



OSLO TINGRETT

DOM

Avsagt: 16.11.2015 i Oslo tingrett,
Saksnr.: 15-026718TVI-OTIR/04
Dommer: Dommerfullmektig Pål Grøndalen Palmer
Saken gjelder: Tvist om bruk av tekster på nettet.

Ragnhild Margrete Hansen

Advokat Magnus Stray Vyrje

mot

Biotek Academy Scandinavia AS

Advokat Tor-Henry Spjelkevik

DOM

Saken gjelder spørsmål om opphavsrettslig vern for tekster på internett, herunder krav om vederlag og oppreisning.

Framstilling av saken

Ragnhild Margrete Hansen (heretter "Hansen") er utdannet sykepleier. Våren 2009 startet hun opp klinikken Clinique Contour i Asker, som utførte ulike behandlinger relatert til helse, hud og figurforming. I forbindelse med dette opprettet Hansen nettstedet cliniquecontour.no. Nettstedet var delt inn i ulike undersider etter tema, og inneholdt omfattende opplysninger om klinikken og de ulike behandlingene som ble tilbudt, herunder behandling med en såkalt Eximia-maskin. Per 3. mai 2009 hadde nettsiden følgende tekst, som gjengis i sin helhet:

"Velkommen!

Velkommen til Clinique Contour i Asker sentrum, klinikk med fokus på din helse - hud - figur. Behandlinger for både ham og henne.

Vi holder til i et lyst og trivelig lokale i underetasjen på Lenkenbygget vis a vis Føyka stadion i Asker, (bakkeplan ut mot Nycomed), med kort gåavstand fra buss- og togterminalen i Asker sentrum. Parkering rett utenfor lokalet.

Vi tilbyr et seriøst alternativ til kosmetisk kirurgi idet vår behandling foregår:

- Uten inngrep*
 - Uten ubehag*
 - Gir merkbare resultater innen kort tid!*
- De fleste opplever både synlige og merkbare resultater allerede etter første behandling!*

| Vi tilbyr: | Vår behandling: |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• <i>Punktslanking</i>• <i>Figurforming</i>• <i>Fettreduksjon</i>• <i>Cellulittbehandling</i>• <i>Ansiktsløft</i>• <i>Anti- rynkebehandling</i>• <i>Vakuumterapi- massasje</i>• <i>Dyp bindevevsmassasje</i>• <i>Lymfedrenasje</i>• <i>Ødembehandling</i>• <i>Kjemisk peeling</i> | <ul style="list-style-type: none">• <i>Former og slanker</i>• <i>Reduserer cellulitter</i>• <i>Øker lymfe- og blodsirkulasjonen</i>• <i>Øker den naturlige avfallsdreneringen</i>• <i>Kan virke oppstrammende på slapp hud</i>• <i>Øker hudens spenst og elastisitet</i>• <i>Reduserer linjer og rynker</i>• <i>Reduserer væskeansamling/ ødemer</i>• <i>Reduserer strekkmerker/ arr</i>• <i>Reduserer smerter ved muskel- og leddplager</i>• <i>Kan redusere symptomer ved ulike plager/ sykdommer</i> |

I vår klinikk benyttes Eximia Forma® - et revolusjonerende kosmetisk system for figurforming, hudpleie, helse og velvære basert på medisinsk kunnskap og teknologi, behandlinger uten inngrep og ingen restitusjonstid!

Nyhet - Kjemisk peeling som ikke gir sår hud eller flassing - ingen restitusjonstid!

I kombinasjon med vår Eximia ansiktsbehandling tilbyr vi nå medical peel som gir umiddelbar effekt uten å etterlate flassete eller rød sår hud!

Våre behandlinger utføres av autorisert sykepleier.

Behandling med Eximia Forma® er omtalt i bladet Bedre Helse nr. 1/ 2010 og cellulittbehandling hos Clinique Contour er omtalt i Allers nr. 22/ 2010.

Eximia Forma® er en videreutvikling av det allerede kjente og suksessfulle systemet Resolution 7 og 8.

Eximia® ble lansert i 2008 og har enda bedre effekt per behandling samt flere behandlingsmuligheter enn "lillebrødrene" Resolution 7 og 8.

Eximia® administreres kun av autorisert helsepersonell, og benyttes i dag i klinikker tilknyttet leger, fysioterapeuter og sykepleiere.

Klinikken eies og drives av Ragnhild Margrethe Hansen, offentlig godkjent sykepleier, utdannet ved Lovisenberg Diakonale Høgskole i Oslo 2002 og sertifisert Eximia Forma behandler ved Skin Medical AS 2008.

Eximia behandling

*Eximia Forma® representerer teknologi i høyklasse og tilbyr det siste innen figurforming, punktslanking og lymfedrenasje, og er **et seriøst alternativ til plastisk kirurgi i det behandlingen foregår helt uten inngrep!***

Eximia er et høyteknologisk system basert på en unik, patentert kombinasjon av velkjente, dokumenterte medisinske og kosmetiske teknologier og behandlinger.

Eximia kombinerer vakuumenterapi for dyp bindevevsmassasje og lymfedrenasje, og ultralyd for fettfjerning/ punktslanking, hudoppstramming og infusjon av aktive ingredienser som gir fuktighet og spenst til huden!

Behandlingen er skånsom og smertefri og helt ufarlig.

Med Eximia kan spesifikke deler av kroppen behandles; armer, bryst, mage, rygg, rumpe, lår, knær, legger, og ikke minst: eget program for ansiktsbehandling! Spesielle oljer tilfører fukt og spenst til huden!

De oppsiktsvekkende resultatene Eximia® kan vise til gjør dette systemet overlegent i behandlinger av blant annet cellulitter, fettdepoter, væskeansamlinger, slapp ujevn hud og manglende tonus.

De aller fleste opplever både synlige og målbare resultater allerede etter første behandling!

Behandlingen øker og forbedrer:

- *Blod- og lymfesirkulasjonen*
- *Transport av fett og avfallstoffer*
- *Blodgjennomstrømningen i vevet*
- *Næringsutvekslingen i celler og vev*
- *O₂ og CO₂ utvekslingen*
- *Forbrenningen*
- *Styrker immunforsvaret*
- *Kollagen og elastin produksjonen i huden*
- *Virker oppstrammende på slapp hud*
- *Visker ut fine linjer og rynker*

Behandlingen reduserer og fjerner:

- *Lokale fettansamlinger / fettdepoter*
- *Gir generell vektreduksjon/ omkrets*
- *Cellulitter / appelsinhud*
- *Strekkmerker*
- *Avfallsstoffer*
- *Ødemer/ Væskeansamlinger*
- *Smerter ved muskel - og leddplager*
- *Rekonvalesenstid etter hard trening*
- *Spenninger*
- *Symptomer ved enkelte sykdommer/ lidelser*

Behandlingen stimulerer også immunforsvaret, virker forebyggende ved helsemessige problemer og gir økt velvære både fysisk og psykisk. Behandlingen har vist å redusere symptomer ved allergier, fordøyelsesproblemer, mage- tarmsykdom, løse opp spenninger, redusere symptomer ved lidelser/ sykdommer forbundet med nedsatt sirkulasjon, revmatiske lidelser, psoriasis artritt, ME, fibromyalgi for å nevne noen.

Eximia er et resultat av forskning og kliniske tester utført av et sammensatt team bestående av leger, hudleger og hudterapeuter. Metoden er utviklet og testene foretatt med spesifikt sikte på helse, velvære, komfort og skånsom pleie av både kropp og ansikt.

Årsaken til de oppsiktsvekkende resultatene Eximia kan vise til både i forhold til figurforming/ vektreduksjon og helsegevinst ligger i den teknologiske videreutviklingen og forbedringen av allerede kjente medisinske og kosmetiske kunnskaper, teknologier og behandlinger.

Blant annet tilbyr Eximia som det eneste systemet på markedet, 4-fases modulerende vakuumenterapi med både negativt og positivt trykk som sikrer en skånsom og behagelig behandling av vev og hud. Vakuumenterapien inngår i alle behandlinger og benyttes ved aktivisering av lymfekjertlene, dyp bindevevsmassasje og lymfedrenasje.

Tradisjonelt vakuuum består av et konstant sug som skapes under trykk og som suger opp huden, for deretter å slippe taket og slippe huden ned igjen. Dette foregår gjerne uten mulighet til å styre trykkstyrken som skaper suget (vakuuumet), og blodutredelser og blåmerker vil derfor være en konsekvens etter bruk av vakuuum på huden, som ved f.eks. kopping.

Med Eximia slipper du ubehag og blåmerker etter vakuumenterapi!

I tillegg til vakuuum, negativt trykk som skaper sug og suger huden opp, skapes i neste øyeblikk et positivt trykk som aktivt trykker huden ned igjen rett etter vakuuumfasen og skåner dermed de fine kapillærene i huden.

Fasene består av en vakuuumfase (negativt trykk), etterfulgt av et positivt trykk, en ny vakuuumfase, og tilslutt en vibrerende vakuuumfase.

Denne unike 4-fases vakuuummassasjen er utviklet av Janus Ltd.®, patentert som Endolift®. Endolift er konstant repeterende 4-fases vakuuum med varierende frekvens og styrke som kan tilpasses individuelt for hver enkelt, og sikrer dermed en skånsom og komfortabel behandling samtidig som det øker både kvaliteten og effektiviteten av behandlingen. Den modulerende

styrken og trykket i hver fase gir dermed ikke et konstant press i huden og vevet og skåner dermed de fine kapillærene i huden slik at bloduttredelser og ubehag unngås.

Eximia kombinerer:

- **Ultralyd - Modulerende høyfokusert ultralyd** treffer spesifikt fettceller og gir en tydelig "fettsmeltende" effekt i det den øker cellemetabolismen (fettet blir "flytende") samtidig som cellemembranene gir etter og slipper ut fett. Benyttes kun for spesifikk fettreduksjon på "problemområder".
- **Elektroporasjon®** - Fokusert svak elektrisk triangulær strøm som strammer opp huden. Benyttes kun ved slapp hud som følge vekttap/ fettreduksjon, eller etter graviditet.
- **Ultraporasjon®** - Kombinerer ultralyd og elektroporasjon samtidig og gir både fettreduksjon og hudoppstramming i samme behandling. Benyttes kun ved fettreduksjon/ punktslanking med ultralyd.
- **Vakuumerapi** - 4-fases variabel og tilpasset vakuum benyttes for:
 - Aktivering av lymfekjertler
 - Dyp bindevevesmassasje Endolift® (endodermisk massasje) og anti-cellulitt behandling
 - Lymfedrenasje

Eximia er et unikt system på markedet, og må ikke forveksles med andre systemer som kan ha lignende metode.

Eximia er CE-godkjent og oppfyller EUs krav til sikkerhet ved bruk av elektriske apparater.

Kan Eximia behandling hjelpe deg?

Behandling med Eximia Forma er basert på medisinsk kunnskap og vitenskap, og kombinerer velkjente og dokumenterte metoder i en ny og unik kombinasjon som gir enda bedre effekt og raskere resultater, og ikke minst, mange muligheter for hva du ønsker å oppnå med behandlingen.

Med Eximia kan hele kroppen behandles, og du står dermed fritt til å velge hva du ønsker behandlet.

Behandlingen passer for alle, menn og kvinner i alle aldre, uansett utgangspunkt, er helt ufarlig og smertefri, og tilpasses individuelt. Konsultasjon med sykepleier er inkludert, og det tilbys også veiledning ved vektreduksjon dersom det er ønskelig.

Behandlingen gir både kosmetiske og helsemessige effekter og tilpasses dine ønsker og behov om du:

- Gå ned i vekt
- Redusere / fjerne fett på utsatte områder (ridebukselår, love handles, bilringer, cellulitter m.m.)
- Få frem figuren
- Stramme opp huden
- Øke blod- og lymfesirkulasjonen
- Åpne eventuelle blokkeringer i lymfekjertlene
- Styrke immunforsvaret
- Løse opp spenninger i kroppen og redusere stress
- Øke utholdenheten under trening - redusere restitusjonstiden etter hard trening
- Skjemme bort deg selv med en velværebehandling
- Behandlingen anbefales også før og/ etter kirurgisk fettsuging/ fettfjerning (les under)

Behandlingen gir følgende effekter, og er gjerne både synlig og merkbar innen 2 dager etter kun én behandling:

Kur på 10 behandlinger gir optimalt resultat i løpet av 4 uker!

Kosmetiske

- *Generell slanking/ vektreduksjon*
- *Punktslanking (ved hjelp av ultralyd kan spesifikke problemområder slankes og fettet reduseres/ fjernes)*
- *Reduserer/ fjerner cellulitter*
- *Reduserer/ fjerner underhudsfett*
(én behandling er hevdet å tilsvare gjennomsnittlig 6 mnd trening på treningssenter)
- *Strammer opp huden (også slapp, hengende hud på f.eks. mage eller overarmer)*
- *Stimulerer til økt kollagen og elastin produksjon i hud og bindevev*
- *Reduserer arr og strekkmerker*
- *Reduserer / "visker ut" fine linjer og rynker*
- *Reduserer arr og strekkmerker*

Medisinske/ Fysiologiske

- *Forbedrer blod- og lymfesirkulasjonen betraktelig i hud og vev*
- *Frigjør og øker dreneringen av avfallsstoffer*
- *Øker lymfedrenasjen*
- *Løser opp blokkeringer i lymfesystemet*
- *Reduserer/ fjerner ødemer/ væskeopphopninger på få minutter*
- *Stimulerer og styrker immunforsvaret*
- *Øker O2 og CO2 utvekslingen i celler og vev*
- *Øker nærings- og avfallsutvekslingen mellom celler og vev*
- *Øker laktatutskillelsen (reduserer rekonvalesenstiden etter hard trening med 50 % eller mer)*
- *Øker forbrenningen (metabolismen)*
- *Reduserer og løser opp muskelspenninger og stress i kroppen*
- *Øker tarmperistaltikken (tarmbevegelsen) ved treg mage*
- *Roer irritabel tarm*
- *Øker lymfedreneringen fra tarm og ut i kroppen*
- *Løser opp forkalkninger i vev*
- *Reduserer/ lindrer smerter ved ulike muskel- og leddplager*
- *Styrker huden*
- *Øker elastisiteten i huden*

Velvære

- *Detox - Avrenser kroppen på en naturlig måte*
- *Løser opp spenninger*
- *Letter kroppen for overflødig væske*
- *Gir følelse av letthet og velvære*
- *Bedre søvn*
- *Økt fysisk og psykisk overskudd*
- *Behandlingen er behagelig og skånsom - rent velvære!*

I forbindelse med kirurgisk fettfjerning/ fettsuging:

Om du skal gjennomføre eller har gjennomført fettsuging/ fettfjerning ved kirurgi kan behandlingen hos oss være et godt supplement for å oppnå det beste resultatet.

Før fettsuging kan behandling med ultralyd benyttes for å myke opp fett i området hvor inngrepet skal utføres, og gjør det lettere for kirurgen å suge ut fett i det fett blir mer flytende. En del klinikker som utfører fettsuging benytter ultralyd selv før inngrepet for nettopp å gjøre fett mykere, men noen klinikker tilbyr ikke det. Forhør deg gjerne om dette.

Etter kirurgisk fettsuging/ fettfjerning vil behandlingen bidra til et jevnere og penere resultat. Ved liposkulptur (fettsuging) kan resultatet bli noe ujevnt, og ved vår behandling kan du sikre at resultatet blir jevnt og pent. Lymfedrenasjen sørger for å drenere vekk overflødig fett og væske i området, øke sirkulasjonen, og reduserer dannelse av arrvev. Arrvev vil hemme lymfesirkulasjonen.

Arrvev vil hemme lymfesirkulasjonen og det er derfor gunstig med aktiv lymfedrenasje i operert område for å forhindre væskeopphopning, og bidrar også til at arret blir mindre synlig. Dette gjelder for de fleste typer arr etter operasjon eller skade. Ta kontakt med din kirurg/ lege for å høre hvor lang tid etter operasjonen du kan benytte behandlingen, og om de eventuelt selv tilbyr slik behandling.

Hvordan fungerer lymfedrenasje?

Vår hverdag er gjerne preget av stress og lite aktivitet, vi sitter i bil/ buss/ tog på vei til jobb, sitter på jobb, sitter på vei hjem fra jobb, sitter i sofaen før man legger seg. Satt på spissen selvfølgelig, men likevel, det er den store linjen i manges hverdag. Hvilken innvirkning kan dette ha på kroppen?

