



Mun & Hals

NR 1 ■ MARS 2019

EN TIDNING FÖR MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDETS MEDLEMMAR, ANHÖRIGA OCH STÖDJANDE



Mun & Hals

Årgång 45 ■ Nr 1 ■ 2019

MHCF

MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDET KANSLI & REDAKTION

Barks Väg 14, 170 73 Solna
Tel. 08-655 83 10
E-post: kansli@mhcforbundet.se
Hemsida: www.mhcforbundet.se
Bankgiro: 5703-3573

ANSVARIG UTGIVARE

Owe Persson

REDAKTÖR

Ulf Jönson
E-post: ulfjonson@telia.com

MEDARBETARE I REDAKTIONEN

Annika Ljungström

FÖRBUNDSORDFÖRANDE

Owe Persson
Magasingatan 13
903 27 Umeå
Tel. 090-19 10 32
Mobil 0703-92 63 15
E-post: owe.persson@umea.se

ISSN 2000-7477

GRAFISK FORM, TRYCK & DISTRIBUTION

Ågrenshuset, Bjästa



Snart är sommaren här.
Gryts skärgård.



Omslagsfoto: ULF JÖNSON

MATERIAL

till tidningen sänds till:
Mun- & Halscancerförbundet
Barks väg 14, 170 73 Solna
Märk kuvertet Mun&Hals.
Redaktionen förbehåller sig
rätten att redigera insänt, ej
beställt material. Insänt material
returneras endast på begäran.
Eftertryck och citat är tillåtet om
källan anges.

STIFTELSEN LARYNGFONDEN

Ordförande: Hans-Ola Fors
Strandgatan 19, 952 33 Kalix
Tel. 0923-776 60
Fax: 0923-155 90
E-post: info@laryngfonden.se
Hemsida: www.laryngfonden.se
Plusgiro: 91 82 58-5
Bankgiro: 5936-5338

INNEHÅLL

Ledaren	2
Aktuellt	4
Funktionsrätt Sverige – Organisationsförsäkring	6
Dialogmöte hos TLV	7
Vårens ordförandemöte hölls i Umeå	8
En heldag hos RCC Väst om standardiserade vårdförlopp	10
Örebro/Värmland hade årsavslutning i Degerfors	11
En rehabvecka	12-13
Rehabiliteringsresa till Toscana	14-17
Minnesord – Viola Landewall	18
Föreningsnytt	18
Föreningsidor med information om kontaktpersonerna	22-23

NÄSTA NUMMER UTKOMMER I JUNI 2019

■ MATERIALSTOPP TILL NR 2 ÄR 1 MAJ

ANNONSER

Fahl Scandinavia AB	3
Atos Medical	5
Sunstar GUM® HYDRAL	9
Carl M. Lundh	19
Bräcke diakoni	21
Proxident	21
Atos Medical	24

► LEDAREN

Tandvården verkar bli 2019 års fråga för vårt förbund. Förra året kretsade mycket kring HPV-vaccination för pojkar i cancerförebyggande syfte. När nu den frågan tycks närma sig sin lösning framstår tandvårdspromatiken som den mest angelägna frågan just nu. Detta inte minst med tanke på den pågående statliga tandvårdsutredningen under ledning av Veronica Palm. Utredningen – Ett tandvårdssystem för en jämlik tandhälsa – ska se hur skillnaderna i tandhälsa hos befolkningen kan minskas. I dag är det stora skillnader mellan olika

grupper, vilket kanske inte är så märkligt med tanke på de höga tandvårdskostnaderna. Inom mun- och halscancerområdet drabbar det nuvarande systemet särskilt hårt genom att biverkningar av cancerbehandlingen som påverkar tänderna i många fall inte räknas som hälso- och sjukvård. Detta trots att de är en följd av just sjukvårdande behandling. Följden blir att patienten kan få mycket höga kostnader för sin tandvård, som egentligen hänger samman med cancerbehandlingen. Vi ser fram mot en lösning på dessa problem när tand-

vårdsutredningen lämnar sitt betänkande i mars nästa år.

Det är alltid roligt när läsare hör av sig med idéer om tidningens innehåll. En av dem är Sigbritt Edström i Klimpfjäll. Hon har tidigare haft idéer om hur regionalföreningarna ska presenteras och nu föreslår hon att vi skriver några rader om vilka försäkringar förbundet tecknat, försäkringar som också gäller regionföreningarna. Se artikel på sid 6. Tack för ditt engagemang Sigbritt!

ULF JÖNSON
VICE FÖRBUNDSORDFÖRANDE

LARYVOX® SYSTEM

ALTERNATIVT SYSTEM EFTER LARYNGEKTOMI

Även tillgänglig i
NORMAL-, HIGHFLOW-
och SPORTVARIANT



LARYVOX® EXTRA HME MEDIUM

- ▶ **5:e generationen LARYVOX® HME kassetter**
- ▶ **Fullvärdig befuktning**
- ▶ **Lägre andningsmotstånd**



LARYVOX® TAPE COMFORT

- ▶ **Tunt och flexibelt plåster som formar sig bra kring (oregelbundna) trakeostoma**
- ▶ **Lång livslängd p.g.a. bra fästförmåga**

„Vi låter gärna våra patienter prova nya produkter på marknaden. En majoritet av våra patienter väljer numera **LARYVOX® COMFORT oval**. Detta plåster är inte bara väldigt bekvämt utan passar, med sin långa livslängd (upp till 5 dagar), även väl in i det Belgiska försäkringsystemet. **Kombinationen med LARYVOX® EXTRA HME Medium** är f.n. det i särklass **mest populära valet.**“

Y. Jochems, Chefslogoped, Akademiska Sjukhuset (CHU) i Liège, Belgien.

JÄMFÖR! Prova en hel månad gratis genom att fylla i svarstalongen.

- JA, jag vill göra en gratis och icke-bindande beställning av **LARYVOX® EXTRA HME MEDIUM**
- JA, jag vill göra en gratis och icke-bindande beställning av **LARYVOX® TAPE COMFORT**
- JA, jag är intresserad av ett **personligt och icke-bindande rådgivande samtal** och vill bli kontaktad av firman **FAHL SCANDINAVIA AB**.
- JA, jag är intresserad av ytterligare information och vill bli kontaktad.

FAHL SCANDINAVIA AB

Building 301 Medicon Village, 223 81 Lund

Namn	Vårdgivare namn
Adress	Titel
Postnr/Ort	Sjukhus
E-post	E-post
Telefon	Telefon

Jag godkänner att de uppgifter jag har angivit får sparas, behandlas och användas av företaget FAHL SCANDINAVIA AB för reklam per post, e-post eller telefon, samt för marknadsundersökning. Samförståndsfrågan är frivillig och kan återkallas när som helst genom att du skickar ett e-post till info@fahl-scandinavia.de eller brev till FAHL SCANDINAVIA AB, Building 301 Medicon Village 223 81 Lund.

Datum/namnteckning

☎ **046 - 2873790**

@ **info@fahl-scandinavia.se**

▶ AKTUELLT

SAMMANSTÄLLT AV ULF JÖNSON

▶ NU HAR LANDSTINGEN UPPHÖRT

I och med årsskiftet upphörde de sista kvarvarande sju landstingen och blev regioner. Benämningen landsting har i och med detta upphört och ersatts av regioner med en del nya ansvarsområden. Utöver de hittillsvarande uppgifterna hälso- och sjukvård, lokal- och regiontrafik och kulturfrågor tas också ansvaret för regionutveckling över från staten.

