

KIU



Forår/sommer 2009
Årgang 12

KIU – Kontaktpersoner	2
Nyt fra formanden	3
En patienthistorie	4–6
KIU tur 2009	7
Martina – Kontaktperson i KIU	8-9
Screening for livmoderhalskræft	10
Livmoderhalskræft og kønsvorter	11
En patienthistorie	12–13
Artikel om kost	14 – 15
Generalforsamling 2009 Underlivsuge 2009 m.m.	16
Kræfttrådgivninger	17
Træffetider	18
Opslagstavlen	19
KIUs bestyrelse + indmeldelsesformular	20

Medlemstal

1.5.2009

Aktive : 256 personer

Støtte: 25 personer

Protektor



Kongelig skuespiller
Ghita Nørby

F
o
t
o

D
o
r
t
e

G
r
a
n
n

ISSN 1901-9785

Region Syddanmark

Lene Middelhede
Rosenvænget 5A
8722 Hedensted
Tlf. 76 74 05 44
Mail: middelhede@hafnet.dk

Anna Luise Lehner
Skibbrogade 14 2.
6270 Tønder
Tlf. 74 72 59 11
Mail: annaluise@privat.dk

Martina Madsen Christensen
Slotsgrunden 1d
6430 Nordborg
Tlf. 31 16 37 98
Mail: martina.christensen@siemens.com

Jytte Fynbo
Hjallesegade 46
5260 Odense
Tlf. 66 15 22 31
Mail: jyttefynbo@hotmail.com

Region Hovedstaden

Joan M. Poulsen
Urbansgade 3. 1. tv
2100 København Ø
Tlf. 35 38 47 20
Mail: poulsen2100@yahoo.dk

Sonja Dinesen
Stenstykkevej 38,
2650 Hvidovre
Tlf. 36 49 93 38
Mail: sdinesen@pc.dk

Frija Cupas
Kajerød Have 7
3460 Birkerød
Tlf. 29 26 53 73
Mail: frija@cupas.dk

Heidi Andreassen
Værmlandsvej 1
3700 Rønne
Tlf. 56 95 19 71
Mail: heidi_d_a@hotmail.com

Region Sjælland

Solveig Geertsen
Egebjergvej 25, Sørbymagle,
4200 Slagelse
Tlf. 23 30 54 99
Mail: siw@os.dk

Region Midtjylland

Marian Skovgård Jørgensen
Kløvermarksvej 12
8370 Hadsten
Tlf. 86 98 17 58 eller 61 28 17 58
Mail: mariansj@ofir.dk

Lene Middelhede
Rosenvænget 5A
8722 Hedensted
Tlf. 76 74 05 44
Mail: middelhede@hafnet.dk

De trakelektomiopererede

Dorthe Andersen
Thoravej 6, 2. sal lejlighed 10
2400 København NV
Tlf. 22 86 09 28
Mail: dorthemarieandersen@gmail.com

Susan Lindsted Madsen
Solparken 12
3320 Skævinge
Tlf. 35 26 35 86
Mail: susanlindsted@hotmail.com

Unge kvinder se her!

**Livmoderhalskræft er en sygdom,
som rammer mange unge kvinder.**

Er du ung, har du fået livmoderhalskræft og ønsker du at tale med en, som har været i samme situation, så kontakt

Susanne Blaabjerg
Løgstørgade 35, 4. tv
2100 København Ø
Tlf. 22 79 36 36
Mail: frk.blaabjerg@os.dk

Vi samarbejder med Kræftens Bekæmpelse

Kære medlemmer

Så har vi for andet år i træk haft et vellykket Landsmøde på Pindstrup Centret. Selv vejret var med os, så vi kunne sidde udenfor i pauserne og nyde det gode vejr.

Lørdagens program startede med Mindfulness ved psykolog Helge Lassen, KB Århus. Vi fik både teori og praktiske øvelser med henblik på at kunne nedsætte vores angst/stressniveau. Mindfulness handler om nærværstræning, om at komme i kontakt med sig selv og styrke nuet, så angsten ikke kommer til at fylde så meget, at nuet ikke kan opleves. En god og lærerig formiddag.



I uge 36 2008 arrangerede KIU en tur til Bornholm. Der var 12 deltagere og det blev en "kanon" tur. I år går turen til Sønderjylland. Denne gang i uge 37, så KIU medlemmer kan deltage i arrangementerne rundt om i landet i underlivsugen uge 36. Det er vores intention at arrangere en tur hvert efterår til glæde for medlemmerne, hvor de får fælles oplevelser og tid til at snakke med andre kvinder i samme situation. Mange KIU medlemmer har oplevet hvor givende det er at være med i et større fællesskab og kommer styrkede hjem fra ture og møder i KIU.

Jeg har blandt meget andet været til et kursus for medicinstuderende sammen med 2 andre forhenværende kræftpatienter og 1 pårørende. Vi fortalte om, hvordan det er at være kræftpatient, om de seksuelle problemer, vi får og omkring kommunikation imellem læger og patienter. Det var et meget lyttende og spørgelystent publikum at holde foredrag for. Jeg fik den tilbagemelding, at de fik rigtig meget ud af at kunne spørge tidligere patienter om, hvordan de oplever de forskellige situationer. Jeg synes, det er et vigtigt stykke arbejde at være med til at forbedre kommunikationen mellem lægen og patienten, så vi som patienter ikke kommer til at møde læger, som tager håbet fra os.

Bestyrelsen vil gerne takke alle de frivillige, som udfører et stort arbejde ved træffetider de forskellige steder i landet for at støtte og hjælpe kvinder, som har underlivskræft.

I 2008 har vi været så heldige, at få en frivillig, Helle Lauenborg From, fra KB i Lyngby til at hjælpe os. Helle har allerede ydet en stor indsats i forbindelse med ajourføring af listen over læger, sygehusafdelinger m.fl. som modtager KIU-bladet. Vi er meget glade for samarbejdet.

En stor tak til alle, som har støttet os i årets løb.

De varmeste hilsener fra
Lene Middelhede



Om eftermiddagen blev der spillet op til Seniordans ved Gunhild Jensen, Randers og hendes dygtige dansere. Selv om ikke alle var seniorer, var dansen en udfordring og en god kondiøvelse til megen morskab for deltagerne.

Landsmødets højdepunkt var foredraget med Lillian Hjorth-West, forstander på Bornholms Højskole, som om aftenen fortalte meget levende og engageret om Edith Piaf. En helt fantastisk aften.



En positiv patienthistorie

Jeg er blevet opfordret til at fortælle min sygdomshistorie, da den indtil videre har haft en positiv udgang.



Birthe Lemley

I maj 2001 begyndte jeg at få 'topmave'. Jeg er ellers slank og har altid haft flad mave. Jeg fik også lidt problemer med fordøjelsen. Jeg gik til læge. Han foreslog at jeg skulle aflevere en urinprøve og en afføringsprøve. Urinprøven var normal, og der var ikke blod i afføringen, og så fejlede jeg vel ikke noget.

I sommerens løb blev maven ved med at være udspilet, og jeg kunne ikke rigtig passe tøjet i taljen, men fordøjelsen fungerede lidt bedre.

I efteråret begyndte jeg at få smerter i maven og gik igen til læge. Jeg blev denne gang sendt videre til en gynækolog, som konstaterede en cyste på den ene æggestok.

Gynækologen gav mig en henvisning til Hillerød Hospital. Jeg skulle imidlertid på studietur til New York med mine kollegaer og bad om noget smertestillende.

I lufthavnen da vi skulle af sted, følte jeg mig for første gang rigtig syg og sagde til min datter, som havde kørt mig derind, at jeg ville med hjem igen. Det syntes hun var noget pjat, så jeg tog af sted.

Det gik, men jeg havde mange smerter på turen. Maven var hård som sten, og der var også noget galt med det ene ben.

Jeg kom hjem og kom til undersøgelse på Hillerød Hospital. De konstaterede ved en MR-scanning, at der også sad 'et uregelmæssigt parti' i bughulen ved siden af æggestokken.