Lymfesystemet er kroppens store "renholdssystem" og sørger for å drenere overflødig væske og avfallsstoffer, og transportere og administrere viktige forsvarsceller i bekjempelse av infeksjoner. Lymfesystemet er dermed en sentral del av immunforsvaret vårt.

Lymfesystemet er et passivt og tregt system som ikke har et eget pumpesystem slik som hjertet fungerer som pumpe for blodet og som pumper blodet rundt i kroppen. Lymfesystemet er dermed avhengig av at musklene i kroppen utøver trykk mot lymfebanene for å skape den pumpende effekten som må til for å bevege lymfevæsken rundt i kroppen. Jo mer aktivitet og muskelbevegelse som øver trykk mot lymfebanene, jo mer aktivt vil lymfesystemet jobbe med å administrere kroppens immunforsvar og transportere og drenere avfallsstoffer og overflødig væske ut av kroppen.

Et lavt aktivitetsnivå reduserer musklenes trykk mot lymfebanene og reduserer dermed lymfesirkulasjonen. En konsekvens vil være at væske, fett, skadelige stoffer, toksiner, slaggprodukter og bakterier/ virus/patogener (sykdomsfremkallende mikroorganismer) lettere unnslipper lymfesystemets filtrering. Sirkulasjonen og dreneringen av avfallsstoffer går dermed saktere, og disse elementene kan lettere hopes opp i vev, ledd og organer.

Dette vil påvirke både den generelle allmenntilstanden og redusere immunforsvaret, og kan gi utslag i diverse diffuse smerter og plager. Generell vektøkning, overvekt, vanskeligheter med å gå ned i vekt, væskeopphopninger/ ødemer, dårlig/ uren hud, cellulitter, sykdommer og lidelser forbundet med dårlig næringsutveksling og nedsatt sirkulasjon, muskel og leddsmerter i varierende grad kan være konsekvenser forbundet med nedsatt lymfesirkulasjon.

Hvordan hjelper Eximia?

Behandling med Eximia vakuumenterapi øker blod- og lymfesirkulasjonen betraktelig! Vakuumenterapien som benyttes under dyp bindevevsmassasje og lymfedrenasjen gjenskaper det trykket mot lymfebanene som er nødvendig for å stimulere til økt sirkulasjon. Vakuument

løfter og masserer bindevevet i en 4 fases frekvens med varierende styrke som skaper en skånsom pumpende effekt i blod- og lymfesirkulasjonen. Vakuummassasjen utføres aktivt av behandleren med en jevn bevegelse mot de større lymfeknutene. Dermed "tvinges" lymfen (vevsvæsken) aktivt mot de sentrale lymfebanene som i sin tur drenerer og tømmer overskuddet over i større vener som tilslutt filtreres ut av kroppen via svette, urin og avføring. En helt naturlig detox effekt med andre ord.

Dette er en helt naturlig prosess i kroppen som foregår hele tiden, og med Eximia behandling økes tempoet i prosessene og eventuelle blokkeringer åpnes opp slik at lymfen får flyte fritt og dreneres raskere enn før. Overflødig væske, fett og avfallsstoffer frigjøres og får dermed ikke tid til å hope seg opp i kroppen.

Hva er Lymfedrenasje?

Siden lymfedrenasje inngår i alle behandlinger med Eximia, kan det være greit å få en forståelse av hva lymfedrenasje er. Under Lymfesystemet finner du mer informasjon om hva lymfesystemet er og hvilken rolle det har i kroppen.

Lymfedrenasje er i utgangspunktet kroppens naturlige prosess for å kvitte seg med overflødig væske, slagg- og avfallsstoffer, fett, toksiner, patogener (infeksjonsfremkallende mikrober) osv. Med andre ord kroppens egen avfallshåndtering.

Dette "avfallet" samles opp i en væske som kalles lymfen i lymfesystemet og filtreres gjennom lymfekjertlene før det fraktes videre og tømmes i én felles vene (bak kravebenet). Deretter filtreres det gjennom nyre og lever før avfallet tilslutt dreneres ut av kroppen via svette, urin og avføring. Dette er en konstant pågående prosess i kroppen, og fungerer som kroppens naturlige avgiftning/ detox system.

Lymfesystemet har ikke et eget pumpesystem, og er derfor avhengig av ytre påvirkning (muskulær aktivitet) for å kunne forflytte væsken rundt i kroppen. Når man omtaler lymfedrenasje så snakker man om behandlingsmetoder som stimulerer denne prosessen i lymfesystemet, og man kan gjerne kalle det en aktiv væskeforflytning siden behandlingen tar sikte på å aktivt forflytte væsken (lymfen) og sørge for raskere drenering.

Det fins mange ulike metoder for lymfedrenasje, passive og aktive metoder, og felles for disse er at de utøver trykk mot lymfebanene på ulike måter for å presse, skape sirkulasjon eller pumpe væsken raskere mot de store lymfebanene slik at overskuddet føres bort fra det behandlede området og dreneres ut av kroppen. Passive metoder kan f.eks. være bruk av kompresjonsstrømper ved hovne/ ødematøse ben, mens aktiv metode vil være å aktivt forflytte væsken vekk fra området som ved f.eks. Eximia behandling hos oss.

I utgangspunktet var lymfedrenasje forbundet med medisinsk (fysikalsk) behandling, da spesielt i forhold til pasienter med ødemer (væskeopphopninger) i forbindelse med sykdom eller etter operasjoner.

I dag forbindes gjerne lymfedrenasje også med helse og velvære fordi lymfedrenasje har vist å gi svært gode helsemessige effekter uten at det nødvendigvis er sykdom til stede. De helsemessige effektene ved lymfedrenasje settes gjerne i sammenheng med vår livsstil som er preget av lite aktivitet og stress, og derfor vil de aller fleste oppleve en svært god effekt i forhold til egen helse og velvære. Det er dermed mange ulike aktører på markedet i dag som tilbyr lymfedrenasje etter ulike metoder og prinsipper, og med varierende resultater. Noen med svært god effekt, andre med begrenset effekt.

Det skal bemerkes at svært mange "hjemmemetoder" som markedsføres i dag som "detox/ lymfedrenasje" er av høyst tvilsom karakter og må ikke assosieres med lymfedrenasje utført

hos oss eller andre som utfører lignende behandling. Forøvrig skal det sies at Eximia er et unikt system på markedet, og må ikke forveksles med andre systemer som kan ha lignende metode.

Lymfedrenasje med Eximia – Ødembehandling

Hos oss utføres dokumentert lymfedrenasje etter vitenskapelig medisinsk standard. Lymfedrenasjen innledes med stimulering av lymfekjertlene ved hjelp av tilpasset vakuuum. Drenasjen utføres aktivt og manuelt av behandleren ved hjelp av Eximias 4-fases vakuuum som gir et skånsomt trykk i blod- og lymfebanene. Det benyttes et spesielt håndstykke for vakuumenterapien som har to bevegelige valser. Vakuuumet skaper en pumpende effekt med varierende styrke, samtidig som behandleren fører håndstykket med jevn bevegelse og følger lymfebanenes naturlige retning. Ved hjelp av vakuuumet og de bevegelige valsene i håndstykket forflyttes og skyves væsken aktivt mot de større lymfekjertlene som resulterer i en raskere drenering.

Eximia Forma behandlingen bygger på Dr. Astrid og Dr. Emil Vodders lære, pionerene for spesialiseringen av den medisinske læren om lymfesystemet, kalt lymfologi. Disse la grunnlaget for de teknikkene som benyttes i dag av spesialiserte fysioterapeuter innen manuell lymfedrenasje, og er regnet for å være den gylne standard innen lymfedrenasje.

Lymfedrenasje og dyp bindevevsmassasje (Endolift®) inngår i alle behandlinger med Eximia, nettopp på grunn av den svært effektive frigjørende og rensende effekten Eximia Forma gir, og som bidrar til sikrere og raskere resultater, helt naturlig.

Vanlige forbigående reaksjoner etter behandling, og som er positive indikatorer på at behandlingen virker kan være:

- Hyppige toalettbesøk (vannlating og avføring)
- Stram lukt av svette og urin
- Seig/ annerledes avføring
- Frostanfall (like etter avsluttet behandling - lymfen flyter fritt)
- Lett ømme lymfekjertler
- Slapphet
- Hodepine
- Noen kan merke verking i ledd og muskler (avfallsstoffer "slipper taket")

Drikk mye vann etter behandlingen! Dette for å øke dreneringen og "vanne ut" konsentrasjonen av avfallsstoffer samt hindre uttørring.

Lymfesystemet - hvorfor er det så viktig?

I all behandling med Eximia utføres lymfedrenasje som en del av behandlingen og derfor er det viktig å få en forståelse av hva lymfesystemet er og hvilken rolle det spiller for resultatet av behandlingen.

Kroppen vår består av ca 70 % væske og av dette utgjør ca 5 % blod og resten av bindevevsvæske og intracellulær væske som med fellesbetegnelse kalles vevsvæske eller lymfe.

Det er lymfesystemet som administrerer kroppens vannforsyning, og hos et voksent menneske utgjør denne vevsvæsken 10 -12 liter. Denne væskemengden er konstant, dvs. at mengden

væske du drikker er samme mengde som dreneres ut av kroppen i løpet av et døgn.

Vevsvæsken finnes i kroppens interstitium. Interstitiet er et utfyllende rom mellom alle organer og består av væske, bindevev og fett. Lymfesystemet begynner som "fingertupper" i interstitiet. De samler seg ganske raskt i et finmasket nett og går sammen til stadig større samleårer. De passerer lymfeknutene og fører til slutt lymfen over i blodet via de store vener nederst på halsen.

Lymfesystemet er kroppens transport- og dreneringssystem for vevsvæsken (lymfen), og foregår utenfor kroppens blodsirkulasjon. Alle næringsstoffer fra blodet til cellene passerer gjennom lymfen, også de avfallsstoffer som cellene avgir. Lymfen er i utgangspunktet en klar, fargeløs væske som ligner blodplasma, men overflødig vevsvæske gjør den gulaktig.

Lymfesystemet anses som kroppens rensesystem, og de viktigste oppgaver er å blant annet:

- *Fange opp elementer som har trengt seg ut gjennom blodkarene*
- *Administrere kroppens forsvar mot virus, bakterier og kreft*
- *Transport av hvite blodlegemer og lymfocytter for bekjempelse av virus, bakterier og unormale celler*
- *Formidle stoffskiftet/ næringsutvekslingen mellom blodet og vevene i kroppen*
- *Samle opp overflødig væske og avfallstoffer og transportere dette ut av kroppen*
- *Sørge for stabil proteinbalanse mellom innside og utside av kapillærene*
- *Transportere fett, væske og næringsstoffer fra tarmen og ut i kroppen*

Lymfeårene utgjør et fint nettverk som befinner seg rett under huden og består av lymfeårer, lymfeknuder/ lymfekjertler, milten og lymfoid vev i ulike organer. Lymfekjertlene er samlet i klynger langs blodkarene (venene), og fungerer som filtre som skal filtrere og bryte ned avfallsstoffene og rense vevsvæsken før væsken reabsorberes av venene. Væske trenger ut via kapillærene i blodbanene, fra arteriene, og ut i vevet. Denne vevsvæsken sirkulerer overalt i kroppens vev og absorberes så av ørsmå lymfeårer som transporterer væsken (nå lymfen) videre til større lymfekar og videre gjennom lymfekjertler.

I lymfekjertlene blir lymfevæsken renses for bakterier og avfallsstoffer og det er her bl.a. lymfocytter dannes, en type hvite blodceller, som dels renser og dels bekjemper bakterieinvasjoner. Lymfocytter danner også antigener mot fremmedlegemer som trenger inn i organismen. Lymfekjertlene, og lymfesystemet forøvrig, er dermed en svært viktig faktor i immunforsvaret. Den største bekjempelsen av virus og bakterier skjer her, og ved en invasjon av slike patogener vil lymfekjertlene hovne opp og være ømme å ta på mens infeksjonen pågår.

De største lymfekjertlene finnes i lysken, i armhulene, i halsen og i buken. På disse stedene foregår det en storopprydning av elementer som kan skade kroppen hvis de ikke skilles ut. Dette kan være avfallstoffer som mikroorganismer, brukte blodceller, proteiner, fett, små sotpartikler, laktat (melkesyre) og andre slagstoffer og som kan gi diffuse smerter og plager dersom de ikke blir brutt ned og transportert ut av kroppen.

Den filtrerte lymfen og avfallet føres videre til de dype lymfeårene som har sitt utløp og tømmes i venevinklene der vena jugularis og vena subclavia går sammen bak kravebenet. Lymfeavfallet transporteres videre i venene og blir dernest filtrert via lever, nyrer og tarm. Avfallsstoffene skilles ut av kroppen via svette, urin og avføring. Lymfesystemet er dermed kroppens detox system.

Lymfesystemet er et passivt og tregt system som er avhengig av ytre påvirkning som aktivitet og muskulær bevegelse for å stimulere til sirkulasjon. Lymfesystemet har ikke et eget pumpesystem slik som blodsirkulasjonen skapes av hjertepumpen. Osmotiske trykkforskjeller

og klaffesystem i lymfeårene gjør at lymfen bare kan bevege seg én vei, men er avhengig av at kroppen er i aktivitet slik at musklene i kroppen øver trykk mot lymfekarene (kalt muskel-vene- pumpen) og slik oppnås en pumpende effekt som sørger for sirkulasjon i lymfesystemet.

Et redusert aktivitetsnivå vil dermed påvirke lymfesirkulasjonen. I dagens samfunn sitter vi stille alt for mye, vi sitter i bil/ buss/ tog på vei til jobb, sitter på jobb, sitter på vei hjem fra jobb, sitter i sofaen før man legger seg. Satt på spissen selvfølgelig, men likevel, det er den store linjen i vår hverdag. En konsekvens av dette vil være at skadelige stoffer, fett, slaggprodukter og bakterier/ virus lettere unnslipper lymfesystemets filtrering, at sirkulasjonen og formidlingen av næringsstoffer og tømningen av avfallsstoffer ikke skjer raskt nok og at disse elementene dermed lettere kan hope seg opp i vev, ledd og organer. Dette vil påvirke både den generelle allmenntilstanden og redusere immunforsvaret, og kan gi utslag i diverse diffuse smerter og plager, redusert immunforsvar, generell vektøkning eller vanskeligheter med å gå ned i vekt, væskeoppbygning/ ødemer, sykdommer forbundet med dårlig næringsomsetning og nedsatt sirkulasjon, muskel og leddsmerter.

Ved vektreduksjon er derfor et velfungerende lymfesystem og lymfesirkulasjon en svært viktig, om ikke avgjørende, faktor for resultatet!

For figurforming og fettreduksjon ved hjelp av Eximia og bruk av ultralyd er dette helt avgjørende for resultatet. Fettet som frigjøres under ultralydbehandling MÅ tas opp i lymfesystemet og dreneres bort, ellers blir fettene liggende og kan suges opp i neste fettcelle, og resultatet blir ikke som forventet.

Eximia Forma bygger på denne kunnskapen og derfor er et velfungerende lymfesystem avgjørende både for resultatet og for din helse og ditt velvære.

Generelt om behandlingen

Avhengig av hva du ønsker behandlet vil behandlingen bestå av 6 faser men fase 2 utgår dersom du ikke ønsker fettfjerning og/ eller hudoppstramming, og bare ønsker dyp bindevevsmassasje og/ eller lymfedrenasje.

1. Analyse - hudens elastisitet måles og avgjør videre valg av program

2. Alt etter formålet med behandlingen benyttes enten:

- **Ultralyd:**

mykgjøring av fett og aktivisering av sirkulasjonsfremmende ingredienser som benyttes underbehandlingen. (Ultralydbehandling benyttes kun på lokale fettansamlinger, fettdepoter, cellulitter).

- **Elektroporasjon®:**

oppstramming av slapp hud, benyttes når huden begynner å bli slapp som følge av redusert fettansamling under huden. Kan også benyttes som egen behandling etter en slankekur / vekttap eller etter kirurgisk fettfjerning/ fettsuging/graviditet hvor huden er blitt slapp og pløsete.

- **Ultraporasjon®:**

kombinert ultralyd + elektroporasjon, løser opp fett og strammer opp huden samtidig.