Källa: LIFe-time.se

▶ REHABILITERINGSKURSEN

Till rehabiliteringskursen (fd anpassningskurserna) på Gotland 2-9 juni har 56 anmälningar kommit in. Totalt finns 24 platser och behandlade medlemmar kommer att prioriteras vid fördelningen av dem.

▶ FÖRÄNDRING AV STADGARNA

Förbundsstyrelsen har tidigare tillsatt en kommitté med uppgift att utarbeta förslag till förändring av stadgarna på en del punkter. Vid styrelsens sammanträde i december förra året lämnade kommittén en rapport och på grundval av den beslutades att sända förslaget till stadgeförändringar på remiss till våra regionala styrelser.

Vill du annonsera i tidningen **Mun&Hals?**



Kontakta
Gunilla Åkerlund
0660-29 99 61
gunilla.akerlund@agrenshuset.se

@ÅGRENSHUSET

Cancer i hals eller munhåla?

Det finns gemenskap med andra i samma situation!
Bli medlem i någon av Mun- & Halscancerförbundets föreningar.
Vi välkomnar behandlade, anhöriga, sjukvårdspersonal,
vänner och andra intresserade som medlemmar.

Mun- & Halscancerförbundet (MHCF) arbetar för:

- kontakt och information före och efter behandling
- att hjälpmedel och förbrukningsmaterial skall vara kostnadsfria
- utökade resurser till rehabilitering
- handikappersättning, färdtjänst och kostnadsfri tandvård
- subventionerad utomlandsvård
- forskning och utveckling av hjälpmedel
- bredare informationsverksamhet
- rökinformation i skolorna

Läns- eller regionsföreningar i Sverige finns i:

Dalarna, Gävleborg, Göteborg, Halland, Sydöstra Sverige, Stockholm, Uppland, Södra Sverige, Västmanland, Norrland, Örebro och Värmlands Län.

Vi är en av huvudmännen i Cancerfonden



- Mjuk och len för bättre komfort på natten
- Plåstret är tillverkat av hydrogel som hjälper till att lugna och svalka huden
- Sidoöppningar för att förhindra luftblockering när du sover
- Överlägsen befuktning i jämförelse med andra HME-kassetter*

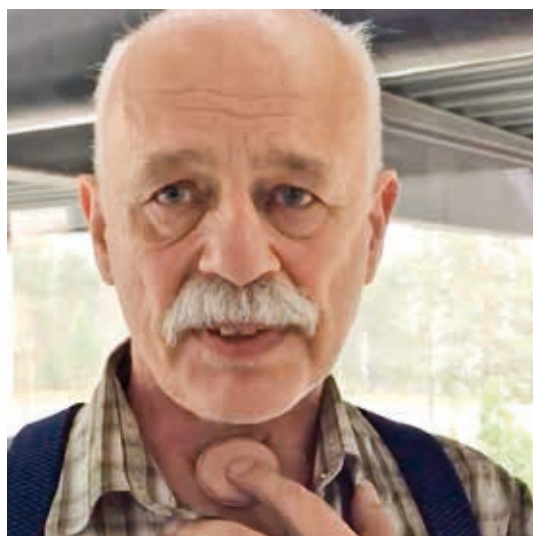
*Registrerade data

Vår lösning för natten, Provox Luna, hjälper dig att sova bekvämt oavsett sovställning. Hydrogelplåstret hjälper till att lugna din hud och HME:n förbättrar din lunghälsa. Kontakta din vårdkontakt för mer information om Provox Luna. Du är självklart alltid varmt välkommen att kontakta Atos kundtjänst på tel.nr: 0415 198 20.

“Efter att ha använt Provox Luna i fem-sex nätter kunde jag sova två-tre timmar mer per natt”

-Stig, Provox Luna användare

Besök vår hemsida: www.atosmedical.se, gå till "Gemenskap" och därefter "Provox Luna Historier", så kan du lyssna på hela Stig's berättelse.



På Atos Medical arbetar vi för att ge en röst till personer som andas genom ett stoma, med designlösningar och teknik som bygger på decennier av erfarenhet och en djup förståelse av våra användare.

www.atosmedical.se

FUNKTIONSRÄTT SVERIGE

ORGANISATIONSFÖRSÄKRING

SAMMANSTÄLLT AV ULF JÖNSON

Mun- och Halscancerförbundet har via Funktionsrätt Sverige tecknat en företagsförsäkring hos Folksam som kallas organisationsförsäkring.

Försäkringen gäller för förbundet och samtliga regionala föreningar.

Försäkringen gäller med fullvärde utom för konst som är begränsad till 15 prisbasbelopp. Försäkringen är en allriskförsäkring och gäller för brand, vatten och inbrott och dessutom plötsligt oföretsedda skador. Det är alltid försäkringsbrevet och de fullständiga villkoren som gäller och detta är bara en kortfattad information.

Försäkringen består av följande element

Egendom
Extrakostnad
Ansvar
Rättsskydd
Förmögenhetsbrott
Tjänsteresa
Olycksfall
Kristerapi

Egendomsförsäkringen

Självriskan för egendom är 10% av prisbasbeloppet för 2019 så den är 4 650 kronor.

Låskraven är skyddsklass 2 vilket innebär att om det finns stölbegärlig egendom i markplan måste han också ha fönsterlås. Man kan vända sig till en välrenommerad låssmed för mer information om innebörden av skyddsklass 2.

Extrakostnadsförsäkringen

Ersätter upp till 30 prisbasbelopp för att hålla den administrativa verksamheten igång, t ex vid brand.

Ansvarsförsäkringen

Vid skadeståndsskyldighet för person- och sakskada. Maximalt 10 000 000 kronor.

Rättsskyddsförsäkringen

Ersätter advokat- och rättegångskostnader med max 5 prisbasbelopp.

Förmögenhetsbrottsförsäkringen

Förskingring/bedrägeri (kassören försvinner med kassan).

Förbundet ersätts med max 15 prisbasbelopp, föreningarna med max 2 prisbasbelopp

Tjänstereseförsäkringen

Gäller vid uppdrag då man får någon form av traktement eller motsvarande kostnadsersättning. Försäkringen gäller i hela världen utom i de fall där UD eller svenska Folkhälsomyndigheten avråder.

Deltagarolycksfallsförsäkringen

Gäller för deltagare under aktivitet som organisationen anordnar och även för resa till och från sådan aktivitet.

Kristerapi

Gäller för maximalt tio psykologbehandlingar och ska godkännas i förväg av Folksam.

Vid skada ta följande kontakter

Vid sakskada eller personskada eller vid frågor om försäkringen ring Folksam 0771-950 950.

Vid personskada utomlands kontakta SOS International +45 70 10 50 50. ■

Källa: Folksam

Fotnot: Prisbasbeloppet för 2019 är 46 500 kronor.

GÅ IN OCH TITTA PÅ VÅR HEMSIDA
www.mhcforbundet.se

DIALOGMÖTE HOS TLV

TEXT ULF JÖNSON

Tandvårds- och läkemedelsförmånsverket (TLV) inbjuder sedan flera år regelbundet patient- och brukarorganisationer till dialogmöten för ömsesidigt informationsutbyte. Det senaste mötet var i december förra året och innehöll ett omfattande och intressant program. Den här rapporten tar upp ett urval ur programmet.

