



The Medical Foundation  
for Multidisciplinary  
Rehabilitative Climatotherapy,  
Education and Research



# Dødehavskonferansen 2010

## 13. - 20. november

**Fagkonferanse kombinert med spennende historiske og kulturelle opplevelser i Israel.  
Hjertelig velkommen med eller uten ledsager!**

Kjære kolleger,

På bakgrunn av verdifulle erfaringer og konklusjoner etter den forrige Dødehavskonferansen i november 2009, er vi glade for å presentere første programutkast for den 6. Norske Workshop ved Dødehavet, Lot Hotell, 13.-20. november 2010.

I tidsrommet søndag 14. november til torsdag 18. november, vil det bli avholdt morgen- og kveld sesjoner, hver av to timers varighet, til sammen 20 timers akademiske aktiviteter. I tillegg er det planlagt besøk til Shaare Zedek Medical Center i Jerusalem.

Det sosiale og kulturelle programmet vil omfatte avkobling, egenbehandling, turer og gruppeaktiviteter. Dette blir nøye tilrettelagt for å gi dere det beste av de unike geografiske og klimatiske forholdene.

Med vennlig hilsen

Marco Harari (MD) - Elisabeth Dramsdahl (MD)  
Organisasjonskomiteen - Dødehavskonferansen 2010

# Scientific Program

## The 6th Norwegian Workshop on Medical Multidisciplinary Rehabilitation and Climatotherapy

Morning session 8.30 – 10.30 Evening session 19.30 – 21.30

Sunday 14th November	
<b>Morning session</b>	
Welcome	Prof. S Moses
Overview	Dr. M Harari
Vitamin D and Chronic Pain	Dr. M Harari
<b>Evening session</b>	
Vitamin D – what is new?	Prof. S Shany
Monday 15th November	
<b>Morning session</b>	
Psychological Challenges in Chronic Conditions	Dr. M Harari
Challenges in Rehabilitation of Chronic Disease	Dr. E Dramsdahl
<b>Evening session</b>	
Climatic Factors at the Dead Sea	Dr. M Harari
Treatment of Rheumatic Diseases at the Dead Sea	Prof. S Sukenik
Tuesday 16th November	
<b>Morning session</b>	
Chronic Pain Syndrome and Norwegian Patients	Dr. KH Horpestad
Case Studies	Dr. E Dramsdahl
<b>Evening session</b>	
Non-dermatological indications at the Dead Sea	Dr. M Harari
Treatment of Chronic Skin Diseases at the Dead Sea	Prof. A Ingber
Wednesday 17th November	
<b>Morning session</b>	
Chronic Fatigue Syndrome and Fibromyalgia	Dr. M Harari
Case Studies	Dr. M Harari, Dr. E Dramsdahl
<b>Evening session</b>	
Open discussion and eventual presentations	
Thursday 18th November	
Visit to the Emergency Department at the Shaare Zedek Medical Centre, Jerusalem Lecture on General Medicine and organisation of primary health care in Israel.	

# Historie, kultur og rehabilitering

## Mini univers og mikro klima på jordens lavest bebodde punkt

Dødehavet, Saltsjøen eller Livets Sjø, har vært kjent for sine helsebringende egenskaper i 4000 år. Som et unikt geologisk fenomen, ligger Dødehavet plassert i hjertet av den syrisk-afrikanske riften, 420 meter under havoverflaten. Her finner vi et mini-univers med et helt spesielt mikro klima. Kombinasjonen av de fire elementene sollys, luft, mineralsalter og mud, danner sammen et unikt "naturlig helse spa" og mikro-klima som ikke finnes andre steder i verden. Nettopp her er det kronisk syke mennesker fra Norge bygger helse gjennom tre ukers intensiv flerfaglig rehabilitering.

En times kjøretur fra Jerusalem danner Dødehavet den naturlige grensen mellom Jordan og Israel. Dødehavet omkranset av Judea fjellene i vest, Moabs fjell i øst, Jordan dalen og Genesaretsjøen i nord og Negev ørkenen og Rødehavet i sør. Dødehavet ligger i en ørken med jordas laveste relative luftfuktighet og et tørt klima året rundt.

## Historie og kultur

Ved Dødehavet befinner vi oss på historisk grunn. I dette området mener man at byene Sodoma og Gomorra lå. Femten minutters kjøretur fra Lot Hotell ligger fjellklippen Masada, der kong Herodes bygget sitt vinterpalass og hvor en liten jødisk gruppe, selotene, mange år senere utkjempet den siste motstandskamp mot romerne i årene 69-72 C.E.

Ein Gedi er en oase med rikt plant- og dyreliv, midt i ørkenen. Her ligger Davidsfossen, hvor historien forteller at i fjellgrottene gjemte David seg for Kong Saul. I nordenden av Dødehavet ligger Qumran. Her er de 11 hulene hvor en gjetergutt fant krukkene med Dødehavsrullene, som viste seg å være rester etter et jødisk bibliotek på mer enn 800 pergamentruller. Det er ulik oppfatning av hva ruinene i Qumran representerer. Det er hevdet at vi her finner restene etter bosetningen til esseer samfunnet.