3. Aktivisering av lymfekjertlene - klargjøre lymfekjertlene for å jobbe aktivt med filtrering og drenering

4. En lett lymfedrenasje innledes, for å "varme opp" lymfebanene før bindevevsmassasjen og drenasjen.

5. Endolift® - dyp bindevevsmassasje/ anti- cellulitte program.

Masserer dypt i bindevevet og frigjør vevet for avfallstoffer, forkalkninger, overflødig væske og fett, øker blod- og lymfesirkulasjonen betraktelig. Følger lymfebanene og øker dreneringen. Stimulerer også mage/ tarm ved behandling av mage.

6. Avsluttes med mild lymfedrenasje.

Overskuddet etter bindevevsmassasjen ledes inn mot de store lymfebaner slik at det dreneres raskt ut av kroppen.

Behandlingen er helt ufarlig og smertefri. Vakuumenterapien er mild og skånsom og etterlater ingen blåmerker eller bloduttredelser i huden, i motsetning til f.eks. tradisjonell kopping med vakuu. Ved tradisjonell kopping eller andre metoder som gir statisk vakuu (passiv behandling) uten mulighet for å regulere styrken, kan vakuumstyrken bli for sterk og kan rive hull på de fine kapillærene i huden slik at blod siver ut og etterlater blåmerker.

Eximia har 4-fases vakuumpatent med justerbar og varierende vakuumstyrke og tilpasses individuelt, i tillegg til at vakuumenterapien utføres aktivt og manuelt. Dette sikrer en skånsom og effektiv behandling av hud og vev både på kropp og i ansikt.

En mer utfyllende beskrivelse av hvordan behandlingen foregår finner du beskrevet under fanen **Eximia Figurforming**. Det skal bemerkes at behandlingen beskrevet der gjelder også ved alle andre typer Eximia kroppsbehandlinger, selv om du ikke ønsker figurforming/ punktslanking eller vektreduksjon.

Eximia Figurforming - effektiv Punktslanking

Kombinert ultralyd og vakuumenterapi

Vår figurforming med Eximia er en unik og effektiv behandling som kan forme og slanke figuren din der du selv ønsker det - "problemområdene" som ellers er vanskelig å slanke eller trene bort. Dette er også kalt punktslanking.

Med punktslanking kan vi redusere fett og cellulitter der du vil - raskt, effektivt og ikke minst naturlig. Ingen inngrep - uten ubehag - ingen bivirkninger!

Behandlingen utføres av sykepleier.

Vår behandling er unik og skiller seg ut fra andre typer ikke-kirurgiske figurformende behandlinger i det den kombinerer 2 ulike men veldokumenterte behandlinger som utfyller hverandre og sikrer optimalt resultat. Det er den unike kombinasjonen av disse behandlingene som sikrer deg raskt resultat og uten noen form for ubehag eller bivirkninger. Behandlingen jobber med de naturlige prosessene i kroppen slik at kroppen selv er i stand til å kvitte seg med overflødig fett og væske som frigjøres under behandlingen raskere enn det den i utgangspunktet klarer selv. Behandlingen fungerer derfor også som "opptrening" av de naturlige prosessene i kroppen da blod- og lymfesirkulasjonen øker, dreneringen øker og metabolismen (stoffomsetningen/ forbrenningen) i kroppen øker.

Effekten av behandlingen vil derfor vises raskt på målebåndet! De aller fleste vil merke effekten i form av opptil flere cm reduksjon allerede etter bare én behandling. Én behandling med Eximia kan tilsvare ca 6 måneders trening for å oppnå samme resultat!

Figurforming med Eximia

Figurformingen med Eximia kombinerer ultralyd og vakuumterapeutisk lymfedrenasje, og den unike teknologien bak dette systemet er patentert og dokumentert og utviklet av et team bestående av leger og fysioterapeuter. Under behandlingen benytter vi først ultralyden og punktslanker "problemområdet" - ultralyden benyttes kun på spesifikke fettansamlinger som ellers vanskelig lar seg slanke eller trene bort, som f.eks. "håndtakene"/ "love handles", på bilringer, baksida av overarmer, "ridebukselår" og cellulitter og andre lokale fettdepoter. Ultralyden sørger for å løse opp fettene inne i fettcellene/ cellulittene og skaper en reaksjon som enkelt kan kalles fettknusing eller fettsmelting. I motsetning til andre og lignende systemer på markedet gjør denne ingen skade på cellene eller påvirker omkringliggende vev! Når fettene inne i fettcellene/ cellulittene blir utsatt for ultralyden, vil fettene løse seg opp og dermed lettere trenes gjennom og ut av fettcellene/ cellulittene.

Deretter benytter vi Eximia's vakuumterapeutiske lymfedrenasje - en massasje ved hjelp av modulerende vakuum som kombinerer dyp bindevevsmassasje og lymfedrenasje. Vakuummassasjen stimulerer og øker blod- og lymfesirkulasjonen og sørger for at fett og væske som blir frigjort ved hjelp av ultralyden tvinges over i lymfesystemet og dreneres vekk og ut av kroppen - helt naturlig. Vakuummassasjen masserer dypt i bindevevet og åpner opp og bedrer blod- og lymfepassasjen i vevet i og omkring fettansamlingene/ cellulittene. Fettcellene/ cellulittenes volum reduseres og huden vil kjennes glattere og gjevnere. Vakuummassasjen har også en oppstrammende effekt på huden. Den økte sirkulasjonen sørger både for rask og effektiv drenering av overflødig fett og væske, og virker også forebyggende i det fett og væske vil passere raskere enn før og blir dermed ikke "sugd inn i" fettcellene/ cellulittene igjen. Resultatet blir derfor vedvarende, og effekten av behandlingen vil forsterkes for hver behandling.

Kur på 10 behandlinger er derfor anbefalt for optimalt resultat samt en vedlikeholdsbehandling hver 4 - 6 uke eller etter behov.

Hva er ultralyd:

Ultralyd er kun lydbølger med høyere frekvens enn det menneskelige øre kan oppfatte (20000 Hz), og avgir derfor ingen stråling. Ultralyd er en velkjent og dokumentert behandlingsmetode innen både medisinsk og kosmetisk område.

I behandling med Eximia benyttes modulerende høyfokusert ultralyd, dvs. høyintensive lydbølger med lav frekvens og med middels energiinnhold. Eximias ultralyd er patentert som Cavitation Ultraporation CVT®, og er en ytterligere utvikling av allerede kjent ultralydteknologi som benyttes på markedet i dag for fettfjerning. Eximias ultralydbehandling er dokumentert og har vist å redusere/ fjerne fett mer effektivt, og er samtidig mest skånsom mot omkringliggende vev, enn lignende ultralydbehandlinger på markedet i dag.

Ultralyden er altså bare lydbølger, men du kan likevel oppleve å "høre" ultralyden, dette fordi vibrasjonen som oppstår forplanter seg gjennom kroppen og du vil derfor kunne høre den. Etter noen behandlinger kan du også merke en slags "pitring" i huden der ultralyden brukes under behandlingen. Dette er helt ufarlig og gjør ikke vondt på noen måte.

Behandlingen består av 6 faser:

1. Hudanalyse

Behandlingen innledes med en hudanalyse som avgjør intensiteten i videre program.

2. Ultralyd - oppvarming av vev og løser opp fett

Eximia har et håndstykke for ultralyd som plasseres mot huden og masseres med en jevn og rolig bevegelse over området som behandles. Det benyttes en spesialgelé på huden som gjør at lydbølgene klarer å trenge gjennom huden, samtidig som den inneholder aktive ingredienser som ved hjelp av ultralyden klarer å trenge dypt ned i dermis (huden) og virker sirkulasjonsfremmende og forebygger væskeansamlinger (sonoforetisk effekt). Lydbølgene skaper en mikrovibrasjon i molekylene i vevet og fettcellene som varmer opp og myker opp fett. Dette øker den intracellulære cellemetabolismen og gjør cellemembranen permeabel (gjennomtrengelig), og fettfragmentene siver ut av cellene (såkalt fettsmelting/ fettknusning). Mikrovibrasjonen/ mikromassasjen påvirker også bindevevet og løser opp forkalkninger og frigjør toksiner, samt akselererer væskegjennomstrømningen i vevet og lymfebanene.

Vakuumterapi - vakuummassasje:

3. Aktivisering av lymfekjertlene

Etter ultralydbehandlingen benyttes et eget håndstykke for aktivisering av lymfekjertlene i det aktuelle området. En spesiell vakuumfrekvens gjør at lymfekjertlene "pumpes" lett og stimulerer dem til økt aktivitet.

4. Innledende lymfedrenasje

Et eget håndstykke for vakuumterapi for både lymfedrenasje og dyp bindevevsmassasje benyttes. Håndstykket har to bevegelige valser som under vakuum (negativt trykk) reduserer motstanden i huden og hjelper med å flytte og bevege huden samtidig som den løftes opp under vakuumpåvirkningen. Med bestemte bevegelser og et lett vakuum innledes en lett lymfedrenasje for å påbegynne prosessen med håndteringen av frigjorte avfallsstoffer og dreneringen. Håndstykket føres med en jevn, lett bevegelse som følger lymfebanene mot de større lymfekjertlene i det behandlede området. Vakuumfrekvensen (sug - pause -trykk) under lymfedrenasjen skaper en pumpeeffekt som er nødvendig for å få forflyttet og drenert vevsvæsken.

5. Endolift (endodermisk vakuummassasje/ dyp bindevevsmassasje)

Denne fasen deles opp i to deler:

1. Redusere og modellere
2. Skape sirkulasjon og drenere.

Massasjen foregår ved vakuum basert på den unike kombinasjon av både negativt og positivt trykk som ingen andre vakuumterapeutiske innretninger har.

Det negative trykket, vakuomet, løfter opp huden mellom de bevegelige valsene slik at bindevevet masseres. Dette løser opp forkalkninger i vevet, frigjør avfallsstoffer og fett og drenerer væske.

Deretter oppstår en kort pause som slipper huden, og i neste øyeblikk gis et positivt trykk som trykker huden ned igjen.

Dette gjør at huden og vevet er i stand til å gjenvinne mikrosirkulasjonen og dermed unngås skader på huden og de fine kapillærene som ellers kunne oppstått ved et konstant sug (vakuum).

Denne unike kombinasjonen av negativt og positivt trykk skaper en dyptvirkende massasje som øker blodsirkulasjonen og oksygentilførselen til vevet, løser opp forkalkninger i vevet, frigjør avfallsstoffer og fett og drenerer væske. Effekten øker væskesirkulasjonen og virker frigjørende for opphopninger av avfallstoffer, samtidig som behandlingen er smertefri, mild

og skånsom for huden. Massasjen utføres etter bestemte bevegelser og følger lymfekanene slik at den både sirkulerer væske og modellerer, og fungerer som en sterkere lymfedrenasje enn forrige fase.

Resultat:

Avfallstoffer, fett og væskeansamlinger skilles ut, kollagen produksjonen øker og bindevevsfibrene blir strukket ut og gjenvinner sin elastisitet.

6. Avsluttende lett lymfedrenasje

Behandlingen avsluttes med en ny lymfedrenasje som utføres lett for å berolige det behandlede området.

Resultater og effekter

Ved punktslanking/ vektreduksjon

Allerede etter første behandling vil du sannsynligvis ha redusert omkretsen med noen centimeter (på kun ett mål), og du vil merke at huden både ser og føles glattere og strammere. Det tar ca ca to dager før full effekt er synlig etter en behandling.

Resultatet er vedvarende, men det anbefales å ta flere behandlinger for å oppnå de beste resultater. Ved punktslanking må ultralyden jobbe seg gjennom flere "lag" i det den kun treffer de øverste lagene av fettceller, og dermed kan det kreves flere behandlinger for å oppnå ønsket resultat i forhold til å redusere omkretsen på spesifikke "problemområder". Hvor mange behandlinger du trenger avhenger av utgangspunktet og hva du ønsker å oppnå, og antall behandlinger vil derfor variere fra person til person.

I tillegg vil du oppleve de positive helsemessige effektene ved behandlingen beskrevet under
Kan det hjelpe deg - trykk

Ønsker du å ta en kur på 10 behandlinger vil effekten av den økte lymfesirkulasjonen vare i flere uker etterpå, uten endringer i aktivitetsnivå eller kosthold, og ytterligere vektnedgang sees gjerne flere uker etter endt kur.

Hvor stor respons og vektnedgang vil selvfølgelig variere fra person til person. De fleste opplever å gå ned flere cm på kun ett mål etter kun én behandling, mens noen vil ha behov for flere behandlinger før prosessene kommer ordentlig i gang og resultatene vises.

I utgangspunktet vil dermed behandling gi svært gode resultater selv uten endringer i kosthold eller aktivitetsnivå, men de beste og mest vedvarende resultatene sees der det likevel gjøres enkle justeringer i kost og aktivitet. Dermed vil du oppnå en vedvarende effekt av behandlingen som også virker forebyggende. De fleste velger også å ta vedlikeholdsbehandlinger etter avsluttet kur for å opprettholde den økte lymfeprosessen og som da virker forebyggende.

Behandlingsmetoden øker omsetningshastigheten og stimulerer kroppen til å kvitte seg med overflødig væske, fett og avfallstoffer raskere enn før. Det er altså en helt naturlig prosess som provoseres og stimuleres. Denne prosessen vedvarer også etter endt behandling, og jo flere behandlinger jo lengre vil denne effekten vare i det kroppen "lærer" å gjøre dette selv i et raskere tempo enn før. Derfor kan ytterligere generell vektreduksjon oppleves flere uker etter behandling dersom utgangspunktet tilsier det. Dvs. de som har "litt ekstra" på kroppen vil kunne merke dette, de som har lav kroppsfettfordeling vil ikke merke noen generell vektnedgang etter endt behandling.

Anti cellulittbehandling

Vår cellulittbehandling sørger for rask og effektiv reduksjon av cellulitter - skånsomt, uten inngrep, uten ubehag og uten bivirkninger. Med Eximias anti cellulittbehandling blir cellulittene mindre synlige og fremtredende, og huden blir glattere og jevnere på kort tid. Behandlingen inkluderer ultralyd, lymfeaktivering, lymfedrenasje og dyp bindevevsmassasje spesifikt for cellulitter

Eximia har eget program for spesifikk anti cellulitt behandling med fantastiske resultater. Behandlingen følger de samme fasene (1-6) som beskrevet under figurforming, og inkluderer ultralyd, lymfeaktivering, lymfedrenasje og dyp bindevevsmassasje (eget program for behandling av cellulitter).

For å få en forståelse av hva cellulitter faktisk er og hvorfor cellulitter er vanskelig å bli kvitt, er dette beskrevet lengre ned på siden her. Det vil også gi svar på hvorfor Eximia behandling er en svært effektiv metode å redusere cellulitter.

Kur på 10 behandlinger og du er klar for bikinisesongen i løpet av 4 uker!

Cellulitt behandling

Eximia ultralyd benyttes på de mest fremtredende cellulitt områdene og lydbølgene skaper en mikrovibrasjon i molekylene i vevet og i fettcellene. Den patenterte Janus teknologien Cavitational Ultraporation CVT® sørger for at fett og væske løses opp til små "bobler" inni fettcellene og øker den intracellulære cellemetabolismen, samtidig som vibrasjonen gjør cellemembranene permeable (gjennomtrengelige). Fettfragmentene og væske siver dermed ut av cellene og volumet reduseres. Mikrovibrasjonen virker også "mykgjørende" på de uelastiske bindevevsfibrene og øker væskegjennomstrømningen og mikrosirkulasjonen i vevet og lymfebanene omkring.

Deretter benyttes dyp bindevevsmassasje som har en egen vakuuminintensitet for behandlingen av cellulitter. Denne jobber dypere i huden og mer spesifikt på å "klemme" fett og væske ut av cellene og i tillegg "strekke" de uelastiske bindevevsfibrene slik at de gjenvinner sin elastisitet. Dette kan gjerne kalles "fettvevmassasje". Massasjen virker også både sirkulerende og frigjørende av overflødig væske, fett og avfallstoffer, reduserer volum og omkrets, og strammer opp huden som gir et glattere og jevnere utseende. Dette er merkbart hos de fleste allerede etter første behandling. Fett, væske og avfallstoffer dreneres aktivt mot de større lymfebanene, og lymfedrenasjen sørger for at lymfesystemet transporterer overskuddet ut av kroppen. Det reduserte volumet i "fettkamrene" letter dermed trykket mot blod- og lymfeårene som igjen åpner og letter sirkulasjonen og passasjen av væske i området, altså øker dreneringen betraktelig.