Inledningsvis tog TLV:s generaldirektör, Sofia Wallström, upp en del aktuella frågor.

Hon erinrade om den statliga tandvårdsutredningen som nu börjat sitt arbete. Mera om den längre fram i artikeln.

TLV ansvarar för det statliga tandvårdsstödet och genom digitaliseringen är all statligt stödd tandvård som utförs registrerad, vilket ger ett bra underlag för analyser. För att bredda analyserna vill TLV

också inkludera landstingens och kommunernas tandvård, men tillgången till data är på det området sämre.

På apoteksområdet kan man konstatera att apoteken allt mer investerar i e-handel medan etableringen av nya apotek avtar allt mer.

Den här gången besökte Veronica Palm dialogforum. Hon är regeringens särskilda utredare för en jämlik tandhälsa. Veronica Palm berättar

att utredningsuppdraget består i att identifiera och analysera skillnader i tandhälsan, faktorer som ytterligare främjar förebyggande tandvård och prissättningens betydelse för en jämlik tandhälsa. Ledord för utredningen är jämlikt, resurseffektivt och förutsägbart.

Utredningen kommer att besöka samtliga hälso- och sjukvårdsregioner och vill också ha dialog med patientföreningar.

I maj 2019 lanserar TLV en ny tjänst, som kallas tandpriskollen. Det är en prisjämförelse som ska ge en bild av prisnivån inom tandvården och skapa möjlighet för patienterna att jämföra priser mellan olika tandvårdsmottagningar. Vi hoppas kunna återkomma i denna fråga. ■

MEDLEMSANSÖKAN

Jag vill bli medlem

Namn:

Adress:

Postnummer/Ort:

E-postadress:

Telefon:

Klipp ur kupongen, lägg den i ett kuvert, skriv FRISVAR, Mun- & Halscancerförbundet, 20403787, 170 07 Solna
Läs mer om oss på vår hemsida: www.mhcforbundet.se

VÅRENS ORDFÖRANDEMÖTE HÖLLS I UMEÅ

TEXT OCH FOTO ULF JÖNSON

Det är lite tveksamt om man redan i februari kan tala om vår, som rubriken anger. I år verkar det dock vara möjligt och även så långt norrut som i Umeå fanns en känsla av tidig vår.

Förbundet håller två ordförandemöten om året och numera försöker man växla så att de olika föreningarna svarar för planeringen av mötena. Denna gång var det Norrlandsföreningens tur, därav Umeå som mötesplats. Det var så finurligt ordnat att ordförandemötet kunde ske i anslutning till Norrlandsföreningens årsmöte.

Detta ordförandemöte avvek inte så mycket från de tidigare träffarna. En del personförändringar har dock skett. Dan Rasmusson har ersatt Annika Ljungström som ordförande i Göteborg och Sydsöstra föreningen representerades av Tony Nilsson. Bland diskussionspunkterna fanns naturligtvis årets riksstämma. En av föreläsarna vid stämman blir Johan Wennerberg, en för de flesta av oss känd professor från Lund.

Det råder en viss tvekan om vilka regler som gäller för föreningarnas utseende av ombud till riksstämman. En titt i stadgan visar dock att varje förening har rätt att utse två ombud. Detta gäller upp till ett medlemsantal på 25. Har föreningen flera medlemmar än så kan den utse ytterligare ett ombud per påbörjat 25-tal medlem-



Fr vänster: Tony Nilsson, Dan Rasmusson, Staffan Hagelin Gille, Eva Knuts Eriksson, Bengt Svensson, Halvor Eriksson, Owe Persson, Kenneth Rubensson.

mar, men högst fem ombud per förening.

I sedvanlig ordning informerade ordförandena varandra om sina respektive föreningars verksamhet, vilken i flera avseenden är rätt lika. Samtidigt kan man se att de mindre föreningarna allt mer samarbetar med varandra, har olika arrangemang gemensamt. Ett sådant är föreningen Västmanland/Södermanland, som tillsammans med föreningarna i Uppland, Dalarna och Örebro/Värmland genomförde en större medlemsträff i januari. Så många som 51 deltagare kunde lyssna till föredrag av bland andra kontaktsjuksköterska och läkare. I Gävleborg planerar just nu

Mun- och Halscancerföreningen, tillsammans med andra föreningar, inför Cancerdagen i Gävle, som numera återkommer varje år.

I maj kommer Göteborgsföreningen, tillsammans med föreningen i Halland, att genomföra en resa till Älmhult och Gävleborgsföreningen planerar tillsammans med andra föreningar i området för en resa till Polen.

Detta var några axplock från våra föreningar och deras verksamhet.

På förbunds nivå händer också en hel del. En registergrupp har arbetat fram förslag hur medlemsregistret ska anpassas till de regler

som numera gäller och en stadgekommitté föreslår en del förändringar i både förbundets och föreningarnas stadgar. Stadgeförslaget är ute på remiss hos föreningarna nu. Vi har fått anslag från Cancerfonden för att kunna utarbeta en instruktionsfilm om hur konstgjord andning ska ges till laryngektomerade personer.

Det nordiska arbetet behöver aktiveras och utvecklats och därför träffades i februari representanter för förbunden i Norge, Danmark, Finland och Sverige. Alla ansåg att samarbetet mellan oss är viktigt och vid en kommande träff ska formerna för detta konkretiseras. ■

DET FINNS INGET SOM HETER "känsligt tandkött"



Tandhygienisterna Ann-Charlotte (Lotta) Klang och Elena Mondini Friman driver praktiken Din tandhygienist i Helsingborg. Mångårigt arbete med munhälsa har gett dem stor kunskap om tandköttproblem, som drabbar en stor del av befolkningen någon gång i livet.

Hur märker ni att patienter drabbats av problem med tandkötet?

- Patienten har nästan alltid blödande och svullet rött tandkött, ett säkert tecken på tandköttinflammation. Liksom dålig andedräft, säger Elena.
- Vi hör ofta patienter säga att de har känsligt tandkött när det blöder i tandkötet, men det finns inget som heter så! Blödande tandkött är nästan alltid inflammation, säger Lotta.

Vilka drabbas av tandköttproblem och hur vanligt är det?

- Alla kan drabbas, men vi möter ofta patienter som är 30 och uppåt som drabbats. Jag tror tyvärr att många går runt med tandköttinflammation utan att vara medvetna om det, säger Elena.

Vad kan tandköttproblem bero på?

- Det kan finnas många orsaker. Ålder, dålig munhygien, stress, rökning, ärftliga faktorer, nedsatt immunförsvar, graviditet och hormonförändringar exempelvis, förklarar Lotta.

Varför är det viktigt att sköta tandkötet?

- För att undvika att få dessa problem och att de utvecklas vidare. Vi har ju bara en uppsättning tänder, dem ska man vara rädd om.

Hur kommer ni tillrätta med besvären?

- Först behöver patienten en professionell rengöring och sedan sätter vi in daglig användning av tandkrämen GUM Paroex, som vi ser fungerar bra, säger Elena.

Varför fungerar just GUM Paroex tror ni?

- Det är de antibakteriella substanserna (CPC och CHX) som tandkrämen innehåller, som motverkar plackbildning och stärker tandkötet.

