



Mun & Hals

NR 2 ■ JUNI 2018

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



HAN SPRINGER FRÅN MALMÖ TILL KEBNEKAISE

sid 18

Mun & Hals

Årgång 44 ■ Nr 2 ■ 2018

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

Viola Landewall
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



HAN SPRINGER FRÅN MALMÖ TILL KEBNEKAISE

Omslagsfoto: MARTIN JOSEPH

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
Redaktören har ordet	4
Remissvar till Socialdepartementet	4
Ordförandemöte i Gävle	6-7
RCC-möte	8
Mun- och Halscancerförbundet uppdaterade sin personal och de förtroendevalda på EU:s nya dataskyddsförordning (GDPR)	9
Norrlandsföreningens årsmöte 2018	10
Årsmöte och föredrag i Örebro- och Värmlands Mun- och Halscancerförening	12
Dagboksanteckningar från Göteborgsföreningens Portugalresa	14-15
Aktuellt	16
Minnesord Corneliu Hangan	17
Gunnar Schneider i åminnelse	17
Samtal vid väggkanten – en hyllning till livet	18-19
Stiftelsen Laryngfonden	20
Föreningsnytt	21
RECEPT: Picklad rödlök	22
Förenings sidan med information om kontaktpersonerna	23
Faktasida från förbundet	23

NÄSTA NUMMER UTKOMMER I SEPTEMBER 2018 ■ MATERIALSTOPP TILL NR 3 ÄR 3 AUGUSTI

LEDAREN

Jag vill börja denna ledare med att informera om att jag och förbundssekreterare Ulf Jönson besökte socialutskottets S-grupp onsdagen den 28 mars, som var förstärkt med ledamöter från såväl KD som Miljöpartiet. Det var ett lyckat möte och utskottet delade vår uppfattning om att även tänderna skulle räknas som en del av kroppen. Efter detta möte så har vi varit i kontakt med Veronica Palm som är ordförande i den kommitté som skall utreda "Ett tandvårdssystem för jämlik tandhälsa". I direktiven står också klart och tydligt att man skall kontakta patientorganisationer som berörs av kommittédirektiven, så vi förutsätter från förbundsstyrelsen att vårt förbund och dess synpunkter kommer att bli

en viktig del i det nya förslaget som skall presenteras senast den 31 december 2021. Vidare har vi äntligen fått gehör för vår idoga strävan att även pojkar numera skall omfattas av gratis och likvärdig HPV vaccination som flickor idag får för att skydda sig mot gynekologisk cancer. Vi är också en av remissinstanserna där man går ut med det beslut som folkhälsomyndigheten har fatta avseende det nationella vaccinationsprogrammet. Vi har självklart ställt oss bakom beslutet. Här kan ni se delar av remissvaret. Mun- & Halscancerförbundet delar helt folkhälsomyndighetens uppfattning i den sammanvägda bedömningen att enligt smittskyddslagen (SFS 2004:168) ska en smittsam sjukdom omfattas av ett nationellt vaccinationsprogram, om vaccination mot sjukdomen kan förväntas att

■ Effektivt förhindra smittspridning eller minska sjukdomsbördan av smittsamma sjukdomar i befolkningen eller vissa grupper av befolkningen,
■ Vara samhällsekonomiskt kostnadseffektiv, och
■ Vara hållbar från etiska och humanitära utgångspunkter
Mun- & Halscancerförbundet gör bedömningen att vaccination av pojkar mot humant papillomvirus (HPV) uppfyller dessa tre kriterier av smittskyddslagen och i och med detta kan ingå i ett nationellt vaccinationsprogram. Dock vill Huvud- & Halscancerförbundet göra följande medskick. Man måste från de instanser som går ut och rekommenderar denna vaccination vara väldigt pedagogiska i sin framtoning av vaccinationen, detta med resultatet av den senaste stora vaccinationen

som genomfördes i Sverige och där biverkningarna blev att ett antal av de som vaccinerades drabbades av narkolepsi. Efter detta spreds tyvärr och på ett felaktigt sätt en rädsla för alla vaccinationsprogram. Som ni ser händer det mycket nu inom förbundet inte minst inom våra hjärtefrågor. Till detta kommer att vi också genomfört en ordförandekonferens med förbundets samtliga ordföranden. Mötet genomfördes efter det nya konceptet i Gävle och var mycket uppskattat. Detta var lite av vad som just nu händer inom vårt förbund. Vill också här passa på att önska er alla en varm och skön sommar så träffas vi åter igen med förnyade krafter efter den sköna sommarledigheten.

OWE PERSSON
FÖRBUNDSORDFÖRANDE

FAHL

NYHET

LARYVOX® EXTRA HME

NÄSTA GENERATION!



FAHL SCANDINAVIA är mycket stolta att lansera vårt nya **HME system**. Med Extra HME fulländas vårt redan breda sortiment.

