

Hevur tú ein spurning ella onkran trupulleika, sum tú kundi ynskt tær at fingið viðgjordan í hesum teiginum.

Spyr Sosialin

Skriva til: Sosialurin, postsmoga 76, 3800 Argir. Merk brævbjálvan »Spyr Sosialin«.

Sálarfrøðing-urin:

Tunglyndi og árstíðirnar

Nú myrka árstíðin kemur kenni eg tað eins og alt er so trupult og tungt at bera.

Bert ein litil trupulleiki gerst so stóur, at eg havi hug at leggja meg undir dýnuna, so eingin skal fáa illgruna um, hvussu stendur til við mær.

Um næturnar vakni eg við at hjartað bukar so harðliga, at eg eri bangin fyri, at eisini nakað líkamligt bagir mær.

Er hetta vanligt hjá kvinnum, sum eru komnar um 45 ára aldur, ella bagir mær veruliga nakað.

Eg eri farin at ivast, og kundi hugsa mær at spurt sálarfrøðingin, um hann hevur nakað svar sum kann ugga meg.

KI

Nú hettar heystið hevur verið so óvanliga harðbælið og myrkt og veturin av álvara stundar til, skilji eg væl, at tygum eru tunglynt. Sjáldur fyri tann friska og fúsa landkrabban kann tað vera motumikið at stinga trynd undan fjárligum, og tað havið vit annars verið væl fyri í mun til menniskju, sum balast í enn myrkari umhvørvi sum t.d. sjófólk okkara við Kanadas, Grønlands og Norðurnoregs strendur.

Tá talan er um tunglyndi sum sjúkufyrirbýgging, verður diagnostiskt og harvið víðgerðarliga av praktiskum orsökum skilt millum trinni slogini.

1) Tunglyndi úttan eyðsýnda, itokuliga ytri orsök og sum mestist at vera tengt at m.a. ættarbregði, konstitution, hormonalum og orvisi invortis orsökum.

2) Tunglyndi orsakað av einhvørjari greiðari orsök, sum kennist nívandi fyri hin rakta, t.d. missur av einum av sínum kærur, arbeiði, ognarlutum o.t.

3) Eitt varandi livandi í persónleikanum, hvørs røtur kanska rokka heilt aftur í barndómin, har tað helst varð lisið og sungið fyri einum, hvussu jammurkent og óttakent foldarlivið nú einaferð er, er eitt mistreytstíð til livið sum so.

Hetta er sjálvsagt alt ov kunstigt og ov mikið avgjort sett upp, tí innanfyri hesar karmar eru markstødur, og kann ein t.d. væl hugsa sær, at ein menniskja, sum hevur lyndi til tunglyndi, lættliga verður tikið av fótum í so máta, um bert lítið sekur imóti, sum t.d. veðurlag og árstíðin.

Annars frættist, at júst sjúkligt tunglyndi hevur tað við at taka seg upp serstakliga um heystið og móti vári.

At so er um heysti er í mínum eygum væl skiljandi, tí myrki parturin av samdøggrinum er langur, og veit ein sær ikki nóg mikið av innihaldsríkum at fylla hesar myrku lotur við, er vandi fyri tunglyntum hugsanum.

Men á vári...? Nógð og eisini sjálvsnógð er nú einaferð ein spurningur um úrtøku í mun til vándirnar, og kanska er tað so, at vónirnar um tær ljósaru loturnar vóru so stórar í hugaheiminum, at tær í veruleikanum vóru ógjørligar at nokta, so sum ein nú einaferð vildi tað.

Annars er livið og liviumstøðurnar jú nær tengdar at liviumstøðunum, hetta veit ein m.a. frá plantuvøkstri, so hvi ikki menniskjan eisini. Ivaleyst spælir eisini veðurlag og harvið ljósið inn á trivnaðin eisini hjá okkum.

Tygum eru í 40-árunum, og tað er helst so, at tunglyndi hjá kvinnunum oftast er í hasum árunum. Orsøkirnar kunnu vera so ymskar líkamligar hormonalor so væl sum itokuligar tilveruligar.

Tygum siga ikki frá, um tygum eru giftógift ella kanska eiga vaksin børn, sum eru farin heimanífrá, og tað havið kanska kennist tygum nakað tómt fyri huga og hendur.