## Utflykter

Det blir i løpet av konferanseuken mulig å være med på utflykter: halvdagstur til Masada, Ein Gedi og ørkensafari. Besøk til Neot HaKikar, et jordbruks kooperativ i sørenden av Dødehavet, hvor de gjennom iherdig forskning og ved hjelp av moderne teknologi, er i stand til å dyrke frukter og grønnsaker direkte i den salte ørkensanden. I Jerusalem besøker vi den nye akuttmedisinske avdelingen ved Shaare Zedek sykehuset. Yad Vashem er Israels offisielle minnesmerke over de 6 million jødene som ble utryddet under Holocaust. HaKotel, "Klagemuren", er jødernes aller helligste sted, med restene av støttemuren som Kong Herodes bygget rundt Tempelplassen. Handlerunde i de arabiske basarene er en spennende opplevelse. Det blir lagt til rette for heldagstur gjennom Jordandalen til Galilea og båtturen på Genesaretsjøen.

## Egenbehandling og avspenning

Det er viktig at dere i løpet av oppholdet får en personlig erfaring med det de norske pasientene opplever under rehabilitering ved Dødehavsklinikken. Det blir god anledning til egenbehandling, sol og flyting i Dødehavet. Sykler er tilgjengelig, og staver for de som ønsker prøve seg på NordicWalk i ørkenen. Hotellet har svømmebasseng og treningssal med apparater og instruktør. I behandlingsavdelingen kan du bestille massasje, varme mud innpakninger og mineralske svovelbad, eller du kan slappe av i badstuen eller i tyrkisk Hamam (steam room).

Det legges vekt på helsebringende kosthold. Lot Hotel er kjent for sitt gode internasjonale kjøkken, hvor bare de beste råvarer benyttes.



# Praktiske opplysninger

Det er mulighet å ta med ektefelle eller ledsager.

## Opphold

Vi bor ved Lot Spa Hotel, Ein Bokek, hvor også konferansen finner sted. Hotellet ligger i sjøkanten, i sørenden av Dødehavet. I alle hotellets rom og områder finnes det trådløs internett forbindelse til fri bruk. Frokost- og middagsbuffet er inkludert i prisen. For mer informasjon om hotellet: [www.lothotel.co.il](http://www.lothotel.co.il)

## Konferanse dato

13. - 20. november 2010

## Reisen

Vito Helse som er praktisk koordinator for konferansen, reserverer flybilletter gjennom Berg Hansen.

Det blir utreise kl. 06.30, 13. november fra Stavanger og Oslo. Vi reiser med rutefly, Lufthansa og mellomander i Frankfurt, hvor gruppen fra Stavanger og Oslo møtes for å reise videre til Ben Gurion, Tel Aviv. Fra flyplassen blir dere hentet i buss som kjører direkte til Lot Hotell, Ein Bokek, Dødehavet.

Hjemreisen er 20. november fra Tel Aviv, med ankomst Stavanger kl. 23.40 og Oslo kl. 23.55.

## Valuta, forsikring og visum

Valuta er New Israeli Shekel (NIS) som ikke kan veksles inn i Norge. Dersom en ønsker å ta med litt kontanter er amerikanske dollar vanlig. Ellers er det minibank både på flyplassen og i området rundt hotellet. De fleste kredittkort aksepteres. Det er også mulighet for å både ta ut og veksle penger på hotellet.

Vi trenger ikke visum for å reise til Israel, heller ingen vaksiner. Alle må ha pass som er gyldig minst 6 måneder etter hjemkomst. Arrangørene er ikke ansvarlig for skader eller tap som måtte skje under oppholdet. Det er viktig med reiseforsikring, noe som den enkelte må ordne selv.

## Klima

Ved Dødehavet er det 330 soldager og mindre enn 45mm nedbør i året. Gjennomsnittstemperaturen i november ligger på 27 grader C. Kofferten må inneholde badetøy, solbriller og gode tursko. Det er kjølig i ørkenen om natten, så litt varmt tøy er godt å ha med.

## Priser

	Tidlig påmelding, innen 31. mai	Sen påmelding, inntil 10. september
Deltakeravgift	NOK 4 000,-	NOK 4 500,-
Ledsageravgift	NOK 1 000,-	NOK 1 500,-

Opphold Lot Hotel, inkl. helpensjon: NOK 4 900,- per person i dobbeltrom, NOK 7 150,- enkeltrom  
Flybilletter, transport hotell: ca. NOK 6 000,- (forbehold om endringer i flyskatter)

## Betaling og påmelding

Depositum a kr. 3 000,- må betales ved påmelding. Resterende beløp betales senest 6 uker før avreise, og faktura sendes ut god tid i forveien. Vi må også vite om dere ønsker enerom eller dobbeltrom og navn på eventuell ledsager. Vennligst informer oss om ønsket avreise flyplass.

For påmelding eller videre informasjon, vennligst kontakt oss på:  
**[kurs.leger@gmail.com](mailto:kurs.leger@gmail.com)**

Det er begrenset antall plasser, så meld deg på snarest.



Medarrangører:

**VITO**  
HELSE AS



DMZ MEDICAL CENTER