

Apné Sverige Orgnr: 802419-0285

Styrelsen för Apné Sverige har antagit följande verksamhetsplan avseende verksamhetsåret 2026:

## En kort sammanfattning

- Producera och sprida med PostNord fyra nummer av Patienttidningen Drömläget till föreningens 900 medlemmar och till 2 000 vårdcentraler och sömnkliniker
- Hålla hemsidan [www.apnesverige.se](http://www.apnesverige.se) och föreningens facebookside uppdaterad och aktuell.
- Sprida den interaktiva foldern: Behandla din sömnapné – få ett helt nytt liv” i digitala medier, via mejl och på hemsidan
- Med PostNord sprida samma folder men i tryckt form till 2 000 vårdcentraler, sömnkliniker och typ region Stockholms MAH
- Med PostNord sprida broschyren Obstruktiv sömnapné som vi tagit fram tillsammans med Riksförbundet Hjärt lung till 2 000 vårdcentraler.
- Ha sex (6) styrelsemöten och minst tre informations- och medlemsmöten varav ett är årsmöte.
- Anordna minst två öppna informations- och medlemsaktiviteter typ guidade turer i Stockholm och Uppsala.
- SESAR och NAG. Föreningen har för avsikt att även under 2026 delta i såväl NAG (Nationella Arbetsgruppen för framtagande av ett nationellt vårdprogram för personer med obstruktiv sömnapné) som SESAR (Svenska Sömnapnéregistret).

## Apné Sveriges huvuduppgifter

Styrelsen menar att föreningen har två huvuduppgifter, nämligen att tillvarata medlemmarnas intresse och behov av en bra sömnsjukvård och att bedriva en intressepolitisk verksamhet som alla med sömnapné – medlem i föreningen eller ej – kan dra nytta av. Apné Sverige är den enda kraft (den enda patientförening) som är helt inriktad på att driva dessa patienters intressen, medlem eller ej.

Styrelsen anser vidare att föreningen skall sprida kunskap om sömnapné i samhället i stort eftersom sömnapné är en dold och underbehandlad sjukdom som idag inte bara drabbar den enskilde utan även drabbar samhället med enorma sjukvårdskostnader i.o.m. de farliga följsjukdomar som följer om sjukdomen inte behandlas på ett bra sätt. Oupptäckt och obehandlad sömnapné medför nämligen stor risk för en rad kardiovaskulära sjukdomar med risk för hjärtinfarkt och stroke, diabetes och åderförkalkning.

## Möten och sammanträden

Den sittande styrelsen planerar att ha fem eller sex styrelsemöten under 2026 och att dessa i huvudsak skall vara fysiska möten. Styrelsen planerar också för tre fysiska informations- och

medlemsmöten. Återigen kommer medlemmarna att ges tillfälle att lyssna till intressanta föredrag och träffa tillverkare och leverantörer utöver en givande samvaro.

## Framtagandet av ett nationellt vårdprogram

Arbetet med att ta fram ett nationellt vårdprogram för patienter med obstruktiv sömnapné fortsätter under 2026. Ett nationellt antaget vårdprogram, oavsett sjukdom, är ett kraftfullt instrument för att åstadkomma rätt och bra vård jämnt fördelad över hela landet. Detta har fram till nu inte varit fallet när det gäller diagnostisering och behandling av obstruktiv sömnapné. Programmet i sin helhet har tagits fram av en tvärvetenskaplig och multiprofessionell expertgrupp, alla experter på sjukdomen sömnapné, men i gruppen har även ingått representanter från Apné Sverige, nämligen föreningens förre ordförande Gert Grundström tillsammans med styrelseledamoten Marja Hillerström under 2026.

## Föreningen informerar om sömnapné

En viktig uppgift för föreningen är att sprida kunskap om sömnapné som är en dold folksjukdom med allvarliga konsekvenser för den som drabbas och inte kommer under behandling. Föreningen har för avsikt att delta i möten som anordnas av Funktionsrätt Stockholm liksom föreningen kommer att sprida kunskap på lokala möten inom Riksförbundet HjärtLung, PRO och SPF (d.v.s. Pensionärernas Riksorganisation och SPF Seniorerna).

Detta är en form av information (informativa föredrag) som våra regioner/regionpolitiker inte anser sig ha resurser till att genomföra. Därför har föreningens tagit på sig uppgiften att informera om sjukdomen sömnapné på detta vis. Dessa föredrag brukar vara mycket uppskattade och utgör genomgående en intressepolitisk verksamhet, vilket regionens sjukvårdspolitikerna gärna efterlyser hos en patientförening.

