

*Det känns så skönt
att äntligen ha skrivit
testamente.*

Judit Belea



Låt din sista vilja ge livet en chans.

Ditt testamente är en handling där du talar om vad som ska ske med dina tillgångar när du inte längre lever.

Sorgen efter en nära anhörigs död river upp känslor. Genom att skriva ett testamente hjälper du dina anhöriga genom sorgen. Har du dessutom talat med dina anhöriga i förväg om hur du vill att arvet ska fördelas efter din död, förbereder du efterlevande på dina val. Det gäller såklart om du även vill testamentera något till behjärtansvärda ändamål. Det är din vilja – ditt beslut. På följande sidor kan du läsa vad som är värt att veta om att skriva testamente. Den lilla tid det tar kan påverka framtiden mer än du anar.

Läs mer på sidan 2

*Hur skriver
jag ett giltigt
testamente?*

*Läs om
forskningen som
får stöd från
Njurfonden.*

*Vill du göra
en stor skillnad
för kommande
generationer?*



Kan forskningen ge Alf en bra framtid?

Alf är bara 3 år men har redan fått en ny njure av sin farmor. Han väldigt infek-
tionskänslig med urinvägsinfektioner och
blodförgiftningar som avlöser varandra.
Nu hoppas hans familj att forskningen
ska leda till bättre och skonsammare
mediciner som minskar risken för infek-
tioner utan att man drabbas av cancer
eller andra biverkningar.

Läs mer på sidan 7

Insamlingsstiftelsen Njurfonden samlar in ekonomiska medel och lämnar bidrag till vetenskaplig forskning om njursjukdomar och njurtransplantationer samt arbetar för att befolkningen får kunskap om njurarnas viktiga funktioner.

Varför skriva testamente?

Att skriva ett testamente gör du främst för att hjälpa dina nära och kära. Du minskar risken för framtida tvister, samtidigt som du kan vara säker på att din vilja respekteras och att dina tillgångar används på det sätt du bestämmer. Vi är otroligt tacksamma om du överväger att hjälpa oss efter att du har tänkt på dina efterlevande. Testamentsgåvor är oerhört viktiga för njurforskningen och bidrar till att vi kan förebygga, behandla och bota njursjukdomar i framtiden.



När du skriver ditt testamente uttrycker du din yttersta vilja och rättighet att försäkra dig om att du bestämmer hur dina tillgångar ska användas. Det är klokt att skriva testamentet redan nu och se det som en levande handling som kan ändras med tiden. Se över testamentet med jämna mellanrum så att det är aktuellt och alltid speglar din yttersta vilja.

Vem eller vad kan jag testamentera till?

Du har rätt att testamentera din kvarlåtenskap till vem eller vad du vill. Men om du har barn måste du ta hänsyn till deras laglott, vilket ger dem rätt till hälften av arvet.

Vad händer om jag inte skriver något testamente?

Är du gift eller lever i registrerat partnerskap delas era tillgångar i två delar, vilket kallas för bodelning. Din partner ärver då din del, och om ni har gemensamma barn får de vänta på sitt arv tills ni båda avlidit. Har du barn från tidigare äktenskap får de ut sin avlidne förälders del av arvet direkt. Fosterbarn har däremot inte arvsrätt.

Är du och din partner sambor ärver ni inte varandra. Är du ensamstående utan barn ärver i första hand dina föräldrar, i andra hand syskon och deras barn och barnbarn. I sista hand ärver far- och morföräldrar och deras barn. Om du saknar arvingar går alla dina tillgångar till Allmänna arvsfonden.

En av tio svenskar

Idag uppskattas en miljon svenskar ha kronisk njursjukdom. Upp emot 400 000 har en ganska uttalad njurpåverkan medan ytterligare



20 000 har mycket grav njursjukdom. Det gör njursjukdom till en av våra vanligaste och allvarligaste sjukdomar som dessutom ökar hos befolkningen.

Vad händer när jag testamenterar till Njurfonden?

När du väljer att testamentera till Njurfonden befrias din gåva från kapitalvinstskatt. I de fall Njurfonden ärver fast egendom, värdepapper och

värdesaker avyttras dessa. Hela försäljningspriset utan avdrag för skatt tillfaller då Njurfonden för fördelning till lovande forskningsprojekt som kan ge ett bättre liv för de drabbade och kommande generationer.