4 TECKEN PÅ ATT DU HAR TANDKÖTTSPROBLEM

- Tandkötet är ömt och rött
- Det blöder vid tandborstning
- Tandkötet svullnar
- Dålig andedräft

Du är inte ensam!

6 av 10
SVENSKAR LIDER AV
tandköttproblem

*Källa: "Svenska folkets
munvårdsvanor" (Sifo, 2015)*

VAD SKA MAN GÖRA VID SYMPTOM PÅ TANDKÖTTSPROBLEM?



• Använd en mjuk tandborste.



• Borsta tänderna med en bra tandkräm framtagen för tandköttproblem.



• Använd tandtråd eller tandstickor för utrymmet mellan tänderna.

**FINNS
PÅ DITT
APOTEK!**



GUM Sverige



gumsverige

SunstarGUM.se

EN HELDAG HOS RCC VÄST OM STANDARDISERADE VÅRDFÖRLOPP

TEXT ANNIKA LJUNGSTRÖM FOTO ARNE LJUNGSTRÖM

Den 31 januari 2019 inbjöd Regionalt Cancercentrum Väst till en heldag om standardiserade vårdförlopp i cancervården.

Ansvarig för dagen var Thomas Björk-Eriksson Verksamhetschef Regionalt cancercentrum Väst,

Inbjudna var i första hand representanter för patienter, närstående och medarbetare inom cancervården, politiker och tjänstemän samt chefer och processansvariga inom vården i västra sjukvårdsregionen.

Dagens program innehöll bl. a.

Vad har satsningen på standardiserade vårdförlopp gett hittills, och hur ska framtiden bli?

Erfarenheter och goda exempel från satsningen och hur framtida utmaningar och lösningar ska utformas.

Jesper Swärd, urologsjukvården, NU-sjukvården, berättade om:

Hur man lyckas bli snabbast i Sverige.

Utställare presenterade goda exempel på arbeten som pågår i regionen.

Planer för framtida arbete med standardiserade vårdförlopp presenterades av:

Regionens sjukhusförvaltningar, Jonas Andersson, Hälso- och sjukvårdsstyrelsen och Steen Fridriksson neurokirurgi Sahlgrenska, Elsy Samuelsson och Annika Ljungström från Mun- & Halscancerföreningen i Göteborg var tacksamma för att få delta i denna intressanta dag. ■



Elsy Samuelsson och Annika Ljungström.

GÅ IN OCH TITTA PÅ VÅR HEMSIDA
www.mhcforbundet.se

Förenings- nytt

UNDER DEN HÄR RUBRIKEN kan varje förening annonsera om den verksamhet som planeras för den kommande perioden, intill det att nästa nummer av Mun&Hals kommer ut. På så sätt når man alla medlemmar med en påminnelse och andra föreningar kan dessutom få tips och inspiration till sitt eget utbud.

DEN HÄR RUTAN ska alltså användas för att i förväg informera. Att sedan rapportera från mötet eller aktiviteter i form av en artikel i tidningen är givetvis lika angeläget och viktigt som tidigare.

REDAKTIONEN

MAILA TILL: ULF JÖNSON, ulfjonson@telia.com

ÖREBRO/VÄRMLAND HADE ÅRSAVSLUTNING I DEGERFORS

TEXT EWA-LENA THUNBERG FOTO ÅKE ZEILON

Föreningen Örebro/Värmland avslutade sitt verksamhetsår med ett besök på Degerfors herrgård, vackert belägen vid sjön Möckeln, som sträcker sig från centrala Karlskoga till Degerfors. På herrgården serverades ett fantastiskt julbord där alla rätter var tillagade på plats, allt från grunden, inga halvfabrikat. ■





EN REHABVECKA

TEXT OCH FOTO **MADELEINE ERICHSEN**, HALLSTAHAMMAR

En rehabvecka, är det nödvändigt var min första tanke när min nyvunna internetkoms Nina Erkki föreslog idén för mig. Men jag var inte speciellt svårövertalad när det även ingick att få träffa en av de få som faktiskt har samma cancertyp som jag, adenoid cystic cancer. Nina är dessutom inte så många år äldre och jag tror vi hör till de yngre som fått diagnosen, Nina var 46 år (2015) och jag var 34 år (2014) när vi drabbades.

Sagt och gjort så anmälde vi vårt intresse och några månader senare hämtade jag upp Nina på Västerås tågstation dit hon tagit sig efter flygresan från Kiruna. Det var som att vi redan kände varandra och tågresan ner till Brösarp i Skåne följande morgon gick utan många tysta stunder oss emellan.

Efter den sista turen med buss drog vi våra väskor längs grusvägen och bakom en krök låg Talldungens gårdshotell som en gul sol i novemberdiset. Från att vi klev in i huset kändes allt så välkomnande. Hotellet kändes hemtrevligt med mörka gamla trägol och kandelabrar med brinnande ljus och rummen var så lantligt mysiga men samtidigt moderna.

Veckan vi hade anmält oss till kallades foodpower och hade inriktning på mat, yoga och samtal.

Nu stod tre leende kvinnor framför oss och presenterade sig själva och dagarnas upplägg för oss.

Anna Ottosson som är legitimerad dietist, expert på mat samt grundaren av foodpowerveckan hade hand om maten och påpekade hur viktig den är för oss och vad gott alla vitaminer och nyttiga grönsaker gör för gott i våra kroppar. Jag som levde på sjukhusets näringsdrycker kände mig först skeptisk till att våga mig på alla gröna, gula och röda smoothies hon utlovade servera oss under veckan. Efter min operation tre år tidigare hade min matlust i princip dött och

vart jag än vände mig på sjukhuset fanns inte rätt hjälp att tillgå. Näringsdryckerna visste jag var dåliga för mig i längden och att min ork aldrig riktigt skulle komma tillbaka så länge de var min enda näringskälla. Det jag inte visste då var att jag stod framför en person som skulle förändra så mycket av min syn på maten och det till det bättre.

Elenor, utbildad psykolog stod för de samtal vi skulle ha med varandra. Där kunde vi ta upp känslor funderingar och få chansen att hinna tänka steget djupare innan vi avbröts av någon annan som ville flika in sin uppfattning. Vi fick tiden att tala till punkt och när klockan ringde var det dags för nästa att ha ordet.

Sarah en liten smidig kvinna var vår yogainstruktör. I ett rum med en kamin som gick het hölls det den mest avslappnande och givande stunder jag gett mig själv. Hon var så självklar i sin roll och ingen av oss kände sig osmidig eller misslyckad i de övningar hon gav oss.

Vilka var vi då som hade hamnat på Talldungen tillsammans? Nina och jag var de enda som inte var drabbade av bröstcancer, som de resterande 12 kvinnorna. Vissa hade kommit längre i sin behandling och vissa var pågående. Det dom alla hade gemensamt var de korta frisyrenerna som skvallrade om de cellgiftsbehandlingar de hade genomgått. Ålder och tid för insjuknande låg ganska nära varandra. Allt för att



Madeleine Erichsen och Nina Erkki på promenad vid Talldungens gårdshotell.

gemenskapen inte skulle få några större glapp. Vi var alla så olika personer men cancer förde oss samman och jag är så glad att få ha träffat varenda en av dom.

