngitsumik takkussinnaasarput.

### **Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut:**

Inuup Crohnip nappaataanik nappaateqartup suliffisamik toqqaaneranut tunngatillugu arlalinnik killeqarpoq:

- ▶ Nappaat piffissami sivikitsumi sivisuumiluunniit napparsimaneq pissutigalugu sulinnginnermik kinguneqarsinnaavoq.
- ▶ Suliat tarnikkut naqsisanermik kinguneqartut inummut Crohnip nappaataanik nappaateqartumut ajortumik sunniuteqarsinnaapput, tassa napparsimaleriaannaaneq stressernikkut anner-tusissammat.
- ▶ Piffissanut suliartorfissanut tunngatillugu tamati-goortuunissaq pisariaqarsinnaavoq, tassa inuit ilaasa nappaat kingunerilu ullup aallartinnerani sakkortunerusumik malugisarmatigut.
- ▶ Inuit ilaat taamatut nappaateqartup piffissaq tamaat suliffeqarnissaq ajornakusoor-tissinnaavaat. Taamaammat inuit ilaat piffissap ilaannaani sulisarnissamik akuerineqartarput.
- ▶ Nappaat annertuumik atorneqanngippat, inuk piffissaq tamaat suliffeqarsinnaabow, kisiannili suliaq stressernanngitsoq timikkulluunniit artornanngitsoq.
- ▶ Inuusuttut takkutinngitsoortarneq pillugu malit-tarisassat pissutigalugit ilinniarnert naammassinissaat ajornakusoor-tissinnaavaat, taamaammallu ilinniarnermi tapersiinnissaq pisariaqarsinnaavoq.

## Cystisk Fibrose

Cystisk fibrose (CF) nappaataavoq sakkortoq kingor-nunneqartartoq, timimi qinersit nuaqalersitsisartut kukkusumik sananeqaateqarnerat pissutaalluni. Kukkusumik sananeqaateqarneq ilaatigut qinersit seerineranni imerpalasukippallaanerani, anersaartuutini inalukkanilu nipeqqaaluttumik nuaqarneranik kinguneqarsinnaavoq.

Inuit cystisk fibrosemik nappaatillit bakterianeriaannaasarput, tamassumalu puaat piffissap ingerlanerani ajortikkiartortittarpai. Naami inalukkat aqajaqqup sanilequtaani nerisat arortinnissaannut timip pisariqartitaanik akuttunngitsumik enzymiliorneq ajorput. Cystisk fibrose sukkornermik kinguneqarsinnaavoq aamma tingumi, tartuni saaninilu ajornartorsiortitsilersinnaalluni. Inuit cystisk fibrosemik nappaatillit Peqqinnissaqarfinnut (Dronning Ingridip Naapparsimavisua Sermersuumi peqqinnissaqarfiuvoq) qaammatikkaarlugit misissortittarput. Misissuinermi aaversinnerit aamma puaat pisinnaasaannik, peqqissuseq, ineriartorneq imalt. Akornutaasinnaasut allat soorlu ase-ruunnerit misissorneqartarlutik.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Nappaatip sakkortussusia allanngoriartortarneralu assigiinngitsorujussuupput, suliffeqarnermut tunngatillugu inuit ataasiakkaat cystisk fibrosemik nappaatillit qanoq pisinnaatiginerat inummiit inummut allanngorartarpoq. Suliassalli uku sularinnginnissaat naleqqussinnaavoq:

- ▶ Suliaq pujoralalik, aalalik silaannallu assigiinngitsut paamineqartut
- ▶ Suliaq nillertumi isumutattumilu ingerlanneqartartoq
- ▶ Suliaq timikkut artornartoq

Angerlarsimaffimmi ullut tamaasa katsorsartarnek piffissamik sivisuumik nukippassuarnillu pisariaqartitsiviusarpoq. Nikerartumik suliffeqarluni piffissami sivikillisami sulineq suliffeqalerniarluni suliffeqaannarniarluniluunniit inersimasorpassuarnut pitsaasumik aaqqiissutaasinnaavoq. Arlallit siusinaartumik soraarinngornissamik pisariaqartitsissapput, aamma inuusunnerullutik.

Peqqinnissaqarfimmi Cystisk Fibroseqartunik inersimasunik maanna aalajangersimasumik nakorsiartinneqartartunik soqanngikkallarpoq.

## Cøliaki

### **Aamma takujuk "Dermatitis Herpetiformis".**

Cøliaki inalukkakkut aseruuttoorneruvoq qaangerneqarsinnaangitsoq, inalugaaqqami ameraasat qalliit ilaat aseruuttoorneq pissutaalluni ajortittarlutik. Aseruuttoorneq proteinimit glutenimit annertuumik sunernejarnermik pissuteqartarpoq. Cøliaki sapigaqarnermik pissuteqarpiangikkaluartoq nappaat "glutenimik sapigaqarnermik" ulluinnarni taaneqartarpoq.

Gluten proteiniuvoq qajuusassianiittoq, iffiassiassaniittoq, suaasiassaniittoq issingigassaniittorlu. Kisiani proteinip akui issingigassaniittut (aveninit) cøliakimik nappaatilinnit amerlanernit sapigaaneq ajorput. Issingigassat nalinginnaasut allat karrit ilaanneersunik gluteninik annikitsunik akoqarsinnaapput, assersuutugalugu narsaatinit karrinillu aserorterivinnit, taamaammallu glutininik akoqartarlutik. Taamaammatt inuit cølikimik nappaatillit taamaallaat issingigassanik gluteniikkatut taaneqartunik immikkut tunisassianik nerisassapput.

### **Kingunerisinnaasai**

Timimut sunniisarneri

Cøliakimik nappaateqarnermut paasineqangitsumut naammangitsumilluunniit katsorsaaserneqartumut takussutissat ilaatigut tassaasinnaapput:

- ▶ Timminneq
- ▶ Manngertitsineq
- ▶ Merianguneq
- ▶ Meriarneq
- ▶ Sanigorneq
- ▶ Aakilliorneq vitamininillu amigaaqarneq
- ▶ Naggussani nukinilu anniarneq
- ▶ Inalukkat silaannaqarujussuarterat
- ▶ Nererusussuseqangineq
- ▶ Qasorjussuarterneq

Aamma isumagissaarnikkut tarnikkullu takussutissat, tassunga ilanngallugit puffajasoqarsinnaavoq, isumatsassimangaartoqarsinnaavoq annilaangassuteqartoqarsinnaallunilu.

Inuk sølicakimik nappaatilik piarinaatsoornikkut glutenitoruni takussutissani qulaaniittuni ataaseq arlalliluunniit pinngorsinnaapput. Cøliakimik nappaateqartut ilaat glutemik anniksimik nerisimaguni takussutis-

saqarsinnaavoq, ilaallit takussutissaqartaralik. Inuk cøliakimik nappaatilik takussutissaqarpat takussutis-saqangippalluunniit ilisimassallugu pingaartuuvoq glutenit annikitsuararsuilluunniit inalugaaqqami aseruuttoornermik kinguneqartuaannartoq. Suut nerineqarsinnaaneri maleqqissaarneqasaaq – ullut tamaasa, inuuneq tamaat.

### **Inuit attaveqaaqatigiittarneri kinguner**

Cøliaki nereqatigiinnermut atatillugu ajornartorsiortit-silersinnaavoq. Nerisassat gluteniigaappat? Nerisassortup nerisassat gluteniikkat qanoq isumaqanersoq paasivaa? Nerisassortup akui gluteniikkat nerisassiornermi akunut gluteneqartunut akuleriissineqarsimanginneri nalunngilaa? Nerisassat nerissallugit isumannaatsuuppat?

Cøliakeqaraanni pisarissersuisutut misigisoqarsinnaavoq, suliffimmilu nereqatigiinnermi peqataanissaq ajornarkusoortilersinnaavaa. Tamanna ilaannut inuit attaveqaaqatigiinneranni peqataagajuttannginnermik kinguneqartarpoq. Tassaasinnaapput sisamangornermi kaagisorneq, tallimangornermi immiaarartorneq julefrokostiluunniit.

Suliffeqarfiup iliuuserisinnaasaa pitsaanerpaaq tassaavoq pitsaasunik atugassaqartitsinissaq, inuk cøliakiilik taamaallunilu allat naligalugit nereqatigiinnerni peqaasinnaatillugu – persuarsuunngikkaluarluni. Taamaaliortoqarsinnaavoq inuk suut gluteniigaasimanerannik oqaluttuullugu. Nerisassat gluteniigaasimanersut glunteqanngitsunilluunniit qanoq nerisassiorqassanersoq nalornissutigigaanni eqqoriaanani aperineq pitsaaneruvoq. Taamaaliornikkut kukkunissaq annikillisinneqartarpoq, pimoorussinermillu inuk cøliakiilik aamma takutinneqassalluni.



## **Cøliaki** – nangitassaq

---

### **Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut**

Inuit cøliakiilerpassuit eqqortumik katsorsarneqarnikut nalinginnaasumik inuusinnaapput. Kisianni suliffeqarnermut tunngatillugu ilaatigut killeqarsinnaavoq, inullu tamassuma kinguneranik glutenilinnik nerinissamik kinguneqanngitsumik suliffissamik toqqaasariaqarpoq. Assersuutigalugu inuk cøliakiilik iffiorfimmi imaluunniit gluteniakkani nerilluinnannginnissaanik malinniffiusinnaanngitsumi suliffeqarnissaa naleqqutissanngilaq.



## Dermatitis herpetiformis

### **Aamma takujuk "Cøliaki":**

Dermatitis herpetiformis (DH) – aamma taaneqartar-toq "amerimi cøliaki", amikkut nappaataavoq ungilatit-sisartorujussuaq. Nappaat ammimi assigiingitsunik angissusilinnik seerisunik qaanneqarnikkut takuneqar-sinnaavoq. Amerlasuut DH-mik nappaatillit peqatigitil-lugu inalussani nappaammik cøliakimik ajuuteqartar-put, assinganilli takussutissaqanngitsumik.

Inunni DH-mik nappaatilinni timip glutenip proteiniit timimut ilaanngitsutut paasisarpai, glutenillu sanane-qaatai minnerit peersinniarlugit aseruuttoormik aallartitsisarluni. Ammip qalliup akulliullu akornanni glutenimut akiuussutissaqarpoq. Akiuussutissat taak-ku timip ipiutaasartai suujunnaarsinniartarpai ammil-lu qaavani qaanneqartunik aseruuttoornernut pissu-taasarluni.

DH katsorsarneqarnikuunngitsoq naammanngitsumil-luunniit katsorneqarnikoq malittaani nappaatinik ajuutinillu assigiingitsunik kinguneqarsinnaavoq, tassunga ilanngullugit saarngit napianerat, aakilliorneq qaqtigoortumillu inalukkani kræfteqarneq. DH nap-paataavoq anigorneqarsinnaanngitsoq (inuuneq ta-maat atugassaq) katsorsarlugulu qaangerneqarsinnaa-nani. Katsorsaaneq tassaavoq gluteneqanngilluinnartu-nik nerisaqarneq. Gluten inuussutissarpassuarni nas-saassaasarpog, nerisassani nalinginnaasuni akuusar-toq. Taamaamat assersuutigalugu iffiait, ullaakkorsi-utit, pasta, qallersuutit, kaagit, snaksit (tamulugassat), immiaaraq, nerisassat suliareqqinneqarnikuusut inaar-nagillu tunisassiat gluteniakkani taarserneqassapput.

Gluteniakkani nerisaqarnermi ameq inalugaarlu mamikkiartulersarput. Nerisalli amerimi takussutissartai nerisassallu inuussutissartai inalukkani arrotinneqar-ne-ri sunniuteqaleriartortinnagit qaammatit arlallit ingerla-sinnaapput. Inuilli dermatitis herpetiformisimik ajuutillit ilaat gluteqanngilluinnartunik nerisaqarmissaq ajorna-kusoortissinnaavaat. Amerimi takussutissat taamaat-toqarnerani nakorsaat Dapson atorlugu annikillisinne-qarsinnaapput. DH-mik ajuutillit ilaat glutenimit anni-kitsuararsuarmilluunniit takussutissaqalersarput allallu takussutissaqanngingajattarlutik. Inuk DH-mik ajuute-qarnermik misigisaqarnera misigisaqannginneraluun-niit apeqqutaatinnagu glutenip annikitsuararsuulluun-niit inalugaaqqami aseruunermik tamatigut kingune-qartarnera ilisimassallugu pingaartuuvoq.

### **Kingunerisinnaasai**

Timikkut kinguneri:

DH paasineqanngitsoq naammanngitsumilluunniit katsorsarneqartoq ilaatigut amerimi ungilatitsinermik tinumasoqarnermilluunniit kinguneqarsinnaavoq.

Inuit attaveqatigiittarneranni kinguneri:

DH nereqatigiinnermut atatillugu ajornartorsior-titsiler-sinnaavoq. Nerisassat gluteniigaappat? Nerisassior-tup nerisassat gluteniakkat qanoq isumaqanersut paasivai? Nerisassior-tup akui gluteniakkat nerisassi-ornermi akunut gluteneqartunut akuleriissinneqarsi-mannginneri nalunngilaa? Nerisassat nerissallugit isu-mannaatsuuppat?

DH-mik ajuuteqaraanni pisarissersuisutut misigisoqar-sinnaavoq, suliffimmilu nereqatigiinnermi peqataanis-saq ajornarkusoortilersinnaavaa. Tamanna ilaan-nut inuit attaveqatigiinneranni peqataagajuttannginner-mik kinguneqartarpoq. Tassaasinnaapput sisaman-gornermi kaagisorneq, tallimangornermi immiaa-rartorneq julefrokostiluunniit.

Suliffeqarfiup iliuuserisinnaasaa pitsaanerpaaq tas-saavoq pitsaasunik atugassaqartitsinissaq, inuk cølia-kililik taamaalilluni allat naligalugit nereqatigiinnermi peqaasinnaatillugu – persuarsuunngikkaluarluni. Taa-maaliortoqarsinnaavoq inuk suut gluteniigaasima-nerannik oqaluttuullugu. Nerisassat gluteniigaasima-nersut glunteqanngitsunilluunniit qanoq nerisassior-toqassanersog nalornissutigigaanni eqqoriaanani aperineq pitsaaneruvoq. Taamaaliornikkut kukkunis-saq annikillisinneqartarpoq, pimoorussinermillu inuk DH-mik ajuutilik aamma takutinneqassalluni.

### **Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut**

Inuit DH-mik ajuutillit amerlanerpaartaat eqqortumik katsorsarneqarnikkut nalinginnaasumik inuusinnaap-put. Kisianni suliffeqarnermut tunngatillugu ilaatigut killeqarsinnaavoq, inullu tamassuma kinguneranik glutenilinnik nerinissamik kinguneqanngitsumik sulif-fissamik toqqaasariaqarpoq. Assersuutigalugu inuk DH-mik ajuutilik iffiorfimmil imaluunniit gluteniikka-nik nerilluinnannginnissaanik malinniffiusinnaanngit-sumi suliffeqarmissaa naleqqutissanngilaq.

## Emfysem

**Aamma takukkit 'KOL', Bronkitisi anigorneqarsinnaangitsoq', 'Sarkoidose', 'Puakkt nappaatit (allat)' aamma 'Tuberkulose'.**

Emfysem aamma taaneqartarpoq "puaat angisuut". Emfysemimik ajuuteqaraanni puat silaannarmik tamakkiisumik imaarneqarsinnaangillat, tassa puat fiberii tasisuaartut aserorsimasarmata. Inuup puamini silaannaap tamakkiisumik taarsernissaa ajornartorsiuutigisarpaa, taamaammallu inunnut ajoquteqanngitsunik pualinnut sanilliullutik puaminni silaannaqarnerusarlutik. Fiberit aserornikut taarserniarlugit silaannaallu aqquataata tasisuaarnera pilersitseqqiniarlugu sakissat alliartuaalersarput.

Puanni fibrose pineqarajuttarpoq, tassani puanni pullartat saavi timip ipiutaasartaani qileqqunit imatut issutsinneqarsimatigisarlutik ilti kvultitilu puammi pullartat aallu akornanni paarlaassuunnissaat ajornartilersarlugu. Sakkortumik emfysemeqartoqarnerani taqqat mikisut annertuumik ikilisimasarput, taamaammallu uummat aak puanni ingerlaarfikkut ingerlaartinniarlugu sulinerusarluni.

Inuit emfysemeqartut amerlanerit ukiuni arlalinni pu-jortartorujussuunikuusarput, pujortarnerlu nappaateqaleriartornermut pissutaasartorujussuuvoq. Tamassuma saniatigut sapigaqarneq kingornussaqaarsinnaanerlu nappaateqalernerimut pissutaasarput. Inuit anigorneqarsinnaangitsumik puammikkut allanik ukiuni arlalinni nappaateqarnikut, soorlu astmaqartut, bronkitiseqartut tuberkuloseqartulluunniit taassuminnga nappaateqarnerulersarput.

### Kingunerisinnaasai

Emfysemip kinguneri tassaasinnaapput:

- ▶ aap qaffasippallaarnera
- ▶ niaqorlunneq qasoqqanerlu
- ▶ puammi taqarsuup nerukillisoornera milittoomeralu
- ▶ uummatip ineeraata talerperliup allivallaarnera
- ▶ sinissaaleqineq
- ▶ sakkortuumik atorineqartillugu siggut inussallu nuui tungujortumik qalipaateqalersinnaapput

- ▶ iltikippallaaneq kultveiltillu annertusinera pissutigalugit issannguneruleriartorneq. Issannguneeq aallaqqaammut timip assoroortinnerujussuani pilersarpoq, kingortatigullu timip assoroortinnerata annikilliarortillugu issannguneeq annertusiartortarpoq.
- ▶ sakissat naqinneqarnerannik misigineq anniarnerluunniit, tassa sakissat nukii puat allinerisa quersornerullu kingunerinik allanngoriartortarmata. Najungasut anersaartornermi nalingingaaasumit aalanikkinerulersarput, inuit emfysemillit qappangajuugajuttarput tuuillu qaffasimasarlutik
- ▶ timip imertaqarnera tinguullu aamik akoqariartulerneru, taamaallaalli pisuni ataasiakkaani

Emfysem katsorsarneqarsinnaangilaq, ajuulli akorsaait timikkullu katsorsaaneq atorlugit pitsaanerulersinneqarsinnaavoq, tupatortanngikkaannilu pitsaanerulersinnaalluni.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Suliffeqarsinnaanermut nappaatip qanoq annertutiginera apeqqutaavoq. Inuk suliffeqassappat suliap pissutsinut aalajangersimasunut naleqqussarnissaa pingaartuuvoq. Suliaq timimik artorsartitsisartooq naleqquttuugajuttanngilaq, tassa inuk emfysemeqartoq issanngugajuttarmat. Tamassuma saniatigut ullup suliffiusup ingerlanerani qasuersaarnissamut unillatsiartarnissamullu periarfissaqarnissaa inuullu tamanna pisariaqartissappagu sukkaannerusumik sulisarnissamut periarfissaqarnissaa pingaartuupput.

## Fibromyalgi

Fibromyalgi tassaavoq anniartarnermik qaangerneqarsinnaangitsumik nappaateqarneq, ilaatigut qaratsami qiteqqamilu ajoquteqarnermik pissuteqartoq. Ilisimatusarnermi paasisat takutippaat eqqorneqartut arlalinnik allannguuteqartartut. Salliutillugu qaratsap anniartarnermik maluginnitarneranut tunngatillugu, aammali timip nappaammut akiuussutissaanut tunngatillugu, aamma hormonit timillu sananeqaasiini pissutsit nappaateqarnermut ilaasarput.

Nappaat WHO-mit akuerisaavoq, taanna ISD-10 tunngavinni ukiuni 20-ni kingullerni innissinneqarnikuulluni.

Peqqissutsimut Pitsaaliuiner Mullu Aqutsisoqarfiup fibromyalgi qaangerneqarsinnaangitsumik anniartarluni timikkut nappaatitut akuerinikuuaa. Missingerneqarpoq innuttaasut 2 %-iisa missaat fibromyalgimik ajuuteqartut. Nappaatip kikkut tamaasa eqqorsinnaavai. Arnat angutillu, inuusuttut utoqqaallu, arnat amerlanerullutik. Nappaat maannakkut katsorsarneqarsinnaangilaq, eqqorneqartulli eqqortumik tapersorsorneqarlutik katsorsarneqarlutillu suliaqarsinnaassutsip annikillinera pisariaqartumik mianerigaanni qaangerneqarsinnaangitsumik anniartaraluarlutik naammaginar-tumik inuunerissaalerajuttarput. Tamassumani ilinnia-gaqarnerup, suliffeqarnerup sunngiffeqarnerullu naleq-quttumik aaqqissuunnissaat pisariaqarpoq.

Fibromyalgeqartut amerlanersaat anguniagaqarluni ingerlaavartumillu anniartarnermik nakorsaatnik katsorsarneqarnissamik pisariaqartitsissapput. Anniarnerup ajornerulernissa pinngitsoorniarlugu anniarnerup nipaallisarnissaa pingaaruteqarpoq. Pingaaruteqartoq alla tassaavoq timip aalatitarnissaa sungiusartarnissaalu, tassani eqqorneqartut ataasiakkaat timimik atuisinnaanerit killingilu aallaavigineqassallutik. Fibromyalgeqartulli ataasiakkaat qanoq pisinnaas-qarnerannut inuit ataasiakkaat apeqquasaasorujus-suupput. Uani misileraasoqartariaqarpoq timikkullu piginnaasat pitsanngornissaat sivisoorujussuusaasooq sillimaffigineqartariaqarluni, aammali ullut tamaasa timip atortarnissaa pingaartuuvoq.

### Takussutissat

Fibromyalgimut atatillugu takussutissaagajunneru-sartut tassaapput:

- ▶ Anniarujussuarneq, assersuutigalugu niaqorlunneq/migræne
- ▶ Eqqaamannitarnermik aallussinissamillu ajornartorsiornerit
- ▶ Timip nappaatinut akiuussutissaqarneranik ajornartorsiornerit
- ▶ Qasulipallattarneq sinissaaleqinerlu
- ▶ Stressersinnaalernerup annertusinera
- ▶ Uissanngusarneq
- ▶ Nakasulunneq inalugassualunnerlu
- ▶ Nipinit, kissassutsimit/nillissitsumit qaamanerillu sunnertianeruneg
- ▶ Aalsaatsini ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Qanimi ameraasat panertut
- ▶ Kigutini alleqqumilu anniarneq
- ▶ Annilaangaleriataarsinnaaneruneg isumatsassimangaarnerulerniaannerlu

### Fibromyalgeqarnermi qajassuussinissaq piffissanilu nikerartuni suliffeqarneq

Fibromyalgi innarluutaavoq takuneqarsinnaangitsooq, taamaammallu suleqatit qullersallu pisariaqartumik killiliinnissamik qajassuussinissamillu akuerin-ninnissaat pingaaruteqarpoq. Fibromyalgeqartut pif-fissami nikerartuni suliffeqalernerannut atatillugu ilinniarsimassutsip qaffasissusia, misilittakat pigin-naasallu isiginarneqartariaqarput. Qajassuunneqar-nissamik pisariaqartitsinerit tassaagajuttarput:

- ▶ Oqimaatsunik kivitsinnginnissaq timillu qissallatitannnginnissaa
- ▶ Sulinermit timip inissisimanerata allanngorartin-nissaa aamma pisunnissamut/nikorfanissamut periarfissaqarneq
- ▶ Timikkut tarnikkullu stressinnginnissaq
- ▶ Sukkaannerusumik sulinnissaq unillatsiartar-nissamillu pisarfiaqartitsineq
- ▶ Isumaqtigissutit aaqqissuusaanerillu ersarissut



## Fibromyalgi – nangitassaq

---

Kalaallit Nunaanni Peqqinnissaqarfimmi Fibromyalgi nappaatip suussusaatut paasininnertut atorneqartanngilaq, taamaattumik inuit fibromyalgimik katsorsartinnersut ilisimaneqarani, taannami nakorsiartut ataa-siakkaat inuttut paasissutissaannut alattuisarnermi nappaatip suussusaatut paasininnertut atorneqartanngilaq. Inoqarpoq timimikkut anniaateqartuaanna-vissunik, sumillu tunngaveqarneranik aalajangiisoqar-sinnaasarani. Anniaatigineqartartut pillugit peqqinnis-saqarfimmi nunap immikkoortuini nakorsaanerit nali-lersuisarput, taakku DIH-imi immikkut nakorsanut innersuussisinnaasarput, anniaatip timimi sumiinnera apeqqutaatillugu. Peqqutaasinnaasoq aamma nap-paatip suussusereratarsinnaasaa naapertorlugu kat-sorsaasoqarsinnaasarpoq, pillorissuunissap kiisalu suliffeqaannarnissamut piginnaasaqarnissaq anguni-assallugu.

## Gigti

### **Aamma takukkit 'Fibromyalgi', 'Osteoporose' aamma 'Psoriasisgigti'.**

Gigit assigiinngitsut 200-nit amerlanerupput, taakkulu assigiinngitsorpasuumik pissuteqarsinnaapput aamma meeqqat inersimasullu eqqorsinnaallugit. Gigtimik nappaatit assigiinngitsunut sisamanut avinneqarsinnaapput:

- ▶ Gigtimik nappaatit ajortikkiartortartut (assersuutigalugu naggussani gigti, tunumi pukusummilu nappaatit aamma naggussat nalinginnaasumit ajortianerat)
- ▶ nukinni nappaatit (assersuutigalugu fibromyalgi, refleksdystrofi aamma aalajangersimasuni anni-arneq)
- ▶ Saanerni nappaatit (assersuutigalugu osteoporose)
- ▶ Gigtimik nappaatit timip nappaammut akiuussutissaanik ajortitsisartut (assersuutigalugu naggussani gigteqarneq, meeqqat naggussani gigteqarnerat, psoriasisgigti, inalukkat aseruunnerisigut qaangerneqarsinnaanngitsumik nappaateqarnermi gigti, qimerlukkut gigti, quup syriatigut gigteqarneq aamma ipinermi nappaatit.

### **Kingunerisinnaasai**

Inummut gigteqartumut ulluinnarni inuuneq pitsaasunik ajortunillu atugassaqarfiusarpoq. Nappaateqarneq assigiinngiaartorujussuusarpoq siumullu eqqoriarneqarsinnaanani. Gigteqarnermik nappaatit amerlanersaanni ukuninnga pisoqartarpoq:

- ▶ Anniarneq timillu atorsinnaanerata annikinnera
- ▶ qasuneq

gigtimik nappaateqarnermi kinguneri allat tassaa-sinnaapput:

- ▶ naggussat eqarneri
- ▶ naggussat ajortinneri
- ▶ nukilunneq
- ▶ qasujaneq

napparsimanerup atuulluareernerani sulinermi inuillu attaveqqaqatigiittarneranni killeqarnerit misigissutsikut kinguneqarsinnaapput, soorlu nikallunganeq anni-laanganerlu.

### **Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut**

Inuit gigtimik nappaatillit suliffissamik toqqaasussaa-gaangata nappaatip assigiinngitsorujussuarnik atuut-tarnera pissutigalugu ataasiakkaarlugit immikkut naliliffigineqartariaqarput. Gigtimik nappaatit amerlanersaat piffissami sivirusuimi atuuttarput qaangerneqarsinnaanatilluunniit, piffissanilu pitsaasunik ajortunillu atugaqarluni atuunna allanngorartarluni. Gigtimik nappaatit ilaat ingerlalertortumik atuukkiartortarput, tamannalu napparsimasup ajortikkiartorneranik kinguneqartarpoq.

Timi assoroortillugu uteqattaartumillu suliaqarneq gigtimik nappaatinut amerlanernut naapertuutinnilaq.

Ilinniagaqarnermi inuit gigtimik nappaateqartut amerlasuut immikkut taperse-nerneqarnissamik pisariaqartitsisarput, suliffeqarnermilu immikkut taperse-nerneqarnissamik aamma pisariaqartitsisarlutik.

## Ikiaroorartunik atonerluineq

### *Aamma takujuk 'Imigassamik atonerluineq'*

WHO-p nappaammik suussusiliinerani ikiaroorartunik atonerluinerit assigiinngitsut marluk immikkoortinneqarput, taakkunannga kingulleq ajornerpaajusutut nassuiaaserneqarluni:

- ▶ Ikiaroorartunik tarnikkut ajortumik sunniisartunik atuineq
- ▶ Pinngitsuuisinnaanermik takussutissaqarneq

Ikiaroorartut tarnimut sunniisartut tassaapput qiimatitsisartut, aangajaartitsisartut eqqisisitsisartullu suulluunniit, imigissaq, hashi ikiaroorartullu sakkortut ilanngullugit.

Ikiaroorartunik tarnimut sunniisartunik ajoqutaasunik atuineq pineqassaaq, inuk atuinermi timikkut tarnikkulluunniit ajoqusersimapput (pinngitsuuisinnaallunili). Aatsaat pinngitsuuisinnaaneq pineqartarpoq inuup pissutsini ukunani pingasut arlallilluunniit ataatsikkut atugarippagit:

- ▶ Aqutsinnaajunnaarneq, tassa ikiaroorartunik atuisarnermik aqutsinissamik ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Ikiaroorartunik atuerusuttorujussuuneq/craving, tassa sakkortuumik akiorneqarsinnaanngitsumillu ikiaroorartutorusunneq
- ▶ Timikkut kingunerlutsitsineq (ataani kinguneri takukkit)
- ▶ Kinguneri ajoqutaasut ilisimagaluarlugit atonerluinnaarneq
- ▶ Atuinerup annertusiartornera, tassa assinganik sunniuteqartitsilerniarluni ikiaroorartunik annertusiartuinnartunik pisariaqartitsineq
- ▶ Inuttut atukkani pisussaaffinnik paarinnisinnaanngissuseqarneq, assersuutigalugu ilaqqattanut suliffimmullu

Ikiaroorartunik atonerluinerimut pissutaasut imatut agguarneqarsinnaapput:

- ▶ Hashimik atonerluineq – Hashi eqqisisitsilersarpoq. Inuk perusoqanngilersarpoq, misigisat sakkortusisarput sakkortunerusutullu misiginartarlutik.
- ▶ Ikiaroorartunik sakkortuunik atonerluineq – ikiaroorartut taakku soorlu heroinimut, morfinimut metadonimullu agguarneqarsinnaapput. Inuk eqqisisarpoq, perusoqanngilersarpoq avatangiisinillu annikinnerusumik malugisaqarniartoqartarluni.
- ▶ Ikiaroorartut sanaat soorlu LSD aamma ecstasy. Inuk eqeersimaalersarpoq, misigisat sakkortunerulersarput suullu tamarmik sakkortunerut misiginartarlutik. Aamma takorruuisoqalersinnaavoq.
- ▶ Ikiaroorartut inuummarissinartut, soorlu amfetamin kokainilu. Inuk inuummarissisarpoq, nuannaalartarpoq imminullu tatigisorujussuanngortarluni. Aamma uummat kassulersinnaavoq.
- ▶ Akoorilluni atonerluineq – inuk aangajaarniutini arlalinnik ataatsikkut atonerluippat, assersuutigalugu imigassamik hashimillu.

Ikiaroorartunik atonerluilertarnerimut pissutsit amerlapput. Isumaqartoqarpoq pissutsit uku pingaaruteqarsinnaasut: Kingornussat, peroriartorneq (inuk isumassorneqarsimanersoq isumassuinissamillu ilinniarsimanersoq), attaveqarfigisartakkani atonerluineq (immaqa angajoqqaat), suliffimmi pissutsit, inuttut atukkatigut inissisimaneq, tarnikkut ajuutit (assersuutigalugu inuttut pissutsit ajoquteqarnerat imaluunniit skizofreni – uani saniatigut atonerluineq pineqarpoq imminullu nakorsaaitortinnerupajaajulluni).

## Ikiaroorartunik atornerluineq – nangitassaq

### Kingunerisinnaasai

Ikiaroorartunik atornerluineri kinguneri tassaagajut-tarput timikkut tarnikkullu kingunerlutitsinerit arlallit.

Hashimik atornerluineri kingunerlutitsinerit tassaagajupput tamanut tunngasunik iluaagusunneq. Ikiaroorartunik soorlu heroinini, morfinini metadoninilu atornerluineri kingunerlutitsinerit tassaasinnaapput:

- ▶ timip eqqissimanginera
- ▶ meriannuneq
- ▶ nukinni anniarneq
- ▶ nillertumik kiagunneq aamma qiaammerluni ammip tinupasuaraninera
- ▶ sinissaarunneq

Ikiaroorartuni inuummarissitsisartuni soorlu amfetaminimi kokainimilu kingunerlutitsinerit tassaasinnaapput:

- ▶ qasoqqaqqaaneq puffjanerlu
- ▶ pereersunut qjissiminnerit
- ▶ inuunermik nuannarinnginneq
- ▶ ikiaroorartut pissutigalugit psykose, tassa takorruinerit eqqunngitsumillu paasinninnerit, ajornerpaaffiani anigorneqarsinnaajunnaarsinnaasumik skizofreninngorsinnaalluni.