Forskningen måste gå snabbare

För att njursjukdomarna ska kunna besegras behövs mycket mer forskning. Dialys sliter hårt på kroppen medan en njurtransplantation medför livslång medicinering med risk för stora biverkningar. Idag får njurforskningen bara en försvinnande liten del av de statliga forskningsmedel som årligen delas ut i Sverige. Därför behövs Njurfonden.

Bra att veta om arv

Har min sambos barn arvsrätt efter mig?

Nej, din sambos barn har inte rätt att ärva dig.

Vad skiljer laglott och arvslott?

Laglotten är den del av arvet som bröstavingar har rätt till och som inte kan testamenteras bort. Laglotten är hälften av arvsloten.

Vad händer om man inte hittar ett testamente?

Sverige har inget nationellt testamenteregister. Om testamentet inte hittas blir det svårt att bevisa den avlidnes sista vilja. Förvara testamentet på en säker plats, gärna hos en testamentesförvaltare som har bevakning mot Skatteverkets register och snabbt upptäcker om en testator avlider.

Hur kan du gå vidare?

Ladda ner våra färdiga mallar på njurfonden.se/testamente

1988

Fick jag min första nya njure.

2011

Fick jag min andra nya njure.

2019

Gjorde vi en stor insats för framtida generationer.

Nu vet vi att vi kommer göra gott när vi inte längre finns.

1988 fick Judit sin första nya njure. Hon fick behålla den i 18 år. Efter att sedan ha gått fem år i dialys transplanterades hon igen. Utan den nya medicin som då hade forskats fram mot just den typ av antikroppar som Judit hade, skulle den andra transplantationen inte ha varit möjlig. Därför vill Judit tacka alla som har bidragit till att hennes liv har kunnat bli så bra som det har blivit, bland annat genom en testamentsgåva.

”När vi hade skrivit vårt testamente kändes det bara skönt. Nu vet vi att det vi lämnar efter oss går till något bra. Hade vi inte skrivit att vår kvarlåtenskap ska gå till Njurfonden hade det varit Allmänna arvsfonden som hade tagit hand om allt. Då hade vi inte vetat vart pengarna hade tagit vägen. Nu vet vi att vi kommer kunna göra gott den dagen vi inte längre finns.”

Judit och Radu Belea

Arvsordning utan testamente

- 1 Make/maka plus ev särkullbarn
- 2 Bröstarvingar: barn eller barnbarn
- 3 Föräldrar
- 4 Syskon eller syskonbarn
- 5 Mor- och farföräldrar
- 6 Föräldrars syskon
- 7 Allmänna arvsfonden

Tips för att skriva ett giltigt testamente:

- ✍ Ett testamente måste alltid skrivas klart och tydligt, vara upprättat i endast ett original och undertecknat.
- ✍ Det måste också tillkomma under korrekta former, det vill säga du måste vara ”vid dina sinnens fulla bruk”, och undertecknas av två testamentsvittnen vid ett och samma tillfälle.
- ✍ Vittnena ska vara äldre än 15 år och får inte själva vara nära släkt eller förmånstagare i ditt testamente. De behöver inte veta vad som står i testamentet.
- ✍ Datum för upprättandet och bevittnandet måste alltid framgå.
- ✍ Ingen text får heller vara struken, korrigerad eller kompletterad eftersom testamentet då riskerar att bli ogiltigt.
- ✍ Vill du senare ändra något i testamentet måste du upprätta ett nytt, eller komplettera det med ett tilläggstestamente.

Tänk på detta innan du skriver ditt testamente...

- ✓ Gör en grov lista över de viktigaste sakerna du äger och deras värde. Inkludera fast och lös egendom, aktier, fonder, livförsäkringar och sparande.
- ✓ Gör en lista över vilka du vill ha med i ditt testamente.
- ✓ Skriv ner vilka gåvor du skulle vilja ge till de människor och/eller välgörenhetsorganisationer du bryr dig om,
- ✓ Fundera över om du vill utse någon person som ser till att din vilja i testamentet blir uppfylld – en testamentsexekutor. Det är inte nödvändigt, men kan kännas tryggt.
- både specifika föremål och definierade pengasummor. Du kan också dela upp värdet i andelar.

Har du särkullbarn?



Särkullbarn har rätt att få ut sitt arv direkt när dennes förälder avlider, även om styvföräldern fortfarande lever och det finns gemensamma barn. I ett testamente kan föräldern be särkullbarn att vänta med att ta ut sitt arv tills den efterlevande maken eller maken har avlidit.