Då jag själv blivit opererad hade läkarna varit tvungna att avlägsna hela min högra överkäke och lämnat ett mindre vackert utseende kvar. Borta var mitt gamla söta jag och kvar stod jag med ett kantstött ansikte som jag har haft svårt att tycka om. Men några dagar in på veckan, efter djupa samtal med fantastiska varma kvinnor så kom jag plötsligt att tänka på att jag inte reflekterat över mitt synliga ärr de senaste gångerna jag sett mig i spegeln. Jag var jag och det kändes så naturligt att plötsligt få vara en i gäng-

et bland alla andra. Vi bar alla på ärrade kroppar, vi var alla utsatta för ingrepp men bara på olika ställen. Jag var plötsligt inte annorlunda längre. Och plötsligt drack jag gröna smoothies utan att blinka, satt i positioner min kropp inte varit i närheten av tidigare och tänkte så många stärkande tankar till mig själv så jag kände mig som superwoman. Att dessutom bli serverad otroligt vacker och god specialmat för oss med ätsvårigheter kändes så otroligt lyxigt.

Vi var annorlunda på det sättet och det var helt okej. Vi åt soppor på traktens bästa råvaror och drack smoothies där vi fick full information om vad det gjorde för gott för våra kroppar.

När veckan hade gått hade jag mött så många starka personligheter som vi alla hade både skrattat och gråtit inför, vi hade lyssnat och blivit lyssnade på, vi hade fått tänka om och tänka rätt för att förstå vårt eget värde. Vi hade samlat kraft i yogans magiska värld och mindfulness hade öppnat nya sinnen. Men främst hade det väckt den där sovande matlusten hos mig och jag ville bara hem och fortsätta äta och framför allt äta nyttigt.

Jag höll på att rehabiliteras och det var tack vare en fantastisk organisation som heter Cancerrehabfonden.

Cancerrehabfonden är en religiöst och politiskt obunden insamlingsorganisation som erbjuder kostnadsfri rehabi-

litering och stöd till cancerdrabbade vuxna och barn. Den är helt fristående från andra cancerorganisationer och får inga statliga bidrag utan är beroende av gåvor från privatpersoner, företag och stiftelser. Vårdens resurser räcker inte till för rehabilitering och endast en mindre del av alla som drabbas av cancer erbjuds rehabilitering via sjukvården. Därför är Cancerrehabfondens arbete så viktigt, de rehabiliterar cancerdrabbade. Ett sätt att stötta fonden är att bli månadsgivare vilket man kan bli via deras hemsida www.cancerrehabfonden.se

Lev livet fullt ut och glöm inte gå in på deras hemsida och bli månadsgivare! ■

REHABILITERINGSRESA TILL TOSCANA

Den andra rehabiliteringsresan till Toscana under 2018 genomfördes 19-26 oktober och här kommer några reseberättelser.

MARIE-ANN OCH BOBBIE WERDLER:

Vilken fantastisk resa ni alla har fixat till oss medlemmar.

Min man och jag var med för första gången, det har varit en riktig hitt. Mycket fint hotell och vilka underbara omgivningar med stranden och allt.

Vi lärde känna flera nya vänner. Utflyktsmålen med

Sienna och vingården var veckans höjdpunkter för oss båda. Bodil var en mycket kunnig guide. En liten önskan hade varit att man fått lite mera tid i Sienna.

Vi hade också riktig tur med vädret för det är inte alltid man kan bada i havet den här årstiden.

Det var en härlig pianokväll i baren med mycket folk och trevlig hotellpersonal överlag.

En liten miss att den lilla mataffären var stängd under hela veckan. Men hotellet ordnade buss till närmaste mataffär vissa tider och dagar. Men ändå lite synd.

Tycker att frukosten var helt okej. Förrätterna var bäst under veckan och alla soppor. Svårt att hålla maten tillräckligt varm och det behövs speciellt med pasta.

Många höstliga och varma hälsningar från Marie-Ann och Bobbie Werdler. ■



Vy över poolområdet.
Foto: Marie-Ann Werdler

KRISTINA HENRIKSSON:

Tisdag den 23 oktober åkte vi på utflykt till Siena, 322 m.ö.h.

Siena är en stad i regionen Toscana i mellersta Italien.

Vi började dagen med en fyrrätters lunch på restaurangen La Grotta Di San Francesco.

Vi serverades Antipasto – förrätt, Primo – första rätten, Seconda – andra rätten, Dolce – efterrätt och till sist Espresso – en liten kopp starkt kaffe.

Sedan blev det guidad vandring i Siena. Det var väldigt mycket att se, t.ex. katedralen som började byggas 1229 och Piazza del Campo där det två gånger per år genomförs hästkapplöpningar enligt gamla traditioner.

Det var en upplevelse att se denna gamla stad från 1200 talet, med sina smala och krokiga gator, och vi hade tur med vädret en klarblå himmel.

Tack för en underbar vecka i Toscana

Kristina Henrikson & Zofia Kijek Mun- & Halscancerförbundet/Solna ■



Piazza del Campo
Foto: Staffan Hagelin Gille



Katedralen i Siena
Foto: Staffan Hagelin Gille



Glada minner vid lunchen. Foto: Staffan Hagelin Gille



Lunchrestaurang. Foto: Staffan Hagelin Gille

VEERA BAIKOVA:

Förra året fick vi information att MHCF skulle organisera rehabiliteringsresor till Toscana, Italien, våren och hösten 2018. Vi anmälde oss till höstresan och fick ett positivt besked – vi var med på listan som resenärer. Våra drömmar om resan till Toscana var fulla av förväntan i drygt ett halvt år.

Den 19 oktober anlände flygplanet till Rom där vår guide Bodil mötte oss. På hemmaplan var det noll grader. I Italien var 23 grader, jätte skönt! Bussen skjutsade oss till hotell Riva del Sole, en färd på cirka 3 timmar och Bodil berättade om Italien och i synnerhet om Toscana, om italienska traditioner och lite om sig själv. Bodil är född i Sverige och har bott de sista decennierna i Italien.

Personalen på hotellet väntade på oss, incheckning gick lätt och snabbt. Vi fick veta vilka aktiviteter och nöjen som fanns på vårt hotell och i omgivningen. Riva del Sole är en svenskägd resort med både lägenheter och hotell. Den svenska resebyrån Reso köpte marken här precis för 60 år sedan. Reso uppförde då Riva del Sole som invigdes 1960 av Tage Erlander. De började bygga de första husen med

lägenheter med kök, då var det inget hotell. På den tiden var resorten modern men trakten var fortfarande fattig. Det var svenskar som reste hit, turisterna från andra länder hade inte hittat hit ännu. Området är underbart – inbäddat i den förtrollande maremmanska pinjeskogen, utbredd på en 27 hektar stor yta, alldeles vid havet med en privat strand på 600 meter.

I närheten finns den lilla vackra staden Castiglione della Pescaia vid Toscanas kust. Man kan promenera till Castiglione della Pescaia ett par kilometer från Riva del Sole. Överst i Castiglione vakar borgen, byggd under medeltiden då staden hörde till Pisa. I staden finns medeltida murar, slott, borgar och torn. Svenskar tycker om att semestra på Riva del Sole och många av dem kommer tillbaka år efter år.



Vinprovning
Foto: Veera Baikova

Vi kunde konstatera att hotellet håller hög klass på service och bekvämligheter. Personalen är professionell, vänlig och alltid var redo att hjälpa till. Några recepti- nister talade svenska. Varje rum var elegant inrett och utrustade med praktiska bekvämligheter. Mycket vacker interiör och exteriör, rent och bekvämt.