Men er bert talan um vanligt myrkurs- og vetrartunglyndi er í hvussu er ein uggi í, at um heilsan verður, so verður tað aftur umsiðir eitt vár og summar í nátturuni og helst eisini í tygara sinni.

Men taki tygum okkurt fyri í vetur, so tygum dagliga kunnu líta aftur á lídugt dagsverk og fróðast um tað eins og helst hjá tygum á sumri.

Ey Jo

Sosialráðgevarin:

Útbúgving og pensión

Eg eri 35 ára gomul kvinna, sum vegna heilsu-brek fái avlámispensión.

Nú kundi eg hugsa mær at farið á kvøldskúla, at læra eitthvørt, so eg kundi arbeiðið okkurt sum eg eri før fyri.

Um eg fari á kvøldskúla og seinni fái arbeiði nakrar tímar, hvussu nógv verður tikið í avlámispensiónini. Verður hetta tikið frá tí degi eg fari á kvøldskúlan, ella hvussu?

IB

Tað hevur onga ávirkan á avlámispensiónina, um tygum fara á kvøldskúla. Eg haldi at tygum so avgjort skulu fara á skúla, um tygum á nakran hátt kunnu megna tað. Tað er altíð stimbrandi fyri okkum at hava okkurt at takast við, heldur enn at vera óvirkin.

Inntøka yvir eina ávísu upphædd ávirkar altíð avlámispensiónina í ein vissan mun. Um tygum eru stök og hava arbeiðsinn-tøku upptil kr. 2.004,— um mánaðin, ávirkar hetta ikki avlámispensiónina. Fer arbeiðsinn-tøkan uppum nevndu upphædd, so verður so líðandi minka um avlámispensiónina.

Marjun

Løgfrøðingur-in:

Spurningur um leigusáttmála

Visandi til hjálagda leigusáttmála vil eg vita, hvussu rættindini eru, tá sagt verður upp. (leigarin spyr).

I §2 stendur, at »Opsigelsesvarslet er 3 mdr. til fráflytning den første i en måned«. Samstundis stendur undir »Almindelige bestemmelser« §14 ymist, sum kortini kundi bent á, at um umstøðurnar eru so, at húsinu kuni leigast út til onkr-



Eyðun Joensen, sálarfrøðingur



Marjun Sigurdsdóttir, sosialráðgevi



Marner Simonsen, lækni



Turid Debes Hentze, lögfrøðingur

an annan aðrenn hesar triggjar mánaðarnar, so tykist tað í lagi.

Spurningurin er tí, hvørji rættindi og hvørjar skyldur leigarin og útleigarin hava, tá sagt verður upp.

Orsøkin til spurningin er, at eg ikki havi brúk fyri at leiga húsinu meira enn 1 1/2 mánað afturat, men nýstaðni havi áannað hetta. Eri eg veruliga tvungin at gjalda fyri 2 mánaðar, hóast eg eri flutt?

Leigari

Tá leigusáttmáli verður gjordur er hesin galdandi í tann mun, hann er í sam-svar við leigulógina.

Leigulógin sum ætlað er at verja leigarar móti órímligum uppsøgnum og móti ókursprísum, og sum sigur, at um eitthvørt leigumál um leigu av íbúðum (eisini komur) skal gerast skriviligur leigusáttmáli, sum skal leggjast fyri leigunevndina (Dómarakortírið) til góðkenningar.

Um báðir partar í leigusáttmálanum hava treytað sær triggjar mánaðir uppsagnarfrest merkir hetta, at útleigarin, sum sigur upp leigusáttmálan sam-bært leigulógini og sum hevur rætt at siga hesum upp, kann rokna við at leigarin ikki flytir út fyrr enn triggjar mánaðir seinni.

Fyri leigaran, sum kanska hevur funnið okkurt betri at búgva í merkir uppsagnarfrestin, at hesin hevur bundið seg til at gjalda húsaleigu í triggjar mánaðar, fram frá uppsøgnini at rokna.

Vanligt er í einum leigusáttmála at seta uppsagnarfrestina frá leig-aranna síðu til eitt styttri tíðarskeið enn freistina frá eigaranna síðu, og er eitt slíkt frávik í freistunum bert rimligt við teimum íbúðarvirkiskiftum vit hava í dag.

Útleigarin hevur ikki fyri neyðini fleiri mánaðir at finna nýggjan leigara, og leigarin er skjótt leysur av sáttmálanum.