Ingen kunne fortælle mig, hvad det var. Men jeg skulle opereres. Jeg fik en tid 14 dage senere, men udskød det selv med en uge, da jeg skulle på krydstogt med hele familien. Det kom jeg så også og havde det nogenlunde bortset fra en enkelt dag, hvor vi havde været ude at køre i bjerge i en bil stort set uden affjedring. Jeg fik meget ondt under leveren (var dog så naiv på det tidspunkt, at jeg ikke rigtig vidste, hvor leveren sad).

Efter denne tur blev jeg så endelig opereret. Det var æggestokkræft i stadie III. De havde fjernet æggestokkene og havde derefter kun kunnet tage en biopsi for at kunne konstatere kræftformen. Jeg lå på stue med fem andre efter operationen, men sygeplejersken kom og kørte mig ind på en undersøgelsesstue. Der fik min mand og jeg så beskeden.

Det var selvfølgelig forfærdeligt. Set i bakspejlet burde jeg have vidst, hvor galt det stod til, men jeg er født optimist, så tanken havde ikke strejfet mig. Som overlægen sagde: "Har du ikke følt dig meget træt?". Men nej det havde jeg ikke.

Efter beskeden kørte min mand hjem til et tomt hus. Det var faktisk min største bekymring. Jeg vidste, han havde det meget dårligt og ringede hjem og talte med ham, da han var nået hjem.

Det blev endnu værre, da jeg skulle give beskeden videre til vores 3 børn. Det værste er jo, når man skal gøre sine børn kede af det. Jeg forsøgte at få tilkæmpet mig et eneværelse. Det lykkedes, men da min datter skulle komme fra Norge, havde de alligevel kørt en ekstra patient derind. Der var ikke rigtig nogen forståelse for situationen. Min medpatient og jeg var enige om, at værelset var alt for lille til to patienter, så vi beklagede os så meget, at hun blev kørt ud igen.

Da jeg havde fået det med familien overstået, fik jeg installeret min bærbare og gav mig til at læse på nettet. Lægerne havde jo kun fortalt, at nu skulle jeg have 3 gange kemo og så opereres igen. Det var ret uhyggelig læsning, især da jeg havde æggestokkræft i stadie 3.

Jeg fik tre gange taxol og carboplatin og blev opereret igen. Jeg fik fjernet livmoder, fedtforklæde samt blindtarmen.

Den gode nyhed var, at kræften var væk. Der var fuldstændig remission. Jeg fik dog den besked, at jeg skulle have 3 gange kemo mere.

10 dage efter den sidste gang kemo var jeg på arbejde igen, og 11 dage senere rejste jeg med eleverne til New York iført paryk og uden øjenbryn og øjenvipper. Det var en god tur.

Jeg var nu 'rask' i 2½ år. CA 125 var ganske vist svagt stigende, men som den optimist jeg er, troede jeg ikke på den ville komme over 35, men det gjorde den så. Jeg fik foretaget en CT-scanning, som viste metastaser ved milten, store cyster ned langs milten, cyster (muligvis metastaser) i leveren, metastaser ud for leveren samt fortætninger i lungerne, som nok også var metastaser. Dette blev læst op for mig i telefonen, da min sædvanlige læge i Hillerød var bortrejst, og svaret var blevet liggende på hendes hylde. Jeg fik et chok, men troede ikke på det, for så dårligt havde jeg det ikke. Senere fik jeg foretaget en PET-scanning, som viste metastaser i milten og ud for leveren. Jeg ville nu have fjernet milten, men det frarådede lægen i Hillerød.

Jeg insisterede så på at få journalen overført til Herlev for at få en mening der. De frarådede også operation, da metastaserne jo sad to steder. Jeg fik så igen sendt journalen tilbage til Hillerød. I Herlev ville jeg blive tilset af fem forskellige læger. I Hillerød havde jeg en fast læge.

Jeg fik igen taxol og carboplatin. Jeg fik i alt 6 gange og CA 125 kom ned på 13. Jeg var dog nu klar over, at det kun var en stakket frist, før sygdommen ville bryde ud igen.

Det tog lidt længere tid denne gang at komme tilbage på arbejdet, men det lykkedes. Der gik 1½ år. Nu var jeg

blevet 64 år og syntes, det var gået nok ud over arbejdspladsen, så jeg opgav endelig jobbet.

Der fulgte nu et sygdomsforløb, som næsten varede 1½ år. Jeg fik i første omgang tilbudt Caelyx. Det havde ikke den store virkning, og jeg følte mig nærmest halvdød, men CA 125 kom da ned på 24. Den steg imidlertid hurtigt igen, og jeg havde mange smerter i venstre side, hvor der sad metastaser ud for leveren.

Den 3. september 2007 var jeg så til høring på Syddansk Universitet i Odense. Jeg hørte professor Ole Mogensen tale om operation, og jeg var en af de få, der fik lejlighed til at stille spørgsmål. Jeg spurgte, om man opererede på sådan nogen som mig, og det svarede han ja til.

Så snart jeg kom hjem gav jeg mig til at lede efter hans e-mail adresse og gav mig til at skrive til ham. Gode råd var jo dyre. Jeg kunne ikke tåle mere kemo og havde længe gerne villet opereres. Havde endog været i kontakt med en tysk læge, hvilket kraftigt blev frarådet af lægen i Hillerød.

Ole Mogensen indvilligede i at kigge på min journal. I første omgang var han imidlertid ikke positiv, da det ifølge journalen så ud som om, jeg havde metastaser flere steder som angivet ovenfor. Så svaret var negativt. Jeg kontaktede så overlægen i Hillerød, som var enig med mig i, at kræften sad i milten og ud for leveren og ikke andre steder.

Jeg fik nu lægen i Hillerød overtalt til at kommunikere med Ole Mogensen. Jeg fik taget en ny PET-scanning og kom til samtale med Ole Mogensen på Odense Universitetshospital. Han indvilligede i at ville operere mig, og jeg var glad. Operationen blev fastsat til 5. november 2007.

Jeg fik fjernet milten som var fyldt med metastaser, spidsen af bugspytkirtlen, højre lungespids (fortætningen var ikke kræft), to lymfekirtler ved maven, som havde lyst op under PET-scanningen (der var ikke kræft i dem), og så fik jeg brændt det væk (elkirurgi), som sad i vævet ud for leveren. Det var en drøj omgang. Jeg havde ellers ikke regnet de forrige operationer for noget særligt, men denne gang var jeg sandelig godt medtaget bagefter.

Efter 8 dage blev jeg udskrevet. Lægen i Hillerød indvilligede i igen at give kemo. Han var som sædvanlig ivrig efter at komme i gang. Men jeg ville ikke. Jeg kunne selv mærke, at jeg ikke var stærk nok.

Der gik 6 uger, så havde jeg rettet mig, og vi gik i gang. Jeg fik taxol og gemcitabin. Min CA 125 var faldet til 24 efter operationen. Efter fem gange kemo kunne jeg ikke mere. Taxolen blev mere og mere giftig for kroppen. CA 125 var på 10, 9 og 10 de sidste tre gange, så jeg sagde stop. Det var i april 2008, og jeg er stadig rask.

Jeg fik taget CA 125 i november, da var den 6. Siden har jeg ikke gjort noget ved det, og jeg går ikke længere til kontrol. Jeg vil selvfølgelig sørge for at få taget CA 125, når jeg mener, det er relevant. Det er vigtigt at være opmærksom på kroppens signaler.

Jeg vil godt pointere, at den operation betød alt for mig, og at jeg er utrolig glad for, at det lykkedes, og så oven i købet i Danmark.

Jeg vil også godt pointere, at jeg ikke stiller mig kritisk over for det danske sundhedsvæsen. I det store og hele er jeg blevet godt behandlet hele vejen igennem.

Når min læge i Hillerød fraråder operation, er det jo fordi han har set nogle

meget uheldige udfald. Han udtaler sig ud fra sin bedste overbevisning. Jeg skal ikke gøre mig klog på, hvornår operation er mulig, men jeg har hele tiden selv arbejdet målbevidst ud fra, hvad jeg mente, der var bedst for mig.

Siden 2001 har jeg fået fire børnebørn, to af dem efter operationen, så jeg er glad for livsforlængelsen.