Det fanns aktiviteter för alla deltagares individuella behov. Riva del Sole erbjuder många fritidsfaciliteter. Här finns spaanläggningen Rase- na med tre pooler, varav en med havsvatten, solsängar, solstolar, parasoll. Inrättning- en för skönhetsbehandlingar och massage. Fitnesscentret har den senaste versionen av utrustning; bastuavdelning med finsk bastu, ångbastu, bastu med infraröd värme och "kneipp" bad. På relax- avdelningen har gästerna möjlighet att själva välja vad man önskar göra eller att få hjälp av professionell personal. Våra reskamrater var aktiva och använde hela det breda utbudet.

Riva del Sole har en fantas- tiskt bred privat strand som gränsar till gröna buskage och underbara pinjetråd. Vädret var skönt, tempe- raturen cirka 20-23 grader. Många njöt av sol, sand och fin doft av havet och pinje- träden. Vi solade, promene- rade, vilade på solsängar och det gav en känsla av fullstän- digt lugn. En liten sommar under hösten – kan det bli bättre?

Frukost och kvällsmiddag åt vi på Restaurang Riva i en stor matsal där personalen servade vår grupp. Alla rätter var välagade med både lokala och internationella läckerheter. Under middagen fick man njuta av olika sorters vin ur ett stort urval av de bästa lokala vinerna.

Efter klockan 17 var Lounge Bar Linné öppen. Den ligger i direkt anslutning till recep- tionen. Låter det namnet bekant? Jajamän, baren var uppkallad efter Carl von Linné! Bar Linné har en in- teriör med förfinad elegans. En fantastiskt avslappnande miljö där man kunde lyssna på härlig levande musik

av en pianist som också sjöng!

De som hade intresse för dagsutflykter kunde besö- ka en liten stad Grosseto, vingården Rocca di Mont- emassi, Siena eller staden Orbetello. Några besökte Pisa på eget initiativ.

Vi fick en mycket intressant och rolig träff med en svensk kvinna som har bott i Italien med sin italienska man i 55 år. De lärde oss en skrattyoga. Denna timme var den roligas- te på semestern! Vi skrattade och härmade varandra, sedan skrattade vi ännu mer! Ett mycket trevligt sätt att slapp- na av och ha det trevligt.

Vår grupp fick en härlig resa och vi är nöjda. Vi lärde känna flera nya vänner med samma sjukdomar, och vi fick och gav goda råd. Vi känner oss starkare och lyckligare. Deltagarna i vår grupp var mycket trevliga, guiderna var kunniga och lyhörda. Utflykterna var intressanta och minnesvär- da, hotellets bemötande mycket bra. Maten var suveränt god.

Vi säger ett jättetack till resegruppen, deras insats ska inte förglömmas! Och ett stort TACK till Laryngfonden som möjliggjorde denna resa för oss. ■



Guiderna Lena och Bodil. Foto: Veera Baikova

MINNESORD

VIOLA LANDEWALL

TEXT ULF JÖNSSON FOTO ANNIKA AXELSSON

Viola Landewall har lämnat oss. Hon avled på julaftonskvällen efter en tids sjukdom. Viola blev medlem i stockholmsföreningen 1990 och har genom åren varit verksam både inom föreningen och förbundet.

Redan från början blev Viola medlem i stockholmsföreningens styrelse och hade åren 2001 till 2014 uppdraget som sekreterare.

Viola var genom åren

engagerad i föreningsarbetet även utanför det direkta styrelseuppdraget. Inte minst genom sitt deltagande i anti-tobaksinformation i skolorna. Hon hade också kontakt med mun- och halscancerpatienter inför deras behandling. Viola arbetade mycket inför föreningens medlemsmöten, som återkommer så ofta som en gång per månad, och hon ansvarade för medlemsbladet Taltrasten, som också kommer ut varje månad.

En period var Viola sammanställande i förbundets valberedning och sedan 2015 ingick hon i förbundsstyrel-



sen. Under flera år ansvarade Viola för både planering och genomförande av de regelbundet återkommande anpassningskurserna vid Eslövs och Stensunds folkhögskolor.

Jag hade glädjen att samarbeta med Viola i redaktionskommittén för vår medlemstidning. Viola fanns redan i kommittén när jag valdes in och vi kom genom åren att ha många trevliga

möten. Viola hade ofta idéer till artiklar och hon medverkade ibland också med eget material. Hon hade ett utpräglat sinne för språket och gjorde en fantastisk insats i redaktionskommittén.

Saknaden efter Viola är stor. Vi känner alla tacksamhet för hennes kamratskap och hennes insatser i såväl föreningen som förbundet. ■

Föreningsnytt

NY ORDFÖRANDE I GÖTEBORG

Göteborgsföreningen har haft årsmöte den 6 februari och valt ny ordförande och två nya styrelseledamöter.

Mun&Hals tackar Annika för de framgångsrika år hon varit ordförande och önskar Dan Rasmusson lycka till. ■

Här överlämnar avgående ordföranden Annika Ljungström ordförandeklubban till Dan Rasmusson.
Foto: Arne Ljungström





Christine
HEADWEAR

SVÅRT ATT VÄLJA? KOM TILL OSS OCH PROVA!

Hur olika människor väljer att hantera sitt håravfall är individuellt och i slutändan en smaksak. Vissa väljer att lämna huvudet bart medan andra föredrar att använda turban eller peruk. Oavsett vad du själv väljer, är det viktigaste att det känns bra och bekvämt för dig! Hos oss hittar du ett stort utbud av peruker och turbaner i olika frisyrier, modeller och utförande – för att vi på bästa möjliga sätt ska kunna hitta just det du söker, för bästa känsla och komfort! **Kontakta oss gärna för fri konsultation.**

enkeltomperuker.se

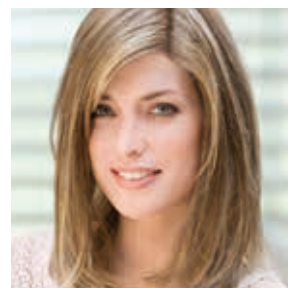
Är en hemsida som bygger på den enkla idén att göra det lättare för personer som drabbats av håravfall att finna komplett information om peruker. Sidan innehåller bland annat information om: håravfall, bidragsregler, besök på salong, utprovning/ att välja peruk – och mycket mer.

Enkeltomperuker.se utvecklas gärna! Dela gärna med dig av dina egna upplevelser av att bära peruk, skicka ett mail till oss: info@carlmlundh.se



SALONGER
**PERUKER & TURBANER
HÅRPRODUKTER**

Varmt välkommen!
CARL M LUNDH – SALONGER OCH PARTNERS



CARL M LUNDH SALONGER – GÖTEBORG CML: 031-10 23 80 | GÖTEBORG Sahlgrenska CML: 031-41 45 10 | HELSINGBORG CML: 042-14 30 00 | JÖNKÖPING CML: 036-15 02 70 | KALMAR CML: 0480-813 69 | LUND CML: 046-14 17 70 | MALMÖ CML: 040-733 20 | STOCKHOLM Östermalm CML: 08-545 66 800 | STOCKHOLM Perukshopen: 08-20 10 06 | STOCKHOLM Fruängen CML: 08-646 46 80 | UMEÅ CML: 090-12 16 72 | VÄSTERÅS CML: 021-18 15 03 | ÖREBRO CML: 019-14 83 63.