Atornerluineri ajuutit tamarmik tarnikkut kinguneri tassaapput:

- ▶ ikiaroorusunneq – inuk ikiaroorartunnaarnerup kingorna piffissami sivisuumi ikiaroorartutorusinnaasarpoq timikkullu takussutissaarutisalluni.
- ▶ Tarnikkut annertunerusumik ajuuteqartoqaleriaannaavoq soorlu inuttut pissutsit ajoquteqarneri, napparsimaneq, isumatsassimangaarneq psykoseluunniit.
- ▶ Ikiaroorartunik atornerluineri attaveqartarneri kingunera tassaagajuppoq suliffimmi sunngiffimmilu attaveqartarnermik ajornartorsiuteqarneq.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Ikiaroorartunik atornerluinnaarnissaq ajornartorujussuusinnaavoq. Inuit ilaat matadoni atorlugu katsorsarneqarnissaq toqqartarppat, tamassumalu ajoqutigaa perusoqanngitsitsilertarnera inuullu assersuutigalugu biilersinnaannginnera eqqaamasaqarniarnemilu ajornartorsiuteqartarnera.

Katsorsartinneq ilaatigullu suliffeqarneq ataatsimoor-tinneri naleqqukkajuttarpoq. Inuk ullut tamaasa isumaqarluartumik suliaqarnermik misigisimappat inuup atornerluinnaarnissamik tapersorneqarneranut tapersiinnaavoq.

Inummut ikiaroorartunik atornerluisumut atorfiit ilaat suliffiqarsinnaanngillat, assersuutigalugu biilertartut atorfiit assigiinngitsut, soorlu taxartartut, bussertartut lastbilinillu ingerlatsisutut.

Suliasat ajornanngitsut paasiuminartullu pitsaane-russapput. Tamassuma saniatigut suliffiup stresser-nartut misigineqannginnissaa pingaartuuvoq, tassa ajornartorsiuteqarnermik, ajornartoornermik ajorsar-nemillu misigisimaneq inuup ikiaroorartunik atornerlunerminik ingerlatitseqqinnarneranik atornerlu-eqqileranilluunniit kinguneqarsinnaamat.

Inuk maannakkut suliffigisaminiiginnassappat nutaa-millunniit suliffeqalissappat suliffeqarfik siusinneru-sukkut maannakkullu ikiaroorartunik atornerluisuun-neranik ilisimatinneqassanersoq isumaliutiginnissaa naleqqutissaaq. Pissutsit aalajangersimasut tunngavi-galugit tamanna nalilersorneqartaqariaqarpoq inuullu pisariaqartitaata annertoqataanik tapersiinnissamut atatillugu isigineqartariaqarluni.

## Imigassamik atornerluineq

### *Aamma takujuk 'Ikiaroorartunik atornerluineq'*

WHO-p suussusileeriaasiani imigassamik atornerluinerit assigiinngitsut marluk immikkoortinneqarput:

- 1) Imigassamik ajoqutaasumik atuineq aamma
- 2) Imigassamik pinngitsuuisinnaannginneq, kingulleq ajornerpaatut nassuiaaserneqarluni.

Inuk timikkut tarnikkullu ajoqutaasumik imertarpat (pinngitsuuisinnaallunili) ajoqutaasumik imigissartorneq pineqartarpoq. Aatsaat inuup tunngavinnit ukuninnga pingasut arlalliluunniit ataatsikkut atorpagit imigassamik pinngitsuuisinnaannginneq pineqartarpoq:

- ▶ Aqutsinnaannginneq, tassa imigassartornerup aqunnissaata ajornartorsiutiginnera
- ▶ Imigassartorusunneq, tassa annertuumik akiugassaangitsumillu imigassagunneq
- ▶ Timikkut kingunerlutsitsineq, soorlu timip eqqissiveqannginnera, uniffeqannginneq, uummammik tillertooneq, kiagunneq
- ▶ Kinguneri ajoqutaasut ilisimagaluarlugit imigassartuinnerneq
- ▶ Imersinnaasat annertusiartornerat, tassa assinganik sunniuteqartinniarlugu imigassamik annertusiartortumik pisariaqartitsineq
- ▶ Ilaatigut ilaqtutanut suliffimmullu inuit attaveqatigiittarneranni pisussaaffiit paarisinnaannginneri

### **Kingunerisinnaasai**

Imigassamik atornerluineri timikkut kinguneri ilaatigut tassaasinnaapput tinguup eqikkiartornera, aqajaqqup sanilequtaata aseruuttoornera niunilu sianitit aseruuttoornerat. Imigassamik atornerluineri tarnikkut kingunerisinnaasai assersuutigalugu tassaasinnaapput annilaanganeq, isumatsassimangaarneq atornerluinerullu nassuerutigineqannginnera. Inuttut atukkatigut kingunerisinnaasai assersuutigalugu tassaasinnaapput ilaqtariinni suliffimmillu ajornartorsiuteqarneq, avinneq suliffeqannginnerlu.

### **Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut**

Inuup imigassamik atornerluisup suliat ilaat ingerlatsinnaanngilai, assersuutigalugu biilnik ingerlatsisuu-nerit assigiinngitsut, soorlu taxartartuuneq, bussertartuuneq lastbilinillu ingerlatsisuuneq.

Inuk suliffimmi nutaami aallartissappat, suliffimmi imigassamik qanoq atuisoqartarnerata eqqumaffiginissaa pingaartuuvooq, sulineri imigassartortarneq nalinginnaasuunersoq. Inummut imigassartorunnaarsimasumut imigassartorunnaarniartumulluunniit imigassartunngivinnissaa pingaaruteqarajuttarpoq, tassa inuuissioortoqarnerani ullaakkut, ukiumoortumik julefrokosternermi aamma "tallimangornermi immiaartornermi" annikitsumilluunniit imigassartorneq ajornartorsiotsilersinnaammat. Tamassuma saniatigut suliffiup stressernartutut misigineqannginnissaa pingaaruteqarpoq, tassa ajornartorsiuteqarnermik/ajornartoormik/ajorsarnermik misigisimaneq kinguneqarsinnaammat inuup atornerluinerminik ingerlatsitsiinnarneranik imeqqittalerneranilluunniit.

Inuk maannakkut suliffimminniiginnassapat inuup imigassartorunnaalerneranik imigassartorunnaarnikuuneranilluunniit suleqataasut ilisimatinneqassanersut isumaliutigissallugu naleqquppoq, tassa tamassuminnga sianiginninniassammata pisariaqartumillu tapersuiniassammata.



## Imminut toqunnissamik eqqarsaateqarneq/iliuutsit

### *Aamma takujuk 'OCD'*

Inuk imminut toqunnissamik eqqarsaateqarpat immaqalu imminut toqoriarpat inuup ulluinnarni ajornartorsiuteqartorujussuuneranuk takussutissaavoq, aammalu isumatsassimangaarnermut tarnikkullu ajuuteqarnermut takussutissaasinnaalluni.

Inuup inuunerani ajornartorsiutit assersuutigalugu tassaasinnaapput inuit attaveqartarnerani ajortumik attaveqarfeqarneq, kiserliorneq imaluunniit misigisat/ajornartoorfiit kingunerlutsitsisut iliuuseqarfiginissaat inuup aajornakusoortitai. Tamanna pisinnaavoq avinermut, naalliutsitaanermi misigisanut, qanigisap toquneranut pisunullu tamakkununga assingusunut atatillugu.

Tarnikkut ajuutit tamarluinnangajammik imminut toqunnissamik eqqarsaateqarnermik kinguneqarsinnaapput immaqalu imminut toqoriarnermik kinguneqarsinnaallutik, ilaatigut:

- ▶ isumatsassimangaarneq
- ▶ nappaat maniodepressivi
- ▶ tarnikkut ajuut skizofrenimut assingusooq
- ▶ skizofreni
- ▶ inuttut pissutsip ajoquteqarnera
- ▶ neriniarnermik ajornartorsiuteqarneq

### **Kingunerisinnaasai**

Inuup imminut toqunnissamik eqqarsaateqarneranut immaqalu imminut toqoriarnerisinaanut takussutissat ilaatigut tassaasinnaapput:

- ▶ tamanna pilllugu oqaaseqarneq
- ▶ nikallunganeq
- ▶ imminut matusimaniarneq
- ▶ annertusiartortumik iliuuseqartannginneq, aliasunneq kamassaqaarnerlu

Inuk imminut toqoriarpat timikkut ajoqusernerit arlaliusinnaapput, assersuutigalugu inuk nakorsaatinik annertoorujussuarnik iisippat ikiaroorartunilluunniit tarnimut sunniuteqartartunik atuippat.

Inuup imminut toqunnissamik eqqarsaateqarnera imaanngilaq isumaqartoq inuup eqqarsaatini piviusunngortinniassagai, imminullu toqunnissamik eqqarsaateqarnerit tamatigut pimoorunneqartassapput, tassa ajortoqarneranik takussutissaasarmata. Inuup suliamik ingerlatsisunit ikiorneqarnissaa pingaartuuvoq, inullu suliamik ingerlatsisunit ikiorneqarnissamik tapersorneqarnissamillu kaammattorneqartariaqarpoq. Inuk imminut toqunnissamik eqqarsaateqartoq imminut toqunnissamik eqqarsaatit ajornartorsiutillu inuunermiluunniit ajornartoornerit iliuuseqarfiginissaanut sakkussanik pisariaqartitsisarpoq.

Suliamik ingerlatsisunit ikiorneqarnerup saniatigut inuk inuup attaveqarfigisartagaaniittoq ammarusuppat imminullu toqunnissamik eqqarsaatit pillugit oqaloqatiginnippat iluaqutaasorujussuusaaq. Inuup akueriumaneqannginnermik misiginnginnissaa pingaartuuvoq. Inuk imminut toqunnissamik eqqarsaatiminik immaqalu imminut toqunniarluni iliuuseqarnermik oqaluttuarnissamik inuit allat nuannaarunnaartinnissaasa inuillu allat tamassumunnga qanoq qisuariaateqassanersut ernumagineri pissutigalugit tunuarsimarrajuttarpoq. Ernumaneq tassaagajuppoq, inuit allat imminut toqunnissaq pillugu oqaloqatiginneq iluminini inissaqartissinnaaneraat.

Imminut toqunnissaq pillugu oqaloqatiginneq imminut toqunniarnermik qaqutiginnaq kinguneqartarpoq – inuk pitsaanerulerniarluni ikiortissarsiortoq soqutiginnikkaanni akerlianik ajornerulissaaq. Ilaatigut nakosarmit katsorsarneqarnissamik innersuussinnaasumut ikiortissarsiortoqarsinnaavoq napparsimavimmilu ikiuisoqarsinnaalluni. Tamassuma saniatigut oqarasuaatikkut siunnersuisarfeqarpoq, Tusaannga, tassani inuup kinaanini isertuullugu oqarasuaatip normuanut 801180-imut sianersinnaavoq.

## Imminut toqunnissamik eqqarsaateqarneq – nangitassaq

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuk imminut toqunnissamik eqqarsaateqarpat immaqalu imminut toqoriarpat inuup pisariaqartumik ikiornissaata tapersorneqarnissaatalu qulakkeernissaa pingaaruteqarpoq. Tamanna aamma atuuppoq inuk sulliffeqaannassappat nutamilluunniit suliffeqarlerpat.

Suleqatit inummik ulluinnarni peqatigineqartartut inuup pitsaanerulernissaanik ikiorneqarnissaanut tunngatillugu pingaaruteqartorujussuupput. Taamaammat inuk suliamik ingerlatsisunit ikiorneqarniarsarigaluarpuunniit suleqatit inummut ataavartumik tapersersuinissaat pingaaruteqarpoq. Suliffimmi inuit ataatsimoorneranni peqataanermik misigisimaneq inuup pitsaanerulernissaanut pingaaruteqartorujussuusinnaavoq, taamaammallu ilaatigut suliffimmi inuit attaveqartarneranni attaveqarfeqalernissamik attatiinnarnissaanillu inuup tapersersornissaa naleqquppoq.

Inuup suliffeqarfimmi inummik aalajangersimasumik attaveqarnissamik pisariaqartitsisinnaanerata eqqumaffiginissaa pingaaruteqarpoq, inullu tarnikkut ajuutilik suliffimmi aallartisarnermi maligassiuisumik pisariaqartitsigajuttarpoq. Atorfinittoqareeraangat suliasanik suliarinnittartumut immaqalu Majoriami sulisumut ajornanngitsumik attaveqartarsinnaassaaq, qaammatinilu arfinilinni siullerni qanimut malinnaasoqassalluni.

### Annerusumik paasisaqarumaangaanni attavissaq



#### SugisAQ

Tarnikkut eqqarsartaat-sikkullu napparsimasut ilaqutaasullu peqatigiiffiat

Mail: [sugisAQ@sugisAQ.gl](mailto:sugisAQ@sugisAQ.gl)

## Ineriartornermi akornuteqarneq

Inuit arlalinnik takussutissaqarlutik ineriartornermi akornuteqartarput. Taakkunangga Downs Syndrom ilisimaneqarnerpaaajulluni. Ineriartornermi akornuteqarneq isumaqanngilaq ineriartortoqassanngitsoq, arriiginnartarporli, aammalu inuttut allatulli siuariartortoqarneq ajorpoq.

Piginnaasat annikinnerat inummiit inummut allanngorartarput, tassa ineriartornermi akornuteqarnerup annertussusia assigiinngitsorujussuusarmat. Inuit paasinnittarnermi, oqaatsitigut, timip atorneratigut attaveqartarnermilu piginnaasaat assigiinngitsorujussuupput, taamaammallu tapersorneqarnissamik pisariaqartitsinerit assigiinngitsorujussuullutik – sapaatip akunneranut akunnerni ikitsuni tapersorneqarnissamik pisariaqartitsisumiit ulloq unnuarlu tamaat tapersorneqarnissamik ingerlaqatigineqarnissamillu pisariaqartitsisumut.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Suliffeqarnissamut periarfissaqarnermut apeqqutaavoq ineriartornermi akornut suna pineqarneris qanorlu annertutiginersoq. Tamatigullu inuup qajasuunneqarnissamik pisariaqartitsinera annertuumik mianerineqartassaaq, tassa suliffeqarnermi taamaallaat tapersorneqarnissaaq pisariaqarneris (mianersuunneqarluni suliffeqarneq imaluunniit piffissani assigiinngiartuni suliffeqarneq).

Mianersuunneqarluni suliffeqarnermik pisariaqartitsineq tassaagajuppoq piffissami sivikillisami sulineq (sapaatip akunneranut akunnerit 15-it 25-llu akornanni) aamma suliffimmi inummik aalajangersimasumik immikkut atassuteqarfeqarneq (maligassiuisoq). Aamma suliaasat ajornaatsuussapput paasiuminartuullutillu piffissaaleqillunilu suliarineqanngisaannassallutik. Oqaatsinik kisitsisinillu atuarsinnaassuseqarneq immikkut mianerineqassaaq. Tamassuma saniatigut inuit ataasiakkaat pillugit mianerinninnissat suliffeqarfimmut isumaqatigiissutigineqartussat assigiinngitsuusinnaapput.

Atorfininnginnermi qaammammi ataatsimiit pingasunut sulinermik misiliisoqartariaqarpoq.

Inuit ineriartornermi akornutillit suliaasaasa imarisaat ilinniarsimangitsut sullissinermik suliaqarnerattut pingaernerit pingasuugajupput.

- ▶ Nakkutigineqarluni suliaasat ikitsut ilisarnartut
- ▶ Nammineerluni suliaasat nutaartaqanngitsut
- ▶ Ilinniarsimangitsut suliaasaat amerlanerit

### Annerusumik paasisaqarumangaanni attavissaq



#### Inooqat

Kalaallit Nunaanni ineriartornermikku akornutillit angajoqqaavisa peqatigiiffiat

Siulittaasoq: Benny Kokholm

Mail: [inooqat@gmail.com](mailto:inooqat@gmail.com)

Peqatigiiffiup SMSikkut attaviat:  
+299 548953

Facebookside: inooqat  
[www.inooqat.gl](http://www.inooqat.gl)

## Inuttut akornusersuuteqarneq *Ilaatigut borderline*

Inuttut akornusersuuteqarnermut ilisarnaataavoq inuup pisussaata uku eqqarsaatigalugit nalinginnaasumik ilimagineqartumit annertuumik allaaneruneri:

- ▶ Imminut pilluni paasinninneq
- ▶ Misigissutsit
- ▶ Isumassarsianik aqutsisarneq
- ▶ Pisariaqartitanik naammassinnittarneq
- ▶ Inunnut allanut atassuteqarnerit

Inuttut akornusersuuteqarneq ajuutaavoq anigorneqarsinnaanngitsaq, inuk tamassuma iliuuseqarfiginisaanut ikiorneqarsinnaavoq qaangersinnaanaguli.

Inuttut akornusersuuteqarnerit pineqassappata inuttut akornusersuutit uku pineqassapput:

- ▶ Annertuunik, assigiinngisitaartuunngitsunik, naleqqussarneqanngitsunik naleqqutinngitsunillu iliuuseqartarneq
- ▶ Inunnik avatangiisinillu ajoqusiisarneq
- ▶ Inuusuttuunermiit atuunnikuusaq
- ▶ Tarnikkut timikkulluunniit allamik nappaateqarnermik pissuteqanngitsaq
  - ▶ Assigiinngitsut ikinnerpaamik marluk uku atuutissapput: Paasinninneq, isummallu
  - ▶ Misigissutsit
  - ▶ Eqqarsaqqaarani iliuuseqartarnermik aqutsisinnaassuseqarneq pisariaqartitanillu pissarsinissap kinguartinna
  - ▶ Allanut attaveqarneq

WHO-p nappaammik suussusileeriaasiani Inuttut pisutsit iliuuseqartarnerullu allanngorneri arfineq pingasuupput, immikkut tamarmik ilisarnaatillit:

- ▶ Malersorneqarsoraluni (paranoid) inuttut akornusersuuteqarneq: Inunnik annertuumik tunngaviusumillu pasillisarneq, ajorsarnernut malussarippallaarneq akuerinnikkumanginnerlu kiisalu imminut ilukkut naleqartinnginnermik takutitsisumik ajuallatitsisoqarsinnaaneranut sillimaneq.

- ▶ Skizoid-erluni inuttut akornusersuuteqarneq: Inuk nipaalluni, tunuarsimalluni misigissuseqarpiarani inuuvoq, inunnut allanut attaveqarajuttuunngilaq, ilukkullu takorluukkanik tiguartisi-magajuttarluni.
- ▶ Ilimagineqartunit allaanerusumik pissuseqarluni (Dyssocial) inuttut akornusersuuteqarneq (siusinnerusukkut psykopaati): Inuk inuit attaveqatigiittarneranni ileqqunik pisussaaffinillu soqutiginnngilaq, allanut misigissuseqanngilaq pakatsinerillu iliuuseqarfigiuminnaatsittarlugit. Kinguneri soqutinagit eqqarsaqqaarani iliuuseqartarpoq.
- ▶ Misigissutsikkut allanngorarluni inuttut akornusersuuteqarneq: Inuup eqqarsaqqaarani iliuuseqarnissani aqussinnaanngilaa, isumagissaarnera naatsorsuutigineqarsinnaani periataartarlunilu kiisalu allanut allanngorartumik atassuteqartarluni, eqqarsaqqaarani iliuuseqartartorujussuuvoq. Kinaassutsiminik imminut isiginermik ajornartorsiuteqarajuttarpoq imminullu ajortilluni iliuuseqarajuttarluni. Assigiinngitsut marluk immikkoortinneqarput:
  - ▶ Eqqarsaqqaarani iliuuseqartarpoq (impulsiv): Inuk eqqarsaqqaarani iliuuseqartarnerminik misigissutsiminillu aqutsisinnaanermik ajornartorsiuteqarpoq.
  - ▶ Borderlineqartarpoq: Inuk eqqarsaqqaarani iliuuseqartarnerminik misigissutsiminillu aqutsisinnaanermik ajornartorsiuteqarpoq, inunnul- lu allanut qanimut attaveqaannarsinnaasara- ni. Amerlasuut attaveqarfitik allanngorartikkajuttarfaat. Allanngorarajuttarportaaq inunnut allanut ajortorujussuarmik ajunngit- sorujussuarmillu misigissuseqartarnerit, paarlakaanneqakkajuttartut. Aamma nali- nginnaasuvoq inuit avatangiiserisat qanoq isumaqarnerat apeqqutaalluni inuup imminut tatiginnginnera isummaminillu allannguisar- nera.

## Inuttut akornusersuuteqarneq – nangitassaq

- ▶ Tamatigut malugeqqusaarluni (Histrionisk) inuttut akornusersuuteqarneq: Inuk sunnerumi-nartarpoq, ingasattajaartarpoq, qalliinnarsior-tuusarpoq misigissusaalu allanngorartarluni, perataartorujussuugajuppoq allanullu isuma-lioqqaarani iliuuseqartarluni.
- ▶ Pinngitsaalisarluni (tvangspræget) inuttut akor-nusersuuteqarneq: Inuk sapinngisaminik pitsaa-suliorniartarpoq sorsuaasiarinnittarlunilu, isu-maa eqartuusarpoq uteriitsuullunilu, qularneq nalorninerlu toqqortorniarlugit aqutsinissamik pisariaqartitsisarorujussuuvoq
- ▶ Ernumassuteqarluni (ængstelig) inuttut akornu-sersuuteqarneq: Inuk tunngaviusumik imminut naleqartinnani malussarissuusarpoq naalaaq-qissaarniartarlunilu, tamannalu nersorneqarni-arnermik kissalaarfigineqarnissamillu pisariaqar-titsinermik kinguneqartarpoq, saniatigulli inun-nut allanut atusseqarnissamut annilaangassu-seqartitsilersarluni.
- ▶ Isumagineqarnissamik kissaateqarluni (depen-dent) inuttut akornusersuuteqarneq: Inuk naam-mangitsutut ikiofeqanngitsutullu misigisima-neq pissutigalugu nammineq iliuuseqartarani nammineersinnaanngilluinnarpoq.

Inuttut akornusersuuteqarneq kinguaariinni kingor-nussanik, qaratsakkut ajoqusernermik, peroriartorner-mi paarinerlugaanermik, innarlerneqarnermik mee-raanermiluunniit meeqqap inersimasullu akornanni atassuteqarnerit ajoquteqarnerannik pissuteqasin-naapput.

### Kingunerisinnaasai

Inuttut akornusersuuteqarneq tarnikkut kinguneri tassaasinnaapput:

- ▶ Isumatsassimangaarneq (depression) – pingaar-tumik misigissutsikkut allanngorarluni inuttut pissutsit iliuuseqartarnerullu allanngornerini, assersuutigalugu borderlineqarnermi
- ▶ Annilaanganeq – pingaartumik isumagineqar-nissamik kissaateqarluni inuttut pissutsit iliuu-seqartarnerullu allanngornerini
- ▶ Atornerluineq
- ▶ Imminut toqunnissamik eqqarsaatit iliuutsillu

Inuttut akornusersuuteqarneq inuit attaveqaqatigiit-tarneranni kinguneri tassaasinnaapput:

- ▶ Allanngorartunik attaveqarfeqarneq
- ▶ Suliffinniinnissamik ilinniarfinniinnissamillu ajornartorsiuteqarneq suliffissaarusinnaanerlu

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuk inuttut akornusersuuteqarnermik ajuutilik suliffe-qanngikkajuttarpoq annertuumillu tapersorneqar-nissamik pisariaqartitsigajuttarluni. Soorpiaat ajornar-torsiutaanerannut inuttut akornusersuutit suut pine-qarnerisut apeqqutaavoq, assigiinngitsorujussuumma-ta. Inuit inuttut akornusersuummik ajuutillit avammut sammisorujussuit suleqatinut akulikitsumik aklerliis-suteqartarnermik ajornartorsiuteqarsinnaapput. Inuit inuttut akornusersuummik ajuutillit illumut sammi-sorujussuit ernumassuteqartullu annilaanganermik ajornartorsiuteqarsinnaapput pisullu annikitsuinnar-milluunniit ajornartorsiuteqarfiusut ajornakusoortis-sinnaallugit.

Inunnut inuttut akornusersuummik ajuutilinnut assi-giissutaavoq suliffimmi ajornartorsiutaasinnaasut suk-kasuumik aqqinneqartassasut, taamaattoqanngip-pat annertusinnaammata inummullu paasiuminaal-lisinnaallutik. Aamma assigiissutigaa avatangiisit ilan-gullugit eqqarsaatiginissaat pitsaasuunera, inuk taa-maalilluni annertunerpaamik tapersorneqarsinnaa-niassammat.

## Inuttut akornusersuuteqarneq – nangitassaq

Suliassat ersarissumik aqqissuussat, ullormut sivikitsumik sulisarneq ataatsikkullu amerlasuunik suliaqannginnissaq nalequkkajuttarput, tassa stressi inuup sulisinnaassusianut ajortumik sunniuteqarsinnaammat. Inuk aamma naaggaarnissamut killiliinissamullu taparserneqarsinnaavoq, tamanna ajornartorsiutip qiterisinnaammagu. Tamassuma saniatigut inuup inuit attaveqatigiittarneranni peqataanissamut taparserneqarnissamik pisariaqartitsinerata eqqumaffiginissaa pingaaruteqarpoq, tassa inuit inuttut pissutsit iliuuseqartarnerullu allanngornerinik ajuutillit tamanna ajornartorsiutigigajuttarmassuk.

Takkutinnginneq piumasaqaatit annertuallaarneranut aqqinneqarnissaannullu takussutissaasinnaavoq. Takkutinnginneq aamma allanngorarnermut, tassa inunnut allanut ajortorujussuarmik ajunngitso-rujussuarmillu misigissuseqartarnernik paarlakaatitsinermut takussutissaasinnaavoq, assersuutigalugu suliffimmi suleqatinut aqutsisunulluunniit.

### Annerusumik paasisaqarumangaanni attavissaq



#### SugisAQ

Tarnikkut eqqarsartaatsikkullu napparsimasut ilaqutaasullu peqatigiiffiat

Mail: [sugisAQ@sugisAQ.gl](mailto:sugisAQ@sugisAQ.gl)

## Isiginiarnermi innarluuteqarneq

Isiginiarnermi innarluuteqarneq inunnut tappiitsunut, isigiarsuttorujussuarnut isigiarsuttunullu ataatsimut taaguutitut atorneqartarpoq.

Inuup isigisinnaassusia annertunera 1/60-iuppat appasinneruppalluunniit tappiitsutut naatsorsuutigineqartarpoq. Tamanna isumaqarpoq, nalinginnaasumik isigisaqartup 60 meterinik ungasitsigisumit takusinnaasaanut sanilliullugu inuup isaruaqartup annerpaamik 1 meterinik ungasitsigisunik takusaqarsinnaanera. Isigisaqarsinnaanerup annertussusia 1/60-ip 6/60-illu akornaniippat inuk isigiarsuttorujussuarnut taaneqartarpoq. Isigisinnaanerup annertussusia 6/60-imit pitsaaneruppat taaguut isigiarsuttoq atorneqartarpoq.

Isikkut nappaatit isigisaqarnermi innarluuteqarnermik kinguneqarajuttartut tassaapput:

- ▶ Macula degeneration/AMD (isit qerattarnerat)
- ▶ Sukkortuuneq
- ▶ Glaucom (grøn stær)
- ▶ Retinitis pigmentosa (soorlu qinngutit atorlugit isigisaqarneq unnuakkulluunniit taartumi tappiinneq)

Tamassuma saniatigut isip qaamanermik allangortit-sisarnera kukkuneqarsinnaavoq, isip igalaasartaa ajoqusersimasinnaavoq ersarlulluniluunniit kiisalu isip qinnguata ameraasaa, isip sianiutaa qarasarluunniit ajoqusersimasinnaapput, takussaasunilluunniit ilaani takusaqarsinnaaneq ajortivinneqarsimasinnaapput annikillisisimasinnaallutilluunniit.

### Kingunerisinnaasai

Isiginiarnermi innarluuteqarneq, tarnikkut, pisuni inuillu attaveqartarnermi ajornartorsiortitsisinnaavoq.

Inuup ajornartorsiunik iliuuseqarnissamut periarfissaani ilaatigut uku apequtaapput:

- ▶ Avatangiisit qisuariarnerat
- ▶ Isiginiarnermi innarluutip annertussusia
- ▶ Inuk qanoq sivisutigisumik isiginiarnermi innarluuteqarsimanersoq
- ▶ Inuup isiginiarnermi innarluutini pillugu nammineq qanoq isumaqarnera

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Innuttaasut isiginiarnermi innarluutillit suliffinni assigiinngitsorpasuaarni atorfinitsinneqarsiinnaapput. Amerlanerit nalinginnaalluinnartunik atugassaqartinneqarlutik piffissaniluunniit assigiinngiartuni sulisarlutik atorfinitsinneqarnikuupput.

Suliffeqarnermi peqataanissamut aporfinni ilaatigut pineqarput tikinneqarsinnaaneq, pissutsillu assigiinngitsut tunngavigalugit paasineqassalluni. It-mi programmit suliffeqarfimmi atorneqartut taarsiilluni atorlut atorneqarsinnaapput (assersuutigalugu skærmimik atuaatit programmillu allisitsissutit)? Suliffiup innuttaasup inigisaanut salinniullugu inissisimera? Isiginiarnermi innarluuteqartutut suliertussagaanni pisussinnaaneq assartuutit kikkunilluunniit atorneqartartut pisariaqarput.

Aporfissanut assersuutit allat tassaapput, sulitsisut tappiitsutut isigiarsuttutilluunniit suliassanik sunik suliaqarsinnaanerannik takorluuisinnaannginerat kiisalu aaqqiissutit taarsiissutit pillugit ilisimasaqannginerat. Assersuutigalugu it-mik atuisinnaanermik ajornartorsiutit eqqortumik siunnersorneqarnikkut aaqqinneqarsinnaagajuttarput.

Tamassuma saniatigut innuttaasunut ataasiakkaanut, immaqa allanik (immaqa misissorneqarnikuunngitsunik) innarluutilinnut inuttulluunniit atukkatigut ajornartorsiutaasinnaasunik aporfeqarsinnaavoq, assersuutigalugulu maligassiuisut pitsaasut pigineqanngineri isigisaqarnermilu ikiuutit periusissiallu piginnaasqarfigineqanngineri tamarmik aporfiusinnaapput.

### Annerusumik paasisaqarumangaanni attavissaq



ISI - Kalaallit Nunaanni tappiitsut isigiarsuttullu peqatigiiffiat, inunnit tappiitsunit isigiarsuttunit qanigisaasuniillu ingerlanneqartoq, attavissaq: [isi@isi.gl](mailto:isi@isi.gl)

## Issanngusarneq

### *Aamma takujuk 'Sapigaqarneqi'?*

Issanngusarneq puakkut nappaattaavoq, ukioqassut-sini tamani atuutilersinnaasoq atualertinnanili atuuti-lerajuttartoq. Inuit amerlanersaannut issanngusarneq nappaataavoq anigorneqarsinnaangitsoq. Issanngu-sarneq kingornussaasinnaavoq sapigaqarnermillu pissuteqarsinnaalluni.

### Kingunerisinnaasai

Issanngusarnermi kinguneri ilaatigut tassaasin-naapput:

- ▶ anernissaaleqineq
- ▶ anersaartorniarnep ajornakusoornera
- ▶ nuattaqanngitsumik quersorneq
- ▶ nuattalimmik quersorneq
- ▶ anersaartornerup iggiingasumik/ qarsuusartumik nipeqanera
- ▶ sakissat naqitsimanagerat
- ▶ timip atornerani sunnertisimaneq

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Issanngusarnerup annertussusia inummiit inummut allanngorartarpoq, inunnullu ataasiakkaanut issanngusarnerup ippinnarnera piffissat ilaanni allanngora-rajuttarpoq. Taamaammat issanngusarnerup sulisin-naassutsumut sunniuttarnera erseqqarivissumik oqaa-tigineqarsinnaangilaq. Inersimasut issanngusartut 10-20%-iinut issanngusarneq ajorsiaortarpoq sulif-fimmiluunniit avatangiisit issanngusarnermut pissu-taasarlutik. Taamaammat inuit issanngusartut aner-saartuutitut ippigisaqartarnermik ilisimaneqartunik sunniisinnasunik suliffeqannginnissaat tamatigut na-leqquttarpoq, taakkulu assersuutigalugu tassaapput:

- ▶ pujoralaat
- ▶ nilleq
- ▶ tipigissaatit
- ▶ tupap pujua
- ▶ assersuutigalugulu nerisassiornermiit naneruutiniillu

Inuppasuit issanngusartut issannguutaalersartut nakkutigigunikkit, nakorsaatit atorlugit katsorsarne-qarneq paarigunikku nappaatertillu pillugu naamma-tumik ilisimasaqarunik annertuunik ajoquteqaratik nalinginnaapajaartumik inuusinnaapput.