Under mit sygdomsforløb i de gode perioder har jeg 3 gange været på krydstogt i Caribien, hvor jeg kun har tænkt på, at

jeg var syg, når jeg skulle have parykken af og på.

Lægen har troligt udskudt kemoen i en uge, så det kunne lade sig gøre. Han var sikker på, at det var gavnligt.

Jeg er netop hjemkommet fra en anstrengende safaritur i Kenya og har det godt. Jeg synes, jeg har fundet ud af at leve med kræften og endog leve godt.

Højest sandsynligt kommer den igen, men så vil jeg finde nogle ny muligheder for at forlænge livet lidt endnu.

Selvfølger har der været stunder, hvor jeg har været ked af det. En forårs morgen når alt er lysegrønt og utro-

lig smukt, og man kommer til at tænke på, at man snart skal herfra, så kan det gøre meget ondt og være uforståeligt. Men vi skal jo alle herfra på et eller andet tidspunkt. Min lomme filosofi er:

Forsøg at tænke positivt, lev livet og få nogle gode oplevelser (nærvær med familien, rejser eller hvad der nu er positivt for den enkelte) og skub tanker om kræften i baggrunden.

Birthe Lemley

Flere styrer fri af kræftdom

Færre rammes af lunge- og æggestokkræft. Og de, der får diagnosen, har større chance for at overleve, viser nye tal. Færre mænd rammes af lungekræft, og de, der får den frygtede sygdom, lever længere med den. Der er også færre kvinder, der får æggestokkræft, og de kvinder, der rammes af sygdommen, har ligeledes udsigt til at leve flere år end tidligere. Det fremgår af to kræftprofiler over de seneste års udvikling inden for to af de store kræftsygdomme, lunge- og æggestokkræft, som Sundhedsstyrelsen netop har udgivet, og som rummer flere opmuntrende budskaber i forhold til indsatsen for at bekæmpe sygdommene. - Det er ikke en dødsdom, hver gang diagnosen kræft bliver stillet. Nok er der ikke tale om tigerspring i udviklingen, men skridt for skridt sker der år efter år forbedringer inden for forebyggelse, når det gælder om at skabe forståelse for risikoen ved en dårlig livsstil. Behandlingsmulighederne forbedres også, og samlet bliver det altså til noget i længden. Der er helt sikkert en positiv udvikling i gang, siger overlæge Iben Holten, Kræftens Bekæmpelse.

(Berlingske.dk 23-04-09)

Lysere tider for kræftpatienter

Den nye kræfthandlingsplan skal sørge for øget hjælp til patienterne til at genopbygge deres tilværelse i kølvandet på den frygtede sygdom. Den illustrerer også, at vi trods alt er kommet langt i bestræbelserne på at løfte indsatsen på kræftområdet. Hvor det tidligere handlede om en desperat jagt på at skaffe kapacitet nok til overhovedet at behandle dødsyge mennesker eller gøre det, uden at de måtte vente halve og hele år, er man nu nået dertil, hvor der er overskud til, firkantet sagt, at hjælpe dem, der er helbredt.

(Berlingske Tidende 24-04-09)

Tag på tur med KIU i uge 37

Tag på tur med KIU til Løgumkloster Refugium fra den 10. september til den 13. september 2009

KIU turen for kvinder, som har eller har haft kræft i underlivet går denne gang til Løgumkloster i det smukke og historiske Sønderjylland.

Vi bor på Løgumkloster Refugium.

Løgumkloster Refugium ligger i rolige og naturskønne omgivelser og egner sig godt til mennesker, der ønsker at finde hvile og få fornyede kræfter.

Hvis man ønsker det, kan man deltage i Refugiets morgensang i Kapitelsalen, hverdage kl. 09.10, samt i aftensang i Løgumkloster Kirke, hverdage kl. 18.30.

Sygesikringen "danmark" giver et tilskud på 200 kr. pr. døgn til rekreation for medlemmer af gruppe 1 og 2.

Program for turen:

Torsdag den 10.9.2009

Ankomst i løbet af eftermiddagen, middag, og om aftenen får vi foredrag om Sønderjyllands spændende historie.

Fredag den 11.9.2009

Heldagsudflugt til Rømø gennem Marsklandet og over Rømdæmningen. På Rømø ses "Kommandørgården" og Rømø Kirke.

Frokosten indtages på Naturcenteret Tønnes Gård. Rundtur på øen og til Lakolk Strand og Sønderstrand.

Aftenen tilbringes i selskab med H. C. Andersen, "Det er ganske vist".

Lørdag den 12.9. 2009

Om formiddagen besøger vi grafiker Hanne Knudsdatter. Vi får frokost på Refugiet, og om eftermiddagen kan vi selv vælge om vi vil gå Mølledammen rundt eller have en hestevognstur i Løgumkloster. Om aftenen hedder emnet "Ung i Sydslesvig i Nazitiden".

Søndag den 13.9.2009

Afrejse efter morgenmaden



Pris for 3 overnatninger samt udflugterne uden sygesikringstilskud Kr. 2.930,-

Pris for 3 overnatninger samt udflugterne med sygesikringstilskud Kr. 2.330,-

Alle deltagerne får eneværelse med bad og toilet. Prisen er pr. person med fuld forplejning og alle udflugter betalt.

Vi håber på og ser frem til din deltagelse. Tilmelding til turen skal ske på mailadresse: inasej@hotmail.com eller mobil 31 19 95 19.

Kære KIU medlem: Tilmeld dig så hurtig som muligt, og helst allerede nu, da der er et begrænset antal pladser.

Sidste frist for tilmelding og betaling er den 1. august 2009. De 2930,00 kr. indbetales på konto: reg. nr. 4720 kontonr. 4720489694

Vi får udleveret blanketter til refusion af beløbet fra "danmark" på Løgumkloster Højskole.

Ina Sejersen

Hvad kan du bruge mig til som kontaktperson?

Jeg er en ung pige på 28 år, som selv har kræften tæt inde livet, idet jeg for tre år siden fik konstateret livmoderhalskræft.

Min klare oplevelse af mit forløb har indtil videre være meget godt – jeg har haft rigtig gode oplevelser med lægerne og sundhedsvæsenet og samtidig føler jeg, at jeg er kommet godt igennem det rent fysisk og følelsesmæssigt. Den styrke, som jeg har opnået ved at gennemgå sådan et forløb, bruger jeg bl.a. på at arbejde med at informere piger omkring livmoderhalskræft, og hvordan de gennem screening og vaccination kan undgå kræften. Jeg bor i Det Sønderjyske i Nordborg (tæt på Sønderborg). I forbindelse med min behandling på Rigshospitalet oplevede jeg,

at der var kontaktpersoner, som jeg kunne bruge efter operationen. Dette var dejligt, og jeg føler, der er behov for dette, og derfor vil jeg gerne give lidt igen.



Martina

Herunder den kampagne som netop er startet af kræftens bekæmpelse og som jeg bakker meget op omkring:

<http://www.vidunderlivet.dk/>



Den **værste** sygdom er den man kunne have undgået



I Sønderborg området har jeg deltaget i at arrangere Stafet for livet, og her satte vi i 2008 fokus på livmoderhalskræft og vaccination som forebyggelse. Kræftens Bekæmpelse delte breve rundt til alle unge piger på skolerne i området og opnåede stor interesse fra skoler og til stafetten for at sætte fokus på dette.

Jeg mener oprigtigt, at dette arbejde direkte giver målbare resultater, og jeg glæder mig meget over hver en ung pige, som bliver vaccineret imod HPV. Vaccinen beskytter pt. pigerne imod HPV 16 og 18, som forårsager 70% af de tilfælde af livmoderhalskræft, man ser. Ydermere beskytter vaccinen pigerne imod andre sygdomme såsom kønsvorter.

Hvis du gerne vil spørge mig om mit forløb, mit arbejde med at informere eller blot stille mig nogle fortrolige spørgsmål, så er du meget velkommen til at kontakte mig.

Jeg er nemmest at træffe på min e-mail, men du er også meget velkommen til at ringe til mig.