Är ni gifta eller sambor?



Makar ärver alltid varandra men det gör inte sambor. Utan testamente går arvet direkt till gemensamma barn. Finns det inga gemensamma barn ärver till exempel den avlidnes föräldrar eller syskon. Den efterlevande partnern kan då bli tvungen att köpa den avlidnes del i den gemensamt införskaffade bostaden.

Har du inga bröstarvingar?



Saknas bröstarvingar får arvet fördelas fritt enligt ett testamente. Saknas ett testamente ärver den avlidnes föräldrar. Finns inga föräldrar, ärver syskonen eller deras barn. Finns det inga syskon, ärver far- eller morföräldrar och deras barn. Saknas både arvingar och testamente tillfaller arvet Allmänna arvsfonden.

Vill du testamentera till Njurfonden?



Oavsett hur mycket eller lite du vill testamentera till njurforskningen så är det enkelt. Du anger helt enkelt Insamlingsstiftelsen Njurfonden som testamentstagare, helst med organisationsnummer. Nedteckna din vilja, datera och skriv under. Låt två personer bevittna och skriva under testamentet. Använd gärna någon av våra testamentsmallar.

En sjukdom du inte kan bli frisk från.

Naomi Clyne är forskaren och överläkaren som har följt njursjuka patienter under decennier.

Som njurläkare har jag fått följa många njursjuka personer från att de har måttligt nedsatt njurfunktion till att de behöver dialys. Den långa relationen har inneburit att jag känner individens behov och kan se till att den får rätt behandling. Patienten känner trygghet med att kunna anförtro sig åt en och samma läkare samtidigt som den vet att den får rätt behandling och krisstöd om det behövs.

Krävande med dialys

Att vara njursjuk är tufft både fysiskt och psykiskt eftersom man aldrig blir frisk från sin sjukdom. Det jobbigaste med att behöva dialys är att man förlorar en del av sitt oberoende eftersom man hela tiden är i händerna på sjukvården. Den som blir transplanterad riskerar visserligen avstötning och behöver livslång medicinering, men upplever ändå en större frihet.

Tidig upptäckt skulle rädda många

Finns det något jag önskar så är det att vi blir bättre på att upptäcka njursjukdom tidigt. Om primärvården regelbundet kontrollerade blodtryck, blodsocker, plasma-



Foto: Jan Nördén

kreatinin och äggvita i urinen hos alla över 55 år, skulle merparten av dem som riskerar att behöva dialys eller en transplantation kunna räddas från det.

Vill du hjälpa oss över mållinjen?

Genom att testamentera hela eller delar av din kvarlåtenskap till Njurfonden stödjer du forskningen kring njursjukdomar för att färre ska insjukna i njursjukdom, behöva dialys och transplantation och för att njursjuka ska få leva ett bättre och längre liv. Insamlingen går till svensk, vetenskaplig forskning i världsklass.

Har du skrivit testamente?



I min ålder inser man att ens tid tar slut, så jag har börjat fundera. Får jag en massiv stroke eller dör av plötsligt hjärtstopp kan jag inte förmedla hur jag vill ha det, så egentligen är det dumt att vänta. För egen del känns det viktigt att min ena dotter får mina gitarer och den andra tavlorna. Jag har även lite gamla noter som jag vill testamentera till en musikhögskola.

George, 68 år



Jag och min man skrev ett testamente för två år sedan. För att trygga våra barns ekonomiska framtid ville vi att arvet ska räknas som enskild egendom. Det kändes skönt att få ner det på papper även om vi hade önskat att det fanns ett självklart ställe att förvara testamentet på. Det bästa hade nog varit om man hade kunnat registrera det hos Skatteverket.

Petra, 54 år



Inte ännu, men om jag får familj kommer jag garanterat skriva ett. I första hand kommer jag testamentera till mina barn men jag kan också tänka mig att testamentera en del till medicinsk forskning. I min släkt bär vi på anlag till Lynch syndrom som ökar risken för bland annat tjocktarmscancer, så för mig känns det angeläget.

Nazenin, 27 år



Jag och min fru skrev ett gemensamt testamente för att säkerställa att den efterlevande skulle sitta i orubbat bo och att arvet skulle räknas som enskild egendom. När hon dog var det en stor trygghet. De som inte har skrivit testamente tycker jag definitivt ska göra det. Speciellt om man är sambos, har särkullbarn eller vill testamentera till något man brinner för.