- **Lättare att tala:** Det spelar ingen roll var på talventilen man trycker!
- **Mer diskret:** Helt hudfärgad design!
- **Mer valmöjlighet:** Tre varianter. **Normal Highflow och nu även Medium!**

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**
 - NORMAL** **MEDIUM** **HIGHFLOW**
- 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

Efternamn, 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. Samförståndsfrågor 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

► REDAKTÖREN HAR ORDET

Åter ett innehållsrikt nummer av vår tidning. Den nya layouten, som lanserades i förra numret, verkar vara uppskattad. Flera medlemmar har uttryckt att de tycker tidningen är mera lättläst och överskådlig nu, samtidigt som den fått en mera modern utformning.

Det är flera frågor som är aktuella för tillfället. Det gäller HPV-vaccination av pojkar och det gäller de svårbemätrade tandvårdsfrågorna. En annan aktuell fråga är nationell nivåstrukturerings av vården Inom huvud-halsområdet. Nivåstrukturerings inom cancervården innebär att vissa specificerade åtgärder inom diagnostik och/eller behandling ska genomföras på färre än sex vårdenheter i

landet. För närvarande utreds frågan och Annika Axelsson och undertecknad ingår däri som patientföreträdare. Utredningen pågår nu och ska lämna sin slutrapport till RCC i samverkan senast vid mitten av september.

Mera information kan du få på www.cancercentrum.se/samverkan/vara-uppdrag/nivastrukturering/ ■

Jag vill gärna uppmärksamma våra läsare på att jag efter problem med min e-post nu har bytt adress till ulfjonson@telia.com

ULF JÖNSON
REDAKTÖR

Vi i redaktionen vill passa på att önska er alla en
Trevlig Sommar



REMISSVAR TILL SOCIALDEPARTEMENTET

TEXT EU/OWE PERSSON, ORDFÖRANDE FÖR MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDET

Mun- & Halscancerförbundet vill med denna skrivelse lämna följande synpunkter som remissvar avseende HPV-vaccination av pojkar.

Mun- & Halscancerförbundet delar helt folkhälsomyndighetens uppfattning i den sammanvägda bedömningen att enligt smittskyddslagen (SFS 2004:168) ska en smittsam sjukdom omfattas av ett nationellt vaccinationsprogram, om vaccination mot sjukdomen kan förväntas att

- Effektivt förhindra smittspridning eller minska sjukdomsbördan av smitt-

samma sjukdomar i befolkningen eller vissa grupper av befolkningen,

- Vara samhällsekonomiskt kostnadseffektiv, och
- Vara hållbar från etiska och humanitära utgångspunkter

Mun- & Halscancerförbundet gör bedömningen att vaccination av pojkar mot humant papillomvirus (HPV) uppfyller dessa tre kriterier av smitt-

skyddslagen och i och med detta kan ingå i ett nationellt vaccinationsprogram.

Dock vill Huvud- & Halscancerförbundet göra följande medskick. Man måste från de instanser som går ut och rekommenderar denna vaccination vara väldigt pedagogiska i sin framtoning av vaccinationen, detta med resultatet av den senaste stora vaccinationen som ge-

nomfördes i Sverige och där biverkningarna blev att ett antal av de som vaccinerades drabbades av narkolepsi. Efter detta spreds tyvärr och på ett felaktigt sätt en rädsla för alla vaccinationsprogram.

För övrigt är vi från Mun- & Halscancerförbundet mycket nöjda med det beslut folkhälsomyndigheten har fattat. ■



Gör Dig redo för sommaren!

Provox Micron - För **Bästa** möjliga **Skydd**

Provox Micron

- Ger extra skydd tack vare ett högeffektivt bakterie- och virusfilter ($\geq 99,8\%$).
- Använd Micron på platser med många människor, vistas i skog eller klipper gräsmatta, samt vid utsatthet för pollen.
- Vår bästa- och mest effektiva lösning under influensa- och pollenssäsongen.



En ny lösning för natten- **Bättre Nätter** för **Bättre Dagar**

Provox Luna



- Förbättrar din lunghälsa och ger Dig en bättre sömn
- Plåstret är gjort av hydrogel som lugnar och svalkar huden
- HME-kassetten är mjuk och len och ger en överlägsen befuktning

För mer information om dessa produkter eller några av **våra andra Provox-produkter, alla utvecklade och producerade i Sverige**, vänligen kontakta oss på Atos Medical kundtjänst:

Via telefon: 0415 198 20
Via e-post: kundtjanst@atosmedical.com
Hemsida: www.atosmedical.se

Atos Atos Medical
Your voice

ORDFÖRANDEMÖTE I GÄVLE

TEXT OCH FOTO ULF JÖNSON

Under två dagar i april, träffades föreningarnas ordföranden och några från förbundsstyrelsen till ett ordförandemöte i Gävle. Mötet hade arrangerats av föreningen i Gävleborg med Kenneth Rubensson i spetsen.