Qaammatit marluk sinnerlugit puakkut nappaateqar-nermik ataatsimik arlalinnilluunniit takussutissaqaruit immaqa puakkut nappaateqarsimassaait. Taamaam-mat uku pisarpata nakorsamit puakkut misissorneqar-nissat inassuteqaatigissavarput:

- ▶ anertikkajasarlutit
- ▶ anersaartornerit iggiingasumik qarsuusartumilluunniit pineqartarpat
- ▶ quersortaruit



## Isumatsassimangaarneq

### *Aamma takujuk 'Nappaat Maniodepressiv'*

Inuit isumatsassimangaartut nuannaanngikkajuttarput, qasoqqarajuttarput nukissaqarajuttaratillu. Siornatigit nuannaartuusimaneq piumasuseqartuusimanelu maannakkut soqutaajunnaartarpoq. Inuk avatangiisinut nukissaqannginnini pillugu imminut pisuutit-tarpoq pitsanngorerulernissanilu takorlooruminaat-sittarlugu. Isumatsassimangaarnermut pissutaasut ilisimaneqanngillat, kisianni kingornussat, avatangii-sinit sunnertinneq, inerikkiartorneq avataanilu pisut ataatsimoortillugit kingunerinik isumatsassimangaar-toqalersarpoq, assersuutigalugu ernineq, suliffissaa-runneq, toqusoqarnera avinnerlu. Isumatsassiman-gaarneq aamma timikkut napparsimanagerup kingune-risinnaava, assersuutigalugu qaratsakkut aanaartoor-neq, qaratsami milittoorneq parkinsoneqarnerluun-niit, imaluunniit tarnikkut ajuutaasinnaavoq, assersuu-tigalugu annilaanganeq (ersineq), imigassamik atorlui-neq inuttulluunniit misigissutsikkut allanngorartuu-neq. Tamassuma saniatigit nakorsaatiit ilaat ukiuu-neraluunniit isumatsassimangaalernermik kingune-qarsinnaapput.

Isumatsassimangaarnerit assigiinngitsut imatut immikkoortinneqarajuttarput:

- ▶ Isumatsassimangaarneq ilisaqqunnartoq
- ▶ Nalinginnaanngitsumik Isumatsassimangaar-neq, suussuleruminaassinnaasoq (tassunga ilanngullugu ukiuunerani Isumatsassima-ngaarneq)
- ▶ Angutit isumatsassimangaarnerat – inuup nap-paataa kukkusumik suussusilerneqarajuttarpoq, tassa pingaarnertut inuttut pissusiata allaaneru-nera atorerluinerluunniit

### **Kingunerisinnaasai**

Isumatsassimangaarnerup timikkut kinguneri tassaa-sinnaapput:

- ▶ niaqorlunneq, uissannguneq naarlunnerlu
- ▶ nererusussuseqarnerup allaanerunera aamma sanigorneq/puallarneq

- ▶ qarngup panerera
- ▶ atoqateqarusunnginneq
- ▶ arriitsumik pissuseqarneq (timip arriitsumik aqunnagulu aalanera, arriitsumik imernaalan-ngitsumillu oqalunneq)

Isumatsassimangaarnerup tarnikkut kinguneri tassaasinnaapput:

- ▶ nuannaannginneq imaqqanngitsutullu misigi-simaneq kiisalu nuannaannginneq qiimmat-sassimaannginnerlu
- ▶ kinaassuseqanngitsutut misigisimaneq
- ▶ imminut naleqartinnginneq imminullu assuarlernerit
- ▶ aallussisinnaanermik eqqaamannittarnermillu ajornartorsiuteqarneq
- ▶ sinissaaruttarneq
- ▶ isumassaaruttarneq aalajangersinnaannginnerlu
- ▶ annilaanganeq ilukkullu eqqissisimannginneq
- ▶ ullup unnuallu nikinneri (kinguneri assersuutigal-ugu ullaakkut sakkortunerusinnaapput ullullu ingerlanerani annikilliarlorlutik)
- ▶ eqqarsaatit anigorneq ajornartut imminullu toqunnissamik eqqarsateqarneq

Isumatsassimangaarnerup inuit attaveqaaqatigiittar-neranni kinguneri tassaasinnaapput

- ▶ peqateqarnissamik ajornartorsiuteqarneq – suliffimmi sunngiffimmilu
- ▶ ulluinnarni suliassat sularinissaasa ajorna-kusoortinneri – suliffimmi sunngiffimmilu

Isumatsassimangaarnermut ilisaqqunnartumut uku takussutissaapput:

- ▶ nuannaannginneq, isumarujunneq, qasoqqaneq
- ▶ aallussinissamik ajornartorsiuteqarneq
- ▶ sinissaaleqineq nererusussuseqannginnerlu
- ▶ imminut avoqqarineq, pisuusutut misigimaneq immaqalu imminut toqunnissamik eqqarsaa-teqarneq

## Isumatsassimangaarneq – nangitassaq

Nalinginnaangitsumik isumatsassimangaarneq ukunninga kinguneqarajuttarpoq:

- ▶ qasoqqarujussuarneq
- ▶ niaqorlunneq, nukikkut anniarneq naalarulunnerlu
- ▶ nuannaarnerup allanngorarnera narrujumminianerlu
- ▶ sinissaaleqineq nererujussuarternerlu
- ▶ kingunerisinnaasai puigortunngornermut assingusut

Angutit isumatsassimangaanerit ukuningga kinguneqarajuttarpoq:

- ▶ annilaanganeq mattusimanerlu
- ▶ puffajaneq, kamajaneq akkerliuniarnerlu
- ▶ aalajangersinnaanngineq isumalliortarnerlu
- ▶ avatangiisinut assuarlertarneq
- ▶ immaqalu imigassamik atornerluisoqarsinnaavoq

Isumatsassimangaarneq uteqattaarajuttarpoq, inuillu ilaasa qaangigassaangitsumik nappaatigilersarpaat.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuit isumatsassimangaanermik ajuutillit nukissaaleqigajuttarput aallussisinaanerlu ajornartorsiutigisarlugu. Taamaammat suliffimmut utermermi suliffimmi-luunniit nutaami aallartinnermi arriitsumik aallartit-toqarnissaa pingaaruteqarpoq. Tamanna isumaqar-poq ullormut tiimit ikitsut sapaatillu akunneranut ullut ikitsut sulisarnissaa paasiuminartunillu suliaqartarnis-saq. Aamma takussutissat ullaakkut unnukkullu ajor-nerpaajusarpata ullup qiteqqunnerani inuup sulisar-nissaa naleqqussinnaavoq.

Pissutsit qanorluunniit ikkaluarpata sulinerup piler-saaruserluarnissaa pingaartuuvoq, tassani inuup pi-masaqaatinik eqqortitsisinaanissaa sillimaffigineqassalluni.

Inuk isumatsassimangaanermik ajuutilik ilaatigut eqiasunnerarlugu eqiatsitaarnerarlugulu pigiliutiin-nakkamik isumaqarfigineqarsinnaasarpog inullu ilu-ngersuunnartussaasoq assigisaannilluunniit. Aamma inuk tarnikkut ajuuteqarnini pissutigalugu eqqortinnis-saanik ajornakusoortitaminik pi-maffigineqaraangat inuup suleqatinut pisortamullu naaggaarnissamik tapersertarnissaa pingaaruteqarpoq.

Taamaammat aamma suleqatit inuup isumatsassima-ngaarneranik isumatsassimangaanerullu qanoq paa-sineqarnissaanik inuullu ullup suliffiup ingerlanerani sunik suliaqarsinnaanersoq suliaqarsinnaannginner-sorluunniit qanoq annertutigusumik ilisimatinneqas-sanersut isumaliutiginissaa pingaartuuvoq. Suliffeqar-fiup tamanna pillugu ilisimatinnissaa amerlasuutigut naleqqutissaaq, tassa suleqatit inummut pisariaqartu-mik tapersiinissaat periarfissarissaaernerussammat.

Aamma inuk suliffeqarfimmi aalajangersimasumik attaveqarfeqarnissamik pisariaqartitsisinaanera inuullu tarnikkut ajuutillip suliffeqarfimmut isertinniar-nerani inummik attaveqarfissamik pisariaqartitsiga-jussinaanera eqqumaffigissallugit pingaartuuvoq.

Atorfinitsitsisoqareeraangat kommunimi sulisumut ajornangitsumik attaveqartoqarsinnaasariaqarpoq qaammatillu arfinillit siulliit qanimut malinnaasoqas-salluni.

### Annerusumik paasisaqarusukkaanni attavissaq



#### Sugisao

Tarnikkut eqqarsartaat-sikkullu napparsimasut ilaquutaasullu peqatigiiffiat

Mail: [sugisao@sugisao.gl](mailto:sugisao@sugisao.gl)

## Ittoqernej

Ittoqernej innarluutaavoq tassaasoq oqalunniarnermik ajuuteqarnej attaveqartarnermillu ajornartorsiuteqarnej, angutit atorajunnerusaat. Oqalunniarnermik ajuuteqarnermi inuk piffissami kissaatigineqartumi oqaatigerusutaminik oqanngitsoortarpoq. Attaveqarnermi ajornartorsiuteqarnej kinguneqartarpoq inuk ittoqertoq inuit attaveqatigiinneranni oqaloqatigisap qisuariaataata ilaattut inuup qanoq ittoqertigineranut pingaaruteqarnera. Isumaqartoqarpoq ittoqernej pissutsit assigiinngitsut amerlasuut ataqatigiinnerannik pissuteqartoq, tassaasinnaasut kingornussat, inuit attaveqartarneranni tarnikkut pissutsit oqalunnermilu oqaatsit.

### Kingunerisinnaasai

Ittoqernermi taaguutit marluk atornejartarput:

- ▶ Avataatigut ittoqernej – tusaaneqarsinnaasoq takuneqarsinnaasorlu
- ▶ Ilukkut ittoqernej – annilaanganermik nalikinnerusutullu misiginermik kinguneqartoq

Inuit inersimasut ittoqertut ilukkut ittoqernej ajornartorsiutaasa annertunersarigajuttarpat. Tamanna takuneqarsinnaavoq uteqattaarisarnikkut, sivitsuisarnikkut oqaatsillu oqaatigisinnaannginneri sakkortugajuttarpoq unitsitsinerusarlunilu, inuullu pisut oqalulluni attaveqarnermik kinguneqartut pingitsoorniarsarisar-pai.

Ittoqernej inummiit inummut assigiinngitsorujussuusinnaavoq, inuillu ataasiakkaat ittoqeqarnerat tamatigut allanngoriartortarpoq. Pisoq ittoqernermut aamma apeqqutaasartorujussuuvoq.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuk ittoqertoq inuit allat naligalugit suliffeqarsinnaavoq. Ittoqernejussuarmili suliffiit ilaat suliffigineqarsinnaanngillat – assersuutigalugu timmisartut ingerlaarnerannik nakkutilliisutut, tassanni piffissat sivikitsut iluanni nalunaaruteqarnissat pisariaqartarlutik.

Inuit ittoqertut ilinniartitsisutut, ingerlatitseqqiisartut, aqutsisutut sulilluarsinnaapput imaluunniit attaveqartarnermi allanik suliaqarluarsinnaallutik. Inuit ataasiakkaat soqutigisaat tunngavigalugit ittoqernejmillu killiliinngitsunik suliffissamik toqqaaneq inuunerup pitsaassusianut pingaarnerpaajuvoq.

## KOL

**Aamma takukkit 'Emfysem', 'Bronkitis anigorneqarsinnaanngitsoq', 'Sarkoidose', 'Puakkut nappaatit (allat)' aamma 'Tuberkulose'.**

KOL (Kronisk Obstruktiv Lungelidelse) tassaavoq puan- ni aseruuttoorneq anigorneqarsinnaanngitsoq puat sulisinnaajunnaapallattarnerannik kinguneqartartoq. KOL-imik ajuuteqalerner- mut pissutaasut arlaliusinnaapput, misissuinerilli ersarilluinnartumik takutip- paat pujortartaraanni KOL-imik ajuuteqaleraanna- nerusoqartartoq. Pujortarnerup saniatigut suliffimmi avatangiisit, kingornussat meeraanermilu puat ineriart- ornerat aamma pissutaasarput.

### Kingunerisinnaasai

KOL-imut takussutissaagajuttartut tassaapput:

- ▶ Issannguneq: Anersaartorniarnermik ajornartorsiuteqarneq anertikkalipallattarnerlu
- ▶ Nuattalimmik nuattaqanngitsumillu quersorneq
- ▶ Qiarsuusartumik anersaartorneq

KOL nappaataavoq ajortikkiartortartoq. Aallaqqaam- mut timip nukkiortinnerani anertikkartoqalipallatto- qartarpoq. Piffissap ingerlanerani ulluinnarni nalingin- naasumik sammisaqarnermi/suliaqarnermi anertik- kartoqalertarpoq, assersuutigalugu majuartarfikkoo- nermi, qattunik qummut sikkilernermi, tigummi- aqarluniluunniit pisukkaanni. Inuit KOL-imik ajuutillit amerlasuut takussutissat ullormiit ullormut assigiin- ngiaartumik malugisarpaat. Allat piujuartunik ajoqu- teqartarput. Quersorneq ataatsimut isigalugu ullaak- kut innarsimatsiaannarnermilu ajornerpaajusarpoq, aammali unnuakkut timillu nukkiortinnerani quersor- toqalersinnaasoqartarpoq.

KOL nappaataavoq katsorsarneqanngikkuni ullut ta- maasa ajortikkiartortartoq. Pingaartuuvoq inuit KOL- imik ajuutillit nakorsaminni ukiumoortumik misissor- tittarnissaat aammalu sunniuteqarnerpaamik katsor- sarneqarnermut nalilersorneqartassalluni.

KOL-ip kinguneri tassaasinnaapput:

- ▶ Saarnngit napianerat
- ▶ Isumatsassimangaarneq
- ▶ Uummatip anigorneqarsinnaanngitsumik ajortinnera
- ▶ Qannguisarneq
- ▶ Ajortikkiartuussutit (exacerbationit)

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuup KOL-imik ajuuteqartup suliffeqarnissamik peri- arfissaanut nappaatip qanoq annertutiginera apeqqu- taavoq. Sananeqaatsit mikisut allallu anersaartuutitut ajoqutaasut anersaartorneq sunnertarpassuk pinngit- soorneqartariaqarput. Anersaartuutit ajoquteqalerner- rannik eqikkarnerannillu kinguneqarsinnaavoq, taak- kulu quersornermik iluaallornermillu kinguneqarsin- naapput. Tassaasinnaapput:

- ▶ Pujoralaat (suliffik, sananeqaatit mikisut, init silaannaluttut)
- ▶ Puju (tupa, ikumatitsineq, svejserinermi puju)
- ▶ Tipigissaatit sakkortuut, silaannarmillu tipigissaatit
- ▶ Nerisassiornermi (grilli, siatsinermi puju), naneruutillu puju
- ▶ Silaannaq nillertoq silallu pissusai allat puammut sunniuteqarsinnaasut

Puat sulisinnaajunnaarpiannngippata anertikkarneq, anerilunneq, qasoqqaneq immaqalu quersorneq pissutigalugit timi atorlugu sulinissaq ajornakusoor- sinnaavoq. Aamma pisuttuarnerit majuartarfikkoo- rillu ajornatorsiortitsilersinnaapput. Anersaartornermi nukinnik atuinerujussuaq pissutigalugu, ullup ingerla- nerani unillatsiartarnissaq pingaartuuvoq. Nalingin- naasumik nuanneq nuallunnerluunniit KOL-ip sakkor- tusineranut pissutaasinnaapput. Assakkut eqqiluisaar- luarnikkut, tunillatsissimasunik peqateqannginikkut nualluummullu immaqalu puakkut nuammik unitsit- sinermut kapitinnikkut pinaveersaartitsisoqarsinnaa- voq. Inuit puakkut nappaatillit timikkut tarnikkullu qasuaatsuunissaq iluaqutigissavaat. KOL-imik ajuute- qarlungi aasujaallisarluarsimagaanni ajunngitsumik inuuneqartoqarsinnaavoq.

## Morbus Menière

***Aamma takukkit 'Pilaalluni Ikkussaq Cochlear (CI—mik pilatsillutik ikkussiffigitinnikut), 'Tusilarneq Tusillanerujussuarlu,' 'Nipinik Malussajaneq aamma 'Tinnitus'.***

Morbus Menière tutsarlunneq siutillu iluani oqimaaqatigiissaassuttip ajoquteqarnera ataatsimoortillugit ajuutaavoq. Siummi ataasiunerusumi nappaataavoq aammali kingusinnerusukku ilaatigut siutip aappaani nappaataalersinnaalluni.

Qanorluunniit ukioqartut taamatut nappaateqalersinnaapput, inuilli ataatsimut isigalugu 30-t 60-illu akornanni ukioqartut taamatut nappaateqartutut paasineqartarput. Ilisimatusartoqartorujussuugaluartoq nappaatigineqalertarneranut pissutaasoq ilisimaneqangilaq. Nappaammulli takussutissanut pissutaavoq siutip iluata ilaani qipiteriakkatut taasartakkatsinni imerpalasup allangornera. Nappaammut Menièrep nappaataa taamaalilluni pissutaasut pinnagit takussutissatigut nassuiaaserneqarpoq, taamaammat taassuminnga nappaateqarnermut takussutissat arlallit paasinissaat tunngavissaqarluarpoq.

Nappaammut uku ilisarnaataapput:

- ▶ Takussutissat tassanngaannaq takkuttarput. Nappaatip tassanngaannaq atuutilernerani piffissap ilaani tutsarluttoqalerajuttarpoq. Nappaatip atuunna akunnerit arlaliugajuttarput, atuunnerali minutsinit 20-nit akunnemut 24-nut allangorarsinnaalluni.
- ▶ Merianngunermik meriarnermillu kinguneqartumik uissanngorsarnerit saniatigut ajuutip atuunerisa akornanni uppinnaveernissaq ajornarsinnaavoq. Ajuut atuuttartillugu tusaasaqarniarneq sunnerneqassaaq, taamaalilluni tusillannerusqassalluni.
- ▶ Uissanngusarnerit tusillannerullu saniatigut marlunnik allanik takussutissaqarpoq: Tinnitus ajoqutaasinnaasorujussuavoq siummilu naqitsineq (fullness) nuanninngitsorujussuarmik anniartitsinnaalluni.

Takussutissat allat ilisimaneqartut, nappaammilli suussusiliinermut ilaanngitsut, tassaasinnaapput: Nipimik malussajaneq, pukusukku anniarneq piffissallu ilaani puigorluinnarneq qasoqqanerlu aamma avatit tassaangaannaq malugisinnaajunnaavinnerat pissutigalugu ilisimajunnaarani aallussisinnaannginneq allallu.

### Kingunerisinnaasai

Kingunerisinnaasaanut ilisarnaatit ilaatigut ukuupput:

- ▶ Ajuutip takkuttarnera siumut naatsorsuutigineqarsinnaanngitsumik inuuneqarnermik kinguneqartarpoq, tassa inuup isumaqatigiissutit akulikitsumik taamaatittariaqarmagit sivikitsumilluunniit periarfissaqartitsilluni taamaatitsisarluni.
- ▶ Inuit taamatut nappaatillit ikinnerit nalinginnaasunik atugassaqartinneqarlutik suliffeqarsinnaasarput.
- ▶ Menièrimik sakkortuumik atuisut qaammammut arlaleriaqalutik uissanngusartut suliffeqarsinnaanngivissortarput
- ▶ Menièrimik nappaateqartorpassuit ajuutip takkunnissaa annilaangagalugu imminnut mattusimasarput
- ▶ Amerlasuut sininnaveertarput aallussisinnaanermillu ajornartorsiuteqartarlutik, pissusaat allangortarpoq, tarnikkut timikkullu ajornartorsiuteqartarput inuunerisalu pitsaassusiat ajorterujussuortaruni
- ▶ Inuit attaveqarneranni assuarlertoqarsinnaavoq, tassa nappaatip takkuttarnera imigassamik ajornartorsiuteqarnermut paarlaanneqarajuttarmat.

## Morbus Menière – nangitassaq

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuk taamatut nappaatilik suliffeqassappat arlallit pisariaqarajuttarput:

- ▶ Aqutsisunut, suleqatinut suleqatigisartakkanullu pissutsit pillugit ammasumik nalunaarneq
- ▶ Sulinermi atugassaritineqartut ajornartorsiu-lernissamik annikillisisut
- ▶ Tamatigoortuuneq
- ▶ Nappaatip qanoq sakkortutigisumik atugaanera apeqqutaalluni allanik suliassaqalertarnissaq pisariaqartinneqarsinnaavoq
- ▶ Immikkut siunnersorneqarnissamik pisariaqar-titsineq qularnanngitsumillu tarnikkut taperser-neqarneq.

Tamassuma saniatigut inummut taamatut nappati-limmut attaveqarnermi uku eqqumaffiginissaat pingaartuuvoq:

- ▶ Nipimik pitsaasumik tusaaniarfeqarneq
- ▶ Pitsaasumik qaammaqquteqarneq
- ▶ Isit naapittarnissaat
- ▶ Tunuani nipiliortoqannginnissaa
- ▶ Ersarissumik oqalunneq
- ▶ Qarngup aalaneratigut paasinnittarnissamik periarfissaqarneq
- ▶ Oqalunnermi imminut aqunneq: inuit ataasiakkaarlutik oqaluttassapput

## Nappaat Maniodepressiv

Nappaat maniodepressiv suliamik ingerlatsinermit taaguuteqarpoq ajuut bipolar affektiv (sualuttumik uteq-qiaffiginnittarneq). Inuuneq tamaat nappaat atugaa-sartooq pineqarpoq, sualuttumik uteq-qiaffiginnittarneq isumatsassimangaarnerlu piffissap ingerlanerani paarlakaajaallugit takkuttartooq.

Assigiinngitsunut marlunnut avinneqarpoq:

- ▶ Sualuttumik uteq-qiaffiginnittarneq ajuutip suususia I: Inuk sakkortuumik uteq-qiasarpoq isumatsassimangaartarlunilu.
- ▶ Sualuttumik uteq-qiaffiginnittarneq ajuutip suususia II: Sakkukinnerusoq, inuup isumatsassimangaartarneri amerlanerupput annikitsuinnarmillu sakkortuumik uteq-qiasarluni.

Sakkortuumik uteq-qiasarnerit isumatsassimangaarnerillu paarlakaallugit atuunneq ajorput, piffissalli ingerlanerani akulikilliartorsinnaallutik. Taamaammata misigisimaneq amerlaneruleriaannaasarmata akulikilleriaannaasarmatalu piffissat sualuttumik uteq-qiaffiusartut isumatsassimangaarnerillu pinngitsoortinnissaat pingaartuuvoq.

Kingunerlutsitsinermit stressimillu ajortianeq ilanngulugu sualuttumik uteq-qiaffiginnittarneq ajuuteqarlertarneq kingornussat pissutaaneruserattut isikkoqarpoq. Ajuut timikkut nappaateqarnermit aamma pinngorsinnaavoq, tassani qarasaq sunnerneqartarluni, assersuutigalugu taqat milittoorneranit aamma dissemineret sclerosemit (qaratsami qiteralimmilu nappaat).

### Kingunerisinnaasai

Sualuttumik uteq-qiaffiginnittarneq ilisarnaataavoq inuup qiimmassimaartarnera puffajasarneraluunniit, suliaqqissaarivallaartarnera, uniffeqannginnera sinnippiartannginneralu. Inuk imminut ingasattumik angisuutittarpoq akisussaassuseqanngitsumillu iliuuseqarajuttarluni. Inuk akerialianik isumatsassimangaarnermi imminut nakkarsartarpoq, nuannaanngittarpoq suullu tamarmik neriuutissaqanngitsutut misigisarlugit.

Sualuttumik uteq-qiaffiginnittarneq ajuuteqarnerup timikkut kingunerit tassaasinnaapput:

- ▶ Qaratsap sulisinnaassusiata ajoqusernera: qaratsami sianiutit sananeqaataasa ilaat iluarsineqarsinnaanngitsumik ajornerulersinnaapput suujunnaariaannaallutillu, tamannalu nutaanik ilikagaqarnissamut periarfissaqarneq sunnersinnaavaa eqqaamannittarnerlu ajornerulersinnaarluni.

Sualuttumik uteq-qiaffiginnittarneq ajuuteqarnerup timikkut kingunerit tassaasinnaapput:

- ▶ Imigassamik nakorsaatinillu atornerluineq
- ▶ Eqqunngitsumik paasinnittarneq takorruuinerillu
- ▶ Imminut toqunnissamik eqqarsaateqarneq

Sualuttumik uteq-qiaffiginnittarneq ajuuteqarnerup inuit attaveqatigiittarneranni kingunerit tassaasinnaapput:

- ▶ Inooqatigiinnermi ajornartorsiuteqarneq avinnerlu
- ▶ Meeqqat artorsaatissinneqarnerat
- ▶ Soraarsitaaneq suliffissaarunnerlu

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuit maniodepressivimik nappaatillit ajuutiminnik eqqortumik katsorsarneqarunik (kisiannili killeqartumik) nalinginnaasumik inuusinnaapput. Taamaammata inuit amerlasuut taamatut ajuutillit suliffeqarluarsinnaapput. Pingaartuuvorli sulinermit atugassarisat stressernartuunnginnissaat tassa stressimit sualuttumik uteq-qiaffiginnilersinnaammata isumatsangaalersinnaammataluunniit.

Aamma inuup maniodepressivimik nappaataa pillugu qanoq isumaqarnerasoq inuullu ullup suliffiusup ingerlanerani sunik suliaqarsinnaaneramik suliaqarsinnaannginneranillu suleqatit qanoq annertutigisumik ilisimatinneqassanersut isumaliutigineqarnissaa naleqquttuuvoq. Suliffiup nappaat pillugu ilisimatinneqarnissaa amerlasuutigut pitsaasuusarpoq, tassa suleqatit taamaalillutik inummut pisariaqartumik tapersiisarnissamut periarfissarissaarnerussammata.

## Nappaat Maniodepressiv – nangitassaq

Suliassat annertussusaasa naleqqussarnissaat sulias-sallu naleqquttumik annertussusilerlugit ”killilernis-saasa” eqqumaffigineqarnissaat pingaartuuvoq, aamma inuk amerlanerusunik nutaanillu suliaqarnissamut ”piareersimanera” takussutissaqarluartarpat. Inuup suliffeqarfimmi inummut aalajangersimasumik attaveqarfeqarnissaata inuullu annilaanganermik ajuutillip suliffeqarfimmi aallartisinniarneqarnerani maligassiu-isoqarnissamik pisariaqartitsisoqarajuttarnerata eqqumaffiginissaat pingaartuuvoq.

Atorfinitsitsissoqareerpat suliffissarsiuussisarfimmi sulisumut ajornanngitsumik attaveqartoqarsinnaas-saaq, qaammatinilu arfinilinni siullerni qanimut malinnaasoqassalluni.

### Annerusumik paasisaqarumangaanni attavissaq



#### SugisAQ

Tarnikkut eqqarsartaat-sikkullu napparsimasut ilaqutaasullu peqatigiiffiat

Mail: [sugisAQ@sugisAQ.gl](mailto:sugisAQ@sugisAQ.gl)



## Naqinnernik ilisarinnissinnaannginneq *Dysleksi*

Naqinnernik ilisarinnissinnaannginneq imaluunniit dysleksi tassaavoq naqinnerit naqinnerillu tullerriaanerisa oqaatsini arriitsumik eqqorluangitsumilluunniit nipinngortitsisinnaanerup kinguneranik atuarnissap allannissallu (ilikkarnissaasa) ajornartorsiutigineqarnerat. Akuttunngitsumik – tamatiguunngitsumilli – ilaqtariinni, angajoqqaq, qatanngut aanaq aatarluunniit silassorissuugaluarluni atuarnissamik allannissamillu ilinniarnissamik ajornartorsiuteqartarpoq.

### Kingunerisinnaasai

Naqinnernik ilisarinnissinnaannginneq ukuningga kinguneqarsinnaavoq:

- ▶ Imartuumik oqaluttariarsorluni allattariarsorluniluunniit oqaatiginnissinnaaneq (oqaatsinik atuilluarsinnaaneq)
- ▶ Misigisat atorlugit oqaluttariarsorluni allattariarsorluniluunniit oqaatiginnissinnaaneq (iliuuseqarani paasinnissinnaaneq)

Atuarneq, naqinnernik atuarsinnaaneq, utertarneq, allassinnaaneq, oqalussinnaaneq, tusarnaarsinnaanerluunniit ajornartorsiutigineqalersarput. Ajornartorsiutit kingunerisarpaat inuit naqinnernik ilisarinnissinnaanngitsut inuiaqatigiit pissutsini assigiinngitsorpasuarni atuarnermut allattarnermullu annertuunik piumasaaqateqarnerat pissutigalugu pingaartinneqarajunngitsorujussuusarnerat.

Naqinnernik ilisarinnissinnaannginnerup annertususia kingunerisaanut pingaaruteqartorujussuuvoq aammalu inuit ataasiakkaat naqinnernik ilisarinnissinnaannginnermik iliuseqarfiginissaa ilikkarsimaneeraat pingaaruteqarluninarpoq, assersuutigalugu ilinniarnermi teknikki atorullu ikiuutit atorlugit.

Naqinnernik ilisarinnissinnaannginneq inuusuttuni assersuutigalugu imatut pisoqarnerani takuneqarsinnaavoq:

- ▶ Arriitsumik eqqorluangitsumillu atuarneq
- ▶ Naqinnernik eqqorluangitsumik allanneq – oqaaseqatigiinni ataatsini oqaatsit assigiit assiingitsunik allanneqartarput
- ▶ Atuarluni suliassat kinguartinneqartarnerat allannaveersaartarnerlu, tamassumalu oqaatsit atorsinnaasat killeqartilersinnaavaa

- ▶ Oqaaseqatigiinnik eqikkaasarnermik ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Oqaaseqatigiit pillugit apeqqutit ammasut akiuminaatsinneqartarneri
- ▶ Piffissami sivikitsumi pisunik eqqaamannissinnaannginneq
- ▶ Atuarnermi pisunut nutaanut periusissianulluunnuut naleqqussarsinnaanermik ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Piffissamik suliassanillu pilersaarusiorsinnaanermik ajornartorsiuteqarneq

Inuit inersimasut naqinnernik ilisarinnissinnaanngitsut uku oqaatigajuttarpaat:

- ▶ Atuarsinnaanermik ajornartorsiutit toqqortarneri
- ▶ Naqinnernik allannerluttarneq taamaammallu inuit allat ikiuinissaannik pisariaqartitsineq
- ▶ Atuaraveersaartarneq allannaveersaartarnerlu
- ▶ Eqqaamasanik tatiginninneq
- ▶ Silassorissutsimi periarfissat ataatingaarlugit suligajuttarneq
- ▶ Pilersaarusiornissamik, aaqjissuussinissami piffissamillu ajornartorsiuteqartarneq
- ▶ Ajorsartutut misigisimaneq, imminut tatiginninneq inuillu attaveqartarneranni kinguneri naqinnernik ilisarinnissinnaannginnerup kingunerisinnaavai.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Suliffeqarnermut ilinniagaqarnermullu tunngatillugu atorlut ikiuutit tapersiissutillu assigiinngitsut inuup naqinnernik ilisarinnissinnaanngitsup atorsinnaasaa eqqumaffiginissaat pingaaruteqarpoq.

Naqinnernik ilisarinnissinnaannginneq silassorissutsimut attuumassuteqanngilaq, inullu naqinnernik ilisarinnissinnaanngitsoq eqqortumik ikiorneqarluni taperseqarlunilu tamakkiisumik suliffeqarsinnaavoq.