Martina Madsen Christensen

Slotsgrunden 1 d

6430 Nordborg

Tlf. 31 16 37 98

Mail: martina.christensen@siemens.com

Her får vi ram på kræften

Livmoderhalskræft kan snart ende i historiebøgerne. Hvert år får 380 kvinder konstateret livmoderhalskræft, halvdelen er under 45 år. Men livmoderhalskræft kan forebygges via vaccinationer og screeninger, og faktisk regner forskerne med, at sygdommen i løbet af 20 år vil være så godt som udryddet.

(BT, 16-04-2009)

Screening: Så få dog taget den kræftprøve

LIBBIE FJELSTRUP, JOURNALIST, PENSIONIST, BEHANDLET FOR LIVMODERHALSKRÆFT

Hvis danske kvinder vidste, at deres tilværelse køres i smadder både under og efter behandlingerne for livmoderhalskræft, ville de ikke droppe den forebyggende undersøgelse hos lægen. De ville tværtimod sidde i kø i venteværelset.

I efteråret 2008 kunne flere medier fortælle, at hver fjerde danske kvinde i alderen 23 til 59 år undlader at møde op til screening - noget rigtig skidt. Den efterladende holdning kaldes da også for »fuldstændig vanvittig« af overlæge Iben Holten fra Kræftens Bekæmpelse, eftersom billedet ser nogenlunde sådan her ud:

Halvdelen af kvinder med konstateret livmoderhalskræft kan man sådan set lægge direkte i graven. Der behandles, men det er allerede for sent. Den anden halvdel med djævelskabet i forskellige grader af vokseværk kommer i reglen gennem behandlingen med livet i behold, men som tak for det, må de bakse med en stribe mildt sagt ubehagelige bivirkninger resten af deres dage eller deromkring. De er med andre ord blevet handicappede, hvilket jeg i den grad kan tale med om.

Men hvad får mon tusinder af kvinder til at løbe den risiko? Hvem går frivilligt ind til et lille helvede på jord?

Der går tre år mellem hver indkaldelse, så det kan næppe være fordi, kvinderne ikke kan finde tid. Snarere tænker de, jeg er da både sund og rask, så hvorfor skulle det ramme mig? Eller hvorfor vende bøtten i vejret hos lægen, når jeg ikke har nogen symptomer? Nogle kalder det en mormorsygd, mens andre mener, at det næppe kan være så farligt i betragtning af, at man kun skal undersøges hvert tredje år. Endelig er der dem, som bare foretrækker at stikke hovedet i busken.

Jeg går ikke ind for skræmmekampagner, men et eller andet i den retning skal der vel til for at ændre på mønstret. Jeg forestiller mig, at der med indkaldelsen til screening skal vedlægges en pjece med klar besked om tingene på bordet. Klar besked om en snigende sygdom, så langsomt

voksende, at man kan rende rundt med den i årevis, faktisk til det nærmest er for sent. Klar besked om de symptomer, man skal reagere på, og klar besked om behandlingsmetoder, herunder stråler, kemoterapi samt de bivirkninger, som følger med.

Da jeg i en alder af 63 år fik sygdommen konstateret, ikke ved en indkaldelse, for da var jeg allerede for gammel, men i forbindelse med uregelmæssigheder, sagde lægen, at den temmelig sikkert havde været længe undervejs siden min pure ungdom! Beskeden gav mig en øjeblikkelig trang til at placere skylden, nu hvor videnskaben har konstateret, at livmoderhalskræft overføres seksuelt. Men brødkniven kan man godt lade blive i skuffen - mænd ved ikke, at de bærer rundt på den såkaldte HPV-virus.

I oktober 2008 anbefalede Sundhedsstyrelsen gratis vaccine til alle piger, årgang 1993, 94, 95 og 96. Det nævner jeg for at hamre en pæl gennem opfattelsen af livmoderhalskræft som en sygdom, der kun rammer midaldrende og ældre. Eksempelvis var den unge kvinde, jeg sad i 'kemostue' med på Rigshospitalet, kun 28 år. Hun og manden havde heldigvis allerede fået de børn, de skulle have, og heldigvis var manden desuden en sej og munter fætter, som ved oplysningen om, at de snart skulle til at rode med glidecreme, sagde: »Hold da op, hvor spændende!«

Forhåbentlig lykkes det for det unge par, men eftersom en genoprettelse af sexlivet kun er en del af de problemer, man møder efter behandlingen med kemo og stråler, bør alle kvinder, unge som ældre, besøge hjemmesiden www.vaccinomodkraeft.dk/livmoderhalskraeft/humantpapillomavirus.php og blive rigtig meget klogere på en sygdom, som i det store og hele ikke behøver at komme til udtryk, hvis bare man passer sine besøg med celleprøver hos lægen.

(Denne artikel er en justeret udgave af et debatindlæg i Politiken fra 14.10.2008)

Kvinder mangler viden om årsager til livmoderhalskræft og kønsvorter

En ny dansk spørgeskemaundersøgelse blandt 425 danske kvinder mellem 14 og 39 år viser, at viden om årsager til livmoderhalskræft og kondylomer er begrænset. –Kræftens Bekæmpelses kampagne 'Vidunderlivet' kan være en af måderne til at få viden ud til kvinderne, siger Iben Holten fra Kræftens Bekæmpelse.

Livmoderhalskræft er trods et omfattende screeningsprogram fortsat en hyppig sygdom blandt yngre danske kvinder op til 45 år. Hvert år får flere end 400 kvinder livmoderhalskræft, hvoraf ca. 150 vil dø som følge af sygdommen.

Hvad ved folk i almindelighed om sammenhængen mellem HPV-infektion, celleforandringer og livmoderhalskræft? Dette satte bl.a. overlæge Lone Kjeld Petersen fra Skejby Sygehus sig for at finde ud af ved hjælp af en spørgeskemaundersøgelse blandt 425 kvinder i alderen 14 til 39 år fra 26 almene lægepraksis herhjemme.

Stort behov for mere viden

Undersøgelsen, der er offentliggjort i Ugeskrift for Læger viser, at flertallet af deltagerne ville overveje at lade sig vaccinere, hvis der fandtes en vaccine, som ydede beskyttelse mod 70 procent af de vira, der forårsager livmoderhalskræft samt 90 procent af de vira, der forårsager kønsvorter. Kvinder var villige til at betale fra 2.100 til 3.000 kroner for vaccinen.

Størstedelen af kvinderne ville gerne, at det var deres egen praktiserende læge, der talte med dem om vaccination mod livmoderhalskræft og screening. Og lægen skulle tage emnet op uanset hvorfor man var hos ham/hende.

Det er tankevækkende, at kvinderne har angivet, at de ville overveje at lade sig vaccinere, hvis der fandtes en vaccine, som ydede beskyttelse. Der findes jo to slags i dag, siger overlæge Iben Holten fra Kræftens Bekæmpelse.

I undersøgelsen har man bl.a. spurgt til, om kvinderne havde hørt om HPV og herefter spurgt, om de var klar



Undersøgelsen viser, at under en procent af kvinderne var klar over, at HPV er årsag til livmoderhalskræft. Derfor er der et stort behov for mere viden til kvinderne, siger overlæge Iben Holten.

over, at HPV var årsag til livmoderhalskræft. Kun under en procent var klar over, at HPV er årsag til livmoderhalskræft.

-Der er klar brug for meget mere information. Vores kampagne 'Vidunderlivet', som skal øge kendskabet til HPV og livmoderhalskræft blandt unge piger, fortsætter. Indtil nu har målgruppen været kvinder fra 16 til 18 år. Vi skal have fat i en større målgruppe de 19 til 26 årige. Og så skal forældrene også klædes bedre på med viden, siger Iben Holten.

200 kvinder er uddannet som ambassadører. Kræftens Bekæmpelse har indtil videre uddannet 200 kvinder fra gymnasier og erhvervsskoler fra hele landet som ambassadører. De har fået viden om livmoderhalskræft, HPV, kønsvorter, vaccine og screening. Den viden bringer de så videre i deres respektive netværk, som så bringer viden videre til deres veninder.

Kvinderne samles på ny i slutningen af april måned for at erfaringsudveksle og få ny viden med sig hjem.

Af informationsmedarbejder
Jytte Dreier, 3.4.2009

En sygehistorie med uforudsete eftervirkninger.

