

9.30 The Clothes Show (Time out)  
10.00 BBC World News  
10.30 Top Gear (Time out)  
11.00 BBC Newsdesk  
13.00 BBC World Headlines  
13.05 Horizon: «Mars alive»  
14.00 BBC World News  
14.15 World Business Report  
14.30 BBC Newshour Asia & Pacific  
15.30 Madhur Jaffrey's Far Eastern Cookery: «Malaysia» (Time out)  
16.00 BBC World Headlines  
16.05 Rough Guide to the Americas: «Chile»  
17.00 BBC World News  
17.30 One Foot in the Past: «House Detectives» (Time out)  
18.00 The World Today  
20.00 BBC World Headlines  
20.05 Correspondent  
21.00 BBC World News  
21.30 Tomorrow's World (Time out)  
22.00 BBC World Report  
23.00 BBC World Report

## EuroSport

## Frigggjagardagur 19. apríl

7.30 Eurofun  
8.00 Mountainbike  
8.30 Motorcycling Magazine  
9.00 Motors  
10.00 Sumo  
11.00 Football  
13.00 Tennis - live  
16.00 Weightlifting - live  
17.00 International Motorsports Report  
18.00 Sumo  
19.00 Sumo  
20.00 Offroad  
21.00 Tractor Pulling  
22.00 Darts  
23.00 All Sports  
23.30 Funboard  
0.30 Liðugt

## Leygardagur 20. apríl

7.30 Basketball  
8.00 Tennis  
11.00 All Sports  
11.30 Motorcycling  
12.00 Tennis - live  
16.00 Formula 1  
16.30 Offroad  
17.30 Motorcycling  
18.00 Sumo  
19.00 Sumo  
20.00 Car Racing - live  
22.30 Boxing  
23.00 Motorcycling  
0.00 International Motorsports Report  
1.00 Liðugt

## Sunnudagur 21. apríl

3.30 Motorcycling - live  
7.00 Motorcycling  
8.00 Tennis  
9.30 Marathon - live  
11.30 Motorcycling  
12.00 Cycling - live  
13.00 Tennis - live  
14.30 Cycling - live  
15.00 Ice Hockey - live  
17.30 Motorcycling  
18.00 Ice Hockey  
19.00 Ice Hockey - live  
21.30 Motorcycling  
23.30 Ice Hockey  
0.30 Liðugt

## Mánudagur 22. apríl

7.30 Marathon  
8.30 Cycling  
9.30 Tennis - live  
16.30 Ice Hockey - live  
17.30 Ice Hockey  
19.00 Ice Hockey - live  
21.30 Tennis  
22.30 Football  
23.30 Eurogolf Magazine  
0.30 Liðugt

## Týsdagur 23. apríl

7.30 Motorcycling  
9.30 Tennis - live  
16.30 Car Racing  
17.30 Ice Hockey  
19.00 Ice Hockey  
21.30 Tennis  
22.30 Snooker  
0.00 Trickshot  
0.30 Liðugt

## Mikudagur 24. apríl

7.30 Ice Hockey  
9.00 Basketball  
9.30 Tennis - live  
16.30 Formula 1  
17.00 Motors  
18.00 Ice Hockey  
19.00 Ice Hockey - live  
21.30 Tennis  
22.30 Truck Racing  
23.00 Tennis  
23.30 Equestrianism  
0.30 Liðugt

## Hósdagur 25. apríl

7.30 Equestrianism  
8.30 Snowboarding  
9.00 Motorcycling Magazine  
9.30 Tennis - live  
16.30 Olympic Magazine  
17.00 Ice Hockey - live  
17.30 Ice Hockey  
19.00 Ice Hockey - live  
21.30 Tennis  
22.30 Pro Wrestling  
23.00 Formula 1  
0.00 Motorcycling Magazine  
0.30 Liðugt

## Kvinnuhúsið

Ráðgevingin hjá Kvinnuhúsinum er opin hvort hóskaöld frá kl. 19.00–21.00, inngöngd hjá KFM, Oman Plauvarða 2, ella á tlf. 17200.  
Kvinnuhúsið er opið gerandisdagar frá kl. 10.00–16.30. Telefonin, 17200, svarar hvønn dag frá kl. 10.00 fyrrapart til kl. 7.00 á morgni.