## Neriniartarnermi ajuutit

### *Anoreksi, bulimi aamma imminut pinngitsaalilluni nerisarneq*

#### **Aamma takujuk 'OCD':**

Neriniartarnermi ajuutit nalinginnaanerpaat tassaapput:

- ▶ Anoreksi (neriumannginneq)
- ▶ Bulimi (nererujussuaqqajaaneq)
- ▶ Imminut pinngitsaalilluni nerisarneq

Inuit neriniartarnermi ajoqutilinnut imminut naleqartinninnermik, nerinissamik, nerisassamik, timimik, oqimaassutsimik isikkumillu ingasattajaarlutik isiginniartarnerat ataatsimut ilisarnaataagajupput.

Anoreksimut uku ilisarnaataapput:

- ▶ pualasuunissamik annilaangagisaqarneq
- ▶ pualasoorujussuartut misigisimaneq sanigorerunissamillu kissaateqarnerujussuaq – naak saluttuararsuugaluarluni
- ▶ nalinginnaasumik oqimaassutsip annikinnerpaamik 15 %-imik oqinneruneq (inuit anoreksepartut ilaat nalinginnaasumik oqimaassutsip 50-75 %-ianik oqinnerusarput)
- ▶ annikitsumik nerisaqartarneq (taamaallaat nerisassanik orsukitsunik), timimik atuinerujussuaq, imminut meriartittarneq aamma sanigorsaatinik anarsaatinillu kiisalu querusunnartunik atuineq

Bulimimut uku ilisarnaataapput:

- ▶ pualasuujunissamik annilaangagisaqarneq
- ▶ pualasoorujussuartut misigisimaneq – nalinginnaasumik oqimaassuseqararluarluni
- ▶ uteqattaartumik nererusuttarneq nererujussuarternerlu (pingaartumik nerisassat peqqinnangitsut nerisarlugit isertorajuttarlunilu, assersuutugalugu unnuakkut nerisarneq)
- ▶ imminut meriartittarneq aamma sanigorsaatinik anarsaatinillu kiisalu querusunnartunik atuineq

Anoreksip bulimillu assigiinngissutaat pingaarneq tassaavoq, inuit anoreksimik ajuutillit neriumanngittarnerat taamaammallu saluttuararsuusarlutik. Inuit bulimimik ajuutillit akerlianik nalinginnaasumik pualasartut, tassa nerinerusaramik tamassumalu kingorna meriarlutik atortullu assigiinngitsut atorlugit nerisat aniseqginniartarlutik. Pingaartumik arnat inuusuttuaqqat anoreksimik bulimimillu ajuuteqalertarput.

Imminut pinngitsaalilluni nerisarnermut ilisarnaataavoq nererujussuarterneq, tassani inuup naleqqutinngitsunik kinguneqaraluartoq nererujussuarusuttarini aqussinnaanagu.

Inuit ilaasa sooq neriniarnermi ajoquteqalertarnerat ajornaatsumik akissutissaqanngilaq. Timip pissusaa, tarnikkut inuillu akornanni kulturimi pissutsit ataatsimoornerat pissutaasarput. Neriniartarnermik ajoquteqarneq nappaataasinaavoq inuuneq tamaat ator-neqartoq.

#### **Kingunerisinnaasai**

Neriniartarnermik ajuuteqarnermi timikkut kinguneri tassaasinnaapput:

- ▶ uummatip, tingoop, tartut qaratsallu ajoqusernerat
- ▶ aqajaqqup seernartua pissutigalugu meriaqattaartarnerup kinguneranik kigutit iggjallu ajoqusernerat (anoreksimik bulimimillu ajuuteqarnermi)
- ▶ nerisat aqajaqqumi uunneqartarnerisa ajoquteqarnera
- ▶ qasoqqaneq
- ▶ pualasoorujussuuneq (imminut pinngitsaalilluni nerisarnermi)

## Neriniartarnermi ajuutit – nangitassaq

### *Anoreksi, bulimi aamma imminut pinngitsaalilluni nerisarneq*

Anoreksip bulimilluunniit kingunerinik sanigorujuussu-  
arnermi aamma imatut pisoqarsinnaavoq:

- ▶ Aaqartarunnaarneq, tillernerup annikinnera, kissarneqarneq aallu naqitsinerata appasinnera kiisalu atoqateqarusunnginneq hormonillu allanngorneri
- ▶ Inuusuttuni: Alliaratunnginneq kinguaassiorsinnaannginnerlu
- ▶ Nukissaaleqineq
- ▶ Qiiagajunneq uissanngusarnerlu
- ▶ Ammip nujallu talliaratortarnerisa allanngorneri

Neriniartarnermik ajuuteqarnermi tarnikkut kinguneri tassaasinnaapput:

- ▶ Eqqaamasaqarniarnermik aallussinissamillu ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Misigissutsit allanngorneri
- ▶ Imminut naleqartinnginneq
- ▶ Nikallunganeq isumatsassimangaarnerlu
- ▶ Imminut toqunnissamik eqqarsaateqarneq

Neriniartarnermik ajuuteqarnermi inuttut atukkatigut kinguneri tassaasinnaapput:

- ▶ Inuit attaveqatigiittarneranni tunuarsimaarneq kiserliornerlu
- ▶ suliffeqannginneq

### **Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut**

Inuit neriniartarnermik ajuuteqartut ullup ingerlanis-  
saanik annertuumik aqutsinissamik pilersaarusiornis-  
saanillu atorfissaqartitsigajuttarput. Taamaammatt su-  
liffeqarnermi ersarissumik aqqissuussamik sulinissap  
aaqqissuunneqarnissaa paasiuminartunillu suliassa-  
qarnissaa naleqqussinnaapput.

Aamma arriitsumik aallartinnissaaq naleqqutissaaq,  
tassa inuit neriniartarnermik ajuutillit sapinngisamin-  
nik pitsaasuliorniartarmata imminnullu piumaffigisar-  
torujussuusarmata. Akunnerit suliffissat suliassallu  
ajornassusiisa annertusiartuaartinneranni inuk nam-  
mineq naammasseqarnerminik naammaginnikkun-  
naarani piumasaqaatinut malinnaasinnaalernissaa ili-  
manarnerulertarpoq.

Qulaaniittunut tapiliullugu suliffiusinnaasup annertoo-  
rujussuarmik akisussaaffeqarnermik suliassaqarpal-  
laarnermillu kinguneqannginnissaa aamma pingaaruteqarpoq, tassa stressip naammangitsutut naleqannginerusutullu misigineq annertusissinnaammagit. Aamma inuup sulisitsisunut suleqatinullu naaggaarsinnaassutsimik sungiusarnissaa naleqquttuussaaq. Naaggaarnissaaq killiliinerlu inummut neriniartarnermi ajoqutilimmut pingaarnertut ajornartorsiutaagajuttarpoq, tassa inuup kikkut tamaasa iluarusunnissaat kisaatigisarmagu.

Naggasiullugu inuk ilinniarfimmi suliffeqarfimmiluunniit attaveqalernissamut tapersorsorneqarnissamik pisariaqartitsisinnaavoq, tassa inuk neriniartarnermi ajuutilik tunuarsimaartartorujussuummat inuillu attaveqatigiittarneranni peqatigiinnermilu peqataanngivittarluni.

Inuup suliffeqarfimmi inummik aalajangersimasumik attaveqarnissamik pisariaqartitsisinnaanerata eqqu-  
maffiginissaa pingaaruteqarpoq, inullu neriniartarnermik ajuutilik suliffimmi aallartisarnermi maligassiuisumik pisariaqartitsigajuttarpoq. Atorfinittoqareeraangat suliassanik suliarinnittartumut immaqalu Majoriami sulisumut ajornangitsumik attaveqartorsinnaassaaq, qaammatinilu arfinilinni siullerni qanimut malinnaasoqassalluni.

## Nipinik malussajaneq

**Aamma takukkit 'Pilattaalluni ikkutaq Cochlear (CI-mik pilattaalluni ikkussiffigitinnikut)', 'Tusilarneq Tusillannikorujussuillu', 'Tusillanneq', 'Morbus Menière' aamma 'Tinnitus'.**

Nipinik malussajaneq aamma taaneqartarpoq hyperacusis, nassuiaasemeqarlunilu nipit nipituut siutinut qaratsamulluunniit annernartut. Nipinik malussajaneq amerlanertigut pissutaasarpoo qaratsap nipinik suliarinnittarnerata allanngornera. Tassaavoq qaratsap paasissutissanit iluaqutaasunit tunuani nipinik soqutaanngitsunik immikkoortitsisinnaassusia. Qaratsap immikkoortitsisinnaassusia annikillismappat ulluinnarni nipit nalinginnaasut atussaajunnaartarput. Qaratsap immikkoortitsisarnera pissutsinit assigiinngitsunit sunnerneqarsinnaavoq, assersuutigalugu stressi, annilaanganeq, tinnitus aamma tusillanneq. Qaratsakkut sajuppillatsitsinikkut pukutsukkullu ajoquseriataarnikkut sunnerneqarsinnaavoq. Nipinik tusaaniarnermilu allanik ajornartorsiuteqanngikkaluarluni aamma nipinik malussajasoqarsinnaavoq.

Nipinik malussajaneq peqatigitillugu tusillassimagaanni tusaasinnaasat annertussusaat sunnerneqarsinnaavoq. Tusaasinnaasat annertussusaat tassaavoq tusaqqalaarsinnaasanit nipit annertunerpaaffianut tusaassallugit annertuallaalertumut. Tusillanneq peqatigitillugu tusaasinnaasat annikillisarput, taamaalilluni tusaaneqarsinnaassappat nipitunerussalluni, peqatigitillugulu nipit qaratsamut annertuallaalernissaanut nipi nipikinnerussalluni. Tamassuma tusartaatinik atuineq sunnertarpar, tassa tusartaatit nipinik malussajaneq ajornartorsiutaalersinnagu imaalinnarluni nipittorneqarsinnaanngimmata. Tusaasinnaasat annikillinerat kinguneqartarpoq nipikitsut tusaaneqarsinnaannginnerat nipillu nipituut qaratsamut siutinullu annernalertarnerat.

Tusaasinnaasat annertussusaanni nipikitsut nipituullu assigiinnginnerat taamaalilluni annikillisarpoq. Tamassuma inuup tusartaatinik, isiginnaarummik nipillu pinngorfiinik allanik nipittuinnarsinnaannginneranik kinguneqartarpoq. Nipinut imminut illersornissaq pisisissamisoortutut misinnartarpoq. Nipinut imminut illersorneq ajoraluartumik ajortunut aallarniutaagajuttarpoq, tassani nipit annertusiartortumik toqqissimanarunnaariartortarlutik. Suliarornissaq inunnillu allanik peqateqarnissaq ajornakusuulersinnaavoq.

### Kingunerisinnaasai

Nipit ippinnartutut misinnalerpata ulluinnarni atukkat artornarnerusutut misinnarnerannik kinguneqarsinnaavoq, pingaartumik inuit amerlasuut peqatiginissaat nipiliorfimmiiinnissarlu.

Nipinik malussajaneq kingunerisinnaasai ilaatigut tassaasinnaapput:

- ▶ Paasinninnissamut nipit naammagunnaarnerannik ajornartorsiuteqarneq, peqatigitillugulu nipit nipituut ajoqutaasullu pinngitsoorniarneri
- ▶ Inuit attaveqatigitarnanni peqataannginneq
- ▶ Sunngiffimmi sulinermilu inunnik amerlasuunik peqateqarnissamik nipiliorfimmiiinnissamillu ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Aallussisinaanermik ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Qasoqqaneq
- ▶ Sinissaaleqineq

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Suliffeqarnermut tunngatillugu uku eqqumaffiginissaat naleqqukkajuttarpoq:

- ▶ Pisoq pillugu aqutsisunut, suleqatinut suleqatigisanullu ammasumik nalunaaruteqarneq
- ▶ Inuup allaffinni angisuuni ammasuni sulinissaq ajornakusoortissinnaavaa
- ▶ Inuup inip suliffiup immikkut aaqjissuunnissaa atorfissaqartissinnaavaa

Inuk immikkut ilisimasalinnit siunnersorneqarnissamik pisariaqartitsisinnaavoq

## Noqartarneq

Noqartarnermi nappaatit assigiingitsorujussuupput, assigiissutigaallu noqartarnermik kinguneqartarneri. Noqarnerit qaratsap ilaani annertunerusumi annikinerusumiluunniit innaallagiaasatut nalinginnaanngitsumik qupinnguallatsitsineranit pilersinneqartarput.

Noqartarnermut pissutaasut assigiingitsut arlaliupput, tassa nappaatit, ajoqusernerit iliuutsillu nalinginnaanngitsut qaratsamik sunniisartut tamarmik noqartarnermik pilersitseriaannaasarmata. Assersuutigalugu pissutaasinnaavoq aammik milittoornerit qaratsamiluunniit aanaartoornerit. Amerlasuulli sunik pisuteqartumik noqartitsilersarnerat erseqqisumik ilisimaneqanngilaq.

Noqartoqartarneranut qaratsap qanoq allisigitigisimamera aamma qaratsap tamarmi ilaannaataluunniit sunneqarsimamera apeqqutaapput. Noqarnerit assigiingitsorujussuusinnaapput, assersuutigalugu takuneqarpiarsinnaanngitsut, sivikitsumik eqqarsaatsit sumiinneri nalunarnerisigut, pissusilersornerup tassanngaannaq allanngorneratigut timiluunniit tamarmi sajulluni noqartoqarneratigut. Pingaartumik kingulleq noqartoqartarneratut amerlasuunit paasineqararpoq, naak taakkunnga taamaallaat 30 %-iisa missaat taamatut noqartaraluartut.

Noqartarnerit pingaarnernut marlunnut immikkortinneqarsinnaapput:

- ▶ Ilisimalluni noqarneq: Noqarnerit qatsap ilaannaanit aallaaveqartarput
- ▶ Tamanut tunngasumik noqarnerit: Noqarnerit qaratsap ilorpiaani aallartittarput qaratsamullu tamarmut sukkasuumik siaruaattarlutik

### Ilisimalluni noqarneq:

Ilisimalluni noqarneq assersuutigalugu timikkut takusutissatigut ukunatigut malugineqarsinnaavoq misigineqarsinnaallunilu:

- ▶ Qarsorneq, aappillerneq, qiaammerluni amqip tinumasuaraninnera, naamiit sakissamut qummut malugisaqarneq, kiinnami, niuni taliniluunniit nukit eqisarnerat
- ▶ Nillimik-kiammik sunnerneqartut misigisimaneq, naamasanit, mamassutsinit, isigigisaqarnermik tusaasaqarnermillu sunnertinneq

Tarnikkut takusutissanut assersuutit tassaapput takorruugaqarneq, piffissamik misiginerup allangornera (deja-vu), ingasaassilluni tarnikkut ajuuteqarnermut takusutissat soorlu annilaanganeq, isumatsassimangaarneq piumassuseqarnerlu. Ilisimalluni noqarnermi inuk ilisimaannartarpoq taannaluunniit sunnerneqartarluni, inulli ilisimajunnaarani. Inuup timaa nammineq pissusilersorsinnaavoq siunertaqanngitsumillu uteqattaartumik aalasinnaasarluni, assersuutigalugu tamualluni misarpalutsitsisarluunilu. Ilisimalluni noqarneq ilaatigut noqarninnguussinnaasarpog, tassa innaallagiaasatut qupinnguallannerit qaratsamut tamarmut siaruaattarmata taamaalillunilu ilisimajunnaarnermik kinguneqarluni.

### Tamanut tunngasumik noqarnerit:

Tamanut tunngasumik noqarnermi inuk tamatigorlu innangajak ilisimajunnaartarpoq. Noqarnerit assersuutigalugu ukunatigut takuneqarsinnaapput:

- ▶ Noqarneq: Uani nukit siullermik qerartarput taavalu tallit niullu kingusinnerusukkat aalalerlutik. Inuk noqareernermi kingorna qasuersertariaqartarpoq immaqalu silattornermi timi annernarsinnaalluni, inuk puffajasinnaalluni, puujutusunnaalluni, paatsiveerusimaarsinnaalluni niaqorlussinnaalluniluunniit.

## Noqartarneq – nangitassaq

- ▶ Malunnangitsumik silaarunnerit: Noqarneq sekundialuinnarni sivissusueqartarpoq. Tassani inuk attavigineqarsinnaangvissortarpoq. Noqarnerup sivikinnera pissutigalugu inuk ilisimajunnaamikuugaluarluni uppinneq ajorpoq. Noqarneq qaangiuppat inuk uteqqipallattarpoq sulianilu sunnerneqarani ingerlateqqiittarlugit.
- ▶ Nukiit eqikkarnerat: Nukiit ataatsimoortut ataatsit arlallilluunniit illugiimmik eqikkarnerat, niaqqup, tallit kiasiullu aalanerisigut takuneqarisinnaasoq. Nukiit ataasiartumik tulleriiaarlutilluunniit eqikkarsinnaapput, nalinginnaasumillu silaqaannartoqarajuttarluni. Nukit eqikkarnerat ulaaqqut pigajunnerusarput imatullu sakkortutiginnaapput inuup tigummisani miloriuttarlugit.
- ▶ Sivikitsuararsuarmik noqarneq: Inuk nukeeruttarpoq uppillunilu.
- ▶ Timi tamarmi qerattarluni sivikitsumik noqarneq: Sivikitsumik noqarneq timip ilaa tamarmi-luunniit qerattarluni uppillunilu.

### Pissutsit noqartitsilersartut

Noqartarneq pissutaanerulluni noqartoqartarpoq. Pissutsilli assigiinngitsut noqartarnermut pissutaaneruisinnaapput, assersuutigalugu:

- ▶ Nakorsaatinik iisinissap puigornera
- ▶ Timikkut tarnikkullu stressernej
- ▶ qasoqqaneq
- ▶ hormonit allanngornerat, assersuutigalugu aaqartarnerni
- ▶ imigassaq
- ▶ qaamanerit aalajangusersut

### Noqartoqarnerani ikiueqqaarneq

Eqqissisimagit, inuup inuunera navianartorsiunngilaq.

- ▶ Inuk aportinnaveersaaruk annernaveertillugulu, assersuutigalugu niaquata ataanut tujuulummik assigisaanilluunniit ilisigut.
- ▶ Inuup qarnganut mangussinak, kigutit ajortissavai
- ▶ Noqarnerit unitsinniarsarinagit.

- ▶ Noqarnerit qaangiuppata inuup saneraanut ilillugu ajoquteqaanngitsumik anersaartornissaa isumagiuk
- ▶ Noqarnerit minutsinik tallimanik sivisuneruppata, noqaqattaarpat, uffarnermi noqarpat inulluunniit ajoqusersimappat ambulancinut sianerit.
- ▶ Inuup silattoqqinnissaata tungaanut inuullu nammineersinnaalernissaata tungaanut najoruk.

Noqarnerit tamarmik noqarneruiunngillat. Noqariviunngitsunik noqarneq pineqarpat inuup silaqarnera annertunerusumik annikinnerusumilluunniit sunnerneqarsinnaavoq, assersuutigalugu paasissaanngitsunik oqalunneq, annilaanganeq, eqqarsaatsit sumiinneri nalunarnerat siunertaqaanngitsumilluunniit iliuuseqarneq. Uani ikiueqqaarnissamut siunnersuutit tassaassapput eqqissisimagit, inuup imminut ajoqusinnginnissaa isumagiuk inullu silattoqqinnissaata nammineersinnaalernissaatalu tungaanut najoruk.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Noqartarnermik nappaatillit tamarmik 35%-iisa misaat katsorsarneqarnissamut periarfissaqaraluartoq noqartarnerit qaangersinnaanngilaat. Ilisimasat misilittakkullu ersersippaat taakku ilinniagaqarnermut sulinerimullu tunngatillugu ajornartorsiutigisnaasaasa eqqumiffiqineqarnissaat tunngavissaqarluartoq.

Noqartarnerit nammineq annertuunik killeqartitsineq ajorput, kisianni nakorsaatinik katsorsaanerme sania-tigut sunniutit assersuutigalugu qasoqqaneq, assaat sajunneri merianngunerluunniit aamma ajornartorsiortitsilersinnaapput. Paasinnittarnermi ajornartorsiortitsisnaavoq, assersuutigalugu eqqaamasaqartarnermi, aallussinermi malinnaanermilu ajornartorsiutit. Taakkugajupput noqartarnermi atukkat takussaangitsut ilaat. Peqatigillugu noqartarnermik nappaateqarnermut atatillugu annertuumik allanik nappaateqarneq takussaasarpoq, assersuutigalugu annilaangassuteqartariaannaaneq isumatsassimangaannaariaannaanerlu.

## Noqartarneq – nangitassaq

Inuit noqartartut suliffeqarnissamut naleqquttumik piukkunnarsarnerat innuttaasup, pisortat katsorsaavi-ullu qanimut suleqatigiinnerisigut pitsaanerpaamik pi-sarpoq. Ingerlatsinermit eqqortumik tamakkiisumillu ilisimasaqalernissaq pingaaruteqarpoq.

Apeqqutit ataaniittut noqartarnerup ulluinnarni suli-nermilu inunnut ataasiakkaanut qanoq sunniisarne-rata paasiniarnissaanut ikiuutaasinnaapput:

Noqartarnerit: Noqartarnerit suut qanorlu amerlatigi-sut pineqarpat? Inuk qanoq akulikitsigisumik qanorlu sivistigisumik noqartarpa? Sunik kinguneqartarpa? Noqarnermut atatillugu immikkut tapersiisarnissaq atorfissaqartinneqarpa? Ullup unnuallu ingerlanerani aalajangersimasumik piffissani aalajangersimasuni noqartoqartarpa? Akerlianilluunniit? Inuk noqalerneran-ut siumut takussutissaqartarpa? Noqarnerup qa-noq pinissaanik missiliuisoqarsinnaava? Noqartarnerit taakkulu suuneri maannakkut siunissamilu suliffeqar-nissamut isumannaallisaanermi ajornartorsiutitaqar-pat?

- ▶ Katsorsaaniissamut periarfissaq: Tamakkiisuup-pat imaluunniit suli periarfissaqarpa? Noqartar-nermut atatillugu allanik nappaateqartoqarpa?
- ▶ Paasinnittarnermi ajornartorsiutit: Suut? Sunik ikiorsiivigineqarsinnaappat? Sianiutikkut-tarnik-ut misissuisoqassanersoq isumaliutigineqarta-riaqarpoq.
- ▶ Nakorsaatit/katsorsaanerup saniatigut sunniu-tai: Suut? Iliuseqarfigineqarsinnaappat? Ataavartuuppalluunniit?
- ▶ Malinnissinnaaneq: Arlaannik eqqumaffissaqar-tariaqarpa? Inuk nakorsaatilik tamatigut iisisar-pa? Akuttunngitsumilluunniit puigortarpa?
- ▶ Biilersinnaanermut allagartaq: Inuk biilersinnaa-nermut allagartaqarpa? Piffissanik biileqqusaan-ngiffeqarpa?

Danmarkimi noqartartut peqatigiiffiat suliamik inger-latsinermit annertuunik ilisimasaqarpoq misilittaga-qarlunilu. Peqatigiiffik taamaammat ilaasortanit suli-a-millu ingerlatsisunit atugassanik sammisat arlallit pillugit annertuunik atortussiornikuuvoq, nittartagaq epilepsiforeningen.dk takujuk.



## Nukeeruttoorneq

Nukeeruttoorneq nappaatinut arlalinnut sianiutit nukiillu suleqatigiinnerannik sunniisartunut ataatsimut taaguutaavoq. Nukeeruttoorneermi nukit ataasiakkaat nukiillu ataatsimoortut suujunnaariartornerisigut nukeerukkiartortoqartarpoq, peqatigitillugulu nukit amerlasuutigut saannerulertarlutik.

Inerikkiartornermi nukeeruttoorneermik nappaatit qaqugukut takkunnersut, qanoq ajorsiertortarnersut, timikkut innarluutinik sunik kinguneqartarnersut assigiinngillat. Tamassumunga pissutaavoq, nappaatit timimi assigiinngitsuni nukit atorneqarnerannik sunniisartunik eqquisarnera.

Nukeeruttoorneermik nappaatit tamarluinnangajammik timikkut kingornussat kukkuneqarnerannik pissuteqartarput.

### Kingunerisinnaasai

Nukeeruttoorneq qaangerneqarsinnaanngilaq, kingunerili assigiinngitsut annikillisinniarlugit iliuuseqanngaatsiartoqarsinnaavoq, nukeeruttoorneermik nappaat aalajangersimasoq sorliunersoq apeqqutaalluni.

Nappaammut takussutissat ataasiakkaat kinguneri, katsorsaasarneq atortullu ikiuutit Rehabiliteringscenter for Muskelsvind-ip nittartagaani [www.rcfm.dk](http://www.rcfm.dk) sukumiisumik allaaserineqarnikuupput. (qallunaatuinnaq).

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inersimasut amerlasuut nukeeruttoorneermik sulisarput – nalinginnaasunik atugassaqartinneqarlutik, allatigut atortunik ikiorserneqartarlutik. Sulinermi atortunik atuinissamut periarfissaqarneq aamma pisariaqartumik tikinneqarsinnaalersitsiniarluni, tikinneqarsinnaanermut aaqqiinerit annikitsut eqqumaffiginissaat pingaaruteqarpoq.

Meeqqat inuusuttullu nukeeruttoorneermik amerlanersaat nalinginnaasumik ilinniagaqartarput – immaqa tapersorneqarlutik ilinniatitsinermiluunniit tapersorneqarlutik.



## OCD Anigorneq ajornartunik eqqarsaateqartarnek/iliuuseqartarnek

### **Aamma takukkit 'Neriniarnermi ajornartorsiutit' 'Imminut toqunnissamik eqqarsaateqarnerit/iliuuseqarnerit'**

OCD (Obsessive Compulsive Disorder) uteqattaartunik anigorneq ajornartunik eqqarsaateqarluni immaqalu anigorneq ajornartunik iliuuseqartarluni tarnikkut ajuutaavoq. OCD sakkukitsuusinnaavoq, akunnatumik sakkortussuseqarsinnaavoq sakkortoorujussuusinnaalluniluunniit.

OCD-mut pissutaasoq tassaasoq tarnikkut sianiutillu sananeqaasiini pissutsit ataatsimoortillugit ajuutaasoq isumaqarfigineqarpoq. Nappaat avataani pisunit akuttunngitsumik atorneqalersinnaavoq, assersuutigalugu angajoqqaat avinnerat, atuarfimmi ajornartorsiutit, ajornartoorerilluunniit allat. OCD anigorneqarsinnaanngitsumik ajuutaavoq, inuilli amerlasuut eqqortumik katsorsarneqarlutik kinguneri inuunerminni piffissami sivisuumi ajuutit ilaatigut atorunnaarsinnaavaat.

Eqqarsaatit anigorneq ajornartut inuup isumaqanngitsut ingasattajaarnerusullu ilisimagaluarlugu eqqarsaategisaqattaarsinnaasarpai. Taamatullu inuk isumaqaraluarluni iliuutsit anigorneq ajornartut eqqumiitsusut immaqalu kanngusuutigisaraluarlugit inuup iliuuserisaqattaartarpai. Inuup eqqarsaatsit anigorneq ajornartut akiorunigit anigorneerlu ajornartunik iliuuseqarnaveersaaruni inuk annilaangalissaaq iluaalliulerlunilu.

Sakkortuumik anigorneq ajornartumik iliuuseqartarnermut assersuutissaaq tassaavoq asattortarneq, inuk tassani piffissami sivisuumi ullormullu amerlasooriarluni errortortarluni. Iliuserisartagaq qaangiinnerneqarpat inuup bakterissat pissutigalugit napparsimalernissani ernumagisarpaa. Anigorneq ajornartumik iliuuseqartarnek alla nalinginnaasoq tassaavoq matu parnaarsimanersoq kissarsuulluunniit qamissimanersoq misissorneqaqattaartarneri, tassa inuk taamaliunngikkuni tillinniartoqarnissaanik ikuallattoqarnissaaniluunniit eqqarsaateqarnermik naalliuteqassagami.

Eqqarsaatini anigorneq ajornartuni aamma pineqartarpoq allat ajoqusernissaannik annilaangagisaqarnek, tassaasinnaavoq anaananngorlaaq meeqqamini ajoqusiinissamik annilaangagisaqartoq taamaamallu taamatut misiginiarnani aalajangersimasunik iliuuseqartartoq.

Imminut ajoquserluni iliuutsit anigorneqarsinnaanngitsumik iliuusaapput immikkut ittut, tassani tarnikkut oqinnerusunik atugaqarniarluni imminut ajoqusertoqartarluni. Tamassuma kinguneraa inuk imminut ajoquserluni iliuuseqanngikkuni tarnikkut iluaalliortut misigisarnera. Imminut ajoquserluni iliuutsit tassaasinnaapput:

- ▶ Cutting – imminut kilertiterneq
- ▶ Trikotillomani – imminut nujaartorluni nutsat piiaarneri
- ▶ Onychophagia – kukinnik annertuumik kimmaasarneq
- ▶ Skin picking – imminut amikkut attuuasarneq
- ▶ Nakorsaatnik atorerliuineq – annertuumik nakorsaatitortarneq
- ▶ Neriniarnermi ajornartorsiutit – assersuutigalugit imminut perllersittarneq ingasaalluguluunniit nererujussuutarneq

Imminut ajoquserluni iliuuseqartarnerit pinngitsuuisinnaannginnermut assingusunik kinguneqarajuttarput, assersuutigalugu imigassamik atorerluinnermut assersuunneqarsinnaasut. Inuk iliuuseqarnermigut aanngajaarnermut assingusumik misigisaqartarpoq, taamatullu iliuuseqanngikkuni kingunerlutsitsinnermut assingusumik misigisararluni. Imminut ajoquserluni iliuuseqarnerit ajoqutaasumik tarnikkut misigisimasanik isertuiniarnermut, annikillisitsiniaanermut aqutsiniaanermulluunniit periusissiaqarnermik takutitsisarput. Tamanna isumaqarpoq imminut ajoquserluni iliuuseqartarnek inuup sunniuteqartumik iliuuseqarfigisinnaanngisaminik misigissutsinik ajornakusoortunik iliuuseqarniartarnera. Stressip tarnikkullu artorsaatit allat inuup imminut ajoquserluni iliuuseqartarneri akulikillissinnaavai.

## OCD – nangitassaq

Eqqarsaatit iliuutsillu anigorneq ajornartut assersuutigalugu neriniarnermi ajornartorsiutinut, tarnikkut inuup isumaanik misigissusaanillu ajoqusiisumik nappaateqarneranut, annilaanganermut, Tourette Syndromemut aamma Body Dysmorphic Disorderimut atasuteqarput. Tourette Syndromemi inuk aqussinngaangisamik aalasarpoq nipiliortarlunilu. Tamassuma saniatigut akuttunngitsumik aallussisinnaanermik ajornartorsiuteqartoqartarpoq, uniffeqanngittoqartarpoq, anigorneq ajornartunik eqqarsaateqartoqartarpoq iliuuseqartoqartarlunilu. Body Dysmorphic Disorder kinguneqartarpoq inuup nalinginnaasumik isikkoqaraluarluni isikkuni ajoquteqartutut misigisarnera. Iliuutsimi anigorneq ajornartumi taamaalilluni ilaatigut pineqartarpoq uteqattaartumik akerlianilluunniit tarrarsuummi imminut isigineq, akerlianik iliuuseqarnermi pineqarpoq tarrarsuummi, assini assigisaannilu imminut takunnginniameq. Aamma pineqarsinnaavoq inuup timiminik paarinninnerujussua, assersuutigalugu niut meqquiaqattaartarlugit, illaaqattaartarluni qalluujaaqattaartarlunilu.

### Kingunerisinnaasai

Inunni OCD-mik ajuuteqartuni taakkununga ilanngulugit ajuutit arlallit takuneqarsinnaagajuttarput, assersuutigalugit:

- ▶ Neriniarnermi ajornartorsiutit –anoreksi, bulimi anigornerlu ajornartumik nerisarneq
- ▶ Isumatsassimangaarneq
- ▶ Annilaanganeq – pingaartumik nappataalersumik annilaangagisaqarneq maajuginnineq kiisalu uiverluni annilaanganeq
- ▶ Imminut toqunnissamik eqqarsaatsit iliuutsillu

Inuit anigorneq ajornartumik eqqarsaateqartarnermik iliuuseqartarnermillu ajuutillit inuit attaveqaaqatigiitarnerranni kiserliulerajuttarput, tamannalu ilaatigut piffissap ingerlanerani suliffeerunnermik kinguneqarsinnaavoq.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuit anigorneq ajornartumik iliuuseqartartut suliffeqarluarsinnaagajuttarput, aammalu sukumiisumik eqqortumillu suliaqartarnertik pillugu nuannarineqarajuttarlutik. Inuit sakkortuumik anigorneq ajornartumik iliuuseqartarnermik takussutissallit akerlianik pi-

sinnaapput, tamakkulu inuit allat akornanniinnissaq suliffeqarnissarlu ajornakusoortilerajuttarput.