Med Eximia anti cellulitt behandling vil du få klart synlige og merkbare endringer allerede etter få behandlinger. Eximia reduserer fett, væske og cellulitter, former, strammer opp og glatter ut huden og resultatet er merkbart på kort tid!

Hva er cellulitter

Cellulitter er betegnelsen på ruglete og ujevn hud på låret, seteballene og / eller nedre del av ryggen. Tilstanden skyldes væske- og fettoppbygning i små "kamre" adskilt av uelastiske bindevevsfibre som går fra huden til underliggende muskler. Når væske- og fettinnholdet i kamrene øker, vil disse presses utover i huden, mens de uelastiske bindevevsfibrene vil holde huden tilbake og det karakteristiske ruglete og ujevne utseendet oppstår. Et mer beskrivende navn er "appelsinhud".

Hvordan oppstår cellulitter

Årsaken til cellulitter er ikke fullstendig kartlagt men det er påvist hormonell påvirkning av vevsstrukturen i det berørte området, og en nær sammenheng mellom nedsatt sirkulasjon i området og utviklingen av cellulitter (grad-utvikling). Bindevevet i de berørte områdene hos de som utvikler cellulitter har også en mer usammenhengende og ujevn vevsstruktur enn hos menn og de kvinner som ikke utvikler cellulitter. Dette skyldes at kollagenet som holder fettcellene på plass er svakere, og det er også påvist en tendens til svakere skiller mellom hudlagene slik at vevet i underhuden trenger lettere ut i overhuden. I tillegg er det påvist at cellulittberørt vev har større forekomst av vannbindende molekyler enn omkringliggende, uberørt vev, noe som medfører økt væskemengde i dette vevet.

Cellulitter kan grovt regnet deles inn i 4 grader

- **Grad 1:** Kompakt utseende i avgrensede områder. Vanligvis kun synlig når huden klypes mellom fingrene.
- **Grad 2:** Synlig i avgrensede områder. Dårligere sirkulasjon i huden, og dette merkes ved at områdene kan kjøles noe kaldere ut enn andre områder etter f.eks. en spasertur ute. Forverres i de neste gradene.
- **Grad 3:** Lett synlig på lår, hofter, sete og/eller mage. Huden er mindre elastisk og kan være grålig eller blålig misfarget som følge av nedsatt sirkulasjon. Dette kan du se ved å trykke fingeren mot området, fingermerket er godt synlig en stund, en god indikator på nedsatt sirkulasjon i området.
- **Grad 4:** Synlig gjennom klær. Ofte smertefullt ved berøring.

Nedsatt sirkulasjon i det berørte området blir en "ond-sirkel konsekvens" i det disse "fettkamrene" øker i volum og trykker mot og klemmer av mikrosirkulasjonen i området. Den reduserte sirkulasjonen gir dermed redusert blod - og lymfesirkulasjon i cellulitt området, og gir ikke bare en kaldere hud p.g.a. nedsatt blodtilførsel, men reduserer også passasjen for vevsvæsken slik at fett, slagg - og avfallsstoffer hopper seg opp i disse områdene. Naturlig nok øker cellulittenes størrelse, som snevrer inn sirkulasjonen ytterligere, og det hele blir en ond sirkel. Når cellulittene blir grad 3 og 4 vil den avklemte sirkulasjonen medføre store vanskeligheter med å kvitte seg med cellulittene (redusere dem i størrelse og synlighet), siden den avklemte sirkulasjonen også reduserer dreneringen.

Hvem får cellulitter

Det er hovedsaklig kvinner som har cellulitter, anslagsvis 70-90 % av alle kvinner har det i mer eller mindre grad. Det fins noen få menn som også utvikler cellulitter, hos disse er det påvist hormonell ubalanse ved lav produksjon av mannlige hormoner. Dette indikerer hormonell årsak.

Det er kun når disse "fettkamrene" blir synlige og merkbare at man faktisk kaller dem cellulitter. Cellulitter er en medfødt tendens til disse karakteristiske hudforandringene, og skyldes først og fremst kvinners evne til å bære frem barn og disse fettlagene fungerer dermed som ekstra energi-lagre under graviditet og amming. En kvinne som ikke hadde synlige cellulitter tidligere kan likevel få svært synlige cellulitter under og etter endt svangerskap.

Cellulitter er helt normalt og er ikke en tilstand som "rammer" noen som om det er en sykdom eller lidelse, men er altså en genetisk arv fra tidligere tider da tilgang til mat og fettholdig og energirik føde ikke var en selvfølge som det er for oss i dag. Enkelte er mer

disponert for synlige cellulitter enn andre, og disse har gjerne et enda sterkere nettverk av bindevevsfibre i disse hudområdene, i tillegg til en svakere kollagenforbindelse som skal holde fettene inni fettcellen på plass. Jo mer fett som lagres i disse "kamrene", jo mer "tyter" de ut og jo mer synlige blir de.

Cellulitter kan bli synlige allerede under puberteten, 85 % etter puberteten og 95 % over 30 år har cellulitter i mer eller mindre grad.

Hvordan bli kvitt cellulitter

Cellulitter kan i prinsippet ikke fjernes. Det er dessverre den harde sannheten. Alskens kremer, kosttilskudd, teer, børst - og - skrubb metoder i dusjen, ymse behandlinger, spis ditt og spis datt... Ingenting hjelper. Du har kanskje allerede prøvd uten forventet suksess? Selv kirurgisk fjerning av cellulitter er ikke en anbefalt metode i det resultatet er heller usikkert og ofte kan bli ujevnt med de kirurgiske metodene som benyttes per i dag. I mange tilfeller kan det faktisk forverre tilstanden.

Slanking kan minske fettcellenes volum og gi en reduserende effekt, best effekt oppnås ved samtidig trening. I en studie viste det seg at slanking alene kan i mange tilfeller virke motsatt og forverre effekten, i det slanking reduserte det "normale" fett rundt området, men hadde liten eller ingen effekt på selve cellulittene og de ble dermed enda mer fremtredende enn før. Dårligst resultat viste seg hos de kvinnene som hadde lav BMI (lav kroppsfettfordeling) ved starten av slanketuren, mens de som hadde høy BMI rapporterte om vesentlig forbedring. (Kilde: Plastic and Reconstructive Surgery, august 2006).

Ekspertene er enige om én ting: forholdet mellom kost og trening/ aktivitetsnivå kan være en avgjørende faktor for utviklingen av graden av cellulitter. Trening og oppbygging av muskelmasse fortrenker og forbrenner fettansamlingene, slik at fysisk trening ofte er eneste måten å bli kvitt dem på. Du ser ikke cellulitter på veltrente kvinner og det er ikke fordi de nødvendigvis ikke har anlegg for cellulitter, men fordi trening virker sirkulasjonsfremmende og øker forbrenningen, og muskelmasse fortrenker og forbrenner fettcellene i de utsatte områdene.

Men så var det tiden og overskuddet til treningen da..

Hvorfor hjelper Eximia mot cellulitter?

Med utgangspunkt i årsaken til cellulitter, nemlig den reduserte sirkulasjonen i området samt cellulittenes ødematøse oppbygning, gir Eximia særdeles gode resultater i det behandlingen er svært sirkulasjonsfremmende. Ved å øke sirkulasjonen frigjøres de overflødige væskeopphopningene, fett og avfallstoffer. Fettkamrene som holder på fett og væsken (cellulittene) fjernes ikke, men behandlingen reduserer fettkamrenes volum og dermed cellulittenes størrelse og synlighet. Med Eximia behandles også selve huden i området, behandlingen øker elastisiteten i bindevevsfibrene og virker oppstrammende i tillegg til å gi økt sirkulasjon og drenering. Dermed blir resultatet en klar forbedring av både cellulittenes størrelse og synlighet og gir huden et glattere utseende.

Ansiktsbehandlinger for både HAN og HENNE

Eximia ansiktsbehandling Face Lift og Anti Rynke

- Ansiktsløft uten kirurgi!
- Frisk glød på bare 30 minutter

- "Oksygenbehandling" innenfra

Eximia Face Lift - Ansiktsløft uten kirurgi

Behandlingen strammer opp, glatter ut og reduserer fine linjer og rynker i huden med skånsom vakuumenterapi, Endolift: en spesiell bindevevsmassasje tilpasset ansikt og hals.

Med vår hudpleie behandling kan poser og mørke ringer under øynene reduseres, slappe kjaker og hals strammes opp, redusere dobbelthake, forme kinnben, løfte øyenbryn/ panne og "viske ut" fine linjer og rynker. I det behandlingen er mild og skånsom kan også hud med couperos (sprengte blodårer) fint behandles.

Behandlingen inkluderer aktivering av lymfekjertlene, lymfedrenasje og dyp, skånsom bindevevs massasje i ansikt og hals. Den spesialtilpassede bindevevsmassasjen øker blod- og lymfesirkulasjonen, masserer dypt i huden og myker opp fibrøst (hardt) vev, styrker kollagenstrukturen i vevet og drenerer overflødig væske. Oksygen- og næringsutvekslingen i hud og vev økes betraktelig og stimulerer cellefornyelsen i huden. Dette øker hudens evne til å nyttiggjøre seg av næringsstoffer tilført både innenfra og utenfra, og bidrar til å stimulere vevet til økt produksjon av kollagen og elastin.

Huden gjenvinner sin styrke og elastisitet, helt naturlig, i det behandlingen kun stimulerer en naturlig "anti-age prosess" i huden. Huden styrkes og får et løft - helt naturlig.

Behandlingen etterlater kun en naturlig frisk glød i huden og du kan gjenoppta ditt daglige virke umiddelbart etterpå!

En svært behagelig behandling - Ypperlig behandling for trøtt og gusten hud!

Spesielt anbefalt

Det aller viktigste for å oppnå eller opprettholde en sunn og frisk hud er at huden har god nok

sirkulasjon, og dermed god nok tilførsel av oksygen og næringsstoffer innenfra. Har du dårlig

eller nedsatt sirkulasjon i huden vil den synlige huden bære preg av det, kanskje som tørr, gusten og blek hud, huden ser trøtt ut. Linjer og rynker blir gjerne mer synlige i slik hud.

Ved redusert sirkulasjon vil heller ikke gode kremer og hudpleieprodukter kunne gi optimal effekt da huden ikke vil klare å nyttiggjøre seg fullt ut av de gode ingrediensene.

Vår ansiktsbehandling med vakuummassasje er derfor spesielt anbefalt dersom du røyker. Vi anbefaler særlig behandlingen høst og vinter. Når huden møter kulden daglig vil de fine kapillærene i huden trekke seg sammen og den ytterste huden får dermed redusert tilførsel av

oksygen og næringsstoffer som er viktig for en sunn og frisk hud. Derfor vil de fleste merke at

huden blir mer gusten og tørr i løpet av årets kalde måneder. Vår Eximia ansiktsbehandling er

derfor å anbefale for å opprettholde og ivareta en naturlig sunn og frisk hud, og gjerne i kombinasjon med vår medical peeling.

Eximia Anti-rynke

Med Eximia kan selv de dypeste rynkene/ linjene behandles og reduseres.

Anti rynke inngår i samme behandling som under Facelift - ansiktsløft, men her benyttes i tillegg et eget munnstykke og program som gjør det mulig å jobbe spesifikt og dypt i hver eneste linje/ rynke. Rynkene "pumpes opp" innenfra og behandlingen stimulerer til økt strukturoppbygging av protein og kollagenforbindelser i vevet. Rynker oppstår som et

resultat av degenerasjon av kollagen- og strukturproteinforbindelser i huden, og det vil derfor kreve flere behandlinger før full effekt av behandlingen oppnås.

Resultatet er gjerne synlig allerede etter bare én behandling. Effekten av én behandling kan ha en varighet på 1-3 uker.

For et mer vedvarende resultat er kur på 10 behandlinger anbefalt.

For hver behandling vil huden bygges opp og bli sterkere og fastere og linjer og rynker reduseres. Det skjer altså en gradvis prosess siden det er huden selv som stimuleres til å tilføre nye byggestener, og dette gir også en forebyggende effekt.

Intensiv kur for raskest resultat tas annenhver/ hver 3. dag. Etter kur anbefales vedlikeholdsbehandling hver 4. uke.

Viktig!

Vurderer du også andre ansiktsbehandlinger, invasive behandlinger, som injeksjoner (fillere),

botox, kirurgisk ansiktsløft e.l., bør du ta denne behandling først. Behandlingen bør ikke tas de 3 første månedene etter fillerinjeksjon eller botox da det vil redusere effekten av disse. Ved kirurgisk ansiktsløft e.l. er det med fordel å ta minst 4- 5 av vår facelift behandling før inngrepet, da huden og vevet styrkes, blodsirkulasjonen og dreneringen i hud og vev øker, og vil bidra til å redusere risikoen for dårlig sårtilheling etterpå. Dårlig/ redusert sirkulasjon i huden øker risikoen for stygge arrdannelse, infeksjoner og tilhelingen kan ta mye lengre tid. Spesielt dersom du røyker kan det være en god investering å ta vår behandling forut inngrepet, selv om du har klart å slutte som anbefalt i god tid før operasjonen.

Dersom du nylig har tatt restylane/ perlane injeksjon e.l. i ansiktet bør vår Eximia ansiktsbehandling avventes ca. 6 måneder. Dette fordi behandlingen øker dreneringen i vevet slik at effekten av filleret vil avta raskere. Kan likevel benyttes dersom du f.eks. har tatt filler rundt munn eller i kinn, og ønsker behandling i panne. Da vil behandlingen ikke innvirke direkte på filleret.

Ved botoxinjeksjon i ansikt bør behandlingen avventes 2 uker, men også her bør det ikke behandles der injeksjonen er satt pga raskere reduksjon av effekten.

Du vil ikke bli behandlet i områder som har aktivt utbrudd av virus, f.eks. Herpes simplex, eller aktivt utbrudd av betent acne i større områder i ansiktet. Eventuelt må behandlingen avventes til god periode.

Anti age/ Anti rynke program - Kombinasjon med Eximia ansiktsbehandling

For komplett anti age program anbefales vår peeling i kombinasjon med Eximia ansiktsbehandling.

Behandling med Eximias vakuummassasje for ansikt og hals stimulerer hudens egne gjenoppbyggende egenskaper ved at blod og lymfesirkulasjonen i huden øker.

Oksygen og næringstilførselen samt dreneringen til hud og vev øker, og stimulerer til økt cellefornyelse og nydannelse av kollagen og elastin. Dermed styrkes huden innefra og gir et naturlig løft, og linjer og rynker reduseres.

Resultatet blir mer spenst og styrke i huden, samtidig som effekten både er varig og virker forebyggende. Behandlingen stimulerer altså naturlige prosesser som virker innenfra.

Peelingen forsterker denne prosessen ved at syrenes innhold tilfører næring utenfra og har en dypttrengende egenskap som ytterligere stimulerer huden til nydannelse av kollagen og elastin, og kan virke foryngende på moden/ slapp, livløs hud. Hudens spenst styrkes og det ytterste hudlag fjernes skånsomt, slik at ny friskere hud kommer frem, og fine linjer og rynker reduseres.

Dermed får du det beste markedet har å tilby innen noninvasiv anti age behandlinger - innefra og utenfra og uten ubehagelige virkninger eller restitusjonstid."

Hansen hadde kjøpt Eximia-maskinen fra selskapet SM Sentral AS (heretter "SM Sentral").

Utover høsten 2009 og vinteren 2010 oppstod det en diskusjon mellom Hansen og SM Sentral om rettigheter til tekst om Eximia-maskinen og behandling med denne, som Hansen mente å ha forfattet. Hansen mente at SM Sentral på sine nettsider eximia.no hadde kopierte tekster fra cliniquecontour.no, noe Hansen mente var brudd på hennes opphavsrettigheter. Etter en lengre e-postutveksling, avviste daglig leder i SM Sentral, Geir Johansen, at de hadde kopiert Hansen. Hansen tok ikke videre skritt mot SM Sentral etter dette.

Den 4. mars 2014 tilskrev advokat Magnus Stray Vyrje – på vegne av Hansen – saksøkte Biotek Academy Scandinavia AS (tidligere Skin Medical Scandinavia AS, heretter omtalt som "Biotek" eller "saksøkte"), med påstand om at Biotek hadde gjort omfattende bruk av Hansens tekst fra cliniquecontour.no på nettsidene skinmedicalshop.no og eximia.no, samt en Facebook-side. Det ble gjort gjeldende at dette utgjorde et opphavsrettsinngrep. I brevet ble det opplyst at saken kunne løses ved at Biotek betalte 19 500 kroner som "omforent vederlag".