Ongin hevur í Fóroyum skyldu at leiga út og kann sum í tygara fori ikki áleggast útleigaranum at leiga húsinu útaftur beinanvegin, tygum eru flutt. Hevur hin vegin eigarin ætlanir um at leiga húsinu útaftur, er rimuligt at krevja av honum, at

hann leigar tey útaftur beinanvegin, um leigari finst longu nú.

Rættasta tygum tí gera er at tygum royna at finna ein leigara til húsinu sum útleigarin vil góðtaka.

Vil eigarin kortini ikki leiga útaftur fyrr enn teir triggir mánaðarnir eru gingnir, er spurningurin, um tygum ikki hava krav um eitt ávíst endurgjald frá eigaranum.

I øllum forum standa tygum tá betur í einum sakarmálið um gjaldan av írestandi leiguupphæddini, um tygum velja at nokta at rinda.

Er eingin leigari til húsinu, eiga tygum sjálvandi at gjalda fyri teir triggjar mánaðarnar.

At enda skal viðmerkjast, at leigulógin enn bert er sett í gildi í Tórshavnar kommunu og sostatt bert galdandi fyri leigumál í Tórshavn.

Turid

Læknin:

Kensluleysar hendur og føtur

Kann læknin siga mær hvat mær bagir.

Eg eri vanligur arbeiðsmaður, 48 ára gamal.

Trupulleiki min er, at eg í kulda fái kensluleysar hendur og føtur.

Eg royki 15 sigarettir dagliga.

Er nakar heiluvágur fyri hesum.

T. D.

Tað er vanligt at fólk fáa broytingar í æðrarnar, tá ein eldist, og hetta kemur einamest í hendur og føtur, tí hesir líkamspartar eru mest útsettir fyri kuldaávirkan.

Tá tygum eisini roykja sigarettir, so verður heilt galdit, tí ávís eyni í sigarettroykinum verður upptikið í munroovu og lungu og hava ávirkan á blóð-æðrarnar soleiðis, at krampi kemur í æðrarnar so blóðrenslid verður tarnað.

Tað er hetta sum tygum kenna sum kaldar hendur og føtur.

Tað finst heiluvágur, sum verður nýttur móti hesum, men hesin heiluvágur ávirkar allar æðrar, — eisini í heilanum.

Hetta kann geva vissar

trupulleikar, eitt nú svimul og møguligt orviti.

Um hesin heiluvágur eigur at verða nýttur er ivasamt, tí broytingar í æðrunum gera hesar so mikið stívrar, at heiluvágurin ikki hevur nakra ávirkan á tær.

Tað eru summi sum nýta eitt glas av víni ella øðrum rúsdrekka, tí alkohol í smáum mongdum hevur eina ávís ávirkan, so æðrarnar víðkast, — um tær ikki eru ov mikið stívrar.

Er sterilisatión loyvd?

Eg eri 36 ára gomul kvinna, sum skal eiga fjórða barnið komandi ár.

Maður min og eg eri samd um, at vit ikki skulu hava fleiri børn. Tó er vansin, at eg ikki toli p-pillarar, og er tað eisini tí eg gjørdist við barn hessa ferð.

Nú vildi eg vita, um tað er loyvt at sterilisera kvinnur í Fóroyum?

Hvussu skal ein bera seg at, um møguligar um-sóknir skulu sendast myndugleikunum.

Eg vildi eisini fegin vita, um ein slík víðgerð ávirkar samlivið aftaná.

M.

Eftir sum tygum eru 36 ár og nú skulu eiga fjórða barnið, er í hesum fori ikki neyðugt, at senda umsókn um at fáa gjort sterilisatión-skurd.

Sterilisatión vil siga, at bundið verður um eggja-leiðarnir.

Hetta kann í dag gerast við einum tóli, sum verður stungið inn í búkin beint undir valvanum. Hetta verður gjort í fullari doyving, soleiðis, at tygum kunnu verða útskrivað dagin eftir.

— I øðrum fori, — hjá ungum kvinnum og monnum er tað neyðugt at senda umsókn, at fáa gjort sterilisatiónsskurd, til Færoernes Sterilisations-næv, sum verður send til Sorinskriveran.

Sum nevnt omanfyri, so verður sterilisatión gjort á tann hátt, at bundið verður um eggjaleiðaran hjá kvinnum og sástrongin hjá monnum.

Hetta hevur onga ávirkan á hormonviðurskiptini ella samlivið aftaná.

MS