Thorsten, 90 år

Visste du?

- I Sverige har över 30 procent av befolkningen skrivit testamente.
- Fler än varannan svensk kan tänka sig att testamentera pengar till forskning om allvarliga sjukdomar.
- Mest positiva är kvinnor under 30 år.
- 4 procent uppger att de har valt att testamentera hela eller delar av sin kvarlåtenskap till välgörenhet.
- Njurfondens insamlade medel kommer till största delen från testamentsgåvor.

Hur kan du gå vidare?

Använd gärna våra mallar på njurfonden.se/testamente

Ny forskning ger fler chansen till en ny njure

Att njurtransplanterade patienter har utvecklat antikroppar efter en blodtransfusion, graviditet eller transplantation gör det ofta omöjligt att transplanteras med en ny njure. Tomas Lorant, docent i transplantationskirurgi vid Uppsala universitet, säger nu att forskningen har nått ett genombrott.

Läkemedlet, som nu har forskats fram, heter imlifidas och bryter snabbt ned antikroppar mot det nya organet vid en transplantation, trots att tester visat att en omedelbar avstötning riskeras. 60 procent av patienterna som deltog i studien drabbades inte av någon avstötning medan resterande 40 procent fick en avstötning som kunde behandlas. Läkemedlet är nu villkorligt godkänt för att användas i Sverige.

Upptäckt: diabetesläkemedel skyddar njurarna



Njursjukdom är en vanlig komplikation till diabetes. Nu visar forskning att vi har tillgång till en effektiv

njurskyddande behandling vid typ 2 diabetes, säger Annette Bruchfeld, professor i njurmedicin.

– En studie på 4300 patienter har visat att diabetesläkemedlet dapagliflozin skyddar njur- och hjärt-kärlfunktionen hos diabetiker. Vi har nu en behandling som förlångsamar förlust av njurfunktion vid diabetes och troligen kommer minska behovet av dialys och transplantation. Det är dessutom intressant att patienter utan diabetes, främst sådana med inflammatorisk njursjukdom, nedsatt njurfunktion och äggvita i urinen, som också deltog i studien fick en skyddseffekt av läkemedlet. Vi väntar nu på svar på ytterligare studieresultat om patienter med njursvikt men utan äggvita i urinen, kan behandlas på samma sätt.



Genombrott inom IgA-nefrit

En av fyra patienter i dialys eller med njurtransplantat har njur-

inflammation. Inom kort kan vi ha en ny medicin, som gör att patienter med typen IgA-nefrit slipper eller kan skjuta på dialysen. Bengt Fellström, senior professor i nefrologi, har fått pris från Njurfonden för sin forskning.

– 2005 upptäckte vi att patienter som utvecklar IgA-nefrit ofta har en bakomliggande överaktivitet i tarmen. Forskningen har nu lett fram till läkemedlet Nefecon som dämpar den inflammatoriska överaktiviteten utan att ge några allvarliga biverkningar, mängden protein i urinen minskar och njurfunktionen stabiliseras. Våra beräkningar pekar på att det nya läkemedlet kan stabilisera njurfunktionen så att tiden till att patienten behöver dialys eller transplantation kan förlängas med upp till 20 år. Njurfondens bidrag till njurforskningen är oerhört viktiga för att vi ska kunna nå resultat.

Forskning ska hjälpa njursjuka barn.



Text: Annelie Olsson Larsson Foto: Maria Rosenlöf

Urban Fläring forskar om barn som drabbats av svår akut njursvikt. Målet är att hitta riskfaktorer som kan visa på om patienten ligger i riskzonen för att få kronisk njursvikt senare i livet.

Varje år drabbas flera barn av akut njursvikt, och måste vårdas med dialys. Det kan vara en följd av exempelvis barncancer, sepsis (blodförgiftning) eller större operationer. Vissa av barnen som tillfrisknar utvecklar senare i livet kronisk njursjukdom, som kräver livslång behandling.

Urban Fläring, docent och överläkare vid barnanestesi- och intensivvårdskliniken vid Astrid Lindgrens barnsjukhus i Stockholm, är en av de forskare som har fått stöd från Njurfonden. Målet med hans forskning är att kartlägga de barn som drabbats av den svåraste formen av akut njursvikt och försöka hitta sätt att förhindra att de utvecklar kronisk njursjukdom och behöver dialys eller en njurtransplantation.