Kravet ble avvist i brev av 17. mars 2014 fra advokat Tor-Henry Spjelkevik på vegne av Biotek. Det ble gjort gjeldende at det ikke var tilfelle at Hansen var den eneste som hadde medvirket til tekstene på cliniquecontour.no, men at Geir Johansen i SM Sentral hadde bidratt med informasjon fra produsenten, samt at Hansen hadde brukt tekst som i sin tid var skrevet av Line Ekelund. Ekelund er daglig leder og styreleder i Biotek, og hadde tidligere jobbet som konsulent for SM Sentral. Når det gjaldt nettsiden eximia.no, ble det i brevet opplyst at denne var eid av SM Sentral, og at Biotek derfor ikke kunne gjøres ansvarlig for tekstbruken på denne nettsiden. Videre skrev advokat Spjelkevik:

"Det er dermed tvilsomt i hvilken grad teksten på Deres klients hjemmeside har tilstrekkelig verkshøyde. Det dreier seg om beskrivelse av diverse plager og behandlingsmetoder, og hvordan de motvirker de forskjellige plagene. Hva de forskjellige plagene består av, er det neppe Deres klient som har funnet på. Behandlingsmetodene er det først og fremst leverandøren og SM Sentral AS, som importør og distributør som har beskrevet selv på sine hjemmesider. Dette gjelder også hvordan behandlingene virker."

Advokat Spjelkevik viste også til forhistorien mellom Hansen og SM Sentral, og påpekte at Hansen ikke kunne komme over fire år etterpå og kreve vederlag for et mulig krav som for lengst var foreldet. Avslutningsvis gjorde advokat Spjelkevik oppmerksom på at Biotek uansett i en tid hadde forberedt nye hjemmesider, og derfor allerede hadde fjernet eller endret tekst som i vesentlig grad lignet teksten på Hansens hjemmeside. Tekstbruken på skinmedicalshop.no hadde således opphørt fra dette tidspunkt.

Advokat Stray Vyrje fastholdt Hansens krav i brev av 26. august 2014. Det ble påpekt at Hansen ikke hadde overdratt noen bruksrett til SM Sentral, og at slik bruksrett uansett ikke kunne overdras videre til andre uten Hansens samtykke. For øvrig ble det opplyst at Hansen ville ta opp eventuelt mellomværende mellom henne og SM Sentral med dette selskapet.

SM Sentral gikk konkurs høsten 2014. I den forbindelse inngikk Biotek avtale med konkursboet om kjøp av blant annet domenenavnet eximia.no. Det er omstridt mellom partene om domenet samme dag ble overdratt videre til selskapet Bodyfly AS (nå Skin Medical Gruppen AS), hvor Geir Johansen er daglig leder og styreleder. Tidlig i 2015 var imidlertid nettsiden eximia.no oppe, med samme tekst som tidligere. Teksten på Facebook ble heller ikke fjernet etter at SM Sentral gikk konkurs.

Ved stevning av 9. februar 2015 tok Hansen ut søksmål mot Biotek for Oslo tingrett.

Under saksforberedelsen ble også et tilsvarende søksmål Hansens hadde reist mot Ringvoll Klinikken AS (heretter "Ringvoll Klinikken") forent til felles behandling med saken mot Biotek, jf. tvisteloven § 15-6. Dette søksmålet var først anlagt for Heggen og Frøland tingrett ved stevning av 10. februar 2015, men ble besluttet overført til Oslo tingrett. Ved prosesskriv av 23. juni 2015 aksepterte Ringvoll Klinikken Hansens påstand, men ba om at retten avgjorde sakskostnadsspørsmålet. I medhold av tvisteloven § 9-7 første ledd avsa Oslo tingrett den 29. juli 2015 dom i saken mellom Hansen og Ringvoll Klinikken (saksnummer 15-026036TVI-OTIR/04), i tråd med partenes sammenfallende påstand:

- 1. Ragnhild Margrete Hansens tekst som gjengitt i dommen er vernet etter åndsverkloven med Ragnhild Margrete Hansen som originær rettighetshaver.*
- 2. Ringvoll Klinikken AS forbys å råde over Ragnhild Margrete Hansens tekst i opprinnelig eller bearbeidet form, herunder under domenet www.ringvollklinikken.no.*
- 3. Ringvoll Klinikken AS dømmes til å betale Ragnhild Margrete Hansen kr 10 000 – titusen – i oppreisning innen 2 – to – uker fra dommens forkynnelse.*

4. Ringvoll Klinikken AS dømmes til å betale Ragnhild Margrete Hansen kr 14 000 – fjortentusen – i vederlag innen 2 – to – uker fra dommens forkynnelse.
5. Ringvoll Klinikken AS dømmes til å betale erstatning for sakskostnader til Ragnhild Margrete Hansen med kr 55 418 – femtifemtusenfirehundreogatten – inkl. mva. innen 2 – to – uker fra dommens forkynnelse.

Hovedforhandling i saken mellom Hansen og Biotek ble holdt 7. til 9. oktober 2015.

Saksøkeren, Ragnhild Margrete Hansen, har i korte trekk anført:

Teksten som er publisert på cliniquecontour.no er vernet som åndsverk, med Hansen som originær opphavsmann. Teksten har verkshøyde, og Biotek og andre kan derfor ikke råde over teksten ved å foreta eksemplarfremstilling og/eller tilgjengeliggjøring for allmennheten, jf. åndsverkloven § 2. Bioteks bruk og manglende navngivelse har også krenket Hansens ideelle rettigheter, jf. åndsverkloven § 3.

Hansen har krav på vern selv om hun ved frembringelsen har forholdt seg til kilder. Teksten nyter likevel etterligningsvern, jf. åndsverkloven § 4 annet ledd, sml. §§ 5 og 6. Det fratar heller ikke Hansen vern at verkshøyden går tapt dersom man fragmenterer teksten. Rettsanvendelsen må gjøres ut i fra en helhetsvurdering av den litterære frembringelsen som kreves vernet. Det er helheten i teksten på cliniquecontour.no som Hansen krever opphavsrett for; det er ikke anledning til å foreta såkalt "mosaikkmothold". For øvrig er det tilstrekkelig at hun helt eller delvis har opphavsrett til fremstillingen for å fastslå at det foreligger inngrep.

Biotek har ikke kunnet utlede noen opphavsrettslig råderett fra SM Sentral eller SM Sentrals konkursbo. Verken SM Sentral eller boet hadde råderett over Hansens tekst. Verken SM Sentral eller boet hadde videreoverdragelsesrett, jf. åndsverkloven § 39a. Godtroerverv er utelukket.

Hansens tekster er under enhver omstendighet vernet av åndsverklovens katalogregel i § 43, samt av markedsføringsloven §§ 25 og 30.

Det følger klart at Hansens opphavs- og konkurranserettslige posisjoner at hun kan nedlegge forbud mot at Biotek råder over hennes tekst i opprinnelig eller bearbeidet form.

Biotek har krenket Hansens rettigheter etter åndsverkloven og/eller markedsføringsloven ved å kopiere hennes tekst.

Biotek har ansvaret for at den samme eller en lignende tekst er brukt på skinmedicalshop.no, eximia.no og Facebook.

Biotek har også medvirket til tredjemanns inngrep, ved at selskapet har bestridt Hansens rettigheter overfor alle andre velværeklinikker som bruker Hansens tekst.

Biotek må identifiseres med daglig leder og styreleder Line Ekelund, og styremedlem Geir Johansen.

Hansen har krav på oppreisning utmålt etter rettens skjønn, begrenset oppad til 40 000 kroner, jf. åndsverkloven § 55 første ledd. Videre har Hansen krav på vederlag etter åndsverkloven § 55 annet ledd og ulovfestet rett. Nettofortjenesten tilsvarer det Biotek har spart ved ikke å ha lisensiert bruksrett og rett til å videreoverdra bruksretten til Hansens tekst. Vederlagskravet utmåles etter rettens skjønn, oppad begrenset til 90 000 kroner.

Hansen har nedlagt følgende **påstand**:

1. Ragnhild M Hansens tekst som gjengitt i dommen er vernet av åndsverkloven med Ragnhild M Hansen som originær rettighetshaver.
2. Biotek Academy Scandinavia AS forbys å råde over Hansens tekst i opprinnelig eller bearbeidet form.
3. Biotek Academy Scandinavia AS dømmes til å betale Ragnhild M Hansen oppreisning og vederlag, fastsatt etter skjønn.
4. Biotek Academy Scandinavia AS dømmes til å erstatte Ragnhild M Hansens sakskostnader med tillegg av rentelovens rente fra forfall til oppgjør skjer.

Saksøkte, Biotek Academy Scandinavia AS, har i korte trekk anført:

Det er kun skinmedicalshop.no som har tilknytning til Biotek, da dette var selskapets webshop. De øvrige nettstedene – eximia.no og Facebook-siden – har ikke noen tilknytning til Biotek, og er derfor ikke relevante i saken.

Hansen har ikke vern for teksten på cliniquecontour.no, fordi hun ikke er originær opphavsmann til denne. Store deler av teksten har Hansen kopiert fra andre, for deretter å hevde opphavsrett til andres tekst og innkreve vederlag fra andre som hun hevder har kopiert fra henne. Teksten som opprinnelig var publisert på SM Sentrals nettsider (først under skinmedical.no/eximia og senere under eximia.no) er i det vesentlige skrevet av Line Ekelund. Øvrig omstridt tekst på SM Sentrals nettsider er skrevet av andre bidragsytere basert på tilgjengelige kilder. Den del av teksten vedrørende Eximia som havnet på skinmedicalshop.no var hentet fra SM Sentrals sider, og var i sin helhet skrevet av Line Ekelund selv. Line Ekelund har også som innleid konsulent hos SM Sentral skrevet alle manualer og holdt kurs om Eximia, som utgjør kildene til den øvrige teksten. Etterligningsvernet som Hansen påberoper seg, er det derfor heller Biotek som har.

Hansens tekst har derfor ikke verkshøyde, jf. åndsverkloven § 2, fordi Hansen ikke har gjort noe selvstendig arbeid. Biotek har dermed ikke krenket Hansens rettigheter, jf. åndsverkloven § 3.

Det foreligger for øvrig ikke noen helhetlig likhet mellom den tekst som er publisert på cliniquecontour.no og skinmedicalshop.no.

Når det gjelder plagiatvurderingen, er det ikke rettslig grunnlag for å identifisere Line Ekelund og Geir Johansen.

Saken har heller ingen aktualitet fordi Hansen la ned sin virksomhet tidlig i 2014. Dette har betydning for beskyttelsesverdien for tekstene.

Det er ikke hjemmel for å kreve vederlag, fordi Biotek umulig kan ha spart noe på å kopiere fra Hansen når nesten alt materialet kommer fra SM Sentral. Både oppreisningskravet og vederlagskravet er uansett satt alt for høyt. Det må tas hensyn til at eximia.no og Facebook-siden ikke vedgår Biotek.

Biotek kan ikke dømmes for medvirkning til at andre har urettmessig kopiert Hansens nettsider, fordi Biotek ikke har noe ansvar for den redegjørelsen som Geir Johansen skrev i desember 2014.

Under enhver omstendighet har Hansens tap gått tapt på grunn av passivitet og foreldelse, jf. foreldelsesloven §§ 2 og 3. Biotek har fått tillatelse fra Geir Johansen til å bruke tekst fra eximia.no. Kravet som er utledet fra eximia.no er derfor foreldet og tapt ved passivitet. Det gikk mer enn fire år og ble sendt 61 e-poster uten at forholdet ble tatt opp.

Biotek har nedlagt følgende **påstand**:

1. Biotek Academy Scandinavia AS frifinnes.
2. Ragnhild M. Hansen dømmes til å betale Biotek Academy Scandinavia sakens kostnader.

Rettsens vurdering

Etter åndsverkloven § 1 første ledd har den som skaper et åndsverk opphavsrett til verket. Opphavsretten gir enerett til å foreta eksemplarfremstilling og gjøre verket tilgjengelig for allmennheten, jf. § 2.

Det sentrale spørsmål i saken er hvem som i opphavsrettslig forstand har skapt teksten som er blitt publisert på cliniquecontour.no, og dermed er opphavsmann til denne. Partene står ord mot ord, idet både Hansen og Biotek mener at det er den annen part som har kopiert teksten til sine respektive nettsider. Bioteks anførsler tar etter det retten forstår både

utgangspunkt i at Hansen skal ha kopiert tekst fra SM Sentrals nettsider, og at Hansen har kopiert tekst fra andre kilder, i en slik utstrekning at hun ikke kan påberope seg opphavsrettslig vern. For det tilfelle det er Hansen som har opphavsrett til teksten på cliniquecontour.no, blir spørsmålet om det har skjedd kopiering av teksten på nettsider som Biotek er ansvarlig for. Hvis det er skjedd slik kopiering, må retten vurdere i hvilken utstrekning det kan kreves vederlag og oppreisning for slik kopiering.

Retten har for øvrig oppfattet Bioteks anførsler dit hen at det ikke bestrides at teksten på cliniquecontour.no som sådan er vernet av opphavsrett, når det ses bort fra spørsmålet om hvem som er originær opphavsmann.

Retten mener det er mest sannsynlig at det er Hansen som i opphavsrettslig forstand har skapt teksten på cliniquecontour.no, slik den der fremgår. Dette innebærer imidlertid ikke at Hansen ikke har benyttet kilder og hentet deler av teksten fra andres steder, noe retten kommer nærmere tilbake til.

Retten redegjør først for sin vurdering av om Hansen eller SM Sentral var først ute med sin tekst.

Hansen har fremlagt utskrifter fra Wayback, som er en nettarkivtjeneste som kan ta "bilde" av en nettside på en gitt dato. Siden vil da arkiveres i tjenesten, med det innhold den hadde den aktuelle datoen. I enkelte tilfeller tas slike bilder automatisk, men brukere kan også gå inn og arkivere en nettside selv. Det er ikke omstridt at utskriftene fra Wayback viser innholdet på cliniquecontour.no per 3. mai 2009.

Hansen har videre fremlagt en rekke oversikter og dokumenter som viser de ulike Word- og HTML-filene hun jobbet med i perioden fra februar til april 2009. Oversiktene viser hvordan hun jobbet med tekst til ulike deler av nettsiden, og de endringer og tilpasninger som ble gjort underveis før teksten og nettsiden ble satt sammen til den form den hadde ved publisering. Dokumentegenskapene til førsteutkastet til tekst om Eximia på nettsiden viser en samlet redigeringstid på 14 771 minutter, tilsvarende cirka 246 timer. Retten mener det er lite sannsynlig at Hansen ville brukt så lang tid på redigering av teksten, dersom denne hadde blitt kopiert direkte fra SM Sentrals nettsider og øvrig materiale.

Kontakten mellom Hansen og SM Sentral i 2009 og 2010 taler med styrke for at SM Sentral ikke hadde publisert teksten på sine nettsider før Hansen. Geir Johansen, som var eier av SM Sentral frem til selskapet gikk konkurs, forklarte i retten at selskapet publiserte den omstridte teksten om Eximia på sine nettsider i mars 2009 under domenet skinmedical.no/eximia, det vil si omkring halvannen til to måneder før Hansen. Fra 30. september 2009 ble innholdet om Eximia-maskinen flyttet til domenet eximia.no. Dersom dette var tilfelle, er det for retten vanskelig å forstå at Johansen ikke reagerte på at Hansen brukte den samme teksten på sine nettsider, eller påpekte at det var SM Sentral

som var først ute. I en e-post 10. august 2009, i forbindelse med at Hansen hadde etterspurt diverse markedsføringsmateriell, kommenterte Johansen tvert i mot følgende:

"Fine hjemmesider du har laget forresten."

Hansens nettsider var tema også noen uker senere, da Hansen 28. august 2009 sendte Johansen en e-post vedrørende tredjeparters bruk av tekst:

"Hei!

Angående bruk av tekst fra nettsiden min som vi snakket om på telefonen forleden dag, så har jeg nå tilfeldigvis kommet over et par uønskede konsekvenser.

Jeg kom over et par resolution annonser til salg på finn.no i går hvor de har kopiert tekst direkte fra hjemmesiden min og fremstiller det som informasjon om resolution 7 og 8. Det er jeg lite begeistret for, så jeg har mailet dem om at det er brudd på opphavsrettighetene og bedt dem fjerne teksten.