Kingullertut taaneqartut inuk nutaamik suliffittaaraangat sukkaatumik aallartisarnissaa naleqqukkajuttarpoq. Inuk tamanna peqatigalugu katsorsarneqarpat pitsaanerugajuttarpoq. Inuit anigorneq ajornartumik eqqarsaateqartartut iliuuseqartartullu anigorneq ajornartumik eqqarsaateqalersarnermut tunngatillugu kajumissaarneqarnissamik kiisalu iliuutsit anigorneq ajornartut qaangeriartuaarnissaannut tapersorneqarnissamik pisariaqartitsigajuttarput. Assersuutigalugu inuk nappaammik assigisaanilluunniit tunillanqariaannaanini pissutigalugu allat akornanniinnissamik annilaangagisaqarsinnaavoq. Inuk taamatut annilaanganerup iliuuseqarfiginissaanut taperserneqarnissamik pisariaqartitsigajuttarpoq, taamaalilluni inuit allat akornanniinnissamik pitsaasunik misilittagaqaleriartussalluni.

Tamassuma saniatigut inuup suliffeqarfimmi inummik aalajangersimasumik attaveqarfeqarsinnaanermik pisariaqartitsisinnaanera, inuullu tarnikkut ajuutillip suliffeqarfimmi aallartisarneqarnerani maligassiuusumik pisariaqartitsigajussinnaanera eqqumaffigissallugit pingaaruteqarpoq.

Atorfinitsisisoqareeraangat suliassanik suliarinnittartumut Majoriamiluunniit sulisumut ajornanngitsumik attaveqartoqarsinnaassaaq, qaammatinilu arfinilinni suillerni qanimut malinnaasoqassalluni.

### Annerusumik paasisaqarumangaanni attavissaq



#### SugisAQ

Tarnikkut eqqarsartaatsikkullu napparsimasut ilaqaataasullu peqatigiiffiat

Mail: [sugisAQ@sugisAQ.gl](mailto:sugisAQ@sugisAQ.gl)

## Osteoporose Saarngit napianerat

Osteoporose saanerni nappaataavoq, tassani saarngit ipiutaasartaasa annertussusiat nakuussusaallu annikitsuararsuusarlutik. Saarngit ipiusartaat taamaalullutik inunnut taamatut nappaateqanngitsunut sanilliullugit saannerusarput sulluarartooqarnerusarlutillu.

Osteoporose pissutigalugu saarngit napineranni paffiit, qiteralik quttoqqallu saarnga napigajunnerupput. Inuit osteoporosemik ajuutillit inunnut osteoporosemik ajuuteqanngitsunut sanilliullutik timimi allani napigajunnerusarput. Pissutsit arlallit saaneerukkiartorneq annertusisinnaavaat, saaneqassuserlu nalinginnaasumit sukkanerusumik annikillisinnaalluni. Taakku assersuutigalugu tassaapput:

- ▶ kingormussat
- ▶ siusissukkut aqassaarneq
- ▶ imigassamik tupamilluunniit annertuumik atuineq
- ▶ binyrebarkhormonimik atuineq
- ▶ timip inuussutissaminik sularinninnerani nappaatit
- ▶ kalkeqannginneq nerisassallu D-vitamineqannginerat
- ▶ timigjissartannginneq

Inuk osteoporoseqassaaq annikitsumik ajutoornermi ulluinnarniluunniit nalinginnaasumik suliaqarnermi qiteralimmi napsiqarpat imaluunniit quttoqqap saarnga napippat. Inuk aamma osteoporoseqassaaq tunumi siffiamiluunniit saarngit ipiutaasartaat inuit suiaaqatit nalinginnaasumik saarnгинi ipiutaasaannut sanilliullugu 25 %-it sinnerlugit annikillippata.

### Kingunerisinnaasai

Saanerni napsiqarsimatinnagu osteoporose kinguneqassanngilaq, tassa saarngit sulluarartuujunerat anniarnermik allatulluunniit ippigisaqarnermik namminneq kinguneqarneq ajormat.

Osteoporosemut atatillugu napinerinut kingunerinut sumi napsiqarnera ilaatigut apeqqutaavoq. Taamaammatt napinerup inunnut ataasiakkaanut sunik kingunera allanngorartarpoq.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Suliffeqarnermut tunngatillugu immikkut mianerisassat pillugit erseqquissumik oqartoqarsinnaanngilaq, tassa inuk timimini sukut napinersoq apeqqutaammat. Paffimmi napineq qiteralimmi napinerup assinganik kinguneqassanngilaq. Napinerup kinguneri aamma suliffigisamut aalajangersimasumut atatillugu isigineqassapput. Taamaammatt saanerni napinerit ataasiakkaarlugit nalilerneqassappat, suut mianerineqassappat, sulinermi atortuusinnaasut tapersiisutaasinnaasullu suut atornerqarluarsinnaappat.

## Parkinsonip nappaataa *Parkinsoneqarneq*

Parkinsonip nappaataa sianiutikkut nappaatit nalinginnaanerpaat ilagaat. Nappaat arriitsumik takkukiartortarpoq, nappaammillu suussusiliinnginnemi takussutissat amerlanersaat annikitsuusarput. Nappaammik suussusiliiffiqineqartut agguaqatigiissillugu ukiui 61-iupput, aammali ukiut 20-t naangajalernerani inuusunnerusunit aamma nappaatigineqartarpoq.

Nappaammut pissutaavoq qaratsap dopaminimik imaata annikillinera. Dopamin nalunaaruteqartarnermi akuuvoq qaratsap immikkoortuisa timip aalanerani aqutsisut akornanni nalunaaruteqartarpoq. Nappaammut pissutaasut ilisimaneqanngillat.

### Kingunerisinnaasai

Parkinsonip nappaataa anigorneqarsinnaanngilaq sunniukkiartupallalartarlunilu, kingunerilu inummiit inummut assigiinngitsorujussuusalutik. Piginnaasat annertussusaat inunnut ataasiakkaanut ullormiit ullormut assigiinngiaartarput, ilaatigullu inuup qanoq siviutigisumik napparsimasianera, peqqissutsimi pissutsit allat nakorsaasersorneqarnerlu apeqqutaapput. Pitsaasumik katsorsarneqarnermi amerlanerit takussutissaat annertuumik annikillisinneqartarput, nappaallu pissutigalugu inuuneq sivikinnerulertarani.

Parkinsonip nappaataa pingaarnernik pingasunik takussutissaqartarpoq. Nappaammik suussusiliissagaanni ukuninnga ikinnerpaamik marluk atuutissapput:

- ▶ Nukit eqarneri – akuttunngitsumik pingaartumik timip illuatungaani
- ▶ Qasuersaartilluni sajunneq – immaqa aallaqqaammut assammi ataatsimi annikitsumik sajunneq
- ▶ Aalanerit arriitsut – immaqa tallip ataatsip niullunniit ataatsip aallaqqaammut eqarnerulernera

Timip atorpeqarsinnaanerata ajornakusoornerata saniatigut takussutissat uku pineqarsinnaapput:

- ▶ Nalinginnaasumik qasuneq sinissaaruttarnerlu
- ▶ Arriitsumik aalasarneq qisuariartarnerlu
- ▶ Timip aalalluarsinnaanerata ajornartorsiutaanera
- ▶ Uppinnaveersaartarnermik pisunermillu ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Oqalunnissap ajornartorsiutigineri nipillu nipaannerulernera

- ▶ Kiinaq atorlugu takutitsisarnerup annikillinera (“stoneface”)
- ▶ Timitaqanngitsumik eqqarsarsinnaanerup aallussisinnaanerullu annikillinerat
- ▶ Pissutsit imminnut atanerinik, aqqqissuussinerinik ataatsikkullu suliassanik arlalinnik tamanik takunnissinnaanerup ajornakusoorinera
- ▶ Iisiniarnermik ajornartorsiuteqarneq qisillu seerineri
- ▶ Timip nerisanik suliarinnissinnaanerani ajornartorsiutit
- ▶ Anniarneq misigisaqarsinnaannginnerillu

Parkinson ”sajunermik nappaateqarnertut” ilisimaneqarpoq, inunniilli pingasunit Parkinsonip nappaateqartunit taamaallaat marluk sajuttarput, akuttunngitsumillu timimik atuilluarsinnaanermik ajornartorsiuteqarneq malunniutini ersarissuni ippinnarnerpaajusarpoq. Inuit Parkinsonip nappaataanik nappaatillit misigisarpaat Parkinsonip nappaataanik nappaateqarnermi paasinnittarnermik takussutissanillu ersinngitsunik timip atuilluarsinnaanerani ataatsimut isigalugu sunniinerpaajusartut.

Kinguneri timip illuatungaani takuneqarsinnaagajuttarput kingusinerussukkullu timimut tamarmut siaruaattarlutik. Nappaat sunniukkiartupallalersarpoq, aallaqqaammullu sunniuteqarluartumik nakorsaattit atorlugit katsorsarneqarsinnaasunik annikitsunik kinguneqarsinnaalluni. Napparsimaneq kingusinnerussukut ajortikkiartortarpoq, tassa kingunerisa amerlassusaat sakkortussusaallu annertusisinaammata. Napparsimanerimi piffissami tassani pilatsinneq pumpillunniit atorlugit nutaaliaalluinnartunik katsorsaanissaq isumaliutigineqarajussaaq.

## Parkinsonip nappaataa – nangitassaq

### Parkinsonip nappaatai nalinginnaasuunngitsut

Taaguummi parkisoneqarnermi Parkinsonip nappaataa nalinginnaasup (immikkut nappaatip) saniatigut Parkinsonip nappaatai nalinginnaasuunngitsut takusaapput. Parkinsonip nappaatai nalinginnaasuunngitsut Parkinsonip nappaataa nalinginnaasup ilaannaannik assigiisuteqarpoq.

Parkinsonip nappaatai nalinginnaanngitsut ilaatigut tassaapput:

- ▶ Multisystem Atrofi (MSA)
- ▶ Progressiv Supranukleær Parese (PSP)
- ▶ Corticobasal Degeneration (CBD)
- ▶ Puigortunngorneq Lewy Bodies ilanngullugu (DLB)

Nappaatit nalinginnaanngitsut taakku amerlanertigut inuunermik sivikillisisarput. Inuit nakorsaatinik katsorsarneqarnek ataatsimut isigalugu iluaqutigineq ajorpaat pilallugillu katsorsarneqarsinnaanatik.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuit Parkinsonip nappaataanik nappaateqartut suliffeqarneranni pissutsit arlallit isiginiarnissaat naleqqussinnaavoq:

Timikkut kingunerisa eqqumaffiginnissaat pingaartuuvog, assersuutigalugu:

- ▶ Timimik atuilluarsinnaanermik ajornartorsiutit (illuatungaaniinnerusartut) ilaatigut qarasaasiami allannissaq sakkullu assersuutigalugu qinneriaatip atornissaat sunnersinnaavaa.
- ▶ Uppinnaveersaarnermik ajornartorsiuteqarnek, timimut artornartunik suliaqarnissaq ajornakusoortilersinnaavaa aammalu majuartarfiit stilladsillu sulinermilu atortut taakkununga assingusut atornissaat ajornakusoortilersinnaallugu.
- ▶ Pisussinnaanerup annikillinera maniitsunilu pisunnissamik ajornartorsiuteqarnek, suliaqarnissaq timimut artornartut annikillinneqartariaqarnerannik suliarineqannginnissaannilluunniit kinguneqarsinnaapput.

- ▶ Oqalunnermi nipip nipikillinera kingusinneruskullu oqalunniarnermik ajornartorsiuteqarsinnaaneq, assersuutigalugu inuk ilinniartitsinermik suliaqarpat ajornartorsiortitsilersinnaapput.

Parkinsonip nappaataa suliaqarsinnaavoq:

- ▶ Sulineq nukit qerattarnerat sajunnerluunniit pisutigalugit sukkaalligajuttarpoq – tassani tarnikkut timikkullu suliat pineqarput, suliaqarsinnaat taamaalilluni sivisunerulissaaq. Taamaammatt suliaqarsinnaat ikilisinneqartariaqarput.
- ▶ Piffissaq qisuariarfusartoq sivitsorsinnaavoq, taamaammatt maskiinat sukkanerumik aalaffiusinnaasartut qisuariarfusinnaasartullu eqqumaffigissallugit pingaaruteqarpoq.
- ▶ Stressilernissap killinga appasikkajuttarpoq, taamaammatt suliaqarsinnaat naammassinnissaannut killeqartitsinnissaq pinngitsoortariaqarpoq.

Pilersaarusiornermut tamanillu takunnissinnaanermut tunngatillugu Parkinsonip nappaataa ukuninnga kinguneqarajuttarpoq:

- ▶ Inuit assigiinngitsunik ataatsikkut suliaqarnissaq ajornakusoortissinnaasarpaat, taamaammallu assersuutigalugu aquttuunermi suliaqarsinnaat pingaarnit pinngitsoorniarnissaat pitsaanerussaaq.
- ▶ Inuup suleriaatsit nutaat aqqissuunnissaat ajornartorsiutigisinnavaa, taamaammallu avatangiisini ilisimaneqartuni suliaqarsinnaat ilisimaneqartut pitsaanerugajuttarput.
- ▶ Tigussaannngitsunik eqqarsaateqarsinnaaneq annikillimasinnaavoq.

## Parkinsonip nappaataa – nangitassaq

Parkinsonip nappaataata aallussinnaassuseq aamma sunnersinnaavaa:

- ▶ Inuup aallussinnaassusia annikillimasinnaavoq, taamaalillunilu sukkanerusumik qasulersinnaalluni. Tamannali akulikitsumik sivikitsumik unillatsiartarnikkut pinngitsoorneqarsinnaavoq.
- ▶ Inuup suliassami suliassamik allamik taarsernerat ajornakusoortissinnaavaa akornuserneqarnermilu ajornartorsiulersinnaalluni.
- ▶ Eqqaamasaqarniarneq annikitsumik ajornartorsiutaasinnaavoq, tamannalu aallussinnaanermit ilaliullugu ilisimasanik nutaanik suleriaatsinillu nutaanik ilikkagaqarneriarnermik ajornartorsiuteqarnermik kinguneqarsinnaavoq.
- ▶ Inuup iliuusissat aallartinnissai ajornartorsiutigisinnaavai, tamassumanili iliuutsit sungiusimasat ilaangillat.

Qasusuissusermut tunngatillugu inuk timikkut tarnikkullu ilungersunartunik suliaqarnermi sukkanerusumik qasulerajuttarpoq, taamaammat sivikitsumik unillatsiartarnissamik piffissamilu sivikinnerusumi sulisarnissamik pisariaqartitsigajuttarluni.

Parkinsonip nappaataa nappaataammat ajortikkiartortarpoq, suliassat taakkualu annertussusaasa ingerlaavartumik aaqqinneqartarnissaat pingaaruteqarpoq. Taamaammat akulikitsumik malittarinnittoqartarnissaa naleqquttuuvoq.

## Polio Nukillaarneq

Virusi timimik atuinnermut qiteralimmi sianiutinik ajortunngortitsisartoq pissutaavoq. Nappaat tuniluuttartorujussuavoq. Meeqqat tamarmik Poliomut ullumikkut kapitittarput Polioliu Kalaallit Nunaanni ullumikkut nungutinneqarnikuvoq.

### Kingunerisinnaasai

Kingunerinut kinguneri piujuarnersut, kingusissukkut kinguneri kingusissukkullu polioqaqqilerneq pineqarnersut apeqqutaavoq. Piujuartussanik kinguneqarnerani tassanngaannaq polioqalernerup kingorna nukillaartoqarsinnaavoq. Tamanna ukununga kinguneqarsinnaavoq:

- ▶ nukit annikillinerat nukeerunnerluunniit
- ▶ qasusuinnerup annikinnera
- ▶ nukit nungujartornerat
- ▶ saarngit alliarturnaarnerat, tamannalu saarngit qajannarnerannik naannerulernerannilu tunullu equngalerneranik kinguneqartarpoq
- ▶ anersaartuutit nukiisa nukillaarnerat, tamannalu puat ilteqalersinnaassusiisa annikillineranik qasoqqanermillu kinguneqartarpoq.

Kingusissukkut kinguneri kingusinnerusukkut takkuttartut imatut paasineqassapput, tassa tassanngaannaq poliomik napparsimalernermit ukiut qulikkaar arlallit qaangiuttut. Kingusissukkut kinguneri assersuutigalugu tassaasinnaapput:

- ▶ nukeerukkiartorneq
- ▶ naggussakut nukikkullu anniarneq
- ▶ naggussani artorsartinneqartuni nungullarnerisa allanngorneri
- ▶ anersaartortarnermik ajornartorsiuteqarneq
- ▶ sianiutit kiggisimanerannik takussutissat, soorlu talini assannilu

Taaguut kingusinnerusukkut polioqaqqilerneq kingusissukkut kingunerinut piffissap sivikitsup ingerlanerani (qaammatainiit ukiunut) atuutilersartunut annertusiartortunullu atorneqartarpoq. Kingusissukkut polioqaqqilernermut pissutaasarpog nukeerukkiartorneq inunnunnullu ikinnerusunut timikkut qasuneramik, piginnaasat annikillinerinut ilaatigullu anersaartornarnermik ajornartorsiuteqarnermik kinguneqarsinnaaluni.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Suliffeqarnermut periarfissanut inuit ataasiakkaat kinguneqartitsinerat taakkulu annertussusiat apeqqu-taavoq. Inuit poliomik kinguneqartitsisut nukitik sipaartariaqartarpat piginnaasallu annikilliteqqinniar-nagit nukitik pitsaanerpaamik atornissaat nakkutigisariaqarlugu. Taamaammat suliat timimut artornartut inunnut poliomik kinguneqartitsisunut naleqqutinngillat. Tamassuma saniatigut ilaat issiavinnik assa-kaasullinnik pisunermiluunniit ikiuutinik atugaqartar-put, taamaammat suliffiup tikinneqarsinnaanissaa pisariaqarpoq.

Suliffimmi pingaartuuvoq suliasat pingaarnersiorneqarnissaat, taamaalilluni inuup nukit atorsinnaasaani sipaarniassammagit. Suliffik inuk pisuttorujussuusariaqarneranik nikorfatorujussuusariaqarneranillu kingu-neqartoq naleqqutinngilaq, pingaarporlu inuk naammattumik unillatsiartarnissamik qasusersertarnissamil-lu periarfissaqarnissaa. Tamassuma saniatigut suliner-mi atortunik tapersiissutinillu atuisinnaaneq iluaqu-taassaaq.

## Psoriasis

### *Aamma takujuk 'Psoriasisgigi'?*

Psoriasis nappaataavoq kingornuttagaq timip sananeqaataasa ajoquteqarnerannik pissuteqartoq, atugaa-nerpaaq tassaavoq psoriasis vulgaris aamma taaneqartartoq psosissi nalinginnaasoq.

Psoriasis assigiingitsutigut takuneqarsinnaasoq, assersuutigalugu ukunatigut:

- ▶ psoriasis kuseriarnertut ilusilik (Guttat psoriasis)
- ▶ milakkut psoriasis (Plaque psoriasis)
- ▶ niaqqup utuggaatigut psoriasis
- ▶ kukikkut psoriasis
- ▶ ammip eqingeneratigut psoriasis (Invers psoriasis).
- ▶ pustuløs psoriasis (aap qaqortortaasa katigunerat) psoriasis qaqtigoornerusoq itummami, alumi kiisalu inussat isikkallu inuuaasigut anner-tuumik aseruuttoornikkut takuneqarsinnaasoq.

Psoriasis timimi sumiluunniit atorneqarsinnaavoq, amerlanertigullu ikusikkut, seeqqukut, kukikkut, niaq-qup atuggaani nulumilu. Psoriasis aamma itummak-kut, alukkut ammimilu qajannartuni assersuutigalugu unikkut, iviangikkut kinguaassiuutinilu atorneqarsin-naavoq.

### **Kingunerisinnaasai**

Psoriasis assigiingitsuuvuq:

- ▶ Sakkukitsoq: Timip 2 %-ianik annikinnerusumi atorneqartoq
- ▶ Akunnattumik annertussusilik: Timip 2-10 %-iani atorneqartoq
- ▶ Sakkortoq: Timip 10 %-ia sinnerlugu atorneqartoq

Psoriasisip annertussusia taamaalilluni allanngorar-sinnaavoq. Ilaatigut milaaqqatut takuneqarsinnaavoq allatigullu timimi tamarmi atorneqarsinnaalluni. Tamassuminnga nappaateqartut ilaatigut tamanna atugarineq ajorpaat.

Tarnikkut ajornartorsiutit psoriasisip kingunerisinnaa-vai. Tarnikkut ajornartorsiortoqassanersoq ilaatigut inuup ukioqassusia, timimi sumi amermermi ajuuteqar-toqarnerusoq anillannerillu qanoq anertutiginera apeq-utaassapput.

### **Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut**

Inuup psoriasisseqartup suliffissamik toqqaasinnaane-ra killeqarpoq.

Assakkut psoriasisseqarnek pineqarpat inuusutissalери-nermik inuussutissarsiutitut toqqaarnissaa amerlasuu-tigut naleqqutinngilaq. Taamanna aamma paaqqin-nittarnermi suliffiit ilaannut atuuppoq. Inuk assammigut talimigullu psoriasisseqarpat suliffimmik imermik imerpalasunillu attuiffiusartumik toqqaannginnissaq pitsaaneruvoq, assersuutigalugu nujalerisutut igasutulluunniit. Biililerusutut sulineq uuliamik eqqiaatinillu assammik attuiffiusartoq aamma ajornartorsiortitsiler-sinnaavoq.

Suliaq tarnikkut tatineqarfijuuartartoq psoriasisimut ajortumik sunniteqarsinnaavoq, tassa psoriasisip anillariataarsinnaanera stressermermi annertusisar-mat.

Isikkakkut psoriasisip suliffimmi nikorfaffiusartorujus-suarmi ajornartorsiortitsilersinnaavoq. Taamaammatt pisiniarfimmi sulineq tassani naleqqutinngilaq.



## Psoriasisigiti

### **Aamma takujuk'Psoriasis'**

Psoriasisigiti nappaataavoq kingornunneqartartoq, inuit psoriasisigiti pingajorarterutingajaasa ajuutigisagaat. Psoriasisigiti ukununnga agguarneqarsinnaavoq:

- ▶ Naggussami ataatsimi gigti
- ▶ Isikkat assallu inuaasa nagguaanni avallerni gigti
- ▶ Psoriasisigiti sakkortuumik atorneqartooq
- ▶ Qimerluup nagguaanni psoriasisigiti

### **Kingunerisinnaasai**

Psoriasisigiti ameri psosiasiginnangilaq aamma naggussani. Naggussat pullattarput ajornerpaajutillugulu illoqissertarlutik. Assap nukeruaani imaluunniit assaap isikkallu nagguaanni avallerni ataatsimi arallinniluunniit psoriasisigiteqartalersinnaavoq.

Psoriasisigiti anniartitsisarpoq, qasutitsisarpoq piginnaasallu annikillissittarlutik. Piffissami siviisuumi anniarnermi timikkut tarnikkullu kinguneqarsinnaavoq, assersuutigalugu

- ▶ Sinissaaleqineq
- ▶ Nererususseqannginneq
- ▶ Atoqateqarusunnginneq
- ▶ Puffajaneq
- ▶ Nikallunganeq

### **Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut**

Suliffissamik toqqaasoqartussaattillugu ataasiakkaarluinnarlutik nalilersuisoqartuaannassaaq, tassa nappaat assigiinngitsorujussuarmik atugaasinnaammat. Psoriasisigiteqarnermi anniarnertit immaqalu naggussat ajortinnerat naggussani ajortittuni imatut annertutigisinnaavoq suliffissamik toqqaanissaq killeqalerluni. Assersuutigalugu qimerlukkut psoriasisigiteqartooq suliffik tunumik nukkiortitsiviunngitsoq psoriasisigiteqartooq nikorfaasartorujussuarmi suliffeqarnissaq naleqqutinngilaq.

## Psykosit Malersorneqarsoraluni psykosi

### **Aamma takukkit 'Skizofreni', 'Ajuut' Skizofrenimut Assingusooq ' aamma ' Nappaat Maniodepressivi'?**

Inuup psykoseqartup suut piviusuunersut piviusuunnginnersullu immikkoortissinnaanngilai. Aamma taaneqartarpoq piviusorsiorneq annikillinikoq aammalu eqqunngitsumik paasinnittoqarneratigut, takorruuisoqarneratigut imaluunniit eqqumiitsunik paasinanngitsunillu iliuuseqartoqarneratigut takuneqarsinnaasarluni.

Psykosit skizofrenimut, skizofrenimut assingusumik tarnikkut ajuuteqarnermut imaluunniit naappaammut maniodepressivimut atassuteqarsinnaapput, ajuutinillu taakkunannga suussusiliinerit allat atuunnatik, imaasinnaavoq inuk malersorneqarsoraluni psykosimik ajuuteqartoq.

Malersorneqarsoraluni psykosi atajuartuuvoq (qaammatit pingasut sinnerlugit). akerlianik qaammatit pingasut inorlugit psykoseqartoqarallarpap (ajuutillu qulaani taaneqartut suussusaat atuunnatik), tassanngaannaq psykoseqartoqarallartoqarsinnaavoq. Malersorneqarsoraluni psykosit marluk immikkoortinneqarput:

- ▶ Ataasiinnaq pillugu malersarneqarsorineq – takorruuineri pisaq ataaseq pineqarpat
- ▶ Malersorneqarsoraluni psykosit allat – takorruuineri pisat assigiinngitsut pineqarpata.

Inuk malersorneqarsoraluni psykoseqartoq allanut ataveqarpiarani kisimiilluni inuugajuttarpoq. Ajuut tarnikkut tatisimaneqarnikkut aallartikkajuttarpoq, assersuutigalugu nuunnermut ilaqutariinniluunniit akerriittoqarneranut atatillugu.

### **Kingunerisinnaasai**

Malersorneqarsoraluni psykoseqarnermut ilisarnaa-taavoq takorruuinerit takussutissat annertunersari-gaat. Takorruuineri malersorneqarsorineq, eqqunngitsumik pineqarneq paatsoorneqarnerluunniit pineqarajuttarpoq, Aamma inuk alla napparsimarujussuarnerluunniit (imminut napparsimasoreqqajaaneq) pineqarsinnaapput. Skizofrenimut atatillugu psykoseqarnermi takorruuinerit eqqumiitsuunngillat, aammalu eqqarsaatit, timi iliuusillu avataanit aqunneqarnerat pineqartarani. Takorruuinerit ilaatigut piviusuulluar-sinnaapput, assersuutigalugu inuup eqqunngitsumik

pineqartutut misigisimanera tunngavissaqarsinnaa-voq, misiginerli annertuallaalertarluni takorruuiner-milu pingaarnerpaajulerluni.

Inuk malersorneqarsoraluni psykoseqartoq annertu-nerusumik skizofreneqariaannaalertarpoq maniode-pressivimillu nappaateqaleriaannaasarluni. Ajuutip kingunera alla tassaagajuppoq nappaateqarnerup akueriumaneqannginnera, tamassumalu inuup kat-sorsarneqarnissaa ajornakusoortilersinnaavaa.

### **Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut**

Sulisinnaassuseqarnermut tunngatillugu tassan-ngaannaq psykoseqarallarneq qaammatinit pingasu-nit sivikinnerusoq imaluunniit malersorneqarsoraluni psykoseqarneq sivisunerusartoq katsorsaruminnaat-sorujussuugajuttorlu immikkoortinnissaat pingaarute-qarpoq. Inuk malersorneqarsoraluni psykoseqartoq iluarsinissaa iluatsippat inuk suleqqilissappat nutaa-milluunniit suliffeqalissappat stressip ajornartoorne-rillu pinngitsoortinnissaasa eqqumaffiginissaat pi-ngaaruteqarpoq.

Inuup suliffeqarfimmi inummik aalajangersimasumik attaveqarfeqarnissaa inullu tarnikkut ajuutilik suliffim-mi aallartinniarnani maligassiuisumik pisariaqartitsi-gajussinnaanera eqqumaffiginissaat pingaaruteqar-poq.

Atorfinittoqareerpat suliassanik sularinnittartumut Majoriamiluunniit sulisumut ajornanngitsumik atta-veqartoqarsinnaassaaq qaammatinilu arfinilinni siul-lerni qanimut malinnaasoqassalluni.

### **Annerusumik paasisaqarumangaanni attavissaq**



**Sugisaq**  
Tarnikkut eqqarsartaat-sikkullu napparsimasut ilaqtuasaullu peqatigiiffiat  
Mail: [sugisaq@sugisaq.gl](mailto:sugisaq@sugisaq.gl)

## PTSD aamma tatineqarnermi/naleqqussarniarnermi qisuariaatsit

Inuunermi atugassani misigisaniluunniit immikkut tatineqarnermik pissuteqartumik stresserujussuarluni perulunneq. Tassangaanaq sakkortuumillu pisoq imaluunniit siviisuumi pisoq tatinartoq inuup qisuariarfigisaa pineqarsinnaavoq.

Perulunnerit uku immikkoortinneqarpot:

Naleqqussarniarnermi qisuariarneq: Nalinginnaasumik perulunneq, pisoq inuup inuuneranik annertuumik allangortitsisoq. Tassaasinnaavoq suliffeerunneq, napparsimaneq, toqusoqarnera il.il. Takussutisat tassaappot qanoq iliorsinnaannginneq, nikallunganeq, annilaanganeq, ernumaneq nukissaqannginnerlu. Qisuariaat pisup qisuariaateqartitsisup kinguinngua pisarpoq sivikingaatsiartarlunilu (qaammatit arfinillit ataallugit).

- ▶ Tatineqarnermik kingunerlutitsilluni qisuariarneq (PTSD): Pisunut tatineqarfiusorujussuarlut soorlu ajunaarnersuarmut, naalliutsinneqarnermut inuunermik siorasaarneqarnermut il.il. kingusissuklut siviisuumilluunniit qisuariaateqarneq. PTSD-mut ilisarnaataappot pereersunut qisimittarneq sinnattupiluttarnerlu, pisut ajunaarnersuarmut eqqaanartut ippigunnartorujussuusarneri, tupaqqajaasarneq puffajasarnerlu, aallussisinnaanermik ajornartorsiuteqarneq sinissaaruttarnerlu. PTSD pineqassappat takusutisat pisut kingunerlutitsisup kingorna kingusissuklut kingusinnerpaamik ukiut affaata qaangiunnerani aallartissimassapput.
- ▶ Tatineqarnermi qisuariarneq: Pisunut tatineqarfiusorujussuarlut soorlu ajunaarnersuarmut, naalliutsinneqarnermut inuunermik siorasaarneqarnermut il.il. Qisuariaateqarneq PTSD-p akerlianik pisup kinguinngua atuutilersarpoq.
- ▶ Anigorneqarsinnaanngitsumik tatineqarnermi qisuariarneq: Piguagaasoq, inuunerup ingerlanerani stresserujussuaqattaartarnermik pissuteqartoq, assersuutigalugu ajortumik tatinartumillu peroriartorneq, aappariinneq nakuuserfiusoq, suliffimmi nakkarsarneqarluni pimmatigisaasarneq il.il. Timikkut takussutisat tassaasinnaappot nukinni anniarneq, niaqorlunneq nukissaqannginnerlu. Tarnikkut takussutisat tassaasinnaappot naammangitsutut misigimaneq, eqqaamasaqarniarnermik aallussisinnaanermil-

lu ajornartorsiuteqarneq inuunermillu nuannarisaaqannginneq.

Perulunnermut pissutaasut inuit ataasiakkaat pisumik iliuuseqariaasiat ilanngullugu atugaalertarpoq, tamannalu inuttut qanoq ittuunneq, attaveqartarnermi attaveqarfeqarneq, inuunerup ingerlanera il.il. malillugit allangorartarpoq.

### Kinguerisinnaasai

Perulunnerup kingunerinut sivikitsuunersooq siviisuujnersorluunniit apeqqutaavoq. Tassaappot tarnikkut, timikkut inuillu attaveqatigittarneranni kinguneri.