## Stevna fyri hjún

Um Gud vil, verður hjúnastevna í Zarepta í Vatnsøyum 17.–19. mai.

Tekning fer fram á tlf. 48314 og 15390 millum kl. 17.00 og 19.00

## Tíðindaskriv:

## Vánalig bein – eitt vanligt fyrbrigdi

Trupulleikar við beininum eru sum við pínu í ryggi-num: Teir koma ofta fyrri og færa eisini ofta til avlammni – men tað eru mong, ið liva við trupulleikum uttan at gera nakað við teir.

Til alla lukku fæst heilsu-bót fyrri tey flestu. Tað krevur bert at ein viðurkennir trupulleikan – og vil gera nakað við hann. Tað kann bótast um beinini við nóg- ymiskum viðgerðum.

Kompressiónssokkar eru ein munadygg hjálp fyrri tey, ið stríðast við vens- sjúkur í beininum.

## Æðraknútar

Æðraknútar koma so ofta fyrri, at teir verða roknaðir sum eitt vanligt fyrbrigdið – og teir siggjast eisini í nógvum stóðum: Frá blálit- um strikum til hovnar æðrar á beininum. Tað verður mett, at uml. 15% hava æðraknútar, sum krevja viðgerð.

Oftast er tað útsjóndin, sum fær fólk at fara til lækna, men hetta er ikki tað einasta. Sjúkueyðkenni eru, so sum tyngd og mæði í beininum, og hartil kann talan vera um pínu og krampa um náttina. Vandin er eisini stórur fyrri æðra- bruna.

## Hvussu fær ein æðraknútar?

Tíverri kenna vit ikki orsøk- ina til æðraknútar til fulnar. Tó vita vit, at sjúkan oftast rakar kvinnur. Barnsburður kann framskunda sjúkuna, men er tó ikki orsøkin. Æðraknútar hava eisini lyndi til at vera arvaligir. Um ein hevur havt ein djúpan æðrabruna – ein so- nevndan »blóðpropp í beininum» – kann ein fáa æðraknútar.

## Skulu æðraknútar viðgerast?

Æðraknútar, sum geva trupulleikar, skulu viðger- ast – helst beinan vegin, tí teir verða ikki betur av sær sjálvum. Viðgerðin er

skurðviðgerð – tá tað er møgulegt.

Kompressiónssokkar kemur bert upp á tal, tá skurðviðgerð av eini ella aðrari orsök ikki er mögu- lig, ella sum eftirviðgerð eftir ein skurð.

## Hóvin bein

At hava hóvin bein hava tey flestu roynt, serliga tá ein hevur staðið leingi. At beini- ni hovna kemst av, at æðra- vøddapumpan verður sett út av funktiön, tá ein stendur stillur.

Æðra-vøddapumpan er tann rytmska pumpu- effektin, sum leggsvøddin úttinnar á tær djúpu æðrar- nar, tá ið ein gongur ella rennur. Pumpingin førir blóð aftur til hjartað og forðar vætu at treingja út úr æðrunum. Tað eru mong, sum fola trøngd til at vippa við fótinum eftir at hava staðið leingi still, og tað er eitt gott hugskot, tí so verður æðra-vøddapumpan, sum førir vætu aftur til hjartað, sett í gongd.

Nýra- og hjartasjúkur kunnu t.d. eisini vera orsök til hóvin bein. Í slíkum før- um gevur læknin ofta vatn- drívandi tablettir.

Kompressiónssokkar eru eisini ein týðningarmikil liður í viðgerðini av hovn- um beininum.

## Skinskabbelsár

Uml. 90% av øllum skinna- beinssárum eru orsakað av sjúku í teimum djúpu æðru- num. 1–2% hava trupulleik- ar av skinnabeinssárum – og ofta tekur tað langa tíð at fáa sárið at grøða. Tað týð- ingarmesta er ikki at við- gera sjálvt sárið, men held- ur hvussu sárið verður inn- bundið. Ein røtt innbinding kann pressa vætuna, sum rennur út, aftur til blóðban- an og betra ilftlutningin til økið. Tá skinnabeinssárið er grøtt, er tað týðninga- mikið, at orsøkin til sárið verður viðgerð. Eisini í hesum førum brúka nógvir læknar kompressiónssokk- ar.