## Samarbetsprojekt

Föreningen kommer fortsatt att ha nödvändig kontakt med 'hjälpmedelscentralen', d.v.s. Medicinsk Utrustning i Hemmet (MAH) i Solna för att om möjligt tillvarata medlemmarnas intressen. Vid hjälpmedelscentralens väntrum finns dessutom föreningens tidning, Drömläget, att tillgå för den som önskar komma över ett exemplar av tidningen utan att vara medlem i föreningen.

Gert Grundström kommer fortsatt att delta i möten inom ramen för Svenska Sömnapnéregistret (SESAR) som kartlägger utredning och behandling av misstänkt sömnapné. Med hjälp av registret utvärderas väntetider, samtliga behandlingsalternativ och samsjuklighet.

## Hemsidan ([apnesverige.se](http://apnesverige.se))

Föreningens hemsida är ett viktigt organ för information och påverkan i i samhället. Hemsidan kommer även fortsättningsvis att hållas aktuell och informativ. Avsikten är även här att till allmänheten sprida information om sömnapné, dess risker och alternativa

behandlingsformer. Hemsidan är helt öppen för allmänheten. Det finns inga tankar på att låsa in material/information enbart till medlemmarna.

Tankar finns fortfarande på att under 2026 undersöka lite djupare hur besökarna upplever webbplatsen. Om de fick den information de sökte, om det var det lätt att hitta i strukturen och liknande. Undersökningen är tänkt att genomföras om medel finns. Planer finns också på att undersöka hur vi med hjälp av besöksstatistik kan underlätta 'navigationen' på hemsidan och få in fler nya medlemmar till Apné Sverige. Vår Facebooksida Apné Sverige skall hållas levande och generera fler besök till hemsidan.

## Apné Sveriges medverkan sociala medier

I början av 2026 blev den digitala interaktiva foldern: "Behandla din Sömnapné – få ett helt nytt liv" klar. Den innehåller även en video där medlemmen Bodil Bergh berättar om hur det var att få diagnosen sömnapné och komma igång med behandlingen. Videon är 2 minuter lång och kan även användas separat. Tanken är att sprida både folder och video på sociala medier och via mejlutskick. Naturligtvis finns de också på hemsidan.

Vi planerar även att synas mer frekvent på "Sömnapné & snarkgruppen" som är en mycket aktiv Facebookgrupp.

På hemsidan hittar medlemmarna alla nödvändiga dokument och även 'icke medlemmar' kan där ta del av mängder av adekvat information kring sjukdomen sömnapné. Ansvarig för hemsidan är Leif Lund.

## Drömläget

Drömläget, föreningens tidning Drömläget är föreningens tidning och officiella organ och beräknas komma ut med fyra nummer under 2026. Radikalt minskade bidrag (ekonomiska) från samhällets sida gör det svårt att producera tidningen så ofta vi önskar. Likväl kommer föreningen även fortsatt att sprida tidningen till en rad olika platser (vårdcentraler och sömnkliniker) vid sidan av att den skickas ut till medlemmarna.

Upplagan vid varje utgivningstillfälle är 5.000 exemplar, medan antalet medlemmar är närmare 1.000. I.o.m. samarbetet med Riksförbundet HjärtLung kommer tidningen även att distribueras till samtliga länsföreningar och lokalföreningar inom HjärtLung. Drömläget är föreningens 'röst utåt'. I tidningen kan man läsa om den senaste forskningen kring sjukdomen sömnapné och om annat som intresserar läsarna.

Som varande en patienttidning för sömnapnoiker informerar tidningen medlemmar – och andra intresserade – om den rådande situationen rörande sömnsjukvården runt om i landet, vilket är extra viktigt med tanke på att förutsättningarna för en god sömnsjukvård ser så olika ut runt om i landet. Men tidningen bjuder också på reportage utan sådan 'sjukvårdspolitisk udd'. Den har sålunda en medicinsk frågespalt.

Redaktör för tidningen är Dan Wiksten.

Styrelsen i mars 2026

Leif Lund, ordförande

Dan Wiksten, sekreterare

Jan Olsson, adjungerad kassör

Anders Norman, vice ordförande Marja

Hillerström, ledamot

Agneta Lindberg, ledamot

**SIGNATURES****ALLEKIRJOITUKSET****UNDERSKRIFTER****SIGNATURER****UNDERSKRIFTER**

This document contains 4 pages before this page

Dokumentet inneholder 4 sider før denne siden

Tämä asiakirja sisältää 4 sivua ennen tätä sivua

Dette dokument indeholder 4 sider før denne side

Detta dokument innehåller 4 sidor före denna sida

authority to sign

representative

custodial

asemavaltuus

nimenkirjoitusoikeus

huoltaja/edunvalvoja

ställningsfullmakt

firmateckningsrätt

förvaltare

autoritet til å signere

representant

foresatte/verge

myndighed til at underskrive

repræsentant

frihedsberøvende