Tarnikkut kinguneri tassaasinnaappot:

- ▶ soriarsinnaannginneq
- ▶ nikallunganeq
- ▶ annilaanganeq
- ▶ eqqasuuteqarneq
- ▶ nukissaqannginneq

PTSD-mi anigorneqarsinnaanngitsumillu tatineqarnermik ajuuteqarnermi tarnikkut kinguneri aamma tassaasinnaappot:

- ▶ sissuertorujussuunneq
- ▶ pisut tatineqarfiusut sinnattornerlulluni pereersunullu qissimilluni misigeqqinneri
- ▶ pinggitsuiniarluni iliuitsit, tassa pisut sunnienerillu pisumut tatineqarfiusumut eqqaanarsinnaasut pinngitsoorniarneri
- ▶ misigissutsikkut tunuarsimaneq
- ▶ atoqateqarusunnginneq
- ▶ sinissaaruttarneq
- ▶ eqqaamasaqarniarnermi aallassunermilu ajornartorsiutit
- ▶ aarlerineq pissanganartorsiorterlu
- ▶ imminut naleqartinnginneq ikiofqaanngitsutullu misigisimaneq
- ▶ ernumanartorsiorneq neriuteqannginnerlu

## PTSD – nangitassaq

Perulunnerup timikkut kinguneri tassaasinnaapput:

- ▶ uummammik kassuttoorneq
- ▶ issannguneq
- ▶ kiakkertarneq
- ▶ niaqorlunneq
- ▶ uummatikkut naakkullu anniarneq
- ▶ nukit sukattarnerat

Perulunnerup attaveqartarnermi kinguneri tassaasinnaapput:

- ▶ inuit attaveqartarneranni mattusimaneq
- ▶ ilaqutariinermi aappariinnermilu ajornartorsiutit
- ▶ suliffeqannginneq

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuit peruluttut suliffeqarneq immikkut aaqqissugaq iluaqutigigajuttarpat, tassani ajornartorsiutaat pisari-aqartitaallu aalajangersimasut mianerineqartarlutik.

Katsorsarneqarneq suliffimmilu aallartinneq immi-nut atassuteqartinneqarpata aamma katsorsaasup su-liffissaqartitsiniarnermilu ingerlatsisut allat akornanni qanimut suleqatigiinnissaq naleqquppoq.

Aamma suliffissaqartitsinermi immikkoortuni ata-asiakkaani ersarissunik killilikkanillu anguniagaqarluni sulineq pitsaasuvoq, taamaalilluni inummut perulut-tumut annertunerpaamik tamanik takunnissinnaatits-isoqarluni. Aamma toqqissisimanartunik sinaakkute-qartitsineq suliffeqarnermilu ikaarsaariarnernut, asser-suutigalugu ilinniagaqarnermi misiliilluni suliner-mut, immikkut tapersiinnissaq pingaartuuvoq.

Paasiniaanermi piginnaanngorsaarnermilu nersualaa-rinninneq ataqqinninnerlu aamma peqataatitsineq inunnik peruluttunik suliaqarnermi tunngaviupput pingaaruteqartut. Inuit ataasiakkaat piginnaasaasa nukittuffiisalu isiginiarnissaat aamma tunngaviupput pingaaruteqartut.

Naggasiullugu, suliffissaqartitsiniarneq iluatsissappat piffissamut sivisuumut sulinissaq pisariaqarajuttar-poq.

Inuup suliffeqarfimmi inummik aalajangersimasumik attaveqarnissamik pisariaqartitsisinnanaera inuullu tarnikkut ajuuteqartup suliffeqarfimmi aallartisiniarne-rani maligassiuisoqarnissamik pisariaqartitsigajuttar-nera eqqumaffissallugit pisariaqarajuttarput.

Atorfinitsisisoqareerpat suliassanik suliarinniartar-tumut Majoriamiluunniit sulisumut ajornanngitsumik attaveqartoqarsinnaassaaq, qaammatinilu arfinilinni siullerni qanimut malinnaasoqassalluni.

### Annerusumik paasisaqarumangaanni attavissaq



#### SugisAQ

Tarnikkut eqqarsartaat-sikkullu napparsimasut ilaqutaasullu peqatigiiffiat

Mail: [sugisAQ@sugisAQ.gl](mailto:sugisAQ@sugisAQ.gl)

## Puakkt nappaatit (allat)

***Aamma takukkit 'Emfysem', 'KOL', Bronkitis anigorneqarsinnaanngitsoq', 'Sarkoidose' aamma 'Tuberkulose'***

Qaqutigoornerusunik allanik arlalinnik puakkt nappaateqarpoq. Tassaapput puakkt fibrose, brokiesiasie, sapigaqarnermi alveolitis, asbetose aamma silikose.

Puakkt nappaatit qaqutigoortut arlallit taakku, sananeqaatsinik mikisunik, pujoralannik, fiberinik, uumasusilinneersunik, sulineri gassinik assigiinngitsunik putsumillu najuussinerup kinguneraneersuusarput. Puakkt nappaatit ilaat kingornuttagaapput ilaannullu pissutaasut ilisimaneqaratik.

Puaat pujoralaat sananeqaasii mikisut najuunneqartut ilaatigut suujunnaarsissinnaavaat. Tamanna fimrehårit (ilaatigut qinngami) aamma timip sananeqaasii saliisartut immikkut ittut (fagocyt) sananeqaatsinik mikisuaqqanik suujunnaarsitsiniartartut atorlugit pisarpoq. Kisiannili pujoralaat sananeqaasii mikisut ilaat puaat avalequtaannut avallernut pisarput, taakulu inuuneq tamaat amerliartorlutik puakkt nappaateqalernermik kinguneqarsinnaapput. Sananeqaatsit mikisut ajoqutaasut puanni aseruunnipajamik kinguneqartarput. Piffissap ingerlanerani ipinnerit siaruaakkiartornerat pissutigalugu qileroqalertoqartarpoq (puanni fibrosit). Inuk sananeqaatsinik mikisuaqqanik najussuinerutillugu puakkt sukkanerusumik nappaateqartoqalersarpoq.

### Kingunerisinnaasai

- ▶ Issannguneq
- ▶ Quersorneq (nuattaqanngitsumik nunattalimmilluunniit)
- ▶ Qasoqqaneq
- ▶ Sanigorneq
- ▶ Akulikitsumik tunillartittarnerit (nuanneq, nuallunneq, puallunnerlu)
- ▶ Takussutissat nuallunnermut assingusut

Nappaatit ilaat taakku nappaataaleraangata katsorsarneqarsinnaanngillat. Puanni fibrosit ilaannut napparsimanerulernissamik unitsitsisartunik nakorsaateqarpoq. Nappaat apeqqutaatillugu katsorsaasoqartarpoq, tassaasinnaallutillu nakorsaateq atorneqarneri, tagiartuilluni peqqissaaneq, nappaammik qaangiititsiniarneq iltilu. Ilaat pilattaalluni katsorsarneqarsinnaapput pualersittoqarsinnaalluniluunniit.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Suliffeqarnissamut periarfissaqarnermut qanoq napparsimasoqartiginera apeqqutaavoq. Inuk sulisinnaasappat sulinerup pissutsinut atuuttunut naleqqussarnissaa pingaaruteqarpoq. Inuk issanngusarpat quersortarpallu suliat timimut artornartut naleqqutinnigillat. Taamaammat inuup ullup suliffiusup ingerlanerani amerlasooriarluni qasuersaartarnissamut unillatsiartarnissamullu periarfissaqarnissaa pingaaruteqarpoq. Inuk sukkaannerusumik sulinissamik aamma atorfissaqartitsigajuttarpoq. Sulineri atortunik ikiorsiissutinillu periarfissaqarnissaata eqqumaffiginissaa pingaaruteqarpoq.

Puakkt napparsimasoqartorujussuuppat suliffeqarnissaq periarfissaagajunngilaq.

## Qaratsakkut ajoquteqalerneq

### *Aamma takujuk 'Afasí'*

Assigiingitsunik pissuteqartumik qaratsakkut ajoquteqalertoqarsinnaavoq. Pissutaagajunnerupput aammik milittoorneq qaratsamiluunniit aanaartoorneq, tamassumalu kingunerisarpaa qaratsap ilaanut aammik pilersuinerup annikillinera aamilluunniit pilersorneqarunnaarnera. Allat niaqqukkut ajoqusernerup kingunerisarpai, assersuutigalugu angerlarsimafimmi, suliffimmi, pinnguartarfimmi ajutoornerup kinguneranik imaluunniit nakuusertoqarneranut atattillugu, tunillatsinnerup (meningitis), tinumasoqalerneq, iltimik amigaateqarnerup, uummatip unittoornerata, innaallagissamik ajoqusernerup ipinerullu, arrorsaatinit uumassuseqartut sananeqaataannik tunissiarineqartunit toqunartoqalerneq kingunerannik.

### **Kingunerisinnaasai**

Qaratsakkut ajoquteqalerneq inuit ataasiakkaat, ilaqquttat avatangiisillu qaninnerit inuunerisa allanngorujussuarannik kinguneqarajuttarpoq.

Qaratsakkut ajoquteqalernerup kingunerinut ersiutaagajuttarput ajoqutit amerlanersaat eqqarsaatigalugit atuisinnaanerit arlallit eqqorneqarnerat pissutigalugu assigiingiaartarnerat.

Qaratsakkut ajoquteqalerneq assigiingitsunik arlallinnik kinguneqarsinnaavoq, assersuutigalugu:

- ▶ Nukillaarnerit
- ▶ Isigisaqarnermik ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Uppinnaveersaarnermik ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Attaveqarniartarnermik ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Eqqaamannittanermik aallussisinnaanermillu ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Nutaanik isumassarsinissamik nutaanillu ilikkagaqarnissamik ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Malinnaaniarnermik ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Qaratsap qasunera
- ▶ Misigissutsit aqunnissaasa ajornakusoortinneri
- ▶ Tamanik takunnissinnanerup aqqiissuussinissallu ajornakusoortinneri
- ▶ Aalajangeruminaanneq suliniuteqaruminaanernilu
- ▶ Nammineq inissisimanermik paasinninnginneq

Inuit ataasiakkaat inuunerisa allanngorujussuarnerat pissutaalluni amerlasuut isumatsassimangaalersarput annilaangalerlutillu. Inuit ataasiakkaat tamassuma saniatigut qaratsakkut ajoquteqalernerup kingunerisaanik qanoq iliorsinnaannginnermik, aliasunermik, kamannermik allatigullu misigissutsikkut qisuariaateqartarnermik misigisarpaat.

## Qaratsakkut ajoquteqalerneq – nangitassaq

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Qaratsakkut ajoquteqalernerup kingorna sulinissamut periarfissat piviusunnngortinneqassappata salliuutillugu sakkortuumik sungiusarnissaq nikallujuinnissarlu pisariaqarput. Qaratsakkut ajoquteqalernerup inuup inisisimanagera tamarmiusoq sunnerajuttarpaa, tassunga ilanngullugu inuup sulisinnaassusia. Sungiusaqqissimagaluaaraanniluunniit inup nutaanik suliassaqalernisaminut sulinermilu atugassarisat allanngornissaanut piareersimanissaa pisariaqarsinnaavoq.

Qaratsakkut ajoquteqalermik kinguneqartitsisut amerlaqisut sukkasuumik suleqqilerusuttarnerat immikkut eqqumaffigineqartariaqarpoq, tamannalu piginnaanngorsaqinnissamut tamarmiusumut tunngatillugu tamatigut naleqquneq ajorpoq. Tiimini ikinnerusuni aallartilluni piffissap suliffissap annertussusilernissaanut piffissallu suliffissap sivitsoriartortinneqarnissaanut ikiuunnissaq ingerlaavartumillu malinnaasarnissaq pingaartuupput. Kinguneri takuneqarsinnaanngitsut inummi imaliinnarluni takuneqarsinnaanngitsut malugineqarsinnaanngitsulluunniit pineqarajuttarput.

- ▶ Tamassuma saniatigut suliffeqarnermi inuk ukuninnga taparserneqarnissamik pisariaqartitsinersoq eqqumaffigissallugu pingaartuuvoq:
- ▶ ullup suliffiup ingerlanerani tamanik takunnissinnaaneq
- ▶ timi atorlugu suliassanik ikuinissaq
- ▶ Aaqqissuusinnissamik suliassallu suliarnissaannut
- ▶ suliassap aallunneqaannarnissaanik
- ▶ suliassat nutaat ilinniarnissaanik suliassallu siusinnerusukkut ilikkarneqarnikut suliarniqarsinnaanerannik
- ▶ suleqatit pillugit isummertarnissamut
- ▶ suliffimmi inuit attaveqatigittarneranni peqataasarnissamik
- ▶ iliuutsit naleqqutinngitsut allanngortinnissaanik – inuit ilaat qaratsakkut ajoquteqalersut assersuutigalugu periutsit allanngornerisa aqunnissaannik ajornakusoortitsisarput.

Sulinermi sakkut immikkut ittu taarsiutaasullu ator-nissaannik assersuutigalugulu inuk suliffeqarsinnaas-sappat inummik ikorfartorteqarnikkut tapersiissute-qarnissamik pisariaqartitsisoqarsinnaavoq.

## Qaratsami nappaat (Sclerose)

Qaratsami nappaat (Sclerose) 20-niit 40-nut ukioqarnermi atuutilerajuttarpoq, pissutaasullu sulii ilisimaneqanngillat. Nappaateqarnermi sianiuteqarfik pingaaneq ajortittarpoq, tassa qarasaq qiterarlu. Sianiutit eqqaanni aseruttoqartarpoq tamassumalu kingorna qileroqalerluni. Tamassuma kingunerisarpaa qaratsap timip atortuisa ilaannut nalunaarutai annguppiarneq ajornerat anngutinngivissortarneralluunniit.

Nappaatip qaratsap eqqaani qiteqqallu sianiutaani orsoqarfiit ajoquteqalernerannik kinguneqartarpoq. Orsoqarfiit kiffiortitsisarput sianiutillu qupinnguallatitsisarnerisa sianiutikkut qanoq sukkatigisumik ingerlasarnerannut pingaaruteqarlutik. Orsoqarfiit issunerrutillugit qupinnguallatitsinerit sukkanerisumik ingerlasarput. Qaratsami orsoqarfiit ilaat ajortittarput, taamaallilluni qupinnguallatitsinerit ingerlaartarneri ajornerulertarlutik ingerlajunnaartarlutilluunniit. Qaratsami qiteqqamiluunniit orsoqarfiit ajortiffii taaneqartarput innarlernerit plakilluunniit.

Multipel sclerose assigiinngitsut pingasuupput:

Kinguneqartitsileriarortarpoq:

- ▶ Qaratsakkut nappaateqarnerit 85 %-iisa missaat napparsimaleriarortitsinerimik aallartitsisarput
- ▶ Qaratsami nappaat napparsimaleriarortitsisoq siumut naatsorsuutigineqarninnaanngitsumik ajortitsisarpoq, tassani kinguneri pinngortarlutik ajoqutilluunniit atuuttut ajornerulertarlutik.
- ▶ Napparsimaleriarortnerit ulluni ikitsuniit qaamaterpaalunnu sivilissuseqarsinnaapput – kinguneri tamassuma kingorna ilaannakortumik tamakkiisumilluunniit peeruttarput.
- ▶ Nappaat piffissap annertunersaani malugineqarpoq ajorpoq.

Qaratsami nappaat piffissap ingerlanerani ajortikkiartortarpoq:

- ▶ Inuit qaratsamikkut nappaateqartut 15 %-iisa missaaniittut piffissap ingerlanerani ajortikkiartortumik qaratsakkut nappaateqartarput.
- ▶ Qaratsakkut nappaat ajortikkiartortarpoq sukkaatumik aallartittarpoq kingunerilu ajortikkiartuinnartarlutik.
- ▶ Ersarissumik ajortikkiartortoqarneq ajorpoq – annertusiarortumik ajortikkiartortarpoq
- ▶ Nappaatip ajortikkiartornera piffissap sivikitsup ingerlanerani nalimmarsinnaavoq imaluunniit qaammatit ukiullu ingerlaneranni ajortikkiartorsinnaasarluni.

Timip atorsinnaanera ajortikkiartornera:

- ▶ Pisut 40 %-iisa missaanni qaratsakkut nappaatip kingulerlutitsiarortneranit timip atorsinnaaera ajortikkiartulersarpoq
- ▶ Timip atorsinnaanera ajortikkiartornerani suaannginneq aallaqqaammut tassanngaannaq ajortikkiartortoqalersinnaavoq piffissallu ingerlanerani ajornerulertarluni.
- ▶ Timip atorsinnaanera ajortikkiartorluni qaratsakkut nappaatip atuunnerata ilaani suuannginneq annertusiarortumik ajortikkiartortarpoq.

### Kingunerisinnaasai

Qaratsakkut nappaateqarnermi nappaatip ingerlanera kingunerilu allanngorartarput sianiuteqarfimmilu pingaarnermi suut sunnerneqarnissaat apeqqutaasarluni. Kinguneri ataasiakkaat aallaqqaammut ajoqutaanngitsutut isikkoqartarput, inuullu taakku aallaqqaammut iliuuseqarfineq ajorpai. Kinguneri inuit qaratsakkut nappaateqartut ilaasa ataasiakkaaginnaat malugisarpaat, taamaammallu nalinginnaapaartaatumik inuusinnaallutik. Inuit allat qaratsakkut nappaateqarnermit ukiut arlallit ingerlaneranni innarluuteqartorujussuanngortarput.



## Qaratsami nappaat (Sclerose) – nangitassaq

Qaratsakkut nappaatip aallaqqaammut kinguneri tassaasinnaapput:

- ▶ Timip ilaani arlalinni malugisaqarsinnaanerup ajortinnera, toortartut vat-imiluunniit pisuttut malugineqarsinnaasut. Nissuni malugisaqarsinnaanerup ajortinnera pitsorlunnermik napaniarnerulluunniit ajortinneranik kinguneqarsinnaavoq.
- ▶ Isit sianiutaasa aseruuttoornerat, aallaqqaammut isip aappaata tunuatungaani anniartitsisinaasoq. Isiginiarneq ullut sapaatilluunniit akunerisa ingerlaneranni ajortikkiartortarpoq. Qaqtigoortumik minutsit arlallit ingerlaneranni tappingerluinnartoqarsinnaavoq. Aamma piffissat ilaanni isigisaq pujortuuisinnaavoq.
- ▶ Timip nukillaarnera. Tassaasinnaapput nukerukkiartorneq ilaatigullu nukillaarneq.
- ▶ Kinguneri allat pissutiginnarlugit peqatigalugilluunniit qasoqqalertoqarsinnaavoq.

Piffissami sivisuumi kinguneri tassaasinnaapput:

- ▶ Nakasumi ajornartorsiutit, akulikitsumik quisarnikkut imaluunniit quisoortarnikkut. Tamassuma saniatigut anartoortarnikkut inalukkakkut ajoqutartoqarlersinnaavoq.

Paasinnittarnerup ajortinnera:

- ▶ Qaratsakkut nappaat pissutaalluni piffissap siviisuup ingerlanerani eqqaamasinnaassuseq ajortissinnaavoq aallassusinnaanerlu ajonarkusoortilersarlugu. Inuit ilaasa sianissusaat ajortissinnaavoq tarnikkullu pissusaat allanngorsinnaalluni.
- ▶ Pisut ilaanni oqalussinnaaneq iisaqarsinnaanerlu sunnerneqartarpoq.
- ▶ Qaratsakkut nappaatip paasineqarnerani napparsimanerup qanoq ingerlanissaa siumut eqqoriarneqarsinnaanngilaq. Taamaammat tatisimaneqaleriartorluni siunissaq nalorninarajuttarpoq, tarnikkullu pissutsit iliuuseqarfiginissaat ajonarkusoorsinnaalluni. Isumatsassimangaaleriartorneq nalinginnaasuvoq, tassa qaratsakkut nappaatip inuup inuunerani pissutsit tamarmik allanngornerannik kinguneqarajuttarmat.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Sclerosep kinguneri inummiit inummut allanngorartorsujussuusarput, taamaammat suliffeqarfinnissamut periarfissat ersarissumik oqaatigineqarsinnaanngillat. Ilaat sulinermut tunngatillugu ajornartorsiuteqarneq ajorput, allat sulisinnaassusiat assigiinngitsunik allannguuteqartarpoq.

Inuit ataasiakkaat sulisinnaanerannik ajoqutaanngitsumik sakkukitsumik qaratsakkut nappaateqartitsisinaavoq. Allat akerlianik sulisinnaassusiat assigiinngitsunik annertussusilinnik annikillisinnaavoq, sulisinaanngivissorlutik piffissalluunniit ilaani sulisinnaassusiat sunnerneqartarluni.

Qaratsakkut nappaat kinguneqartitsileriartortoq nappaatigittillugu qaratsakkuulluunniit nappaat timip ilaatigut atorsinnaannginneranik kinguneqartillugu suliffissamik toqqaanissap isumaliutiginissaa pisariaqarpoq, taamaalilluni nappaatip kinguneri sulisinnaassuserlu naapertuutissallutik.

Suliffeqarnermut atatillugu inuullu inuunerani allani stressip annikillisinniarnissaa pitsaaneruvoq, tassa stressip nappaatip kinguneri akuttunngitsumik ajornerulersittamagit. Piffissamili siviikitsumi stressi nappaatip ajornerulerneranik kinguneqarneq ajorpoq, kinguneqaleriartortsinnaananilu.

Sulinermi atortut tapersiissutillu assigiinngit atorneqarsinnaasut eqqumiffiginissaat pingaaruteqarpoq.

## Qiteralimmi ajoqusernerit

Qiteralimmi ajoquserneq angallannermi, sulilluni nalunnguarluniluunniit ajutoornerup kingunerinik pigajuttarpoq (kingunerlutsitsilluni qiteralimmi ajoquserneq) imaluunniit napparsimanerup kingunerisinaallugu (kingunerlutsitsinani). Qiteraliup ajoqusernerani nukillaarnikkut misigisaqarsinnaanerulluunniit annikillineratigut tamatigorluinnangajak takussutis-saqartarpoq. Ajoquserneq qaffasinnerutillugu amerlanerusuni nukillaartoqariaannaavoq. Qiteralikkut ajoquserneq pullannermik pissuteqarpat nukillaartoqarallarsinnaavoq, akerlianik qiteralimmi napisoqarnera pissutaapat ajoquserneq iluarsineqarsinnaangilaq.

Ajoqusernerup annertussusianut qiteraliup qanoq annertutigisumik ajoqusersimanagera aamma apeqqutaasarput. Tamakkiisumik ajoqusernermi misigisaqarsinnaaneq nukinnillu malugissutsinillu atuisinnaaneq timimi napiffimmiit ammut tamaat atorsinnaajunnaartarput. Inuit tamarmik tamakkiisumik qiteralikkut ajoqusernut issiaviit kaassuartakkat atorfissaqartittarpaat. Tamakkiinngutsimik ajoqusernermi atuisinnaanerit annertunerusumik annikinnerusumilluunniit pigiinnarneqartarput.

### Para- aamma tetraplegikerit

Qiteralikkut ajoqusersimasut paraplegikerinut aamma tetraplegikerinut agguarneqartarput. Tassani pineqarput sakissami makisimmilu ajoquserneq (paraplegi) aamma qungatsimi (tetraplegi). Paraplegikerit nissuni aamma kiasip ilaani annertunerusumik annikinnerusumiluunniit nukillaartarput. Tetraplegikerit tamassuma saniatigut tallini assanilu nukillaartarput. Qiteralikkut ajoqusernerup tamassuma saniatigut nakasoq inalukkallu nukillaartikkajuttarpai atoqateqarsinnaanerlu ajoquserarlugu. Para- aamma tetraplegikerit tamakkiisumik ajoqusernerunngitsut timimik assigiinngitsorujussuarnik atuisinnaanermik kinguneqarsinnaapput, immannguaq misigisaqarsinnaanermiit nalinginnaasumik atuisinnaanermut.

Qiteralikkut ajoqusernikut ilaat anniartarnermikkut ajornartorsiuteqarajuttarput.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Nukillaarnerup annertussusia suliffissamik toqqaanermut tunngatillugu suut mianerineqarnissaannut apeqqutaavoq. Killeqartoqarajuttarpoq, tassa suliffipassuit issiviannik kaassuartakkanik atuisunit appa-kaaffigineqarsinnaanngimmata.

Sulinermi atortut tapersiissutillu atorneqarsinnaasut assigiinngitsut periarfissaanerat maluginiaqqussal-lugu pingaaruteqarpoq.

## Sakialluut Tuberkulose

***Aamma takukkit 'Emfysem', 'KOL', 'Bronkitis anigorneqarsinnaanngitsoq', 'Sarkoidose' aamma 'Puakkut naappatit (allat)'***

Sakialluut tuniluuttartoq tuberkulose tuberkelbakteriamik pissuteqarpoq. Puakkut napparsimasoqalera-juttarpoq, timillu atortuini aamma nappaat atornerarsinnaalluni. Bakteria napparsimalinnginnermi ukiuni arlalinni timimiissinnaavoq. Timip akiuussutissartaata sakialluut akiorsinnaavaa, inuk taamaalilluni sakialluummik napparsimalissanani. Bakterissat uumaanarsinnaanerat inuullu timaata akiuussutissartai apeqqutaapput. Inuit tunillatsinnikut 10 %-iisa misaat sakialluummik nappaateqalersarput.

Tuberkelbakteriat inuit akornanni qisikkut tunillaassinnaapput, assersuutigalugu inuup quersorneratigut tan-gajorneratigullu. Kikkut tamarmik sakialluummik napparsimalersinnaapput, inuillu arlaannik pissuteqarlutik timaat sanngiillisimasut nappaammik nappaateqalera-juttarput. Inuit taakku timaasa akiuussutissartaat annikillimasut assersuutigalugu tassaapput:

- ▶ sukkortut
- ▶ tartukut tingukkullu nappaatillit
- ▶ napparsimasut timip akiuussutissaanik annikillisisunik nakorsaateqartut
- ▶ imerajuttut
- ▶ atornerluisut

### **Kingunerisisinnasai:**

Sakialluuteqarnermut takussutissaagajuttartut:

- ▶ quersortuartarnej
- ▶ kissarnej
- ▶ qisissaqartarnej (aamma aattalimmik)
- ▶ sanigorneq
- ▶ nererususseqannginneq
- ▶ unnuakkut kiaguttarnej

Nakorsaatit atorlugit nakorsaaneq aallartinneqarpat inuk sukkasuumik pitsaanerulissaaq. Inuk nakorsaatit atorlugit sivikinnerpaamik qaammatit arfinillit qaangi-unnerani iluarsigajuttarpoq. Sapaatit akunnerini arfinilinni nakorsarneqareernikkut tunillaasinnaajunnaarto-qassaaq.

### **Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut**

Inuup nakorsarneqarnikkut sakialluuteqarunnaarnikup ajornartorsiuteqarani ulluinnarni siusinnerusuk-kut inuuneq nangeqqissinnaavaa. Taamaalilluni nakorsarneqarnerup naammassinerata kingorna suliffeqarnermut tunngatillugu immikkut mianerisassaqa-ngilaq.

## Sapigaqarneq

### *Aamma takujuk 'Issanngusarneq'?*

Sapigaqarneq issanngusarnerlu imminnut atagajuttarput. Inuk sapigaqarnermi avatangiisinit inuit allat nalinginnaasumik sunnerneqaatigisaannik sunnerneqartarpoq. Assersuutigalugu tassaasinnaapput:

- ▶ Uumasut
- ▶ Illup pujoralaata uumasuarai
- ▶ pollenit
- ▶ Nerisassat aalajangersimasut
- ▶ Silami oquit

Sapigaqarneq kingornussaasinnaavoq, inunnguuserisaananili. Tamanna isumaqarpoq kingornussanik sapigaqariartuaartoqarsinnaasoq inullu ilaqutariinni allat sapigaqanngikkarluartut sapigaqariartuaarsinnaasoq.

### **Kingunerisinnaasai**

Sapigaqarnerup kingunerisinnaasai assersuutigalugu tassaasinnaapput:

- ▶ issanngusarneq
- ▶ Polleninik sapigaqarneq
- ▶ Aniorneq (eksemi)
- ▶ Naarlunneq
- ▶ Tinumasorluni kissarneqarpoq (Nældefeberi)

### **Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut**

Inuup sapigaqarnermik kinguneqartitsisarnera sapigaqarnermilu qanoq kinguneqartitsisoqartarnersoq assigiinngiaarmata, sulisinnaassutsimut tunngatillugu sapigaqarneq erseqqarissumik oqaatigineqarsinnaanngilaq.

Inuppasuit sapigaqartut nakorsaatinik katsorsarnernermik nappaatiminnillu ilisimasaqarnermik ajoquteqarpallaaratik nalinginnaasumik inuusinnaapput. Tamanna assersuutigalugu inunnut polleninik sapigaqartut amerlanersaannut atuuppoq.

Pisulli ilaanni suliffeqarnermut tunngatillugu killeqartoqartarpoq, tamassuma inuup akuutissanik sapigaqartitsilersartunik atuinnginnissaa kingunerisarlugu. Assersuutigalugu inuup illup pujoralaanik sapigaqartup qipiit qaliinik taarsiisarnissaa naleqqutinngissinnaavoq.

## Sarkoidose

***Aamma takukkit 'Emfysem', 'KOL', Bronkitis anigorneqarsinnaangitsoq', 'Pujoralimmik pissuteqartumik puakkut naappaatit' aamma 'Tuberkulose'.***

Sarkoidose ipinerni nappaatit ilaagaat, inuit 20-niit 50-inut ukiullit nappaatigajuttaat. Tuniluunneq ajorpoq kingornussaasaraniluunniit. Timip akiuussutissaqarnerata annikillinera napparsimalissutaanerusarpoq, nappaataalertarneranulli suna pissutaanersoq ilisimaqqissaarneqanngilaq. Immaqa akuutissat ilaanik iijoraaneq napparsimalersitsisarpoq. Inuit ilaat sarkoidosemik napparsimalersut assigiinnik ipineqartarput.

Sarkoidosep timip atortuini ukunani napparsimalersitsisinnaavoq:

- ▶ Puaat (90 %-ii puanni nappaateqalersarput)
- ▶ Ameq
- ▶ Uummat
- ▶ Lymfep qinersii
- ▶ Massak
- ▶ Tinguk
- ▶ Aqajaqqup sanilequtaa
- ▶ Isit
- ▶ Sianiuteqarfik

Sarkoidose puanni kræftimut assingusunik anigorneqarsinnaangitsunik annertusiarortunik kinguneqarsinnaavoq, nappaatillu inuk qaqutigut innarluuteqalersissinnaavaa.

### Kingunerisinnaasai

Sarkoidosep ameq, puaat, isit naggussalluunniit allanngoriartortilerajuttarpai. Lymfep qinersii pullakkiartulersinnaapput qinnguartaanikkullu puanni nalinginnaasuunngitsumik tarrat takuneqarsinnaapput.

Sarkoidosemut takussutissat allat tassaasinnaapput:

- ▶ sivisuumik nuanneq
- ▶ ilungersornermi anertikkarneq
- ▶ qasoqqaneq
- ▶ isini toorneqarneq
- ▶ sanigorneq
- ▶ naggussani ippigisaqarneq

Inuk malugisaqarajunneq ajorpoq, nappaallu sakissamik qinnguartaanikkut nalaatsortumik paasineqartarpoq.

Inuit sarkoidosemik nappaateqalersut amerlanersaat namminneq peqqissisarput, allalli piffissami sivikitsumi siviisuumiluunniit katsorsarneqarnissamik pisariartitsisarput. Inuit ataasiakkaat timip atortuisa allanngoriartortorujussuunerannik qaangerneqarsinnaannginngitsumik innarluuteqalersarput, immaqalu puaat suliunnaartarlutik uummallu unittoortarluni. Napparsimasut 5-10 %-iini taamatut pisoqartarpoq.

Sarkoidosemut pissutaasut ilisimaneqanngimmata nappaat ajorunnaarsinneqarsinnaanngilaq. Kingunerisa ilaat assersuutigalugu binyrebarkhomonimik katsorsaaneq atorlugu annikillisinneqarsinnaapput. Inuup sarkoidoseqartup pujortaraveersaarmissaa pujoralannillu pinngitsuiniarnissaa pitsaasuupput.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuit sarkoidosemik tassangaannaq pisoqarneranik nappaateqalersut suliffeqarsinnaagajuttarput. Kinguneris inuup napparsimalerneraniit ukiut marluk qaangiunneranni qaangerneqapajaartarput.

## Skizofreni

### **Aamma takukkit 'Skizofrenimut assigungusumik tarnikkut ajuuteqarneq' aamma 'Psykoset'?**

Inuk skizofrenimik ajuutlik eqqarsaatinit, misigissutsinit ilaatigullu aalanerit sunnerneqartarpoq.