## Kompressiónssokkar – fyrr og nú

Fyrr vóru kompressións- sokkar nevndir »gummi- sokkar» – og tað er ógvuliga sigandi, tí virkin parturin eru júst træðir av náttú- ella kunstgummi.

Tá ið ein nevnir kom- pressións- ella gummi- sokkar, halda nóg, at talan er um ein tjúkkun, myrka- brúnan sokk, hvers útsjónd heldur nógvum aftur í at brúka teir.

Soleiðis er tað tibetur ikki longur! Í Schweiz hevur Sigvaris-fabrikkin í mong ár vørument nýggi sløg av sokkum. Stóra úrvalið av

Sigvaris-sokkum fevnir um sokkar við náttú- gummi- træðrum – tað sterkasta og mest haldgóða tilfarið, sum kann nýtast. Tynri Sigvaris- sokkar við kunst-gummi- træðrum vinna tó størri frama – eisini á okkara leið- um. Hesin sokkurin verður eisini gjørdur úr bummul. Hann er serliga væl egnaður til fólk við húðtrupulleikum og til tey, sum halda, at hinir eru ov heitir.

## Góðska

Felags fyrri Sigvaris-sokk- arnar er, at teir eru fram- leiddir undir strongum góðskueftirliti. Frá fyrsta til seinasta eyga verður ansað eftir, at hvør einasti sokkur lýkur góðskukrøvini. Sokk- urin skal fremja eitt ávíst trýst á beinið. Tað eri ná- greinilig krøv til, hvussu trýstið skal verða um økul- in, og hvussu tað skal minka upp eftir beininum. Sigvar- is-sokkurin tryggjar, at ein fær somu, góðu góðsku hvørja ferð.

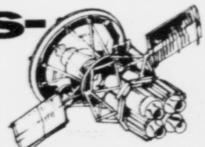
Oftast verður kompres- siónssokkurin útlýggjaður av lækna ella øðrum við ser- kunnleika.



tá ið grønt lýsir

ff

## Lands- liðið í SvF



Sjónvarp Føroya og Bertelsmann UFA í Hamburg hava gjørt avtalu um teir fyrstu dystirnar í HM-undankappingini

Føroyska A-landsliðið í fótballi v erður nú aftur at síggja í Sjónvarpi Føroya. SvF sendir m.a. dystin á vøllinum hjá Reyðu Stjørnu í Beograd, har nýggja Jugoslavia í sínum fyrsta alþjóða dysti mótir før oy- ingum í HM-undankappingini mikukveldið.

Enn er kortini ógreitt, um dysturin verður varpað- ur beinleiðis, av tí at trupult er at fáa neyðuga fylgi- sveinasambandið millum Beograd og Havnina um- vegis Budapest. Sjónvarpið samráðist í løtuni við fyra útlendskar fyrirkur um at fáa greiðu á hesum spurninginum.

SvF hevur annars í eina tíð samráðst við týsku fyrirkur Bertelsmann UFA, sum er heiminsin- ið- stórsti miðlari eftir amerikansku Time Warner og Walt Disney. UFA eigur rættindini til heimadystir nar hjá føroyska landsliðnum á Svanskaskarði. SvF og UFA eru nú komin ásamt um ein sáttmála, sum fevnir um teir triggjar fyrstu dystir nar hjá føroying- um í HM-undankappingini.

Tey ótrýggja figgarlugu viðurskiftini hjá SvF hava forðað fyrri eina avtalu um alla undankappingina, men spurningurin um restina av kappingini verður tikið upp aftur seinni.

Nýggja avtalan ber í sær, at Sjónvarp Føroya um- framt dystin í Beograd í næstu viku fer at senda heimadystirnar á Svanskaskarði móti Slovakia og Spania ávikavist 31. august og 4. september.

Faxnummarið  
hjá  
BILLARD-  
SAMBANDINUM  
5 7681

HEGN  
& PELAR

Vit hava hegn og pelar  
fyri sera sámuligar prisir.

P/f Langasandur  
Timburhandil  
Tlf. 21010