Først vil jeg rose bladet og teamet, der står bagved. Det er flot og indeholder meget interessante og afvekslende artikler. Papiret er godt og farvebillederne er friske og sætter fokus på de indsendte indlæg.

Derefter vil jeg delagtiggøre andre læsere i nogle erfaringer jeg og andre i familien har gjort på baggrund af min sygdom. Jeg fik konstateret æggestokkræft som 78-årig i marts-april 2007, efter måneder med mavepine og opsvulming af maven.

Operationen fandt sted 2. maj 2007 og varede ca. 3½ time, - herunder så man sig også nødsaget til at udføre stomi. Min tyktarm lå lige henover den ene æggestok, hvor der var tumorer, og lægerne mente ikke, de kunne skille dem ad, så jeg fik foretaget kolostomi.

Dette havde man orienteret mig om nogle dage før operationen, da jeg både havde været i CT-scanner og MR-scanner. Jeg fik ikke en radikal operation (men næsten som læge Susanne Larsen sagde på et senere tidspunkt). Min æggestokkræft havde da udviklet sig til stadium 3 C. Operationen gik godt, i alt fik jeg fjernet ca. 9 l. væske. Men allerede om natten efter operationen begyndte en depression, der varede ca. 1½ måned.

Efter hjemkomsten fandt jeg hurtigt ud af at passe min stomi, jeg tømmer min pose 3 gange dagligt, og har næsten ingen besværigheder. Jeg fik efterfølgende 6 kemobehandlinger med Taxol og Carboplatin. Min depression svandt lidt efter lidt efter de 1½ måned. Jeg havde et godt bagland, min mand, mine 2 børn og børnebørn samt især en nær veninde, der var jordemoder, og som selv havde haft kræft i brystet. Alle støttede mig på forskellige måder, så jeg kontaktede ingen læger. Efter et par måneder begyndte jeg igen at interessere mig for mine omgivelser. Jeg gættede krydsord, så lidt fjernsyn og benyttede min computer en times tid dagligt. Jeg var svag både fysisk og psykisk, men havde glæde af at anlægge en lille blomsterhave, som mine børn plantede for mig, mens jeg sad på en stol og dirigerede!

Jeg tabte hurtigt mit hår, også det var følelsesmæssigt hårdt, men jeg fik en smart paryk. Jeg købte nye bluser, der gik nedover min stomi, klædte mig pænt på og brugte lidt



make-up. Det stivede mig lidt af, og i hele kemoterapi-perioden (undtagen den første uge efter hver behandling) var jeg i stand til at tage med min mand på små køreture og besøg hos familien på 2-3 timer ad gangen.

Det kvikkede op, så livet var til at holde ud. Jeg var hele tiden i stand til at vaske mig selv, at lave min egen morgenmad, min egen frokost, og den varme mad om aftenen til min mand og mig. Jeg sørgede også for vort tøj, vaskede i vaskemaskinen og lagde tøj til side. Resten af husarbejdet blev gjort af andre ikke mindst af min mand, som også sørgede for samtlige indkøb. Jeg var ikke i stand til at gå ret langt, inden jeg var for træt.

Heldigvis viste første scanning i en CT-scanner efter 3 kemo-behandlinger, at kemoen havde virket, som lægen på onkologisk afdeling havde sagt, den ville i ca. 80 % tilfælde med **min** sygdom! (Æggestokkræft.) Da blev jeg meget glad og tog resten af forløbet i nogenlunde stiv arm! De efterfølgende scanninger var også positive, - så da den sidste kemo-behandling var overstået, kom jeg rimeligt hurtigt til kræfter igen, - trods mine 78 år! Det tog dog 1 år inden mit hår var vokset ud til min sædvanlige, halvlange længde, i min sædvanlige, næsten hvide farve.

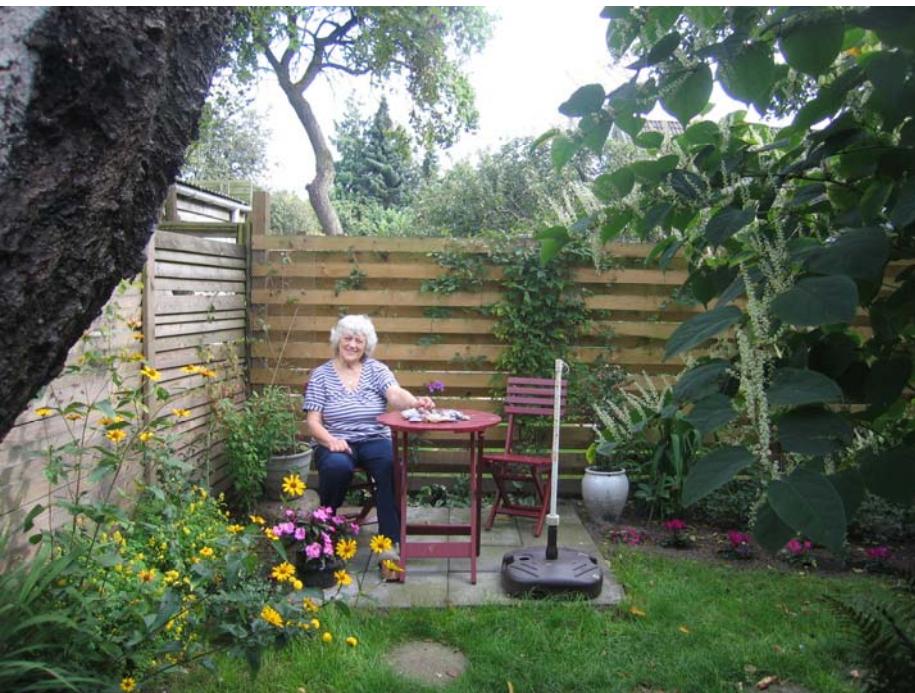
En patienthistorie

Min gifte datter (på 53 år) ønskede at vide, om **hun** kunne risikere at få æggestokkræft, da hun vidste, at flere medlemmer i familien var døde af denne sygdom. Vi henvendte os til Genetik-afdelingen, og der kom en dame derfra, mens jeg fik en af de sidste kemo-behandlinger og interviewede mig angående de familiemedlemmer, som jeg vidste havde haft kræft. Jeg kunne deres navne og alder, - og det viste sig, at det var gennem min faders familie, tilfældene var forekommet.

Der blev taget en ekstra blodprøve til Genetik-afdelingen, og nogen tid efter (flere måneder) blev min datter og jeg indkaldt. Genetik-afdelingen er beliggende på 15. etage på Odense Universitets Hospital. Her havde man lavet et stamtræ af vor familie, og hvor de afdøde familiemedlemmer også var placeret.

Min søster var død som 68-årig af æggestokkræft (der havde bredt sig), min faster ligeså som 45-årig, en kusine som ca. 40-årig og min oldemor af brystkræft, - alle i min faders familie! Jeg var den eneste, der havde overlevet, trods æggestokkræft i fase 3 C! – Så hvem kan ikke forstå min datters frygt?

Vi fik at vide, at jeg **ikke** havde BRCA-1 eller BRCA-2. Hvis dette havde været tilfældet, var der garanti for arvelig kræft, - men det var der altså **ikke**! Derimod skønnede man, at det var nødvendigt med information til en del kvindelige medlemmer i familien. Vi fik udleveret en **Patientinformation: Genetisk rådgivning for arvelig bryst- og æggestokkræft, et udfyldt stamtræ samt et personligt brev med følgende indhold:**



”I din familie kan det ikke udelukkes, at følgende personer har øget risiko for kræft. Din datter og hendes datter, din søns døtre, din søsters døtre og din broders døtre. Hvis disse familiemedlemmer ønsker genetisk rådgivning og evt. henvisning til regelmæssige undersøgelser, kan de kontakte afdelingen eller deres praktiserende læge (evt. med kopi af dette brev og pjecen) med henblik på henvisning til nærmeste **Klinisk Genetik Afdeling.**”

I den medfølgende pjeces informeredes om, hvordan man (min datter og jeg) skulle give disse oplysninger videre til de nævnte familiemedlemmer. Vi skulle vurdere deres modtagelse af vort budskab, hvis nogen ikke ønskede nærmere orientering, så skulle vi stoppe.