Så det ser jeg som et problem i det jeg har brukt enormt mye tid og energi på utarbeidelsen og innholdet av nettsiden min, og jeg ønsker ikke at folk skal kopiere tekst direkte fra meg. Jeg har satt meg grundig inn i informasjonen og gjengitt ut fra kunnskapen jeg har tilegnet meg om dette, så derfor ønsker jeg ikke at folk skal kunne kopiere direkte fra meg. Jeg føler at infoen jeg har gjengitt har gitt meg et lite konkurransefortrinn innen dette markedet, og det vil jo forsvinne dersom folk gjengir/kopierer min informasjon til egen synliggjøring/markedsføring. Ved skriftlige henvendelser vil jeg selvfølgelig vurdere det i hvert enkelt tilfelle.

Jeg har derfor kommet frem til at dersom dere ønsker å benytte tekst fra siden min så vil jeg ha en forespørsel om hva dere ønsker å benytte, hvordan dere ønsker å benytte informasjonen, og hvilke føringer man kan bli enige om slik at det hindrer at andre (konkurrenter) kan gjengi samme informasjonen som jeg har på min egen nettside/benytt i min egen markedsføring. Nå mener jeg selvfølgelig ikke den informasjonen som opprinnelig kommer fra dere og som er tilgjengelig for alle, og som jeg selv har benyttet på min side.

Håper på forståelse for dette, og gjerne videreformidle dette dersom du får henvendelser angående informasjonen på siden min.

Mvh

Ragnhild M Hansen"

Hansen mottok imidlertid aldri noe svar på denne e-posten, selv om hun klart gir uttrykk for at det er hun som står bak teksten på nettsiden. Dersom Johansen skulle mene at Hansen hadde kopiert sin tekst fra SM Sentrals nettsider, ville det vært naturlig at dette ble tatt opp etter en slik henvendelse.

I løpet av høsten 2009 skal Hansen ha blitt kjent med at SM Sentral hadde opprettet nye nettsider under domenet eximia.no. I følge hennes forklaring i retten oppdaget hun da at SM Sentral hadde tatt "copy-paste" på hele nettsiden hennes. Hansen sendte deretter en e-post til Johansen den 23. november 2009:

"Hei Geir!

[...]

Men jeg nå sett den nye siden deres www.eximia.no og må si jeg ble ganske overrasket. Dere har klipt og limt så å si all informasjon direkte fra hjemmesiden min, og i tillegg uten å henviser til min side som kilde.

Jeg har copyright på siden min og som det tydelig fremgår der, og meningen med copyright er at andre ikke skal kunne kopiere tekst og innhold.

Det gjelder for dere også, så dette er brudd på opphavsrettighetene jeg har på siden min.

Jeg viser til mail jeg sendte deg 28.08.09 hvor jeg påpekte akkurat dette, og ba deg sende forespørsel om hvilket innholdet dere ønsket å benytte fra siden min og hvordan dere ønsket å benytte den. Jeg har aldri mottatt noen forespørsel om dette og jeg har derfor ikke gitt dere tillatelse til å benytte teksten fra siden min.

[...]

Det tok meg 4 måneder å sette meg grundig inn i alt som berører behandling med Eximia, formulere dette så forståelig som mulig, og dermed utvikle hjemmesiden min. Dette arbeidet gir jeg naturlig nok ikke bort gratis. [...]"

Johansen svarte samme dag at det var brukt ekstern hjelp på teksten. Videre svarte han:

"Fikk tilbakemelding på at mye er likt fordi fakta er fakta.

Hun brukte italia, vår info, din info, andres info, samt egne erfaringer.

[...]

Jeg kan sikkert si meg enig i at hun har lånt litt her og der som er veldig vanlig, du fikk jo full tilgang til å kopiere mine sider. Vi setter da ikke noe krav til deg om noen startpakker og gir deg gratis kurs. [...]

Skal se hvor mye likt det er så snart jeg får tid, og er det mye så kan jeg også kreditere teksten til deg eller be vår skribent gjøre det ulikt som mulig. [...]"

Som det fremgår, viser Johansen til at den eksterne skribenten blant annet hadde brukt "din info". Henvisningen til at Hansen skal ha fått tilgang til å kopiere Johansens sider, knytter seg etter det retten forstår til at Hansen hadde fått tillatelse til å hente deler av teksten fra r7.no, noe retten kommer tilbake til nedenfor. "Italia" forstås å være en henvisning til den italienske produsenten av Eximia-maskinen.

Påfølgende dag, 24. november 2009, svarte Hansen:

"Det er overhodet ikke lånt litt her og litt der, fra italia, egne erfaringer osv. som du har fått til svar fra vedkommende, det er direkte kopiert fra siden min.

Når jeg har utarbeidet og formulerte teksten på siden min måtte jeg selvfølgelig bruke relevante kilder. At du har fått som var fra vedkommende som har utarbeidet deres side har brukt samme kilder og info som meg (og egne erfaringer?) og da i tillegg har klart å skrive nøyaktig helt ordrett som det jeg har skrevet er en temmelig usannsynlig prestasjon, også med tanke på at samme skrivefeil går igjen på deres side.

Jeg har brukt svært mange ulike kilder og skrevet med egne ord min forståelse av stoffet og kunnskapen jeg har tilegnet meg, og dermed ble siden merket copyright fordi jeg har ikke kopiert kildene. [...]

Selv om et lite ord her eller der er tilføyd eller tatt vekk på deres side jfr originalteksten fra siden min, så vil ikke det kvalifisere til å ikke være direkte kopi fra siden min, og er fortsatt brudd på opphavsrettigheter.

Der jeg har tatt direkte tekst fra r7.no har jeg skrevet dette under teksten, jfr Kunders erfaringer. I tillegg har jeg opplyst om at noe bildemateriell er gjengitt fra dere. [...]"

Johansen svarte deretter:

*"[...] Ang teksten så trenger jeg tid for å gå igjennom alt sammen.
Jeg vet hun har kopiert mye fra Line som mulig du også har kopiert fra.
Jeg vet du har lagt inn mye egeninnsats og synes det var flott, og nettop derfor ville jeg
samarbeide. Du virket oppriktig interessert.*

*For meg handler dette kun om å gi best mulig informasjon for ett topp produkt slik at alle
tjener på det. [...]"*

Det var noe videre korrespondanse mellom Hansen og SM Sentral i februar 2010, hvor det syntes å være uklarheter med hensyn til om saken var ordnet opp i, tilsynelatende fordi Hansen hadde fått tilbud om noen ekstra produkter fra SM Sentral. I e-post 18. februar 2010 fastholdt imidlertid Johansen at

"... ifølge de som skriver for oss er det langt ifra noen kopi vi har på sidene våre. De er skrevet med den info som er om eximia og tatt fra våre internasjonale sider og kombinert med noe tekst fra r7 sidene. Når man skriver om ett produkt så blir selvfølgelig innholdet likt. Dette er jo spesialprodukter som produsent beskriver og som vi begge drar info fra.[...]"

Poenget bør uansett være at vi ALLE får best mulig tekst om Eximia og jeg vil oppfordre de nye kundene vi nå får (bla. høyst trolig et legekontor) til å skrive gode sider som vi kan kopiere, også du! [...]"

*For å oppsummere hva jeg mener:
Vi har ikke kopiert deg og det du får er ikke en kompensasjon, men tegn på ønske om samarbeid."*

Det Johansen viste til at skulle være kopiert fra Line Ekelund, er etter det retten forstår brosjyrer og manualer som Ekelund hadde utarbeidet for SM Sentral. I tillegg skal det ha blitt benyttet tekst fra internasjonale sider om Eximia og selskapets nettsider for "R7". I så måte synes det som om Johansen mente at både SM Sentrals eksterne skribent og Hansen hadde benyttet de samme kildene, og at dette er årsaken til at tekstene er like. Etter rettens vurdering er det ikke sannsynlig at man står overfor en dobbeltfrembringelse når man skal sammenligne tekstene slik de fremstod på cliniquecontour.no og eximia.no. Det er snakk om relativt omfattende tekster, hvor likhetene er påfallende.

Retten finner det også påfallende at Johansen ikke på noe tidspunkt viste til at tekstene skulle ha vært i bruk på selskapets første nettsider skinmedical.no/eximia fra mars 2009 frem til eximia.no ble opprettet i slutten av september 2009, dersom det var tilfelle.

Heller ikke i etterkant er det ført noen bevis for at SM Sentral allerede hadde publisert den aktuelle teksten på sine nettsider før Hansen, bortsett fra at styreleder Line Ekelund og styremedlem Geir Johansen har forklart seg under hovedforhandlingen. I den forbindelse har Biotek vist til at nettarkivtjenesten Wayback ikke er pålitelig, fordi det ikke er tatt noe

"bilde" av SM Sentrals nettsider før i februar 2010, selv om nettsidene med den aktuelle teksten skal ha blitt publisert før Hansens nettsider. Retten er for så vidt enig i at Wayback ikke alene er egnet til å skape notoritet omkring hvilket innhold en nettside hadde på et gitt tidspunkt, da det etter det retten forstår er tilfeldig om en nettside arkiveres eller ikke. Slik retten ser det, er dokumentasjonen fra Wayback kun egnet til å vise innholdet på Hansens nettside per 3. mai 2009. I vurderingen av hvem av partene som var først ute med å publisere teksten, har retten derfor støttet seg på øvrige bevis i saken.

Geir Johansen forklarte til retten at Biotek ikke kan føre bevis for at tekstene på SM Sentrals nettsider var forfattet av Ekelund, fordi de aktuelle PCene ikke finnes lenger. Alt som fantes av PCer og arbeidsdokumenter er borte. Sett hen til det øvrige bevisbildet i saken, finner retten ikke å kunne tillegge denne forklaringen avgjørende vekt.

Retten bemerker også at Hansen i september 2009 ble kontaktet av et velværesenter i Nord-Norge som tilbød Eximia-behandling, og som selv holdt på å utarbeide en nettside. Denne aktøren hadde derfor spørsmål om hvor Hansen hadde hentet informasjonen på sine nettsider fra. Retten finner det påfallende at denne aktøren ikke hadde søkt opp og funnet informasjon på leverandøren SM Sentrals nettsider, dersom disse inneholdt informasjon om Eximia på den tiden.

Retten er følgelig kommet til at SM Sentral ikke hadde noen nettside med tilsvarende informasjon om Eximia på det tidspunkt Hansen la ut den omstridte teksten på cliniquecontour.no. Hansen var dermed først ute for så vidt gjelder nettsidene.

Spørsmålet blir etter dette om Hansen har kopiert hele eller deler av sin tekst fra andre kilder, slik Biotek anfører, eller for øvrig benyttet seg av kilder.

Retten anser det på det rene at de aktuelle kildene utgjør selvstendige åndsverk. En ren kopiering eller etterligning vil dermed innebære en gjengivelse av disse verk i henholdsvis opprinnelig eller endret skikkelse, jf. åndsverkloven § 2. Den som utelukkende kopierer et verk, oppnår ikke noen egen opphavsrett. Hvor det derimot er skjedd en omskaping eller bearbeidelse av verket (kildene), vil spørsmålet om opphavsrett bero på bestemmelsene i åndsverkloven § 4:

"Opphavsmannen kan ikke sette seg imot at andre benytter hans åndsverk på en slik måte at nye og selvstendige verk oppstår. Opphavsretten til det nye og selvstendige verk er ikke avhengig av opphavsretten til det verk som er benyttet.

Den som oversetter eller bearbeider et åndsverk eller overfører det til en annen litterær eller kunstnerisk form, har opphavsrett til verket i denne skikkelse, men kan ikke råde over det på en måte som gjør inngrep i opphavsretten til originalverket."

Skillet mellom omskaping og bearbeidelser i åndsverkloven § 4 er blant annet omtalt i den såkalte "Kildebruksutredningen" fra 2006, på side 55:

"Om man bruker andres verk på en slik måte at nye og selvstendige åndsverk oppstår (første ledd), vil det ikke foreligge noe opphavsrettsbrudd. Om man f.eks. henter faktaopplysninger fra en annen faglitterær framstilling, men setter dem inn i en helt annen sammenheng og bruker helt egne ord, vil man kunne sies å ha benyttet andres verk men samtidig skapt et selvstendig verk. Opphavsmannens samtykke til dette er ikke nødvendig. Om man derimot kopierer deler av en annen framstilling inn i egen tekst, likevel slik at man tilføyer flere egne avsnitt, eventuelt også endrer litt på den originale teksten, har man bearbeidet originalteksten (jf. § 4 annet ledd). Man har da gjengitt en annens åndsverk i endret skikkelse, samtidig som man har skapt et nytt åndsverk (bearbeidelsen)."

Det følger av dette at det i utgangspunktet vil være tilstrekkelig for Hansen til å påberope seg opphavsrettslig vern overfor tredjemann, at hun har skapt et såkalt "avhengighetsverk", jf. åndsverkløven § 4 annet ledd.

Hansen bestrider ikke at hun i stor utstrekning har brukt kilder i sitt arbeid med nettsiden, herunder materiale hun mottok fra SM Sentral. Hun bestrider imidlertid at det er skjedd noen kopiering av kildene. Hansen har forklart at det var lite materiale om Eximia å få, og at hun primært ble henvist til materiale vedrørende "R7", som var forløperen til Eximia-maskinen. Videre har Hansen forklart at hun mottok to engelskspråklige brosjyrer som var utarbeidet av produsenten i Italia. I tillegg har hun forholdt seg til manualen fra SM Sentrals brukerkurs, selv om manualen omhandlet R7-maskinen, samt diverse engelskspråklig materiale hun mottok i forbindelse med at hun kjøpte Eximia-maskinen. Hun forklarte også at hun har brukt enkelte fagartikler som hun har bearbeidet slik at hun fikk en helt ny fremstilling ut fra det hun kunne utlede av artiklene.

De ulike kildene er på vegne av Biotek gjennomgått i detalj av Geir Johansen under hovedforhandlingen, og holdt opp mot innholdet på cliniquecontour.no og Bioteks nettside skinmedicalshop.no. Slik retten ser det, har gjennomgangen imidlertid ikke vist at Hansen kun har kopiert eller etterlignet ulike kilder da hun utformet teksten på cliniquecontour.no – med visse unntak som retten kommer tilbake til.

Som eksempel vises til at det er fremlagt en skjermdump som viser innholdet på nettsiden r7.no i 2009, samt en sammenstilling av de relevante deler av tekstene på cliniquecontour.no og r7.no. Det er klart at det ikke er foretatt noen ren kopiering av teksten fra r7.no, selv om enkelte listepunkter nødvendigvis synes å være hentet fra r7.no. Etter rettens syn er teksten på cliniquecontour.no for øvrig utformet slik at den utgjør et selvstendig verk i forhold til teksten på r7.no. De likheter som foreligger i oppsett og disposisjon må tilskrives at det til dels er de samme prosesser og faser som beskrives.

Hansen benyttet også en kort brosjyre om R7 som kilde. Retten kan ikke se at det er kopiert konkrete deler av denne.

Biotek har gjort gjeldende at Hansen hadde mottatt to ulike brosjyrer om Eximia før hun publiserte sine nettsider; en brosjyre som ble brukt på en messe våren 2008, og en ny brosjyre som var ferdig trykket i mars 2009. Brosjyrene skal ha blitt utarbeidet av SM Sentral. Retten er noe i tvil om Hansen hadde mottatt disse to brosjyrene før eller samtidig som hun jobbet med teksten til nettsiden, fordi enkelte elementer i noen grad kan sies å gå igjen. Samtidig kan deler av innholdet også gjenfinnes på nettsidene for R7-maskinen, som Hansen ikke bestrider å ha brukt som kilde. Videre er det på det rene at Hansen fra januar 2009 var i kontakt med "Project Coordinator" Daniel Rondung i SM Sentral for å få tilsendt materiell og informasjon om Eximia, til bruk på nettsiden sin. Hun ble da henvist til materiale om R7. Foranlediget av saksøktes prosedyre, vil retten bemerke at Rondungs stilling i SM Sentral i den forbindelse er av underordnet betydning. Etter rettens vurdering synes det som om Hansen først fikk tilsendt den siste Eximia-brosjyren i august 2009, etter å ha vært i kontakt med Geir Johansen. Hvorvidt Hansen hadde disse to brosjyrene tilgjengelig før hun publiserte nettsiden sin, er imidlertid ikke avgjørende for rettens vurdering. Som nevnt er det kun enkelte elementer som går igjen, som kan trekkes ut på ulike steder i materialet. Dette er ikke sammenhengende passasjer, og det er ikke snakk om noen ren kopiering fra brosjyrene.