Vad är målet med studien?

– I första hand vill vi försöka fastställa om det är ett problem att barn som får akut njursvikt också får kronisk njursvikt. Om vi lyckas identifiera barn med uppseglande kronisk njursvikt, kommer barnjourläkare kunna hjälpa dem med förebyggande behandling så att behov av dialys och transplantation kan fördröjas eller i bästa fall förhindras.

Hur ser du på framtiden för de barn som tidigt drabbas av akut njursvikt?

– Vi hoppas hitta markörer som kan visa om de här barnen har risk för att utveckla kronisk njursjukdom senare i livet och då kan man titta på vilka läkemedelsbehandlingar som tidigt behövs sättas in för att patienten slippa dialys och transplantation. Att arbeta förebyggande är viktigt.

Hur ser du på forskning inom detta område och vad betyder stödet från Njurfonden?

– Forskningen har jättestor betydelse för barnintensivvård. Vi tillhör en forskningsgren i västvärlden som är minst prioriterad. Mycket av den forskning vi bedriver gör vi på ledig tid inklusive semester. Med pengarna från Njurfonden kan jag ge en doktorand tid för att arbeta med det här projektet. Det är en förutsättning för att det ska kunna genomföras.



Vad kan forskningen betyda för Alf?

När Alf kom till världen verkade allt först bra, men ganska snart började han gå ner i vikt. Efter två månader konstaterade läkarna att han bär på en ärftlig njursjukdom som innebar att han behövde dialys för att överleva.

– Beskedet om att Alf var njursjuk och skulle behöva transplanteras blev en stor chock för oss. Ändå insåg vi inte hur mycket vi skulle behöva vara på sjukhus och hur mycket det skulle påverka våra liv, säger mamma Rebecca. Vi var inskrivna på sjukhuset under sammanlagt sju månader. Utan allt stöd vi fick från familj och vänner vet jag inte hur vi hade klarat oss.

När Alf var nio månader fick han börja med dialys. Han var kopplad till en dialysmaskin 14 timmar om dygnet, blev trött av behandlingen och kunde inte röra sig som han ville. Därför kändes det som en stor befrielse när han fyllde två år och var tillräckligt stor för att kunna ta emot sin farmors ena njure. Transplantationen gick bra och Alf blev långsamt piggare även om vi var tvungna

att sondmata honom eftersom han slutade att äta under tiden i dialys och ofta kräktes.

Det jobbiga är att han fortfarande är väldigt infektionskänslig med förkylningar, urinvägsinfektioner och blodförgiftningar som avlöser varandra. Därför hoppas jag att forskningen ska leda till bättre och skonsammare mediciner som minskar risken för infektioner utan att man drabbas av cancer eller andra biverkningar. För Alfs del är transplantationsproblemen långt ifrån lösta. Det är bara forskningen som kan ge mitt och andra njursjuka barn en bättre framtid.

Rebecca Wittesjö, mamma till Alf

Gå in på njurfonden.se för att stödja forskningen.

Vi vårdar ditt arv.

Hur förvaltar Njurfonden arv och gåvor?

När du testamenterar till Njurfonden kan du känna dig trygg med att ditt arv förvaltas på bästa sätt.

För kunskap och utveckling

Insamlingsstiftelsen Njurfonden startades under 2013. Stiftelsen drivs ideellt och insamlade medel går till stiftelsens ändamål med utdelning en gång om året.

Stiftelsens ändamål

Stiftelsens ändamål är att lämna bidrag för:

- Vetenskaplig forskning om njursjukdomar och njurtransplantationer.
- Information om njursjukdomar och här till hörande frågor.

Stiftelsens ändamål ska tillgodoses genom att stiftelsen inom ramen för sitt ändamål främjar vetenskaplig forskning inom kroniska njursjukdomar, prevention, aktiv uremivård, samt stärker medvetandegraden i samhället om njurarnas betydelse, njurdonation samt njursjukas livssituation.

Vår organisation

Bakom bildandet av Njurfonden står Njurförbundet, Svensk Njurmedicinsk Förening (SNF), Svensk Njurmedicinsk Sjuksköterskeförening (SNSF) och Svensk Transplantationsförening (STF).

Stöd forskning som räddar liv!