Men de allerfleste ønskede fuld information og er i gang med undersøgelser og kontrol. (Alle har børn og endog børnebørn (jeg har 6 oldebørn, heraf 2 piger).

Min datter (nu 54 år) har netop ved en kikkertoperation fået fjernet sine æggestokke, og er nu fortrøstningsfuld over, at hun i hvert fald **ikke** kan få æggestokkræft, og håber at kunne se sine børnebørn vokse op. Hun var i stand til at gå en god spadseretur dagen efter operationen sammen med mig, og der regnes sædvanligvis med ca. 14 dages sygeorlov (afhængig af hvilket arbejde man har.) Den ældste af min afdøde søsters døtre skal også have sine æggestokke opereret ud ved en kikkertoperation her i marts måned, - og den ældste af min broders døtre, der har et svingende CA 125-tal, fra 700 til 89 til 40 og op igen, overvejer en større operation, da CA125 er markør for at et eller andet er galt! Hun er af lægerne på sygehuset blevet anbefalet at få fjernet det hele.

Min æggestokkræft og Genetik-undersøgelse har altså fået uforudsete eftervirkninger, men set i bakspejlet kan det måske medføre færre kræfttilfælde i fremtiden, til glæde for hele familien.

**Venlig hilsen
til alle læserne fra**

**Jytte Fynbo, Odense.
(80 år.)**

Kost mod kræft.

Der bliver sagt meget om kostens betydning for vores sundhed, også i forhold til sygdomme. Stadig er kost noget mange gerne taler om, men sjældent gør noget ved. Lidt ligesom med vejret. Alt undskyldt: kost er et komplekst emne, vi næsten ikke kan sige nogen endegyldige sandheder omkring. Og hvis man forsøger sig, bliver det ofte misforstået, overfortolket eller modsagt med en ligeså vigtig sandhed: at alt kan blive for meget af det gode. Eller som også ofte siges i kostsammenhænge: Alt med måde. Kun to sandheder kan man næsten ikke gå fejl af med hensyn til sine spisevaner: spis varieret, og spis masser af forskellige frugt og grønt. Og så en lille, men vigtig pointe: Vælg, så vidt det er muligt, økologisk.

Så kommer vi til det lidt mere besværlige: Bevidsthed om de forskellige fødeemners værdi, muligheder og problemer. Vi taler også om sammensætningen af vores kost. Hvornår er den korrekt sammensat? Den praktiske del af kostens tilblivelse i det daglige har typisk været kvindens domæne, som så mange andre omsorgsopgaver i vores samfund. Og kvinder har typisk ikke haft så mange jern i ilden (eller gryder over ilden!) hvad angår arbejde med tal og beregninger på trods af, at en husholdning er eller kan være et større planlægningsarbejde alene med hensyn til indkøb, mængder, tidsforbrug (og maden skal helst stå klar til tiden), udseende (husk lys, servietter, blomster – er der nok service?). Der er faktisk ofte så mange ting at forholde sig til i en husholdning, at det med at tænke over sammensætningen bliver glemt. Og fordi det, der primært er fokus på, er de animalske fødevarer. Læg mærke til hvor sjældent eller hvor lidt grønt vi har på bordet ved højtiderne. Den vestlige verdens madtradition er hovedsageligt bygget op omkring kød, hvor vi tit glemmer grøntsagerne, og det er synd og skam, fordi det går ud over vores helbred.

Der er lavet kostundersøgelser af flere grupper af indvandrere, som kommer her til landet og integrerer vores madkultur og dermed får vores livsstilssygdomme med. Nogle af de første alarmklokker, der burde ringe hos vores sundhedsvæsen, er de mange tilfælde af forstoppelse. Forstoppelse i tarmene er tegn på for lidt kostfibre og vand i kosten, og så er der ikke andet for end at spise en masse af de gode grøntsager, især rodfrugter. Og er der noget, som der

er variationsmuligheder indenfor, er det grøntsager og frugt. Der findes mindst 50 arter, prøv selv at remse dem op, du kender. Groft brød, rugbrød og grød er også gode kilder til kostfibre. Det er godt at se, at der nu er åbnet grødbarer i København. Vi kan ikke blive ved med at fastholde os selv og hinanden i fastfrosne gamle dogmer om hvor træls havregrød er. Grød kan blive en rigtig lækker spise, tilberedt med omhu og kærlig bevidsthed om dens sundhedsbevarende og -skabende egenskaber.

Fedtstoffer er et fødeemne med paradokser, især i forhold til kræftudvikling. De sundeste fedtstoffer, dem fra planter og fisk, er fulde af mono- og polyumættede fedtsyrer, men netop disse sunde fedtsyrer er meget ustabile. Det vil sige, at de reagerer ved iltning, og afgiver det man kalder for frie radikaler. Det er nogle meget reaktive og ustabile molekyler, som nemt kan lave ravage i vores celler. Dog er de monoumættede fedtsyrer mindst reaktive, og de olier der er flest af disse i er oliven-, raps- og forskellige nøddeolier.

Naturen har været så viis, at den har udstyret vores planter med forskellige antioxidanter, som modvirker, som navnet antyder, iltningprocesser og gør, at fedtstoffer ikke harsker/oxideres. Men antioxidantvirkningen fra frugt og grønt er ikke den eneste kræfthæmmende faktor. Der er fundet mange nye stoffer i frugt og grønt de seneste år, såkaldte fytokeemikalier, eller sekundære næringsstoffer, som kan gå ind og have forskellig kræfthæmmende virkning, dels som neutralisering eller binding af giftstoffer, dels som hæmmere af cellevækst. Stoffer som phenoler, karotenoider, glukosinolater, terpener, flavonoider, ellaginsyre, klorophyllin, indoler er samtidig de stoffer som giver farve, duft og smag til vores fødevarer.

Vi vidste ikke ret meget om disse stoffers betydning for vores sundhed for bare 20 år siden. Og det er et stort område at gå i gang med at undersøge, da der findes flere tusinde slags, hvor til sammenligning vi kun har meget få vitaminer og mineraler. Så det er et stort og delvist uafdækket område i ernærings-videnskabelig forskning. Grundlæggende kan man godt sige, at jo mere og stærkere maden smager, jo flere fytokeemiske stoffer er der i. Det er nemlig også tankevækkende, at der er langt færre kræftforekomster i de lande, som har en meget stærk og krydret mad-

kultur, eksempelvis Nordafrika, Indien, Pakistan og Mexico. Der er ganske enkelt flere kræftforekomster i hele Europa, Nordamerika og Australien.

Kosten er en kilde til forebyggelse, sundhed og helbredelse af kræft. Den skal naturligvis ikke erstatte den medicinske behandling, men den kan i høj grad supplere den. Og det gode ved den er, at der ingen bivirkninger er. Kun den arbejdsmæssige byrde, det kan være at skulle ændre på daglige rutiner i forhold til kost. Mange oplever stort besvær ved at skære grøntsager og frugt ud. Først skal de skylles og renses, så skal en top eller bund måske fjernes, og så skal den skæres ud. Men jeg lover at det lønner sig at gøre det, og at det bliver en vane, endda en rigtig god vane!

En holistisk tilgang til det at være sund eller at blive rask, kan give mange en stærk tro og tillid til sin egen krop. Derfor vil jeg kort opridse nogle tanker af Rudolf Steiner, som betragtes som grundlæggeren af den økologiske jordbrugsform. Han gjorde sig nogle overvejelser om menneskets psykiske dispositioner i forhold til de fysiske processer. Denne teori kæder psyken til det kropslige. Inden for psykologien opereres ofte med tre komponenter: den følelsesmæssige, den adfærdsmæssige og den kognitive (opfattelse, tanker). I fysisk forstand har vi tre mere eller mindre autonome systemer, som kan give udtryk for disse psykiske dispositioner. Han kædede således den følelsesmæssige side af mennesket sammen med åndedræt og blodcirkulation, de rytmiske processer i kroppen. Den kognitive kædede han sammen med nervesystemet. Og sidst, men ikke mindst, kædede han stofskiftet sammen med den adfærdsmæssige side af mennesket. Netop her ser jeg en grundlæggende idé, som vi kan tage fat i, og måske finde en psykologisk nøgle til at arbejde os ud af kræftens greb.