Også med hensyn til det øvrige kildemateriale som er gjennomgått, er det rettens vurdering at det i all hovedsak er meningsinnholdet i teksten som kan trekkes ut som likt mellom teksten på cliniquecontour.no og kildene. Det er snakk om fremstillinger av faktiske forhold, og etter det retten kan se har Hansen benyttet de variasjonsmulighetene som foreligger i forhold til det eksisterende materialet om R7- og Eximia-maskinen.

Retten viser i den forbindelse til at Geir Johansen under sin gjennomgang i retten ved flere tilfeller selv påpekte at teksten nødvendigvis måtte være på en gitt måte, da det måtte tas hensyn til hva maskinen behandler, rekkefølgen og antall trinn i prosessene mv. Slik retten forstår det, siktet Johansen dels til hvordan R7- og Eximia-materialet var utformet, og dels til innholdet på SM Sentrals nettsider. Samme argumentasjonsrekke må imidlertid gjøre seg gjeldende ved vurderingen av om Hansen har benyttet de variasjonsmuligheter som finnes ved utformingen av teksten på sine nettsider. I det hele tatt er retten av den oppfatning at Johansen og Biotek hovedsakelig kunne vise til enkeltvis likheter i *innholdet* i tekstene, og ikke i den nærmere litterære *utformingen* av tekstene. Det synes således som om Johansen og Biotek har sett bort fra hvilket vern Hansen anfører å ha for teksten på cliniquecontour.no, idet Hansen har gjort det klart at det ikke hevdes vern for innholdet. I den forbindelse viser retten til Rognstad: "Opphavsrett" (2009) side 92:

"... For øvrig er det grunn til å minne om at faktiske opplysninger, faglige synspunkter og vitenskapelige teorier mv. ikke har opphavsrettslig vern. I motsetning til skjønnlitteraturen har man med andre ord ikke vern for noe faglitterært "plot". Det som imidlertid har vern i faglitterære fremstillinger, er foruten det språklige uttrykk, fremstillingens disposisjon, struktur, opplegg, sammenstillingen av opplysninger, eksempel- og stoffutvalg, fortellermessige "grep", "fargelegging", etc."

Det er imidlertid enkelte deler av teksten på cliniquecontour.no som med all sannsynlighet er kopiert direkte fra andre kilder. Under overskriften "Hva er cellulitter" er blant annet følgende tekst inntatt på cliniquecontour.no:

"Cellulitter er betegnelsen på ruglete og ujevn hud på låret, seteballene og/eller nedre del av ryggen. Tilstanden skyldes væske- og fettopphopning i små "kamre" adskilt av uelastiske bindevevsfibre som går fra huden til underliggende muskler. Når væske- og fettinnholdet i kamrene øker, vil disse presses utover i huden, mens de uelastiske bindevevsfibrene vil holde huden tilbake og det karakteristiske ruglete og ujevne utseendet oppstår. Et mer beskrivende navn er appelsinhud." (rettens understrekninger).

Teksten er i det alt vesentlige identisk med deler av en artikkel som var publisert på Helsenett.no i 2006, med unntak for de understrekede delene, hvor Hansen har tilføyd ordene "uelastiske" og "væske-", samt gjort en mindre omskrivning av nest siste setning.

Videre er følgende tekst om lymfesystemet inntatt:

"Vevsvæsken finnes i kroppens interstitium. Interstitiet er et utfyllende rom mellom alle organer og som består av væske, bindevev og fett. Lymfesystemet begynner som "fingertupper" i interstitiet. De samler seg ganske raskt i et finmasket nett og går etterhånden sammen til stadig større samleårer. De passerer lymfeknutene og fører til slutt lymfen over i blodet i de store vener nederst på halsen."

Denne teksten er identisk med deler av en artikkel som er publisert på nettsiden lymfologi.no.

Biotek har også vist til to artikler på henholdsvis krystallkulen.no og kk.no. Disse er imidlertid publisert etter Hansens nettside.

Nettsiden cliniquecontour.no var som nevnt delt inn i ulike undersider etter tema. Med hensyn til de deler av Hansens nettside som omfatter de to gjengitte avsnittene om cellulitter og lymfesystemet, er retten etter dette kommet til at Hansens tekst utgjør et avhengighetsverk, jf. åndsverkloven § 4 annet ledd. Hansen har her gjengitt disse to avsnitt, men samtidig skapt et nytt åndsverk ved å tilføye en rekke egne avsnitt som er selvstendige verk. Hansen har dermed opphavsrett til verket i denne skikkelsen. Når det gjelder de øvrige deler av cliniquecontour.no, er retten kommet til at Hansens tekst utgjør et selvstendig verk som Hansen har opphavsrett til, jf. åndsverkloven § 4 første ledd, idet Hansen har benyttet kildene på en slik måte at det er oppstått et nytt og selvstendig verk når teksten vurderes i sin helhet. Det er etter dette ikke grunnlag for å si at det foreligger et fellesverk etter åndsverkloven § 6, slik Biotek har anført.

Spørsmålet er videre om det er gjort inngrep i Hansens opphavsrettigheter, og om Biotek er ansvarlig for dette.

Innledningsvis nevnes her at Biotek har anført at saken ikke har noen "aktualitet" fordi Hansen la ned sin virksomhet tidlig i 2014, og at dette skal ha betydning for beskyttelsesverdien for tekstene. Anførselen er uklar, men retten forstår det dit hen at Biotek mener det skal mer til for å gjøre inngrep i opphavsretten når teksten omhandler en virksomhet som Hansen ikke lenger driver. Anførselen kan åpenbart ikke føre frem. Hvorvidt Hansen fremdeles driver klinikken som nettsidene var opprettet for, er uten betydning for spørsmålet om Hansen er opphavsmann (jf. ovenfor) og om det foreligger krenkelse av opphavsrettigheter. Biotek har også argumentert med at Hansen har ventet til SM Sentral gikk konkurs, slik at selve hovedspørsmålet i saken – om det er kopiert – ikke kunne bli prøvd for retten. Heller ikke dette kan føre frem, da nettopp spørsmålet om hvem som var først ute med teksten er utførlig behandlet under hovedforhandlingen.

Retten ser først på teksten som var publisert på eximia.no, ettersom det anføres fra Bioteks side at det er derfra teksten på de øvrige nettstedene er hentet fra. Hansen har anført at Biotek er ansvarlig for bruk av den omstridte teksten på dette domenet i perioden etter at SM Sentral gikk konkurs, fordi domenet ble overført til Biotek. Etter det retten forstår ble nettsiden tatt ned i desember 2014 etter konkursen i SM Sentral, men var oppe igjen fra januar 2015. I februar 2015 – etter at stevningen i saken ble sendt – ble den omstridte teksten på eximia.no fjernet. Den omstridte teksten er i det alt vesentlige identisk med teksten på cliniquecontour.no, men det er gjort enkelte mindre omskrivninger og tilføyelser. Etter rettens vurdering utgjør følgelig teksten som var publisert på eximia.no en krenkelse av Hansens opphavsrettigheter.

Biotek har imidlertid anført at selskapet ikke var ansvarlig for teksten på nettsiden eximia.no, fordi domenet etter å ha blitt kjøpt av SM Sentrals konkursbo skal ha blitt overdratt rett videre til Bodyfly AS (nå endret navn til Skin Medical Gruppen AS). Dette selskapet var i likhet med SM Sentral eid av Geir Johansen.

Retten er under tvil kommet til at Biotek ikke kan holdes ansvarlig for krenkelsen som skjedde på eximia.no etter at SM Sentral gikk konkurs. Retten mener det ikke er sannsynlighetsovervekt for at avtalen om videreoverdragelse av domenet fra Biotek til Bodyfly AS er tilbakedatert til samme dato som Biotek ervervet ulike domener fra SM Sentrals konkursbo. Det var snakk om erverv av flere domener, og ikke alle ble overdratt videre til Bodyfly AS. At Biotek var avtalepart virker dermed sannsynlig. Retten mener derfor det ikke kan legges avgjørende vekt på at det ikke synes å være noen økonomisk realitet i avtalen om at det skulle betales 1 500 kroner til Biotek for de av domeneene som ble overdratt videre til Bodyfly AS. Retten har ved sin vurdering også lagt vekt på at Geir Johansen i sin forklaring for retten var tydelig på at Hansen heller burde forfølge Skin Medical Gruppen AS (Bodyfly AS) som det selskap som var ansvarlig, og på den måten aktivt blottla sitt eget selskap for et potensielt nytt søksmål fra Hansen.

Etter rettens vurdering må nødvendigvis både Line Ekelund og Geir Johansen ha vært kjent med at teksten på eximia.no var et plagiat, idet retten er kommet til at det er Hansen som har opphavsrett til denne. Ekelund og Johansen har fastholdt at teksten, slik den fremgår på eximia.no, ordrett er skrevet delvis av Ekelund og delvis en ekstern.

Retten kan imidlertid likevel ikke se at det er grunnlag for å holde Biotek som selskap ansvarlig for medvirkning til opphavsrettskrenkelse, ved at domenet ble overført videre til Bodyfly AS. Ved alene å overdra eierskap til domenet til et annet selskap, kan Biotek etter rettens syn ikke sies å ha forsterket virkningen av den opphavsrettskrenkelse som fant sted på nettsiden. Nettsiden forble den samme, og handlingen medførte heller ikke at innholdet ble tilgjengelig for en annen eller større krets av personer. I så måte kan ikke retten se at saksforholdet i Rt-2005-41 (Napster) er overførbart til vår sak, slik Hansen har anført. Høyesterett la her vekt på at *"lenkingen har forsterket virkningen av opplasternes handlinger ved å øke tilgjengeligheten til musikken"*, se avsnitt 63.

Retten ser videre på teksten som var publisert på Bioteks eget nettsted skinmedicalshop.no. Teksten skal etter det opplyste ha blitt kopiert ut fra eximia.no, men slik at det kun er benyttet de deler av teksten som konkret omhandler Eximia-maskinen og behandling med denne – i utskrifts form omlag tre sider, avhengig av valgt skriftstørrelse. Det følger av redegjørelsen over, at Line Ekelund mest sannsynlig var klar over at verken SM Sentral eller hun hadde rettigheter til denne teksten. Retten anser det ikke sannsynlig at teksten ble hentet til nettsiden ved et uhell av en person som var leid inn for å oppdatere nettsiden, slik Biotek har gjort gjeldende. For retten synes det heller som om de ulike selskapene har operert noe om hverandre, uten klare skiller. Selskapene – SM Sentral, Biotek og Bodyfly AS – har dels hatt både Ekelund og Johansen i hverandres styre, i tillegg til at i alle fall Johansen har vært inne på eiersiden i Biotek. Det er videre påfallende overlapp i bruk av foretaksnavn; SM Sentral ble startet som Skin Medical Scandinavia AS, Biotek har vært registrert både som Skin Medical Norge AS og Skin Medical Scandinavia AS, og Bodyfly AS har skiftet foretaksnavn til Skin Medical Gruppen AS. Retten nevner også at Ekelund og Johansen etter det opplyste er samboere. I en slik situasjon anser retten det lite sannsynlig at virksomheten i selskapene er så adskilt som Ekelund har forklart, og at en innleid person ved ren tilfeldighet skal ha opprettet en egen del for Eximia-maskinen på Bioteks nettsider. At Biotek etter det opplyste hovedsakelig selger utstyr for permanent make-up, endrer ikke rettens vurdering på dette punkt. Det er dermed ikke usannsynlig at det kan ha vært ønskelig med omtale av Eximia-maskinen også på skinmedicalshop.no. Retten er dermed kommet til at Biotek har krenket Hansens opphavsrettigheter ved publisering av teksten på skinmedicalshop.no.

Endelig har Hansen anført at Biotek er ansvarlig for krenkelser som er skjedd på Facebook-siden "Eximia". Det er fremlagt utskrift av to innlegg fra 29. oktober 2012, hvor det er gjengitt omkring fem avsnitt med tekst. Etter rettens syn kan Biotek ikke holdes ansvarlig for disse innleggene. Selskapet SM Sentral var på dette tidspunkt fortsatt

operativt, og det ble i innleggene vist til SM Sentrals nettsider eximia.no. Dette tilsier at det den gang var SM Sentral som stod bak. Videre har Geir Johansen forklart i retten at det er han som administrerer disse Facebook-sidene. Retten anser det naturlig at dette skjer i egenskap av innehaver av Skin Medical Gruppen AS, som i dag er leverandør av Eximia-maskiner, og at dette selskapet tok over Facebook-sidene etter konkursen i SM Sentral. Biotek kan heller ikke anses å være ansvarlig for disse to innleggene fra 2012 som følge av at det i august 2013 ble publisert et innlegg hvor det tilsynelatende henvises til Biotek (den gang Skin Medical Scandinavia AS).

Hansen har også anført at Biotek har medvirket til tredjemanns inngrep, ved at Biotek har bestridt Hansens rettigheter overfor andre velværeklinikker som bruker Hansens tekst. Medvirkning til opphavsrettskrenkelse kan utløse erstatningsansvar på samme måte som selve krenkelsen, jf. åndsverkloven § 55 første ledd jf. § 54 tredje ledd, slik bestemmelsen lød frem til straffeloven 2005 trådte i kraft 1. oktober 2015. Det er fremlagt en "bekreftelse" fra Geir Johansen, hvor han oppgir å være "tidligere daglig leder i SM Sentral AS". I bekreftelsen opplyser Johansen blant annet at det var SM Sentral som var først ute med teksten, og at Hansen derfor ikke har noe grunnlag for sine krav mot andre klinikker. I tillegg er det vist til et lignende notat fra advokat Spjelkevik. Retten mener at dette utgjør medvirkning til opphavsrettskrenkelse, idet Johansen, etter rettens vurdering ovenfor, var kjent med at SM Sentral ikke hadde opphavsrett til teksten. Etter rettens syn må Johansen identifiseres med Biotek i denne sammenheng, eventuelt i tillegg til Skin Medical Gruppen AS og seg selv. Det blir kunstig å se det slik at han kun har handlet som privatperson i egenskap av tidligere daglig leder i SM Sentral. Han er styremedlem i Biotek, som var involvert i samme sakskompleks. Johansen har heller ikke avgitt noen slik bekreftelse i saken mot Biotek, hvilket i noen grad tilsier at han ikke har hatt et slikt strengt skille mellom sine formelle roller som han selv hevder. Retten er imidlertid under tvil kommet til at det ikke er sannsynliggjort at notatene er sendt til andre klinikker enn Ringvoll Klinikken, i forbindelse med søksmålet Hansen hadde anlagt mot det selskapet.

Oppsummeringsvis innebærer dette at Biotek kun kan holdes ansvarlig for den opphavsrettskrenkelse som er skjedd på skinmedicalshop.no, samt medvirkning til Ringvoll Klinikkenes krenkelse. Ved å bruke teksten uten å kreditere Hansen, har Biotek også krenket Hansens rett til å bli navngitt som opphavsmann, jf. åndsverkloven § 3.

Det er etter dette ikke nødvendig for retten å ta stilling til de subsidiære anførslene om brudd på katalogregelen og markedsføringsloven.

Opphavsretten er en enerett, som gir grunnlag for å kreve forbud mot fortsatt inngrep. Det vises til Rognstad på side 400. Hansen har også nedlagt fastsettelsespåstand om at teksten er vernet som åndsverk med henne som originær opphavsmann.

Hansen har videre krevd oppreisning og vederlag utmålet etter rettens skjønn. Med hensyn til utmålingen bemerker retten først at det ikke er grunnlag for å tilkjenne Hansen vederlag og oppreisning for medvirkning til den opphavsrettskrenkelse som er foretatt av Ringvoll Klinikken. Hansen har allerede blitt tilkjent oppreisning og vederlag i saken mot Ringvoll Klinikken, ved dom av 29. juli 2015. Medvirkningshandlingen gir ikke grunnlag for å øke vederlaget eller oppreisningsbeløpet. Utmålingen må derfor baseres på krenkelsen som er skjedd på skinmedicalshop.no.