PARTNERS – ANDERSTORP Almgrens hårvård: 0371-154 77 | BORÅS Hulda Salongen: 033-15 51 77 | ESKILSTUNA Salong LM: 016-13 27 19 | FALUN Headbanger Hairstyle: 023-197 88 | GÄLLIVARE Stinas Hårcenter: 0970-150 55 | KARLSKOGA Salong Boman: 0586-310 27 | KARLSTAD Hedwig Hårvård: 054-19 08 03 | KRISTIANSTAD Skägg & Lockar: 044-10 00 00 | LINKÖPING Fifty Fifty: 013-12 65 66 | NORRKÖPING Peggis Barbershop: 011-13 24 00 | RONNEBY Salong Astra: 0457-108 51 | SKÖVDE Hårstudion: 0500-41 31 21 | SVENLJUNGA Bergs Salong: 0325-61 10 86 | TORSÅKER Salong P.I.A: 0290-400 12 | UPPSALA Rendezvous: 018-20 90 90 | VARBERG Frisyrrörnan: 0340-133 78 | VISBY Lina Khan Est. 2017: 0790-710 710 | VÄXJÖ Hårdesign: 0470-483 90 | ÖRNSKÖLDSEVIK Salong Jacob: 0660-190 17.



- har 11 läns- och regionföreningar runt om i landet
- bevakar och tillvaratar medlemmarnas intressen
- arbetar aktivt för att hjälpa medlemmarna tillbaka till ett meningsfullt liv
- ordnar rehabiliteringsseminarier och -resor
- har sitt kansli i Solna
- arbetar för att starta samtalsgrupper för både patienter och anhöriga antingen via sjukvårdspersonalen eller i lokal-föreningarnas regi
- ger ut tidningen Mun&Hals med aktuell information, artiklar och reportage
- har regelbundet kurser för förbundets och föreningarnas förtroendevalda samt antirökinformatörer
- håller kontakt med myndigheter och serviceorgan
- tillhör Funktionsrätt Sverige
- är en av huvudmännen i Cancerfonden
- har kontakt med mot svarande förbund i andra länder
- har förtroendeanslutna läkare, tandläkare, logoped, kurator och dietist
- har instiftat den fristående Stiftelsen Laryngfonden

STIFTELSEN LARYNGFONDEN

I KAMP MOT STRUP- OCH MUNHÅLECANCER

Laryngfonden – en fristående fond instiftad av Svenska Laryngförbundet – står öppen för ansökningar om bidrag, vilka kan beviljas i enlighet med fondens ändamål:

Fondens ändamål är att främja forskning och utveckling, särskilt inom områdena laryng-, hemilaryng- och glossektomi samt främja vård och rehabilitering för behövande sjuka inom dessa områden, dock ej sådant som åligger stat, landsting och kommun, enligt gällande lagar, regler och praxis.

**Bidrag och gåvor
emottages tacksamt på:**

Plusgiro 91 82 58-5

Bankgiro 5936-5338



Ansökningsblankett för bidrag finns hos:
Stiftelsen Laryngfonden

Strandgatan 19 ■ 952 33 Kalix

Tel: 0923-776 60 ■ Fax: 0923-155 90

E-post: info@laryngfonden.se ■ Hemsida: www.laryngfonden.se

Ni i föreningarna kan hjälpa redaktionen

Vi vill tacka för de bidrag som kommit in till Mun&Hals. Det är roligt att läsa det som kommit in. Hoppas ni fortsätter så.

Bidragen behöver inte handla om vår funktionsnedsättning. Det kan vara en liten händelse eller incident på 4 rader eller ett A4. Allt är lika välkommet.

Känn dig som en redaktionsmedlem. Försök innan ni skickar in ert material att om möjligt få det digitaliserat och helst skickat på e-post.

Grovsortera gärna era bilder som är suddiga eller som ni bedömer är ointressanta. Skicka bara de ni vill ha med. Glöm inte att skriva texter till bilderna och gärna mellanrubriker.

VARMA HÄLSNINGAR FRÅN REDAKTIONEN

En friskare känsla!

En fuktig mun kan vara en enorm lättnad när kroppen inte fungerar som den ska. Mer än 20 års erfarenhet av munvård har lärt oss att behovet av fukt varierar otroligt mycket från morgon till kväll och från person till person. Därför har vi många produkter som lindrar en torr och känslig mun. Den röda serien med mild mintsmaak och den gula serien utan smak och med extra vårdande egenskaper.

Vi rekommenderar en kombination av Proxident Munspray, Munfuktgel, Tuggummi och Tandkräm.



UTAN SMAK!

Proxident

Läs mer på www.proxident.se

Rehabcenter Mösseberg
Rehabcenter Sfären

Bräcke
diakoni



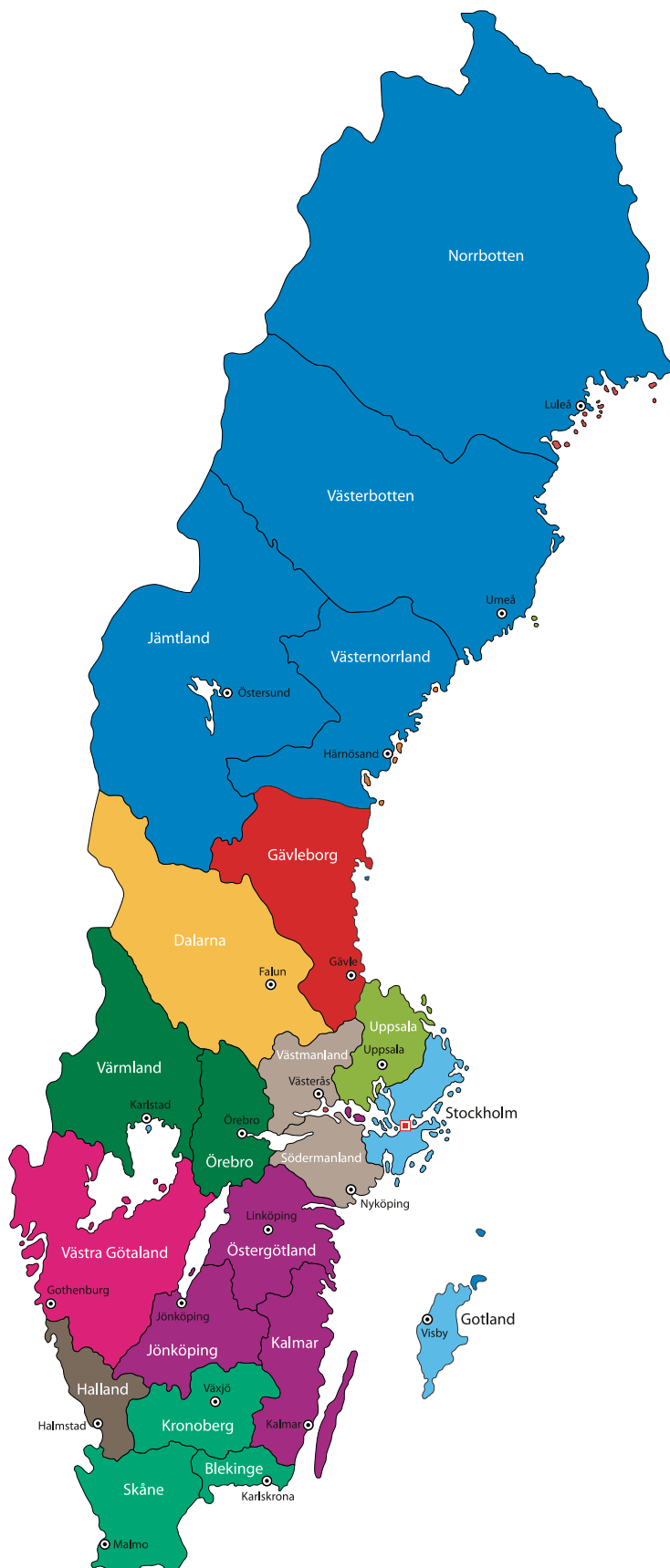
Rehab för livet

Rehab handlar hos oss om återhämtning, att utvecklas och skapa något nytt. Ditt skräddarsydda program kan innehålla t ex vattengymnastik, mindfulness, tid för reflektion, samtal med andra och föreläsningar. Och viktigast av allt – du får värdefull kunskap med dig hem.