Vi skal handle, især med hensyn til kost. Og det vi er i tvivl om, skal vi spørge om. Vi er alle udsatte, og usikre, men hvis ikke vi handler, og kun anvender negationer som livsmål og mening, kommer vi ingen vegne.

I 2007 udkom bogen "Kost mod kræft" på dansk, skrevet af to canadiske forskere, Richard Béliveau og Denis Gingras. En af deres pointer er, at kræften er et af naturens uhyggelige luner, et forsøg på at vende tilbage til oprindelsen før dyr og mennesker, de éncelledede organismer. Jorden var oprindeligt befolket af éncelledede organismer, som på et tidspunkt fandt på at samle sig til flercelledede organismer,

altså at samarbejde, leve i et indbyrdes afhængigt fællesskab. Kræften kan dermed samtidig være et symbolsk billede på det samfund og den struktur (eller mangel på samme), som er ved at få overtaget i den vestlige verden.

- At vi lever, som om vi kun er noget i kraft af os selv, og ikke ser den sammenhæng, som vi er en del af. Vi er ved at blive som encellede organismer. Men det uhyggelige er, at vi som samfund ikke kan overleve som enkeltindivider på længere sigt. Og det kan kroppen heller ikke, hvis cellerne ikke står sammen og samarbejder. Og cellerne skal vide, hvad du vil.

Så fat om kålen, rødbederne og alle de andre små venner, de vil os det kun godt!

Helene Gerup, eh-økonom.

Helene Gerup
Omø Havnevej 43
4230 Skælskør
mobil: 20532512
helene.gerup@mail.dk



Foto: G. Locher

Generalforsamling 2009

Søndag den 26. april 2009 holdt KIU generalforsamling. Lene oplæste sin beretning og den blev godkendt af forsamlingen. Marianne, Mia og Birgitte orienterede om regnskabet, som også blev godkendt. Bestyrelsen blev genvalgt og 5 deltagere meldte sig som suppleanter: Birthe Lemley, Susie Lund, Ina Sejersen, Frija Cupas og Jytte Hillersborg. Vi er nu 14 personer i bestyrelsen, hvilket er en god ting, da vi er ret sårbare - en følge af den "branche", vi har med at gøre. Umiddelbart efter generalforsamlingen afholdt bestyrelsen konstituerende møde. Lene fortsætter som formand, Lisbeth blev valgt som næstformand og Marianne fortsætter som kasserer.

Anny Locher, 8.5.2009



Underlivsuge 2009 m.m.

Underlivsugen i Århus

- Onsdag den 2. september, kl. 19 - 21
Latterkursus - foredrag om og afprøvning af latters positive virkning.
Foredragsholder: Allan Olesen.
Sted:
Kræftrådgivningens hus, Århus Sygehus,
Nørrebrogade 44, Århus C, tlf. 86 198811
- Torsdag den 3. september, kl. 14 - 16:30
KIU Café i dagligstuen på Gynækologisk afd. Y5,
Skejby Sygehus,
Brendstrupgårdsvej 100, Århus N

Underlivsugen andre steder i landet

Der kommer sandsynligvis flere arrangementer rundt i landet i uge 36. Så hold øje med KIUs hjemmeside www.kiuonline.dk som løbende opdateres.

KIU forsøger at arrangere et malekursus i K.B.'s nye Heimdalbygning i Århus en weekend i oktober. Det bliver annonceret på hjemmesiden. Tilmeldingen bliver "først til mølle".
Venlig hilsen
Bestyrelsen

Kræftrådgivninger

Kræftlinjen

Tlf. 8030 1030
Mandag-fredag kl. 9-21
Lørdag og søndag kl. 12-17
Lukket på helligdage

Kræftrådgivninger

Region Hovedstaden

Sundhedscenter for kræftramte
Rådgivningsenheden
Ryesgade 27
2200 København N
Tlf. 35 27 18 00
e-mail koebenhavn@cancer.dk

Mødestedet på
Frederiksberg
Magnoliavej 9
Sognehuset
2000 Frederiksberg
Åben onsdage i ulige uger
kl. 16-18

Kræftrådgivningen
Nørgaardsvej 10
2800 Lyngby
Tlf. 45 93 51 51
e-mail lyngby@cancer.dk

Kræftrådgivningen
Møllestræde 6
Baghuset
3400 Hillerød
Tlf. 48 22 02 82
e-mail hillerod@cancer.dk

Kræftpsykologen
MKO
Bornholms Sygehus
Ullasvej 8
3700 Rønne
Tlf. 56 90 91 98

Region Sjælland

Kræftrådgivningen
Jernbanegade 16
4000 Roskilde
Tlf. 46 30 46 60
e-mail roskilde@cancer.dk

Kræftrådgivningen
Torvet 11, 1.
4600 Køge
Tlf. 56 63 82 29
Åben hver torsdag kl. 16 til 19

Kræftrådgivningen
Hasselvænget 5
4300 Holbæk
Tlf. 59 44 12 22
e-mail holbaek@cancer.dk

Kræftrådgivningen
Dania 5, 1.
4700 Næstved
Tlf. 55 74 04 00
e-mail naestved@cancer.dk

Kræftrådgivningen
FrivilligCenter
Sdr. Boulevard 84
4930 Maribo
tlf. 55 74 04 00
Åben torsdage efter aftale

Region Syddanmark

Kræftrådgivningen
Vesterbro 46
5000 Odense C
Tlf. 66 11 32 00
e-mail odense@cancer.dk

Frivillig Rådgivningen
Brogade 35 (i gården)
5700 Svendborg
Tlf. 23 98 06 95
Åben tirsdage kl. 10-12 og
torsdage kl. 17- 19

Kræftrådgivningen
Blegbanken 3
7100 Vejle
Tlf. 76 40 85 90
e-mail vejle@cancer.dk

Kræftrådgivningen
Jyllandsgade 30
6700 Esbjerg
Tlf. 76 11 40 40
e-mail esbjerg@cancer.dk

Kræftrådgivningen
Nørreport 4, 1.
6200 Aabenraa
Tlf. 74 62 51 50
e-mail aabenraa@cancer.dk

Region Midtjylland

Kræftrådgivningen
Nørrebrogade 44,
bygning 12, 1. sal
8000 Århus C
Tlf. 86 19 88 11
e-mail aarhus@cancer.dk

Kræftrådgivningen
Rådgivningscentret
Banegårdspladsen 2. 1.
8800 Viborg
Tlf. 86 60 19 18
e-mail viborg@cancer.dk

Kræftrådgivningen
Codanhus
Fredensgade 10
7400 Herning
Tlf. 96 26 31 60
e-mail herning@cancer.dk

Kræftrådgivningen
Kulturhuset
Nygade 22
7500 Holstebro
Tlf. 96 26 31 60
Åben hver torsdag kl. 10-15
efter aftale

Region Nordjylland

Kræftrådgivningen
Vesterå 5
9000 Aalborg
Tlf. 98 10 92 11
e-mail aalborg@cancer.dk

Kræftrådgivningen
De Frivilliges Hus
Skolegade 9
7700 Thisted
Tlf. 98 10 92 11
Telefonisk henvendelse

RehabiliteringsCenter

Dallund
Dallundvej 63
5471 Søndersø
Tlf. 64 89 11 34
e-mail dallund@dallund.dk
www.dallund.dk

Bogen om underlivskræft



Bogen er gratis og kan rekvireres hos
Kræftens Bekæmpelse.
Forsendelse koster 50 kr.

Træffetider

Rigshospitalet i København

KIU i København har træffetid på Rigshospitalet, Blegdamsvej 9, opgang 5, 4. sal i Personalerummet 5043.

Træffetid fra kl. 17 -19 på følgende mandage:

11. maj 2009

8. juni 2009

Ferielukket i juli og august måned

14. september 2009

12. oktober 2009

9. november 2009

14. december 2009

Kræftrådgivningen i Århus

KIU i Århus har træffetid i Kræftrådgivningens hus, Århus Sygehus, Nørrebrogade 44, 8000 Århus C, tlf. 86 19 88 11.