Skizofreni inuusuttuunermi siullermeerluni ajuutaa-lerajuttarpoq, ajuutaallunilu anigorneqarsinnaanngitsoq, inuup inuunermi ajuuteqarnermik ikiorneqarsinnaavoq ajorunnaarsinnaananili. Inuit sooq skizofreneqarleratarnerannut pissutaasut paasineqarnikuunngillat, pissutsilli uku ataatsimoortillugit pissutaasinnaapput:

- ▶ Kingornussat
- ▶ Naartuunermi inunngornermilu ajoqusernerit
- ▶ Artorsaatit avataaneersut, assersuutigalugu avatangiisit misigissutsikkut artorsartitsisut imaluunniit mattusimaneq kiserliornerlu

### **Kingunerisinnaasai**

Skizofrenimik ajuuteqarnermi kingunerigajuttagai tassaapput takorruuineq eqqunngitsumillu paasinnittarnerit.

Eqqunngitsumik paasinnartarnerit eqqumiitsuugajuttarput aammalu eqqarsaatit, iliuutsit aalanerillu angakkuartartunit avataaneersunit aquneqartut pineqarsinnaallutik.

Tamassuma saniatigut tarnikkut kinguneri ukuusinnaapput:

- ▶ sianigisaqangaannginneq, kigaanneq arriitsumillu pissuseqarneq
- ▶ nammeneq suliniuteqannginneq ilatsiinnarnerlu
- ▶ eqqissiveqannginneq
- ▶ misigissutsikkut soqutigisaqannginneq – tassa inuit allat aliasuutaannik nuannaarutaannilluunniit misigisaqannginneq
- ▶ eqqarsaaterpassuaqarneq aallussinissamillu ajornartorsiuteqarneq
- ▶ nappaammik akuerinninnginneq

- ▶ aannagaarniutunik atonerluineq
- ▶ isumatsassimangaarneq imminullu toqunnissamik eqqarsaateqarneq
- ▶ nakuuserarneq ajorniarnerrillu

Taakku saniatigut ukuninnga kinguneqarsinnaavoq:

- ▶ Piffissat psykoseqarfiusut, inuk tassani eqqarsaatit, misigissutsit timerlu nipinit oqariartuuteqartunit sunnerneqarnerannik aquneqarnerannillu misigisarluni, allanngorartunik paatsiveqanngitsunik eqqarsaateqartarneq, timikkut pinasuartarneq eqqungitsumillu paasinnittarnerit.
- ▶ Eqqarsaatit ajoquteqaneri, assersuutigalugu ersernerluttumik allattarneq oqaluttarnerlu
- ▶ Avatangiisinik soqutigisaqarpiannnginneq, inuk tassani ilinniagaqarnissamik, suliffeqarnissamik suliassanillu nalinginnaasunik soqutigisaaruttarluni.

Skizofrenip timikkut kinguneri tassaagajupput iliuuseqartarnermi aalasarnermilu ajoquteqarnerit, tassa iliuutsit aalanerillu pissusissamisuumngitsumik eqqarsaqaaranilu pisartut ajornakusoorsinnaapput paasuminaallutillu.

Skizofrenip inuit attaveqaatigiittarneranni kinguneri tassaasinnaapput:

- ▶ Inuit attaveqaatigiittarneranni peqataarpiarsinnaannginneq - inuup inuit allat peqatiginnissaat ajornakusoortissinnaavaa, ulloq unnuarlu paarlaattarlugit namminerlu eqqiluisarneq peqqisaarutinnngitsoorsinnaallugu.
- ▶ Attaveqartarnermi mattusimaneq kiserliornerlu – inuk mattuttarpoq imminuinnarlu eqqarsaattigaluni
- ▶ Suliffeqannginneq

## Skizofreni – nangitassaq

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuup skizofrenimik ajuutillip nalinginnaasunik atugassaqluni suliffeqarnissani ajornakusoortissinnavaa. Tassanili inuup naleqquttumik katsorsarneqarnermik malinninnersoq inunnillu ataasiakkaanik katsorsaaneq qanoq sunniuteqarnersoq apeqqutaasarpuit. Suliffissat tapersorneqarnerunissamik kinguneqartut aallunneqarajussapput.

Suliffeqarnissap pilersaarusionerani suliassat aqqis-sugaalluarnissaat siumullu naatsorsuutigineqarsinnaanissaat pingaaruteqarpoq. Aamma suliap inuit attaveqartarneranni attaveqartarnermik imaqaarnissaa pingaartuuvoq, tassa mattunnerup ajuut ajornerulersissinnaammagu.

Inuup suliffimmi sunngiffimmilu inuit attaveqartarneranni piginnaasaasa attatiinnarnissaannik ineriartortinnissannillu ikiorneqarnissaa naleqquttuuvoq.

Naggasiullugu suliffeqarfiup inuup nappaataanik nappaatillu sunik kinguneqarsinnaaneraniq qanoq anner-tutigisumik ilisimatinneqarnissaata isumaliutiginissaa pingaartuuvoq. Tamassuma isumaliutiginissaa pingaartuuvoq, tassa pisortat suleqatillu inuup suliassanut tunngatillugu nappaateqarnermini sunik suliqaarsinnaaneraniq suliqaarsinnaannginneranillu ilisimasaqavippata, suliffeqarfik inummut tapersiinissaminut periarfissarissaarnerussammat.

Inuup suliffeqarfimmi inummik aalajangersimasumik attaveqarnissamik pisariaqartitsisinnaanerata eqqu-maffiginissaa pingaaruteqarpoq, inullu tarnikkut ajuut-tilik suliffimmi aallartisarnermi maligassiuusumik pisariaqartitsigajuttarpoq. Atorfinittoqareeraangat suliassanik sularinnittartumut immaqalu Majoriami sulisumut ajornanngitsumik attaveqartorsinnaassaaq, qaammatinilu arfinilinni siullerni qanimut malinnaasoqassalluni.

### Annerusumik paasisaqarumangaanni attavissaq



#### SugisAQ

Tarnikkut eqqarsartaat-sikkullu napparsimasut ilaqutaasullu peqatigiiffiat

Mail: [sugisAQ@sugisAQ.gl](mailto:sugisAQ@sugisAQ.gl)

## Skizofrenimut assingusumik tarnikkut ajuuteqarneq

### *Aamma takukkit 'Skizofreni' aamma 'Psykoset'!*

Skizofrenimut assingusumik tarnikkut ajuuteqarneq skizofrenimut assinguvoq, taamaammallu kingunerisa assinginik amerlasuunik ilisarnaateqarluni. Assigiingissutaat tassaavoq, skizofrenimut assingusumik tarnikkut ajuuteqarnerup annikinnerungaartunik kinguneqartarnera aamma psykoseqartoqartarani sivikitsuararsuarmillunniit psykoseqartoqartarluni.

Skizofrenitulli kingornussaqaarneq ajuuteqaleriartortarnermut pissutaasorjussuurtut isikkoqarpoq, kisiannili avatangiisini aamma inuttut atukkat tarnikkullu pissutsit aamma pissutaasarput.

### Kingunerisinnaasai

Kinguneri skizofrenimut assingusumik tarnikkut ajuuteqarnermut immikkut ilisarnaataasut tassaapput:

- ▶ Misigissutsit naleqqutinngitsut annikitsullu
- ▶ Immikkulaaq ittuuneq, isikkoq iliuitsillunniit tupinnartut allakaajusullu
- ▶ Attaveqarsinnaassutsip annikinnera mattuteqqajaasamerlu
- ▶ Isumassarsiat tuppinnartut imaluunniit tupinnartunik eqqarsateqartarneq
- ▶ Pasillerumatuneq malersorneqarsoraluniluunniit isumassarsiat
- ▶ Sivisuumik eqqarsateqartarneq, eqqarsaatinut anigorneq ajornartunut assingusinnaasut, inuullu taakku akiorniavineq ajorpai, aammalu sarkortuunik kinguaassiuutulerinermillunniit imaqarajuttartut ajortumillunniit isikkoqarneq pineqartarluni
- ▶ Misigisaatsini misigisat nalinginnaanngitsut, timip misiginera ajortoq takorruugaqarnerluunniit, nammineq timimik avatangiisinillunniit allaasorinnineq
- ▶ Eqqarsartariaaseq oqalunnerlu annikippat, tannaarlugu nassuiaasoqartarluni, sangujoraartarluni oqaatsillunniit imaqanngitsuusinnaallutik

- ▶ Psykoset annikitsuararsuit (psykoset sivikitsuararsuit) annertuumik takorruugaqartarneq, takorruinerit isumassarsiallunniit takorruinerimut assingisut, avataaneersunit pissuteqarajuttanngitsut.

Inuk tamakku saniatigut ajornartoornertit annertunerusimik ajortiasinnaavoq ukulu atorneqariaannaalutik:

- ▶ Psykoset
- ▶ Annilaanganeq
- ▶ Isumatsassimangaarneq
- ▶ Imminut toqunnissamik eqqarsateqarneq

Ajuutip inuit attaveqatigiittarneranni kingunera tassaagajuttarpoq kiserliorneq, tassa inuup skizofrenimut assingusunik ajuuteqartup inunntut allanut tunngatilugu qanimut attaveqarnissaq attaveqarfigisartakkallu attatiinnarnissaat ajornakusoortikkajuttarmagu.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuit skizofrenimut assingusumik tarnikkut ajuutillit ingerlalluarajuttarput suliffillu paarisinnaallugu, pingaartumik inuup tamanna peqatigalugu katsorneqarneq malippagu. Inuilli skizofrenimut assingusumik tarnikkut ajuutillit ataatsimut isigalugu tarnikkut ajortianerusarput taamaammallu sulineri atugassarisat stressernartut pinngitsoornissaat pingaaruteqarpoq, tassa stressi psykoseqalersitsisinnaammat. Sulineri atugassarisat stressernartut assersuutigalugu tassaasinnaapput suliassaqarpallaarneq imaluunniit ineriartortitsinermik pikkorissarnerni peqataaneq, tassani naaggaarnissamut periarfissat naammattaratik. Tamassuma saniatigut inuk suliffimmi pisunilu allani attaveqartarnermik ikiorneqarpat pitsaassaaq.



## Skizofrenimut assingusumik tarnikkut ajuuteqarneq

### – nangitassaq

Inuup suliffeqarfimmi inummik aalajangersimasumik attaveqarnissamik pisariaqartitsisinnaanerata eqqu-maffiginissaa pingaaruteqarpoq, inullu tarnikkut ajuutalik suliffimmi aallartisarnermi maligassiuismik pisariaqartitsigajuttarpoq. Atorfinittoqareeraangat suliasanik suliarinnittartumut immaqalu Majoriami sulisumut ajornangitsumik attaveqartorsinnaassaaq, qaammatinilu arfinilinni siullerni qanimut malinnaasoqassalluni.

### Annerusumik paasisaqarumangaanni attavissaq



#### SugisAQ

Tarnikkut eqqarsartaat-sikkullu napparsimasut ilaqutaasullu peqatigiiffiat

Mail: [sugisAQ@sugisAQ.gl](mailto:sugisAQ@sugisAQ.gl)

## Stofskiftip pissusissamisuunnginneranit nappaatit

Stofskiftip pissusissamisuunnginneranit nappaatili-nut ilaatigut ilaapput inuit torluup saani qinersimi ti-nupasoqartut kræfteqartullunniit, tamannalu pissuti-galugu stofskittimut nakorsaait atorlugit katsorsarne-qarnissamik pisariaqartitsisut, tassa torluup saani qi-nersimiiimmat timip stofskiftiata hormoliortarfia. Hy-pofysimi nappaatit timip stofskiftip eqqortumik hor-moliunnginneranut qaqtigut pissutaasarput.

Stofskiftip timip cellii sunnertarpei. Stofskiftip pissusis-samisuunnginneranit nappaatit isigiinnarlugit qaqtu-gut takuneqarsinnaasarput. Tassami hormonini nap-paataavoq, tassani timip stofskiftia annertuallaamik annikippallaamillunniit hormoniliortarmat.

Sanilluussivissagaanni inuk qaffasippallaamik stofskif-teqarnera biilitut isigigaanni sukkavallaamik inger-lasarpog, geari appassissoq annertuallaamik kaavittoq. Assersuut taanna atuinarniarlugu inuit stofskiftikip-pallaarnermik ajuutillit geariat qaffasippaallaartarpoq, tassanilu sukkatsinnissaq kigaappallaartarluni. Biilip qaffasippallaamik appasippallamillunniit geari ator-lugu ingerlasoq ikummatissamik atuinerani aningaasatigut sipaarutaarpiannginneratulli stofskifti-mik nappaat aamma ikummatissamik annertuumik pisariaqartitsissaaq, timilu artorsartinneqartarpoq pis-susissamisooranilu. Taaamaammat inuk qaffasippal-laamik appasippallaamillunniit stofskiftilik nukis-saalatsigajuttarpoq. Taaamaammat stofskiftimi nap-paatit annertuallaamik qasutitsisarput, eqqaamasaqarniarnermik aallussisinnaanermillu ajor-nartorsioartitsisarput.

### Kingunerisinnaasai

Stofskiftip pissusissamisuunnginneranit nappaateqar-nermut takussutissaagajuttut tassaasinnaapput:

- ▶ Qasoqqaneq qasutanerlu
- ▶ Aallussisinnaanermik eqqaamasaqarniarnermil-lu ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Puallarneq sanigornerluunniit
- ▶ Nukinni anniarneq nukiillunniit atorsinnaane-risa annikinnerat
- ▶ Isumatsassimangaarluni eqqarsaatit
- ▶ Assat sajuttut
- ▶ Qiiqaneq

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuit stofskiftip pissusissamisuunnginneranit nap-paateqartut amerlasuut nalinginnaasunik atugas-saqarlutik suliffeqarluarsinnaapput, allanulli ajor-nakusoornerusinnaalluni. Ilisimaneqarluarpoq inuit akiuussutissaqarpiaratik stofskiftip pissusissa-misuunnginneranit akiuussutissaqarpiannginnerup kinguneranik allanik nappaateqalersinnaasut, taakku-lu ataatsimoortillugit nalinginnaasunik atugassaqarlu-ni sulinissaq ajornakusoortilersinnaavaat. Taamaam-mat ilaasa nikerartumik sulisarnerat piffissamilunniit sivikillisami sulisarnerat stofskiftip pissusissamisuunn-ginneranit nappaateqartut suliffeqaannartinniarnen-rannut periusaasinnaavoq, tamannalu aqqtugalugu napparsimagaluarlutik inuuneqarluarnissaannut si-naakkusiisoqarsinnaalluni. Allallu nappaatip kingune-ranik imatut annertutigisumik misigisaqartarput tar-persiinissamik kissaateqaraluarlutik suliunnaavittari-aqartarlutik.

Inunnut inuuneq tamaat stofskiftimi nappaateqar-tunut nappaat takkussinaasarpoq peerussinnaallu-nilu, piffissat ilaanni pitsaasumik pitsaarpiangitsunil-lu atugaqartarlutik. Ilaat katsorsarneqarnermut atil-lugu napparsimaneq pissutigalugu piffissami sivikitsu-mi sulineq ajorput. Tassani ilimasuutit naleqqussarne-qassappata ammasumik kinguneqartussamillu oqa-loqatigiinneq sakkussaalluarpoq.

Stofskiftip homoniisa qaffasissusiat ullup unnuallu ingerlanerani pissusissamisoortumik allanngorartarpoq. Taaamaammat inunnut ullup unnuallu ingerlanerata nikerarneranik misigisaqartunut pingaartumillu unnu-akkut sulinerup nappaatip ajornerulerneranik kingu-neqasinnaavoq, suliffimmilu suliassat pilersaarusiorn-nerannut tunngatillugu tamatigoortuunissaq pisari-aqarsinnaavoq, sulisoq taamaalluni ulluklut suline-rusassalluni.

Stofskiftip pissusissamisuunnginneranit nappaatit isa-annarmik takuneqarsinnaanngimmata aqutsisut suli-sullu akuliutsinissaat aamma pitsaasuusinnaavoq, pingaartumik piffissani ulapiffiusuni, tamanna kikkut tamarmik assigiimmik suliqaanngippata pakatsinar-tutut misiginarsinnaalluni.

## Stomimik pilatsilluni ikkussiffigineqarnikut

### **Aamma takukkit 'Colitis Ulcerosa' aama 'Crohnip Nappaataa'?**

Stomi nappaataanngilaq pilatsinnerulli kinguneralugu. Stomi kinguneqartarpoq anap qullu aqajammi ammaneq aqqusaarlugu anisinneqartarnerat. Pingaarnertut isigalugu stomit assigiinngitsut pingasuupput:

- ▶ Kolostomi: Inalugarsuup ataata tungaa iterlu tamakkerlugu peerneqarsimasarput. Inalugarsuaq aqajakut inisinneqarsimasarpoq (sigmoideostomi).
- ▶ Urostomi: Nakasoq peerneqarsimagajuttarpoq, qoorlu inalugarsuup ilaatigut immikkoortinneqarneratigut anisinneqartarpoq. Quumik anititsiviit marluk taakku mersuullugit ataatsimoortinneqarfiatigut anisinneqartarpoq (Brickerip nakasua)
- ▶ Ileostomi: Inalugarsuaq tamarmi ilaatigullu amerlasuuni aamma iteq peerneqarsimasarput inalugaarlarlu aqajaap talerpiata tunngatigut inisinneqarsimasarluni.

Pingaartumik ileostomik pilaalluni ikkussinerit sulisinaallutik ukioqartunut ikkunneqartarpoq, tassa atuar-tunut 30-illu ukioqartut tikillugit ikkunneqarajuttarpoq. Kolostimik aamma urostomimik ikkussivigineqar-nikut kræfteqarneq pissutigalugu ilaatigullu meeraaq-qanut pissusissarinngisaminnik iluseqarlutik inuusunut ikkunneqartarput.

### **Kingunerisinnaasai**

Inuppassuit stomimik ikkussivigitinnerup kingorna as-sersuutigalugu inunnit allanit akuerineqarsinnaanermik aamma ilinniarnerminnik sulinerminnillu ingerla-teqqiissinnaanerlutik pisariaqanngitsumik ernumas-suteqartarput. Ernumanerit taakku piffissap ingerlane-rani qaangerneqarsinnaagajuttarput.

Inuilli ilaasa stomimik pilatsillutik ikkussivigineqarnerup kingorna mattunnissartik toqqartarpaat, tassa inuit attaveqatigiittarneranni pissutsit nutaat tarnikut iliuuseqarfigisinnaasannginnamik. Taamaamat stomimik pilatsillutik ikkussiffigitinnerup kinguneranik tarnikkut ilaatigut qisuariaateqartoqarsinnaasarpoq.

### **Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut**

Stomimik ikkussivigitinnerup kingunerani suliffeqar-nissamat periarfissat aallaaviusumik killeqanngillat. Stomimik ikkussiffigitinneqarsimasunik inuussutissarsiutini tamarluinnangajanni sulisoqarpoq. Ilaatigullu nakkartitsileriataarsinnaaneq pissutigalugu pilatsinnerup kingorna timimut atornartunik sulisinnaangitsoqarsinnasarluni.

## Stressi

Stressi nammineq nappaataanngilaq, tassaanerulluni tatineqarneq timip qisuariarfigisartagaa.

Stressi sivikissinnaavoq tassangaannarlu pisinnaalluni, assersuutigalugu soraarummeernissamik annilaanganermi kingunerlutsisisunillu misigisaqarnermi, soorlu angallanermi ajutoornermi, toqusoqarnerani, nakuusertoqartarani siorasaarisqaqarneraniluunniit. Tamakku kingunerisarpaat timip noradrenalineqaleranera, tassaasoq hormoni akersuuttoq inuup pisup ingerlanerani ingerlalluarnissaanik annertusisitsisar-toq. Taamatut pisoqarnerani ilaatigut taaguut ajungitsumik stressernej atorneqarajuttarpoq, tassa stressip pisup qaangernissaanut inuk ikiortarmagu.

Stressi sivisusinnaavoq anigorneqanngitsuusinnaalluni. Uani timip stressip hormianik kortisoliliornera annertusisarpoq pingaartumillu taamatut stressernej peqqissutsimut ajortumik kinguneqarsinnaavoq.

Tatisimaneqarneq (assersuutigalugu napparsimanermit, ataavartumik akerleriinnermit suliaasaqartorujusuunermilluunniit), inuilli namminneq tatineqarnermik iliuusernissamut periarfissaat nukissaqarneralluunniit tatisimaneqarnermillu atugaqarsinnaanerisa ataatsimoortineri tunngavigalugit stressertoqalersarpoq.

### Kingunerisinnaasai

Stressip kinguneri amerlapput aammalu timikkut, tarnikkut inuttullu atukkatigut kingunerinut agguar-neqarsinnaallutik. Stressip timikkut kinguneri tassaasinnaaput:

- ▶ niaqorlunneq
- ▶ naarlunneq
- ▶ sakissakkut anniarneq anersaartornerullu ajortoqarnera
- ▶ pissanganeq uissanngunerlu
- ▶ sajunneq piumassuserinngisammillu timip aalasarnera
- ▶ uummammik kassuttoorneq, inuuserlulernertut misigisimaneq kiaguttarnerlu
- ▶ nukkkikut anniarneq/eqisarneq

- ▶ nererusussuseqannginneq
- ▶ sininnaveernej
- ▶ akulikitsumik quisarneq timminnerlu
- ▶ atoqateqarusussuseqannginneq
- ▶ timip akiuussutissaata annikillinera – akulikitsumik tunillatsittarneq
- ▶ nappaatit anigorneqarsinnaangitsut ajornerulererat

Stressip tarnikkut kinguneri tassaasinnaapput:

- ▶ qasuneq nukillaarnerlu
- ▶ aallussisinnaanermik eqqaamasaqarsinnaanermillu ajornartorsiuteqarneq
- ▶ Ilukkut eqqissimannginneq, uniffeqannginneq kiisalu nassuiarneqarsinnaanngitsumik ingasat-tajaartumilluunniit aarlerineq
- ▶ Piffissaaleqinermik misigisimaneq – aamma piffissaqarluaraluarluni
- ▶ Imminut naleqartippiannginneq naammanngitsutullu misigisimaneq
- ▶ Suliffimmi ajornartorsiutit attaveqarnerullu iliuuseqarfiginnissaanik ajornartitsineq
- ▶ Naammassisaqarsinnaassutsip annikinnera
- ▶ aalajangersinnaannginneq
- ▶ nikallujuissuseqannginneq puffajanerlu
- ▶ inuit allat oqalukkaangata tusarnaarnissamik ajornartorsiuteqarneq
- ▶ quiasaarsinnaanerup annikillinera
- ▶ nipaarluneq, mattuteqqajaaneq pimoorususinnaannginnerlu
- ▶ misigitsaanneq ataatsimullu isigalugu piumassuseqannginneq
- ▶ kamanneq ajorniarnarlu
- ▶ napparsimalluni suliaartortannginnerulerneq
- ▶ qiimmassaatinik atuinerup annertusinera, soorlu kaffi, cigaritsit imigassallu

## Stressi – nangitassaq

stressip attaveqaaqatigiittarnermi kinguneri ilaatigut tassaasinnaapput:

- ▶ ikinngutinik, ilaqtutanik aapparissamillu peqateqarsinnaanermik ajornartorsiuteqarneq
- ▶ napparsimalluni nalunaarneq, soraarsitaaneq suliffissaqaqnginnerlu

Piffissami sivisuumi tarnikkut ajuuteqarneq kinguneqarsinnaavoq, assersuutigalugit isumatsassimangaarneq, annilaanganeq atornerluinerluunniit. Stressi aamma timikkut nappaateqarnermik kinguneqarsinnaavoq, assersuutigalugu taqqanik qerattar-toorneq aammilu milittoorneq, aap qaffappallaarnera, niaqorluttarneq psoriasisilu.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuk stressertuq suliffimmi aallartissappat suliffeqaanassappalluunniit pissutsit nanertisimanartut stresser-nermut tapersiinnaasut annikillisinnaasut pingaaruteqarpoq. Tamanna assersuutigalugu imaaliornikkut pisinnaavoq:

- ▶ ullup suliffiup aaqqissuunna unillatsiartarluni ersarissumillu aaqqissuussilluni
- ▶ anguniakkanut piffissaliinernullu tunngatillugu piviusorsiorluni, taamaallutik inuup sulisinnaasusianut naleqqussarneqassallutik
- ▶ suliffimmi timikkut tarnikkullu pitsaasunik avatangiiseqarnissaq isumagalugu

Suliffiit ilaanni ajutoorfiusinnaasut tamakkiisumik annikillisinneqarsinnaanngillat. Assersuutigalugu tassaasinnaapput suliffik inunmut allanut toqqaannartumik attaveqarnissamik kinguneqartoq, pingaartumillu suliffik inummut siorasaarneqarfiusinnaaneq nakuusserfigineqarfiusinnaasorlu. Taamaattoqarnerani inummut ajutoorfiusinnaasut annertunerpaamik annikillisinnaasut pingaaruteqarpoq, peqatigitillugulu inuup pisut ajornakusoortut iliuseqarfiginissaannut periarfissai nukissaalu annertusitillugit. Tamanna ilaatigut imaaliornikkut pisinnaavoq:

- ▶ tapersersuilluni oqaloqatiginninneq (supervision)
- ▶ ilinniartitsineq (oqaloqatiginneriaaseq, akertilerinnerit iliuseqarfigineri ajornartoortoqarneranilu tarnikkut ikiuineq)
- ▶ aqutsisut suleqatillu tapersersuinerat oqaaseqaateqartarnerallu
- ▶ pequtilersuineri teknikkikkullu aaqqiinerit (assersuutigalugu init aallussilluni sulineri eqqissisimaffiusut, qimaavissanik pilersitsineq, kalerrisaarutinik nakkutiginninnermilu atorunik ikkussuineq)
- ▶ suleriaatsit ersarissut suliassallu paasiuminartut
- ▶ qanoq iliornissamut tunngatillugu suliffimmi pisut ajornakusoortut pillugit ersarissumik najoqqutassiorneq
- ▶ suliffimmi pisut ajornakusoortut ingerlaqqilluni iliuseqarfigineri

inuup suliffeqarfimmi inummik aalajangersimasumik attaveqarnissamik pisariaqartitsisinnaanera suliffimmilu inuup tarnikkut ajuuteqartup sulilersinniarnerani maligassiuisoqarnissaanik pisariatitsigajuttoqarnerani eqqumaffigissallugit pingaartuuvoq.

Atorfinittoqareerpat suliassanik suliarinnittartumut Majoriamiluunniit sulisumut ajornangitsumik attaveqartoqarsinnaassaaq qaammatinilu arfinilinni siullerni qanimut malinnaasoqassalluni.

## Sukkorneq

Sukkorneq tassaavoq timip glukosemik (sukkumik) suliarinnissinnaassusiata annikillinera. Pissutaasinnapput timip naammattumik insuliniliorsinnaannginnera imaluunniit insulinip timimut sunniuttarnerata annikillinikuunera. Sukkorneq napaataavoq anigorneqarsinnaanngitsoq inuunerup sinnera atuuttartoq.

Sukkorneq nalinginnaasumik assigiinngitsunut marlunnut avinneqartarpoq:

- ▶ Sukkorneq suussusia 1: Timip nappaammumut akiuussutissaa, sulii ilisimaneqanngitsumik pissuteqartumik, aqajaqqup sanilequtaani timip sananeqaataanik insunililiortartunik suujunnaarsitsisarpoq. Taamaammat inuk insulinimik kapitilluni ullormut ataasiarluni akuttungitsumilluunniit arlaleriarluni katsorsarneqartassaaq.
- ▶ Sukkorneq suussusia 2: Timi aallaqqaammumut sulii insuliniliortarpoq, insunilili siunertaq malillugu sunniuteqarneq ajorpoq. Sukkorneq suussuseq 2 amerlanertigut nerisat iisartakkallu atorlugit katsorsarneqartarpoq. Inuit suussusia 2-mik sukulersut 80 %-iisa missaat puavallaartarput. Taakkunanga amerlasuut pinaveersaartinneqarsinnaapput, tassa nerisat timip atortannginnera pualavallaarnerlu suussusia 2-mik sukullerermumut pissutaasartorujussuummata.

### Kingunerisinnaasai

Sukkornermumut paasineqanngitsumumut ajortumilluunniit killilerneqanngitsumumut takussutissat ilaatigut tassaasinnaapput:

- ▶ Qilalertarnerujussuaq akulikitsumillu quisarneq
- ▶ Niaqorlunneq, naarlunneq merianngunerlu
- ▶ Sanigorneq
- ▶ Nalinginnaasumik peqqinnginneq
- ▶ Qasunerujussuaq
- ▶ Pupeqalerneq pissutigalugu ungilatsitsineq

Sukkorneq insulinini, iisartakkat immaqalu inooriaatsip allanngornera soorlu nerisat, timigissartarneq sanigorsarnerlu atorlugit killilerneqarpat inuk nappaammik atugaqarluni inuunerissaarsinnaavoq.

Piffissalli ingerlanerani malitsigisaanik arlalinnik nappaateqalertoqarsinnaavoq, nalinginnaanerillu tassaapput:

- ▶ Uummatip ineeraani nappaateqalerneq

- ▶ Neuropati (sianiutini aseruuttoorneq)
- ▶ Isikkani ikeqalerneq
- ▶ Retinopati (isip qinnguata ameraasaabu aseruuttoorneq)
- ▶ Nefropati (tartukut nappaateqarneq)
- ▶ Napparsimalissutaasumik qasusarneq

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuit sukhortut amerlasuut nalinginnaalluinnartunik atugassaqarlutik sulilluarsinnaapput. Kingusissukkulli ilakutaqalernerit annertuumik innarluteqarnermik kinguneqarsinnaapput sulisinnaassuserlu annikillissinnaallugu.

Sukhortut insulinimik kapitillutik katsorsarneqartut ullup suliffiup ingerlanerani aap sukkuamik aqutsisinaanermik pisariaqartitsisarput immaqalu insulinimik kapitillutik nerillutilluunniit. Aap sukkuamik uuttuineq insulinimillu kapitinneq inimi kisimiilluni pisinnaasari-aqarpoq, aamma sukhortut unillatsiarnissamik nerinissamillu pilersarusiorsinnaanerit pingaaruteqarpoq.

Sukhortut insulinimik katsorsarneqartut isumannaallisaanissamut piunasaqaatit pissutigalugit sulisinnaanerat ilaatigut killeqartarpoq. Assersuutigalugu sakkutuut, politiit qatserisartullu ikiuiartornermi biiliniq ingerlatsisinnaanermumut tunngatillugu killilersuisinnaapput. Inuk sukkornerminik insulinimik katsorsartitoq soorlu timmisartortartutut, inuussutissarsiutigalugu aqqartartutut amerlanertigullu bussinik ingerlatsitut suleqqusaanngilaq.

## Tartukkut nappaatit

Tartukkut nappaatit assigiingitsut marluupput:

- ▶ Quup aqquataani nappaatit: Tartup aappaanna eqqorneqartarajuttarpoq
- ▶ Nappaatit assigiingitsut kingunerinik tartukkut nappaatit: Tartut taakku marluk eqqorneqartarput, tassangaannaq nappaateqalerneq aamma anigorneqarsinnaangitsumik nappaateqarneq immikkoortinneqartarput

Tartut inuunermut pingaaruteqartunik suliassaasaa saavoq aammik salineq. Timip nerisassat arrottarpai, igitassartaali arlallit sinneruttarlutik. Tartut taakunanga annertuut timimiit peertarpaat. Tartut timip imaruai tarajuilu oqimaaqatigiissittarpaat. Tartut aamma timip pissusissamisoortumik hormoneqarnissaa, taamaalillunilu aap naqitsinera, aallu procentia aqutarpaat.

Tartut sulisinnaassusiisa annikillinerata kingunerissavaa, tartut aammik salisinnaanginnerat imaluunniit timip imaruani taratsullu oqimaaqatigiissinnisaanik aqutsinnaanginnera.

Nappaatit tartut sulisinnaanerannik annikillisisartut assigiingitsut arlallit ilaatigut tassaapput:

- ▶ Tartuni quullu aqquataani aseruuttoorneq
- ▶ Anigorneqarsinnaangitsumik toqunartoqalerneq quup aqquataani ujarattaqalersitsisartoq
- ▶ Aap naqitsinera qaffassissoq tartunik ajortuningortitsisinnaasoq
- ▶ Inunnguuseralugu nappaatit, assersuutigalugu tartuni kræfti, sukkornerulluunniit kingunerit

Tartuni nappaatit kingunerit eqqumaffigissallugit pingaaruteqartut arlaliusinnaapput:

- ▶ Ataavartumik qasoqqanerujussuaq
- ▶ Ungillerineq
- ▶ Talini niunilu qilusoorneq
- ▶ Timimi imaruanineq
- ▶ Anertikkarneq
- ▶ Timminneq
- ▶ Nererususseqqannginneq

Quup aqquataani nappaatit pilattaanikkut katsorsarneqarsinnaapput, assersuutigalugu tartuni ujarattat, ajuarneq, tartuniluunniit kræfti.