Tel 08-791 14 18, www.brackediakoni.se/sfaren

MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDET

REGIONALFÖRENINGAR



- Mun- & Halscancerförbundet Norrland**
 Norrbotten, Västerbotten, Jämtland, Västernorrland
- Mun- & Halscancerförbundet Gävleborg**
 Gävleborg
- Mun- & Halscancerförbundet Dalarna**
 Dalarna
- Mun- & Halscancerförbundet Uppland**
 Uppsala
- Mun- & Halscancerförbundet Örebro och Värmlands Län**
 Örebro, Värmland
- Mun- & Halscancerförbundet Södermanland och Västmanlands Län**
 Södermanland, Västmanland
- Mun- & Halscancerförbundet Stockholms Län**
 Stockholm, Gotland
- Sydöstra Mun- & Halscancerförbundet**
 Östergötland, Jönköping, Kalmar
- Mun- & Halscancerförbundet Göteborg**
 Västra Götaland
- Hallands Laryngförbundet**
 Halland
- Mun- & Halscancerförbundet Södra Sverige**
 Kronoberg, Blekinge, Skåne



MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDET

Regionalföreningar

MED KONTAKTPERSONER

Mun- & Halscancerföreningen Norrländ

OWE PERSSON

Magasingsgatan 13, 903 27 Umeå
Tel: 090-19 10 32. Mobil: 0703-92 63 15
E-post: owe.persson@umea.se



Mun- & Halscancerföreningen Gävleborg

KENNETH RUBENSSON

Masurgatan 7, 804 31 Gävle
Tel: 026-19 52 42, mobil: 0703-77 80 86
E-post: ruben7@tele2.se



Mun- & Halscancerföreningen Dalarna

LENA LUNDSTRÖM

Hantverkaregatan 3, 771 53 Ludvika
Mobil: 072-330 09 23
E-post: lena.lundstrom54@live.se



Mun- & Halscancerföreningen Uppland

STAFFAN HAGELIN GILLE

Heidenstamsgatan 55, 754 27 Uppsala
Tel: 070-469 33 50
E-post: mhcfuppland@gmail.com



Mun- & Halscancerföreningen Örebro och Värmlands Län

HALVOR ERIKSSON

Sirbo 315, 693 94 Åtorp
Tel: 0586-73 20 27. Mobil: 0706-32 02 71
E-post: halvor.eriksson@telia.com



Mun- & Halscancerföreningen Södermanland och Västmanlands Län

EVA KNUTS ERIKSSON

Myrby gård 1, 725 96 Västerås
Mobil: 070-898 01 75.
E-post: eva@myrbygard.se



Mun- & Halscancerföreningen Stockholms Län

KENT BLADEMO

Fenderstigen 4, 134 32 Gustavsberg
Mobil: 070-529 11 20
E-post: anki_blademo@yahoo.se



Sydöstra Mun- & Halscancerföreningen

BÖRJE ADOLFSSON

Kungsvägen 26 B, 595 51 Mjölby
Tel: 0142-160 06
E-post: borlis@spray.se



Mun- & Halscancerföreningen Göteborg

DAN RASMUSSEN

Hammarvägen 114, 421 65 Västra Frölunda
Mobil: 070-397 97 30
E-post: dan.g.rasmussen@gmail.com



Hallands Laryngförening

BENGT-GÖRAN SVENSSON

Box 48
Oskarströmsvägen 29, 313 94 Sennan
Mobil: 0707-92 08 35
E-post: bengt-goran1945@outlook.com



Mun- & Halscancerföreningen Södra Sverige

ANNIKA AXELSSON

Liedbergsgatan 3 B, 352 30 Växjö
Mobil: 070-360 18 16
E-post: annika47axelsson@gmail.com



Mun- & Halscancerförbundet

KRISTINA HENRIKSSON, ZOFIA KIJEK

Barks väg 14, 170 73 Solna
Tel: 08-655 83 10
E-post: kansli@mhcforbundet.se
Hemsida: www.mhcforbundet.se

Kansliets telefontider

Tisdagar – Torsdagar kl. 09.00 – 12.00

Telefon: 08-655 83 10

E-post: kansli@mhcforbundet.se

Hemsida: www.mhcforbundet.se

PROVOX[®] Luna[™]

Bättre nätter för bättre dagar



- Mjuk och len för bättre komfort på natten
- Plåstret är tillverkat av hydrogel som hjälper till att lugna och svalka huden
- Sidoöppningar för att förhindra luftblockering när du sover
- Överlägsen befuktning i jämförelse med andra HME-kassetter*

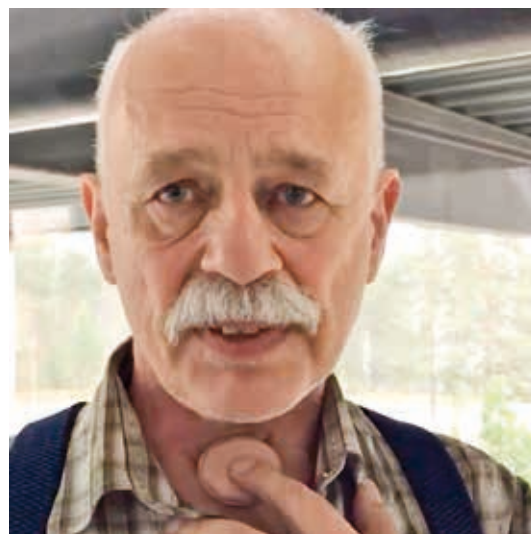
*Registrerade data

Vår lösning för natten, Provox Luna, hjälper dig att sova bekvämt oavsett sovställning. Hydrogelplåstret hjälper till att lugna din hud och HME:n förbättrar din lunghälsa. Kontakta din vårdkontakt för mer information om Provox Luna. Du är självklart alltid varmt välkommen att kontakta Atos kundtjänst på tel.nr: 0415 198 20.

“Efter att ha använt Provox Luna i fem-sex nätter kunde jag sova två-tre timmar mer per natt”

-Stig, Provox Luna användare

Besök vår hemsida:
www.atosmedical.se, gå till
"Gemenskap" och därefter
"Provox Luna Historier", så kan du
lyssna på hela Stig's berättelse.



På Atos Medical arbetar vi för att ge en röst till personer som andas genom ett stoma, med designlösningar och teknik som bygger på decennier av erfarenhet och en djup förståelse av våra användare.

www.atosmedical.se