Træffetider i efteråret 2009:

16. juni

25. august — Sygeplejersker fra onkologisk er til stede og parate til at drøfte forskellige emner med os

29. september

27. oktober

24. november — Sygeplejersker fra onkologisk er til stede og parate til at drøfte forskellige emner med os

15. december

- alle dage er tirsdage kl. 15:30 - 17:30.

Henvendelser vedr. træffetid i Århus til Marian Jørgensen, tlf. 61 28 17 58

Kræftrådgivningen i Vejle:

KIU i Vejle har træffetid hos Kræftens Bekæmpelses rådgivning i Vejle. Adressen er: Blegbanken 3, 7100 Vejle, tlf. 76 40 85 90

Du kan træffe en kvinde fra patientforeningen KIU onsdage fra kl. 10-12.

Bornholms Sygehus:

KIU Bornholm har træffetid på Bornholms Sygehus,

Ullasvej 8, 3700 Rønne

Hovedindgangen.

Den første mandag i hver måned.

Kl. 19.00-21.00

Vi sidder ved små borde uden for cafeteriet.

Husk ferielukket i juli og december

Kræftrådgivningen i Odense

Vesterbro 46, 5000 Odense C

Vi er et åbent mødested for kvinder, der har eller har haft underlivskræft.

Vi mødes onsdag midt på måneden.

Mødetider alle dage kl. 14 - 16.

Onsdag d. 17. juni

Besøg af Jytte Fynbo, som vil fortælle om sine tæpper.

Onsdag d. 12. august

Onsdag d. 16. september

Onsdag d. 21. oktober

Onsdag d. 18. november

Vi arrangerer relevante foredrag efter jeres ønsker.

I kan også se på KIUs hjemmeside, hvem der kommer som foredragsholder.

Med venlig hilsen

Lene Middelhede

Formand for KIU

E-mail: middelhede@hafnet.dk

Mobil: 51708783

I træffetiden har du mulighed for at møde tidligere og nuværende patienter med underlivskræft.

Alle, der rammes af en alvorlig sygdom, får på et eller andet tidspunkt behov for at snakke med et menneske, som er eller har været i samme situation.

Personlige oplysninger registreres ikke og alle har tavshedspligt.

Opslagstavlen



Materialer fra

KIU

Nyhedsbreve, foldere, postkort og plakater fra KIU kan rekvireres hos

Lene Middelhede
Formand for KIU
Rosenvænget 5A
8722 Hedensted
Tlf. 76 74 05 44
Mail: middelhede@hafnet.dk

Støt KIU med en pengegave

Vil du støtte KIU med en gave, kan pengene indsættes på denne konto Reg.nr: 3001 - Kontonr.: 60081751. Det er vigtigt, at indbetalingen er mærket med ordene 'gave til KIU'.

Husk
underlivsugen
Uge 36
2009

Redaktionen tager ikke ansvar for de indsendte råd og artikler.

Det er på læsernes eget ansvar at benytte de indsendte råd.

M.v.h.

Anny Locher og Birthe Lemley

Nyhedsbrevet og Hjemmesiden

Stof til Nyhedsbrevet og Hjemmesiden www.kiuonline.dk sendes til
Anny Locher
Søparken 22, Jels,
6630 Rødding
Tlf. 7455 2619
Mail: locherjels@mail.dk

Deadline for næste nummer af Nyhedsbrevet er 15. september 2009

Husk
KIU-turen
Uge 37
2009

Klik ind på vores hjemmeside
www.kiuonline.dk

Hvem er KIU?

Vi er en gruppe kvinder, der selv alle har oplevet det at have kræft. Den 1. september 2001 dannede vi KIU – Patientforeningen for kvinder der har eller har haft Kræft i Underlivet.

Vi er en selvstændig forening, som samarbejder med Kræftens Bekæmpelse.

Pårørende og andre interesserede er meget velkomne til at blive støttemedlemmer i KIU.

Som medlem får man tilsendt et "Nyhedsbrev" 2 gange om året, ligesom man kan deltage i vores arrangementer.

Nyhedsbrevet bliver også sendt til relevante sygehusafdelinger, læger osv.

Nyhedsbrevet trykkes i ca. 1900 eksemplarer.

Under parolen "Fra kræft til KRÆFTER" har der siden april 2008 været afholdt møder med forskellige temaer i kræft-rådgivningen i Lyngby.

Temaerne for møderækken vælges ud fra et kriterie om, at det skal være relevant, vække interesse samt favne bredt uanset alder og kræftdiagnose.

Mødet indledes med et oplæg af en times varighed.

Efter afrunding med afklarende og uddybende spørgsmål til oplægsholderen, vil mødedeltagerne få mulighed for uformelt samvær.

Det er ikke nødvendigt at tilmelde sig mødet.

Næste møde finder sted:

Mandag d. 7. september 2009 kl. 17.00 til 19.00 i Kræfttrådgivningen i Lyngby, Nørregårdsvej 10, 2800 Kgs. Lyngby.

Temaet er " Rehabilitering til kræftframte borgere".

Oplægsholder er: Trine Thejls som er Forløbskoordinator for borgere med kræft og kommer fra Sundhedsafdelingen, Forebyggelsescenteret Gladsaxe.

Bestyrelsen

Lene Middelhede, formand
Rosenvænget 5 A
8722 Hedensted
Tlf. 76 74 05 44
Mobil: 51 70 87 83
Mail: middelhede@hafnet.dk

Lisbeth Rasmussen, næstformand
Struervej 101
7500 Holstebro
Tlf. 97 42 92 01
Mail: r_lisb@yahoo.dk

Marianne Nielsen, kasserer
T.H. Jensensvej 9, Øster-Snede
8723 Løsning
Tlf. 75 89 32 77
Mail: marianne@hafnet.dk

Anny Locher, redaktør
Søparken 22, Jels
6630 Rødding
Tlf. 74 55 26 19
Mail: locherjels@mail.dk

Sonja Dinesen
Stenstykkevej 38
2650 Hvidovre
Tlf. 36 49 93 38
Mail: sdinesen@pc.dk

Birgitte Devantier
Deleuransvej 26
7000 Fredericia
Tlf. 75 92 20 98
Mail: bird@ofir.dk

Mia Kildesgaard,
Silkegade 10
3700 Rønne
Tlf. 56 95 40 26
Mail: kildesgaard@privat.dk

Suppleanter

Andrea Starp,
Havrevænget 5
8600 Silkeborg
Mobil: 2622 2254
Mail: andrea_starp@yahoo.dk

Rigmor Krogh
Huntuevej 34, Ingstrup
9480 Løkken
Tlf. 98 88 32 82
Mail: huntuen@mail.tele.dk

Birthe Lemley
Vikingevej 11
3630 Jægerspris
Tlf. 47 53 53 51
Mail: blemley@vip.cybercity.dk

Susie Lund
Brogade 45 B
8850 Bjerringbro
Tlf. 86 68 41 74
Mail: sol@overgaard.mail.dk

Ina Sejersen
Dalgas Avenue 35, 5. tv.
8000 Århus C
Tlf. 31 19 95 19
Mail: inasej@hotmail.com

Frija Cupas
Kajerødhave 7
3460 Birkerød
Tlf. 29 26 53 73
Mail: frija@cupas.dk

Jytte Hillersborg
Fruebakken 34
8940 Randers SV
Tlf. 86 40 98 75
Mail: jytte.hillersborg@gmail.com



Indmeldelsesformular

Jeg ønsker at indmelde mig i KIU - Patientforeningen for kvinder der har eller har haft
Kræft i Underlivet.

Som aktivt medlem - kr. 100 pr. år (Kvinder der har eller har haft kræft i underlivet)

Som støttemedlem - kr. 75 pr. år (Pårørende eller andre interesserede)

Jeg ønsker også at være medlem af Kræftens Bekæmpelse

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr. og by: _____

Telefon nr.: _____ mobil. nr. _____

Indsendes til: KIU, c/o Kræftens Bekæmpelse, medlemsservice,
Strandboulevarden 49,
2100 København Ø

Ønsker du at modtage e-mails fra os, bedes du sende din mail adresse til KIUs kasserer
Marianne Nielsen—marianne@hafnet.dk