Etter åndsverkloven § 55 første ledd annet punktum har Hansen krav på oppreisning for skade av ikke-økonomisk art dersom hennes rett er krenket forsettlig eller grovt uaktsomt. Retten finner at vilkårene for oppreisning er oppfylt, idet Biotek var kjent med at SM Sentral – som teksten ble hentet fra – ikke hadde opphavsrett. Det er ikke noe krav om økonomisk tap, slik Biotek har anført. Utmålingsspørsmålet beror på en helhetsvurdering der krenkelsens art og alvorlighetsgrad, herunder skyldgrad, står sentralt, se Rognstad side 406. Etter det retten kan se, har Biotek på skinmedicalshop.no benyttet tekst i omkring samme omfang som Hansen krevde og ble tilkjent vern for i saken mot Ringvoll Klinikken. Retten finner således at det oppreisningsbeløp Hansen selv krevde i saken mot Ringvoll Klinikken, er veiledende for utmålingen i denne sak. Etter rettens syn er det i alle fall ikke for lavt. Oppreisningsbeløpet fastsettes følgelig til 10 000 kroner.

Som grunnlag for vederlagskravet har Hansen anført åndsverkloven § 55 annet ledd, hvorefter den fornærmede uansett skadens størrelse kan kreve utbetalt nettofortjenesten ved den ulovlige handling, uten hensyn til skyld. Nettofortjenesten anføres å tilsvare det Biotek har spart ved å ikke lisensiere bruksrett. I tillegg er det anført at det er grunnlag for vederlagskrav etter ulovfestet rett. Biotek har på dette punkt anført at det ikke foreligger noen nettofortjeneste, og at det derfor ikke er grunnlag for å kreve vederlag. Videre er det anført av Biotek at det må foreligge økonomisk tap for å kreve vederlag, også etter den ulovfestede vederlagsregelen. Bioteks anførsel om at det må foreligge økonomisk tap, kan ikke føre frem. Det vises til Rognstad side 403 med videre henvisninger:

"Mye taler for at det i norsk rett gjelder en ulovfestet vederlagsregel som innebærer at også opphavsmenn og innehavere av nærstående rettigheter kan kreve vederlag ved rettighetskrenkelser, uavhengig av om vilkårene for erstatningsansvar foreligger."

Dette innebærer at det verken er krav om økonomisk tap eller utvist skyld. Etter rettens syn vil utmålingen bli sammenfallende uansett om Bioteks nettofortjeneste i form av besparelser, eller ulovfestet vederlag til Hansen, legges til grunn. Retten tar derfor utgangspunkt i den ulovfestede vederlagsregelen. Når det gjelder selve utmålingen, vil markedspris for utnyttelsen være et utgangspunkt. Rognstad side 404 fremholder imidlertid at det ofte kan være "*smått med objektive holdepunkter for vederlaget*", og at man da er "*hensatt til en skjønnsmessig vurdering med utgangspunkt i mer generelle markedsforhold og der også de økonomiske konsekvensene for krenkeren og krenkede kan trekkes inn*". Ettersom det skal utmåles vederlag for en langt mer begrenset bruk enn det Hansens egne

beregninger har tatt utgangspunkt i, finner retten at disse beregningene ikke kan legges til grunn. Også hva gjelder vederlagskravet finner retten at utmålingen i saken mot Ringvoll Klinikken er veiledende, da det er snakk om tekst i omkring samme omfang som Hansen der krevde vern for. Vederlagskravet fastsettes etter dette til kroner 14 000.

Biotek har anført at Hansens krav under enhver omstendighet er gått tapt på grunn av foreldelse og passivitet. Til dette bemerker retten at opphavsrett som sådan ikke kan gå tapt som følge av foreldelse eller passivitet. Hva gjelder Hansens krav på oppreisning og vederlag, peker retten på at nettsiden skinmedicalshop.no etter det opplyste skal ha blitt opprettet i 2013. Hansens oppreisnings- og vederlagskrav er derfor fremsatt innenfor den alminnelige foreldelsesfrist, jf. foreldelsesloven § 3 jf. § 2. Retten kan ikke se at det foreligger forhold som tilsier at kravene ellers er gått tapt som følge av passivitet i denne perioden.

Sakskostnader

Hansen har fått medhold i at hun har opphavsrett til teksten, og følgelig at Biotek kan forbys å benytte denne. Videre har hun fått medhold i at Biotek har krenket hennes opphavsrettigheter på nettsiden skinmedicalshop.no. Hansen har imidlertid ikke fått medhold i at Biotek er ansvarlig for krenkelsen som er funnet sted på eximia.no og Facebook-sidene, hvilket har gitt seg utslag i at oppreisnings- og vederlagskravet er satt betydelig lavere enn de beløp Hansen har prosedert på. Det er derfor ikke naturlig å si at Biotek praktisk talt har tapt fullstendig, jf. Schei m.fl.: "Tvisteloven kommentarutgave" side 698 med henvisning til forarbeidene. Hansen kan følgelig ikke anses å ha vunnet saken fullt ut eller i det vesentlige, jf. tvisteloven § 20-2 annet ledd.

Tyngdepunktet i saken har ligget på spørsmålet om Hansen har opphavsrett til teksten på cliniquecontour.no. Retten mener derfor at Hansen har fått medhold av betydning, jf. tvisteloven § 20-3. Hansen kan derfor helt eller delvis tilkjennes sakskostnader av Biotek dersom tungtveiende grunner tilsier det. Terskelen for å bli tilkjent sakskostnader helt eller delvis etter denne bestemmelsen er i henhold til praksis relativt høy.

Etter rettens vurdering foreligger det slike tungtveiende grunner som tilsier at Hansen delvis skal tilkjennes sakskostnader. Det vises til at det alt vesentlige av saken har dreid seg om spørsmålet om hvem som har opphavsrett til teksten. Det er denne delen av saken som har tatt lengst tid under hovedforhandlingen, og nødvendigvis har krevd mest forberedelse og vært kostnadsdrivende. Det er ført en betydelig mengde bevis omkring dette spørsmålet. Etter at det er etablert at Hansen har opphavsrett til teksten, har spørsmålet om ansvar for krenkelsen på de ulike nettsidene på sin side kun vært relevant for størrelsen på oppreisnings- og vederlagskravet.

Retten har også vurdert momentene i tvisteloven § 20-2 tredje ledd annet punktum. Biotek har vist til at Hansen har avslått et forlikstilbud som ble fremsatt under

hovedforhandlingen. Etter dette tilbudet ble Hansen tilbudt rettighetene til teksten på cliniquecontour.no, samt en utbetaling på til sammen 160 000 kroner, hvorav 40 000 kroner skulle betales innen to uker, og resterende betales med 20 000 kroner per måned. Betalingen skulle skje fra Skin Medical Gruppen AS med personlig garanti fra Geir Johansen. Som motytelse ble det krevd at Hansen skulle trekke alle sine krav mot de øvrige klinikker som skal ha brukt hennes tekster, og at hun ikke fremmet krav mot noen nye klinikker. Etter rettens syn er dette ikke en tungtveiende grunn som gjør det rimelig å fritta Biotek for erstatningsansvar. Hovedspørsmålet i saken har vært hvorvidt Hansen har opphavsrett til den omstridte teksten, noe Hansen har hevdet overfor den samme gruppe personer i en rekke år. Dette kravet har kategorisk blitt avvist av saksøkte, noe som har gjort det nødvendig for Hansen å gå til søksmål. I den forbindelse påpekes at Hansen allerede før saksanlegget fremsatte tilbud hvor Hansen aksepterte 19 500 kroner som omforent vederlag for bruk av teksten på skinmedicalshop.no, eximia.no og Facebook-sidene. Som nevnt har tyngdepunktet i saken ligget på spørsmålet om hvem som har opphavsrett, hvilket har påført betydelige sakskostnader forut for hovedforhandlingen. Bioteks forlikstilbud ble på sin side fremsatt først under hovedforhandlingen, før prosedyrene, og omfattet ikke ansvar for sakskostnader i større grad enn at det ble dekket av det tilbudte beløp. Dessuten var Skin Medical Gruppen AS gjort til part i forlikstilbudet fra Biotek. Det følger av redegjørelsen ovenfor at Skin Medical Gruppen AS etter rettens syn er rett saksøkt for kravet vedrørende tekstbruken på eximia.no. Det er da ikke rimelig om Hansen skulle akseptere et forlikstilbud som er såpass langt fra å dekke påløpte kostnader i saken, selv om det ses hen til at Hansen i saken mot Biotek ikke har fått medhold for så vidt gjelder eximia.no og Facebook-siden. Etter rettens syn er det heller ikke grunnlag for å fritta Biotek for erstatningsansvar på annet grunnlag.

Hansen har krevd 294 281 kroner i sakskostnader. I tillegg kommer rettsgebyr med 9 460 kroner. Retten bemerker at beløpet er høyt, men finner at det er rimelig for en forsvarlig gjennomføring av saken. Foruten omfanget av bevis i saken, legger retten også vekt på at Biotek har vidløftiggjort saken ved å ta opp tidligere kontakt mellom Hansen og SM Sentral, herunder kjøpsrettslige forhold knyttet til at Hansen reklamerte på sin Eximia-maskin og krevde heving. Bioteks prosessfullmektig har til sammenligning krevd sakskostnader for 18 timer mer enn Hansens prosessfullmektig. For øvrig har Bioteks prosessfullmektig ikke hatt innvendinger til beløpets størrelse, utover at det må foretas en fordeling ut fra i hvilken grad Hansen er gitt medhold.

På denne bakgrunn finner retten etter en helhetsvurdering at Biotek skal betale 225 000 kroner til Hansen til delvis dekning av sakskostnader. Beløpet inkluderer rettsgebyret. Det følger av tvangsfullbyrdsloven § 4-1 tredje ledd at kravet omfatter forsinkelsesrenter, og krav på forsinkelsesrenter inntas derfor ikke særskilt i slutningen.

Dommen er ikke avsagt innen lovens frist. Grunnen er rettens arbeidsmengde.

DOMSSLUTNING

1. Ragnhild Margrete Hansens tekst som gjengitt i dommen er vernet av åndsverkloven med Ragnhild Margrete Hansen som originær rettighetshaver.
2. Biotek Academy Scandinavia AS forbys å råde over Ragnhild Margrete Hansens tekst i opprinnelig eller bearbeidet form.
3. Biotek Academy Scandinavia AS dømmes til å betale Ragnhild Margrete Hansen kr 10 000 – titusen – i oppreisning innen 2 – to – uker fra dommens forkynnelse.
4. Biotek Academy Scandinavia AS dømmes til å betale Ragnhild Margrete Hansen kr 14 000 – fjortentusen – i vederlag innen 2 – to – uker fra dommens forkynnelse.
5. Biotek Academy Scandinavia AS dømmes til å betale erstatning for sakskostnader til Ragnhild Margrete Hansen med 225 000 – tohundreogtjuefemtusen – kroner innen 2 – to – uker fra dommens forkynnelse.

Retten hevet

Pål Grøndalen Palmer

Rettledning om ankeadgangen i sivile saker vedlegges.

Rettledning om ankeadgangen i sivile saker

Reglene i tvisteloven kapitler 29 og 30 om anke til lagmannsretten og Høyesterett regulerer den adgangen partene har til å få avgjørelser overprøvd av høyere domstol. Tvisteloven har noe ulike regler for anke over dommer, anke over kjennelser og anke over beslutninger.

Ankefristen er én måned fra den dagen avgjørelsen ble forkynt eller meddelt, hvis ikke noe annet er uttrykkelig bestemt av retten. Ankefristen avbrytes av rettsferien. Rettsferie er følgende: Rettsferiene varer fra og med siste lørdag før palmesøndag til og med annen påskedag, fra og med 1. juli til og med 15. august og fra og med 24. desember til og med 3. januar, jf. domstoloven § 140.

Den som anker må betale behandlingsgebyr. Den domstolen som har avsagt avgjørelsen kan gi nærmere opplysning om størrelsen på gebyret og hvordan det skal betales.

Anke til lagmannsretten over dom i tingretten

Lagmannsretten er ankeinstans for tingrettens avgjørelser. En dom fra tingretten kan ankes på grunn av feil i bedømmelsen av faktiske forhold, rettsanvendelsen, eller den saksbehandlingen som ligger til grunn for avgjørelsen.

Tvisteloven oppstiller visse begrensninger i ankeadgangen. Anke over dom i sak om formuesverdi tas ikke under behandling uten samtykke fra lagmannsretten hvis verdien av ankegenstanden er under 125 000 kroner. Ved vurderingen av om samtykke skal gis skal det blant annet tas hensyn til sakens karakter, partenes behov for overprøving, og om det synes å være svakheter ved den avgjørelsen som er anket eller ved behandlingen av saken.

I tillegg kan anke – uavhengig av verdien av ankegenstanden – nektes fremmet når lagmannsretten finner det klart at anken ikke vil føre fram. Slik nekting kan begrenses til enkelte krav eller enkelte ankegrunner.

Anke framsettes ved skriftlig ankeerklæring til den tingretten som har avsagt avgjørelsen. Selvprosederende parter kan inngi anke muntlig ved personlig oppmøte i tingretten. Retten kan tillate at også prosessfullmektiger som ikke er advokater inngir muntlig anke.

I ankeerklæringen skal det særlig påpekes hva som bestrides i den avgjørelsen som ankes, og hva som i tilfelle er ny faktisk eller rettslig begrunnelse eller nye bevis.

Ankeerklæringen skal angi:

- ankeinstansen
- navn og adresse på parter, stedfortredere og prosessfullmektiger
- hvilken avgjørelse som ankes
- om anken gjelder hele avgjørelsen eller bare deler av den
- det krav ankesaken gjelder, og en påstand som angir det resultatet den ankende parten krever
- de feilene som gjøres gjeldende ved den avgjørelsen som ankes
- den faktiske og rettslige begrunnelse for at det foreligger feil
- de bevisene som vil bli ført
- grunnlaget for at retten kan behandle anken dersom det har vært tvil om det
- den ankende parts syn på den videre behandlingen av anken

Anke over dom avgjøres normalt ved dom etter muntlig forhandling i lagmannsretten. Ankebehandlingen skal konsentreres om de delene av tingrettens avgjørelse som er omtvistet og tvilsomme når saken står for lagmannsretten.

Anke til lagmannsretten over kjennelser og beslutninger i tingretten

Som hovedregel kan en *kjennelse* ankes på grunn av feil i bevisbedømmelsen, rettsanvendelsen eller saksbehandlingen. Men dersom kjennelsen gjelder en saksbehandlingsavgjørelse som etter loven skal treffes etter et skjønn over hensiktsmessig og forsvarlig behandling, kan avgjørelsen for den skjønnsmessige avveiningen bare angripes på det grunnlaget at avgjørelsen er uforsvarlig eller klart urimelig.

En *beslutning* kan bare ankes på det grunnlaget at retten har bygd på en uriktig generell lovforståelse av hvilke avgjørelser retten kan treffe etter den anvendte bestemmelsen, eller på at avgjørelsen er åpenbart uforsvarlig eller urimelig.

Kravene til innholdet i ankeerklæringen er som hovedregel som for anke over dommer.

Etter at tingretten har avgjort saken ved dom, kan tingrettens avgjørelser over saksbehandlingen ikke ankes særskilt. I et slikt tilfelle kan dommen isteden ankes på grunnlag av feil i saksbehandlingen.

Anke over kjennelser og beslutninger settes fram for den tingretten som har avsagt avgjørelsen. Anke over kjennelser og beslutninger avgjøres normalt ved kjennelse etter ren skriftlig behandling i lagmannsretten.

Anke til Høyesterett

Høyesterett er ankeinstans for lagmannsrettens avgjørelser.

Anke til Høyesterett over *dommer* krever alltid samtykke fra Høyesteretts ankeutvalg. Slikt samtykke skal bare gis når anken gjelder spørsmål som har betydning utenfor den foreliggende saken, eller det av andre grunner er særlig viktig å få saken behandlet av Høyesterett. – Anke over dommer avgjøres normalt etter muntlig forhandling.

Høyesteretts ankeutvalg kan nekte å ta til behandling anker over *kjennelser og beslutninger* dersom de ikke reiser spørsmål av betydning utenfor den foreliggende saken, og heller ikke andre hensyn taler for at anken bør prøves, eller den i det vesentlige reiser omfattende bevisspørsmål.

Når en anke over kjennelser og beslutninger i tingretten er avgjort ved kjennelse i lagmannsretten, kan avgjørelsen som hovedregel ikke ankes videre til Høyesterett.

Anke over lagmannsrettens kjennelse og beslutninger avgjøres normalt etter skriftlig behandling i Høyesteretts ankeutvalg.