Nappaatit assigiingitsut kingunerinik tartukkut nappaatit amerlasuut, tartut ataavartumik sulisinnaanginnerannik kinguneqartarput, aammillu salinissaq pisariaqartarluni. Ataavartumik tartukkut nappaateqarnermi timi piffissap sivisuup ingerlanerani igitassat sunniisarnerinik sungiussisarpoq, taamaammallu kinguneri tassangaannaq tartukkut nappaateqalersitsigajuttarlutik.

Aammik saleeriaatsit assigiingitsut marluupput:

- ▶ Hæmodialyse (aammik salitsitsineq): Aak tartuusami aammik akuluianermik taaneqartumi salineqartarpoq. 3½-5 tiiminik sivistigisumik sapaatip akunneranut pingasoriarluni-sisamariarluni napparsimavimmi akuluiaasoqarnerusarpoq. Aammik salinermut immikkoortortaqaqarfini amerlanerit ullukut unnukkulluunniit akuliartinnissamut perarfissaqarpoq. Aamma angerlarsimaffimmi aammik salisinnaanissap perarfissaanera nalinginnaasunngornikuvoq. Tassani tartukkut nappaatilik nammeneq akuluiaasinaasariaqarpoq. Napparsimasut angerlarsimaffimmi aammik akuluiaasartut amerlanerit sapaatip akunneranut arfinileriarlutik-arfineq marloriarlutik salitsittarput.
- ▶ Peritonealdialyse (quup aqquataani aammik akuluiaaneq): Akuluiaaneq naat iluisigut pisarpoq. Inuup ullormut sisamariarluni arfinileriarluunniit puussiaq taarsertarlugu imaluunniit ulloq unnuarluni 8-10 tiimit missaanni unnuakkut maskiinamut atassuserluni angerlarsimaffimmi nammeneq aammik akuluiaasarpoq.

Tartukkut nappaateqarneq inuit attaveqatigiittarne-ranni kiserliornermik kinguneqarsinnaavoq, tassa piffissaq nappaammut atorineqartartorujussuummat. Pingaartumik inunnut hæmodialysemik atuisartunut atuuppoq, tassa ingerlaneq ilanngullugu sapaatip akunneranut akunnerit 20 tikillugit tassunga atuinisarneq nalinginnaasuummat.

## Tartukkut nappaatit – nangitassaq

Atajuartumik qasoqqarujussuarneq tartukkut nappaateqarnerup kingunerigajuttagaata isumaqatigiissutit pilersaarusiornissaat eqqortinnissaallu, inuit tartukkut nappaateqartut ajornakusoortissinnaavaat.

Anigorneqarsinnaanngitsumik tartut suliunnaarnerisa tartulersinnissaq pisariaqartilersinnaavaa. Toqusup inuusulluunniit (ilaquttap, ikinngutip assigisaasalu) tartuanik tartulersittoqarsinnaavoq. Toqusup inuusulluunniit tartuanik tartulersissagaanni blodtype pingaartumillu timip ipiusartai assigiissapput. Tartulersinnissamut ukiut sisamaat avillugu utaqqisoqartarpoq.

Taamaammat tartulersinnerup kingorna sapaatit akunneri arfinillit missaannit qaammatit pingasut tikillugit peqqissinissamut pisariaqartitsisoqartarpoq.

### **Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut**

Inuit anigorneqarsinnaanngitsumik tartukkut nappaatillit amerlanerit maannamut suliffigisimasap assinganik suliffeqasinnaasarput. Aammik akuluiaasoqalersillugu tartumikkut nappaatillit amerlanerit aammik akuluiaasoqartarnera piffissamik atuiffiusartoq qasoqqanerlu pissutigalugit piffissami sivikillisami sulisarnissamik pisariaqartitsisarput. Timimut artornartunik suliffeqarnaveersaassapput.

Hæmodialyseqartoqarpat fistel-imik taaneqartartumik suliarititsisoqartarpoq. Fistel tassaavoq, taqaq tillertoq taqarlu ataatsimut pilallugit ataatsimoortinneqartut aammillu akuluiaanermi aqquataasartoq. Fistel-ip timip nukkiortinnissaa sajuppillanerillu attassinnaangilai. Inuk peritonealdialyseqarpat aattorteriaannaaneq pissutigalugu ipertuumik suliaqarnissaa nangasaarutigineqartarpoq.

Inuusuttut tartumikkut nappaatillit aallaaviusumik inuttut allatuulli suliffissamik toqqaasinnaapput, timimulli artornartumik suliffeqassanngillat. Inuit tartumikkut nappaatillit amerlasuut tartulersikkunik suliinnaassuseqarnertik atoqqilissavaat. Kisiannili tartulersinnikut ilaat piujuartumik qasoqqarujussuuartarput piffissallu ingerlanerani malitsigisaanik nappaateqalersarlutik, tamannalu sulisinnaassutsip annikillinernik kinguneqarsinnaavoq.



## Tinnitus

**Aamma takukkit 'Cochlear Implant (CI-mik pilatsillutik ikkussivigineqarnikut)', 'Tusilartut Tutsarliortorujussuillu', 'Tusaasaqarsinnaanerup annikillinera', 'Nipinik sunnertianeq' aamma 'Morbus Menière'.**

Tinnitus sianitut kukkusumik kalerrisaarisarnerannik tusaaniarnermi timip atortuisa ilaani pinngortartunik pissuteqarajuttarpoq. Ajoqut taanna qaratsamat kukkusumik kalerrisaarititsarpoq. Kalerrisaarut qaratsap nipitut paasisarpaa, assersuutigalugu qaratsami tusaasaqarnermik aqutsivimmi qatimalunnertut, nillianertut, siorsulanertut aviutitsinertulluunniit. Tinnitus pillugu nalinginnaasumik paasinnittarneq tunngavigalugu "katsorsarneqarsinnaanngilatit", kukkusumilli kalerrisaaruteqarneq qaratsanni nalequnnerusumik suliarineqartarnissaanik suliniuteqarsinnaavutit. Tinnitus tusillannerup nalinginnaasumik kingunerisarpaa, aammali kisimiilluni atuussinnaalluni.

Tinnitusi assigiinngitsorpasuarnik annertussuseqarsinnaavoq annikitsuararsuarnik ajoqutaanerani innarluutaalerneranur. Tinnitus tusillannerup nalinginnaasumik kingunerisarpaa, aammali kisimiilluni atuussinalluni. Uku pissutigalugit tinnituseqartoqalersinnaavoq:

- ▶ nipiliortoqarnerata kinguneranik
- ▶ nappaatit ajutoornerilluunniit assigiinngitsut kingunerannik
- ▶ tusillannerup kinguneratut
- ▶ tamassuma saniatigut nassuiarneqarsinnaanngitsumik tinnituseqartoqarsinnaavoq

### Kingunerisinnaasai

Tinnitus ataasiakkaanik assigiinngiaartunillu sakkortussusilimmik kinnguneqarsinnaavoq. Ukuli immikkut eqqumaffigineqassapput:

- ▶ Tinnitus inuup avatangiisillu akornanni akornusiisutut misigineqarajuttarpoq, akornusiinerlu taanna qaangerniarlugu nukerujussuup atornerqarnissaa pisariaqarajuttarpoq. Tinnitus taamaammat nalinginnaasumik attaveqarnermut ajoqutaasinnaavoq.
- ▶ Tinnitusip sungiunnissaa tinnitusillu soqutigingitsusaarnissaanut nukik pisariaqarpoq, taamaammat inuk nukissakinnerusarpoq.

- ▶ Sininnaveertoqarsinnaavoq – sinilerniarnerlu siusippallaamillu iterneq ajornartorsiutaasinnaapput.
- ▶ Inuup stressilernissamat killinga appassisinnaavoq.
- ▶ Attaveqarneq pissusissamisoortuuneq ajorpoq, aporfissaqarluni pisarmat.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Tinnitusip annertussusia sulisinnaassutsip qanoq sunnerneqartarneranut soorunami pingaaruteqarpoq. Suliffeqarfiulli ukuninnga isumaginnissaa naleqqukkajuttarpoq:

- ▶ Pissuseq pillugu aqutsisunut, suleqatinut suleqatigisanullu ammasumik nalunaaruteqarneq
- ▶ Suliassat annertussusianni tamatigoortorujussuuneq, taamaalilluni sulineq "ullormi tassani qanoq innermut" naleqqussarneqasinnaaniasammat
- ▶ Ullup ingerlanerani unillatsiartarnissamik periarfissaqarneq
- ▶ Nipimut pitsaasunik atugassaqartitsilluni suliffiup aqqissuunera
- ▶ Siunnersortimit immikkut ilisimasalimmit siunnersorneqarneq
- ▶ Stressip ullup suliffiup ingerlanerani annikillinissaa pinngitsortinnissaluunniit, tassa tinnitusip stressi sunnertarmagu

Attaveqartarnermut tunngatillugu uku pisariaqarajuttarput:

- ▶ nipimut tutsarinneq pitsaasoq pitsaasumillu qaammaqquteqarneq
- ▶ isi toqqarlugu isigininneq aamma ersarissumik oqaluttarneq
- ▶ tunuani nipiliortoqannginnissaa
- ▶ qarngup aalaneratigut paasinnittarnissamik periarfissaqarneq
- ▶ oqalunnermi imminut aqunneq: inuit ataasiakkaarlutik oqaluttassapput

## Torloqannginneq *Laryngectomeret*

Inuit larungectomereterilersinneqarsimasut torlummi kræfteqarnerup kinguneranik torlui nipiliuutaalu peerneqarsimasarput. Tamanna nalinginnaasumik oqalusinnaajunnaarnerannik kinguneqartarpoq. Pilattaa-nermi aamma anersaartorfik qungatsip saavani putumut atassuserneqartarpoq (stoma), torloqanngitsorlu putukkut tassuuna siunissami anersaartortassaaq. Amerlanerit pilatsinnerup kingorna nipip sungiusarneratigut atortullu ikiuutit atorlugit oqalunneq ilinniar-sinnaavaat.

### Torloqarnani oqaloriaatsit pingasuupput:

- ▶ Iggissakkut nipi: Iggissakkut anersaartornermi silaannarlu qummukaqqikkaangat iggiap qulaata tungaa maligaasiorneqalersarpoq nipiliortoqarlunilu oqaasinngortinneqarsinnaasoq.
- ▶ Ventili atorlugu nipi: Anersaartorfiup iggiallu akornanni ventilimik ikkussinikkut silaannaq anisneqartoq iggiakkut ingerlatinneqartarpoq, taamaaliornikkut iggiap qulaata tungaa maligaasiorinneqalersarpoq taamaalillunilu nipiliorneq oqaasinngortinneqartarluni.
- ▶ Sajukulaartitsissut atorlugu nipi: Sajukulaartitsissut elektroniskiusoq qungatsimut tutsinneratigut nipi iggiamut ingerlatinneqartarpoq. Taava nipi taanna oqalunngortinneqarsinnaavoq.

Taakkununnga ilaapput inuit tracheostomereterilerneqarnikut (kapuutiligaq) kapuullu atortuartariaqartarlugu. Kapuutilikkamut qungatsip saavaniit anersaartuummut ruujori ikkunneqarnikuvoq.

Taakkununnga ilaapput inuit glossetomeretilerneqarnikut (qarngup iluani pilatsinnikut), assersuutigalugu inuit oqaasa qilaavasalu ilaat peerneqarnikut.

Ilaat kræftemik katsorsaanerup kingorna niaqqumi qungatsimilu qinngornernik ajoqusersimasarput.

Tamanna ukuninnga kinguneqarsinnaavoq:

- ▶ Timip ipiusartaasa ajoquserneri
- ▶ Ameraasat pullanneri
- ▶ Nipiliuutip ajoqusernera
- ▶ Anersaartorniarmik ajornartorsiuteqarneq

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Iggissakkut kræfti pissutigalugu pilatsinnikut agguaqatigiissillugu 60-inik ukioqarput ukiukinneruliariartortilli. Inuit sulisulisinnaallutik ukioqartut siusinnerusukut suliaq timimut artornarpallaanngippat allatulluunniit artornarpallaanngippat atorfeqarnerminnut utersinnaagajuttarput.

## Tusilarlunilu tappiitsuuneq

***Aamma takukkit 'Cochlear Implant (CI-mik pilatsillutik ikkussiffiqineqarnikut)', 'Tusilartut Tutsarluttullu ussersuutigut nalunaartartut', 'Tusillanneq, 'Nipimik malussarinneq', 'Morbus Ménière' aamma 'Tinnitus'.***

Inuit tusilarlutillu tappiitsuusut annertuumik tapiillini-kuusarput tusillannikuullutillu. Inuit ilaat tusilarluin-nartuusarput tapiilluinnartuusarlutillu, allallu ilaatigut takusaqarsinnaasarpur aamma/imaluunniit tusaasa-qarsinnasarpur. Tusilarlunilu tappiitsuuneq kingornus-saasinnaavoq imaluunniit ilaatigut inunngornermi ajoqusernermik, ajutoornernik, isikkut siutikkullu nap-pateqarnermik utoqqalinermilluunniit pissuteqarsin-naalluni. Tusarlunilu tappiitsuunerup annertussusia allanngorarsinnaavoq – ilaat tusaasaqarsinnaanngillat takusaqarsinnaanattilluunniit allallu tutsarluttarput tapiillutillu.

Inuit tusilarlutillu tappiitsuusut pingaarnernut marlun-nut immikkoortinneqarsinnaapput:

- ▶ Inuit tusilarlutillu tapiillutik inunngortut – tassa inuit inunnguutsiminnik annertuumik tapiillini-kut tusillannikullu imaluunniit sulii oqalussinnaa-natik tamassuminnga atugaqalersut.
- ▶ Inuit tusilarlutillu tappiitsut, tassa inuit inuunermi kingusinnerusukkut misigisaatsini ataatsimik taakkuninngaluunniit marlunnik innarluuteqar-lersut.

Innarluutit taakku marluk piginnaasat annikillinerat, ataveqaqateqariaaseq atorneqartoq kiisalu tarnikkut inerikkartornikkut inuillu attaveqaqatigiittarneranni ajornartorsiutit eqqarsaatigalugit assigiinngitsorujus-suupput. Taakku marluk inuunermi atugaat taamaa-lillutik assigiinngikkajuttorujussuupput.

### Kingunerisinnaasai

Tusilarlunilu tappiitsuuneq ulluinnarni annertuumik ajornartorsiuteqarnermik kinguneqartarpoq, ilaatigut ilaqutariit inuunerannut allatigullu inuit attaveqaqati-giittarneranni peqataasarnermut tunngatillugu. Inuit tusilarlutillu tappiitsut inuiaqatigiinni paasissutissanik inuunermut pingaaruteqartunik annertuumik paasitin-neqarnej ajorput kulturikkullu sammisaqartitsinerne peqataatinneqartaralik.

Inuit tusilarlutillu tappiitsut, inuttut tusilartutut tapiit-sutulluunniit, misigisaaseq ataaseq aappaanik taar-sersinnanngilaat. Taamaammatt inunniit tapiitsunut, isigiarsuttunut, tusilartunut tutsarluttunulluunniit ili-uuserineqartartut imaaliinnarlutik iluaqutigisinnaan-ngilaat. Taamaalillutik ulluinnarni attaveqarsinnaaju-mallutik inuunermillu ingerlatsisinnaajumallutik im-mikkut ikiutinik periutsinillu atorfissaqartitsisarput.

inuit tusilarlutillu tappiitsut pingaartumik paasissutis-sanik pissarsinissamik, attaveqartarnermik avatangii-sinilu angalanissamik ajornartorsiuteqartarput. Taa-maammatt immikkut iliuuseqanngikkaanni avataaniit-inneqariaannaasorujussuupput.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuunermi pissutsit allatuulli tusarlunilu tappiitsu-nej atuarnernut, ilinniaqqinnermut suliffeqarnermul-lu tunngatillugu ajornartorsiuteqarnermik kinguneqar-tarpoq.

Tusilarlunilu tappiitsuuneq tassaaneruvoq attaveqartar-nermi innarluuteqarnej, taamaammallu tusilarlutillu innarluutillit attaveqartarnermi ikiorserneqarsinnaa-gunik iluaqutaasunik arlalissuuartigut suliaqarsinnaap-put.

### Annerusumik paasisaqarusukkaanni attavissaq



**ISI** - Kalaallit Nunaanni tappiitsut isigiarsuttullu peqatigiiffiat, inunnit tappiit-sunit isigiarsuttunit qanigi-saasuniillu ingerlanneqar-toq, attavissaq: [isi@isi.gl](mailto:isi@isi.gl)

## Tusilartut annertuumillu tusillannikut

*Aamma takukkit 'Cochlear Implant (CI-mik pilatsillutik ikkussiffiqeqarnikut)', 'Tusilartut Tutsarluuttullu ussersuutitigut nalunaartartut', 'Tusillanneq', 'Nipimik malussarinneq', 'Morbus Ménière' aamma 'Tinnitus'.*

Tusilartunngorneq imaluunniit annertuumik tusillanneq tutsarlunnerup ajonerulernerata, nappaateqarnerup kingunerluuttuunniit kingunerisinnaavaat. Inuit tusilartut annertuumillu tusillannikut amerlasuutitigut uku atorsinnaavaat:

- ▶ Pilallugu ikkutaq Cochlear
- ▶ tusartaatit
- ▶ qarngup aalaneratigut paasinninneq
- ▶ teknikkikkut atortorisarutit, assersuutigalugit: tusartaatit atisartakkat, FM-imi aallakaatitsisutit, oqarasuaatit nipittortaataat, nutserisoq (alalanik nutserisoq, imaluunniit ussersuutit atorlugit attaveqarneq), kalerrisaarutit

### Kingunerisinnaasai

Inuit tusilartut annertuumillu tusillannikut attaveqarnermut nukippassuit atortarpaat, taamaammat ulluinarni nukissaaleqisartorujussuupput. Kinguneri ilaati-gut tassaasinnaapput:

- ▶ qasuneq
- ▶ niaqorlunneq
- ▶ pukutsumi nukiit sukattoorneri
- ▶ malinnaanissamik ajornartorsiuteqarneq
- ▶ tinnitus

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Suliffeqarnermut tunngatillugu uku sissuernissaat pingaaruteqarpoq:

- ▶ Pisortanut, suleqatinut suleqatigisanullu pisoq pillugu ammasumik ilisimatitsinissaq
- ▶ tusilartut inuillu annertuumik tusillannikut attaveqatigiinnerni tamani immikkut mianerineqarnissamik pisariaqartitsisarput.
- ▶ Inuit annertuumik tusillannikut tusartaatit killilimmik iluaqutigisarpaat, taamaamallu isit naapinnissaannik pisariaqartitsinerit qarngullu aalaneratigut paasinnissamik periarfissaqarnissaat pingaaruteqarluinnarput.
- ▶ Tusilartut annertuumillu tusillannikut isit naapinnissaannik pisariaqartitsisarput qarngullu aalaneritigut paasinninnissamik periarfissaqassallutik.
- ▶ Amerlanerit Assersorneq Atorlugi Attaveqarnermik tapersiinnissamik allalluniluunniit nutserisoqarnissamik pisariaqartitsisassapput.
- ▶ Inuk pisariaqartoqartillugu ussersorneq atorlugi nutserisoqarnissamik allalluniluunniit nutserisoqarnissamik periarfissinneqassaaq.
- ▶ Ullup suliffiup ingerlanerani unillatsiartarnissamik periarfissaqassaaq.
- ▶ Ilinniaqqinneq ilinniagaqaqqinnerlu nutserisoqarluni piffissamilu sivilunerusumi ilinniartitsisarluni immikkut aqqissuunneqassaaq
- ▶ Inuk immikkut ilisimasalimmit siunnersorneqarnissamik pisariaqartitsinersoq.
- ▶ Allaffinni ataatsimoortuni ammasuni sulineq sapinngisamik pinngitsoorneqassaaq, tassa inummut tusilartumut annertuumilluunniit tusillannikumut assersorluni nutserisumik atuinnngitsumut ajornakusoorsinnaammat.

## Tusilartut annertuumillu tusillannikut – nangitassaq

Tamassuma saniatigut inuussutissarsiutissamik toqqaanermut tunngatillugu periarfissat killeqarnerat eqqumaffigineqassaaq: Inuup tusilartup annertuumilluunniit tusillannikup suliat soorlu ilinniartitsineq, oqarasuaatilerisutut assigisaattulluunniit oqalulluni attaveqarnissamik pisariaqartitsiviusut suliarisinnangilai.

Inuit tusilartut Cochlearimik pilatsillutik ikkussivigineqarsinnaapput inuillu amerlasuut annertuumik tusillannikut Cochlearimik pilatsillutik ikkussivigineqarsinnaapput. Inummut tusilartumut annertuumilluunniit tusillannikumut attaveqarneq immikkut eqqumaffeqarnissamik pisariaqartitsiviuvoq. Uku immikkut pingaaruteqarput:

- ▶ Isit naapinnerat
- ▶ Erseqqarissumik oqalunneq
- ▶ Qarngup aalaneratigut paasinninnissamik periarfissaqarneq
- ▶ Ussersorluni oqalutseqarnissamik allaganngorluguluunniit oqalutseqarnissamik periarfissaqarneq
- ▶ Nipimut tutsarinnassuseqarluarneq
- ▶ Qaammaqquteqarluarnissaa
- ▶ Tunuani nipiliortoqannginnissaa
- ▶ Inuit oqalunnermi imminnut aqunissaat – inuit taamaallaat ataasiakkaarlutik oqaluttassapput

### Annerusumik paasisaqarusukkaanni attavissaq:



#### KTK - Kalaallit Tusilartut Kattuffiat

Tusilartunut siussarluttunullu siunnersuisarfik.  
Attavissaq: Lisa Nielsen,  
[lisa@niik.gl](mailto:lisa@niik.gl)

## Tusilartut tutsarluttullu ussersorlutik attaveqatigiittartut

*Aamma takukkit 'Cochlear Implant (CI-opererede)', 'tappiitsut tusilartut', 'tusillannikut aamma annertuumik tutsaluttut', 'tutsarluttut', 'Tutsarissut, 'Morbus Ménière' aamma 'Tinnitus'*

Tusilartut tutsarluttullu ussersorlutik attaveqatigiittartut qallunaatut ussersorlutik oqaaseqartuupput.

Ussersorlutik oqaloqatigiinnerminni qanorluunniit isummorsorlutillu oqariartuuteqarsinnaasarput. Qallunaatut ussersorneq oqaatsit akuerisaapput, nunanit allamiusut ussersorluni aamma allannermi oqalunnermiillu allaanerusoq. Tusilartut tutsarluttullu ussersorlutik oqaaseqartut tusaasinnaasunik oqaloqateqarni- arnerminni ussersorlutik nutserisututut ilinniarsimasunik ikiorteqarsinnaasarput. Pingaaruteqarpoq ussersorlutik nutserisinnaasunik periarfissaqartitsinissaq, tassami ussersorlutik oqaluttartut danskisut oqaasilitut allassinnaassusaat oqalussinnaassusaallu killeqarsinnaasarmata.

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Tusilartut qanorluunniit pisinnaapput taamaallaat tusilarput. Tusilartut aamma tutsarluttut ussersorlutik attaveqateqarsinnaasut allatuulli ilinniagaqarsinnaasariaqarput, pinngitsooranili pisariaqarpoq ussersorluni nutserisinnaasumik ikiorteqarnissaa. Ussersorluni nutserisinnaasut ilinniarfigisimassavaa Professionsbacheloritut ilinniagaq Københavns Professionshøjskole Aarhusimiittoq imaluunniit Københavnimi. Ussersorlutik nutserisut qallunaatut oqaatsit aamma ussersorlutik qallunaatut oqaatsit akornanni ingerlatiinnaq nutserisinnaasariaqarpoq.

Suliniuummi matumani Kalaallit Nunaanni ussersorlutik nutserisinnaasut marluinnaat ilisimaneqarput.

Annerusumik paasisaqarumangaanni attavissaq



**KTK - Kalaallit  
Tusilartut Kattuffiat**

Tusilartunut siussarluttu-  
nullu siunnersuisarfik.  
Attavissaq: Lisa Nielsen,  
[lisa@niik.gl](mailto:lisa@niik.gl)

## Tutsarlunneq

***Aamma takukkit 'Cochlear Implant (CI-mik pilatsil-lutik ikkussiffiqineqarnikut)', 'Tusilartut Tutsarluttulu ussersuutitigut nalunaartartut', 'Tusilartut anner-tuumillu tutsarluttut' Tusillanneq, 'Nipimik malussar-inneq', 'Morbus Ménière' aamma 'Tinnitus'.***

Tutsarlunneq innarluutaavoq takuneqarsinnaanngit-soq. Uku immikkooortinneqarput:

- ▶ inunnguutsumik tutsarlunneq: Inuk tutsarlulluni peroriartortarpoq, taamaammat tamassuma ilinniagassamik suliffissamillu toqqanermi mi-nerisinnaasarpaa. Tutsarlunneq nalinginnaasuu-voq tunngaviumillu atugassarineqarluni.
- ▶ Tutsarulerneq. Inuup tutsarlunnini inuunnermi inissisimanerminut naleqqussassavaa, aamma pissutsimut nutaamut sungiussinissaq naner-tuutaasinnaasorujussuulluni.

Tutsarlunnermut pissutaasut tassaasinnaapput:

- ▶ Utoqqaliartorneq – tutsarulermerit amerlaner-paat utoqqaassutsumik pissuteqartarput
- ▶ Kingornussaqaarneq
- ▶ Nipiliorneq, nipiliornermit ajoquteqalerneq
- ▶ Annikinnerusumik: Ajutoornermi ajoquserneq, nakorsaatit saniatigut sunniutaat, nappaatip kinguneri

Inuit tutsarluttut tusartaatit, qarngup aalaneratigut paasinninneq, teknikkulluunniit atortut ikiuutsit, as-sersuutigalugu tusartaatit atisartakkat, FM-imi aalla-kaatitsissutit, oqarasuaatit nipittortaataat atorajuttar-paat. Tamassuma assigiinngitsunik nutsereriaaseqar-poq tamarmik immikkut iluaquteqartut nutserisunik atuisunit assigiinngitsunit atorneqartartut. Taakku ilaatigut tassaapput allallugit nutserisoq, MHS-imik, nutserisut ussersuutit atorlugit nalunaartartut aamma TSK (qallunaatut TSK: tegnstøttet kommunikation) atorlugit attaveqarneq.

Suliniuteqartunit ussersorlutik nutserisinnaasut mar-luinnaat Kalaallit Nunaanniittut ilisimaneqarput. Peqatigiiffiit inuillu naapertorlugit nutserutit assigiin-ngitsut aamma teknikkikkut atortorissaarutit ikiuutaa-sinnaasut pissarsiariniarnissaat ajornakusoorsinnaa-sarput taakku neqeroorutaanerat aamma nunami sumi najugaqarneq sorpassuillu allat peqquataallutik pissarsiariuminaassinnaasarlutik.

### Kingunerisinnaasai

Tutsarlunnermi kinguneri uku pineqarajuttarput:

- ▶ Ajornartorsiut pingaarneq tassaavoq nipit im-mikkooortinnissaasa ajornartorsiutaanera, inuup taamaammat tusarnaarnermi pissutsit pitsaasut nipillu tutsarinnassusiat, qaammaqquteqarluar-nissaq, ersarissumik oqaluttoqarnissaa teknik-kikkullu atortut ikiuutsit pisariaqartittarpai
- ▶ Attaveqarnerni assigiinngitsuni tamani malinnaanissamik piumasaaqatit annertuut pissutigalugit qasulerneq
- ▶ Suliffeqarneq eqqarsaatigalugu kinguneri immikkut ittut:
- ▶ Sullissanik sullissinermi/oqarasuaammik atuinermi ajornartorsiutit
- ▶ Suliffimmi inuit attaveqatigiittarneranni ajornartorsiutit
- ▶ Siusissuklut suliffeqarunnaarneq nalingin-naasuvoq

Tutsarlussineq arriitumik piartorajuttarpoq, taamaam-mat anertussusia inuup nammineq nalilernissaa ajornakusoortikkajuttar-paa, taamaammallu paatsuu-isoqarajuttoqartarluni.

## Tutsarlunneq – nangitassaq

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Suliffeqarnermut tunngatillugu uku isumaginissaat naleqqukkajuttarpoq:

- ▶ Pissutsit pillugit aqutsisunut, suliaqatinut suleqatigisanullu ammasumik nalunaarnissaq
- ▶ Teknikkikkut atortunik ikiuutaasunik ajornanngitsumik pissarsinnaaneq, tassunga ilanngullugit tusartaatinik
- ▶ Suliffimmi naleqqussaasinnaaneq

Attaveqartarnermut tunngatillugu uku isumaginnissaat pisariaqarajuttarpoq

- ▶ nipimut pitsaasumik tutsarinnassuseqarneq
- ▶ isit naapittarnerat
- ▶ ersarissumik oqalunneq
- ▶ qarngup aalaneratigut paasinninnissamut periarfissaqarneq
- ▶ oqalunnermi imminut aqulluarsinnaaneq – inuit ataasiakkarlutik oqalussapput
- ▶ pitsaasunik qaammaqquteqarneq
- ▶ tunuani nipiliortoqannginnera
- ▶ inummut tutsarluttumut taakkunani sulinissaq ajornakusoorsinnaasorujussuummat allaffiit angisuut ammasut pinngitsoorniarsigit.

### Annerusumik paasisaqarumangaanni attavissaq



#### KTK – Kalaallit Tusilartut Kattuffiat.

Tusilartunut siussarluttunullu siunnersuisarfik, attavissaq: Lisa Nielsen, [lisa@niik.gl](mailto:lisa@niik.gl)



## Whiplash Pukutsukkut ajoquseriataarneq

Whiplash qungatsimi qiterallit niaqorlu sukkaallisamik aalagaangata. Tamanna angallannermi ajutoornermut atatillugu pigajuttarpoq, tassani inuk issialluni niaqorlu sakkortuumik tunummut siumullu aalalluni. Taamaattoqarnerani pukusuk pillutsinneqarsinnaalluni sakkortuumik aalasinnaalluni. Inuit whiplaseqalersut amerlanerit piffissap ingerlanerani iluarsisarput kisiannili 5 procentii ataavartumik ajoqusertarput

### Kingunerisinnaasai

Kinguneri ukunatigut takuneqarsinnaapput:

- ▶ pukusummi anniarneq – immaq tuinut talinullu atasumik
- ▶ pukusuup eqarnera
- ▶ niaqorlunneq
- ▶ isigisaqarniarnerup ajoquteqarnera
- ▶ atuarniarnerup sukkaallinera
- ▶ eqqaamasaqarniarnermi aallussiniarnermilu ajornartorsiutit
- ▶ uissannguneeq
- ▶ aviutitsineq
- ▶ iisiniarnermi ajornartorsiutit
- ▶ alleqqumi anniarneq
- ▶ anniarneq ajornartoornerillu pissutigalugit tamikkut ajornartorsiutit
- ▶ sinissaarunneq

### Suliffeqarnermut tunngatillugu mianerisassat tamanut tunngasut

Inuup whiplashimik eqqorneqartup piujuartumik ajoquteqalersup suliassat ilaasa sularinissaasa ajornarnerulernerat misigissavaa. Taamaammatt suliassat ukuninnga imaqtartut pinngitsoornissaat naleqqutis-saaq:

- ▶ eqqiaaneq (pingaartumik støvsugerneq, natermik igalaanill asaaneq)
- ▶ oqimaatsunik kivitsisarneq
- ▶ issiaannarluni sammisaqarnerit, assersuutigalugu qarasaasiakkut sulineq atuarnarlunniit
- ▶ biilerneq kiisalu bussimik ingerlatsineq
- ▶ assat atorlugit sakissanit qutsinnerusumiittunik suliagarneq
- ▶ sikilluni sammisaqarnerit, assersuutigalugu erruinerneq, atisanik manissaanerit neri-sassiornermullu atatillugu
- ▶ piffissani sivisuuni issiaannarluni nikorfalluni-lunniit sulineq

Aamma sulinerneq atorlut tapersiissutillu atornerqarnis-saasa eqqumaffiginissaa naleqquppoq.