Den första dagen ägnades åt föreläsningar i aktuella ämnen. Det var ett väl avvägt program vi bjöds på. Inledde gjorde Per Fessé, som är onkologsjuksköterska och lokal cancersamordnare i region Gävleborg. Härefter fick vi information av Kristina Lindholm från socialstyrelsen som berättade om en utvärdering av tandvårdsförordningen och det särskilda tandvårdsbidraget. Helena Brändström, RCC i Samverkan, och samordnare för standardiserade vårdförlopp (SVF) informerade oss om hur arbetet med SVF fortlöper.

Per Fessé – lokal cancer-samordnare

Per Fessé inledde med att erinra om den nationella cancerstrategin som kom 2009 och som bland annat innebar att regionala cancercentrum (RCC) bildades vid universitetssjukhusen. Han berättade om sin roll som samordnare inom cancerområdet och berörde områden som patienternas ställning, vårdens struktur, prevention och tidig diagnostik, kompetensförsörjning och forskningsunderlag. Man kan säga att cancersamordnaren har en funktion som katalysator inom RCC samtidigt som han samverkar med samordnarna inom övriga regionen Uppsala Örebro.

Per berörde också viktiga frågor som kontaktsjuksköterskans roll från diagnostillfället till uppföljningen efter behandlingsperioden. Han nämnde också *Min vårdplan* och vad den ska innehålla och inte minst den viktiga cancerrehabiliteringen som ska inledas redan vid diagnostillfället och följa patienten så

länge behov av rehabilitering finns.

Utvärdering av tandvårdsförordningen Kristina Lindholm

Genom Kristina Lindholms inlägg aktualiserades återigen den viktiga frågan om tandvården för mun- och halscancerpatienter. Kristina redogjorde för den utvärdering socialstyrelsen utför och som ska resultera i en rapport i slutet av detta år. Utvärderingen ska också innehålla förslag till förbättringar, dock inom den aktuella kostnadsramen och förslagen

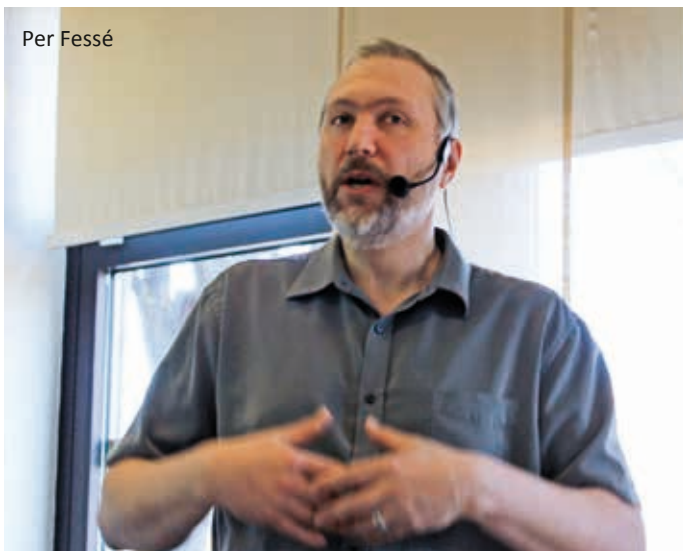
berör såväl det statliga särskilda tandvårdsbidraget som tandvårdsförordningen, som reglerar landstingens ansvar. Inom vårt område kan det särskilda tandvårdsbidraget utgå till strålbehandlade, muntorra patienter med 600 kronor per halvår men det får endast användas för undersökning eller förebyggande tandvård. Tandvård enligt tandvårdsförordningen kan utgå till mun- och halscancerpatienter med ett omfattande tandvårdsbehov som

beror på sjukdom eller funktionsnedsättning (det sk blå kortet). I sådana fall ersätter patienten tandvården enligt hälso- och sjukvårdstaxan och högkostnadsskyddet gäller. Från vår sida ville vi skicka med en hel del synpunkter på de nuvarande reglerna. När det gäller patienter som är muntorra efter strålbehandling har de i fler fall omfattande tandvårdsbehov på grund av ständiga cariesangrepp och därmed höga tandvårdskostnader. Därför är det viktigt att också deras tandvård ges enligt hälso- och sjukvårdstaxan.

Ett annat problem är att subventionen till fast protetik inte i något fall utgår. I samband med cancerbehandlingen kan flera tänder ha dragits ut och i de fallen kan patienten få mycket höga egenkostnader.

Härutöver framhölls problem med krångliga regler, dålig kunskap om reglerna hos både läkare och tandläkare och att bedömningarna inte är enhetliga.

Per Fessé



Kristina Lindholm



Helena Brändström



Standardiserade vårdförlopp – Helena Brändström

Helena Brändström informerade om arbetet med standardiserade vårdförlopp (SVF). Standardiserade vårdförlopp är en strukturerad arbetsmetod inom cancer vården för att korta väntetiderna. Väntetiden (ledtiden) mäts från remissankomst till behandlingsstart.

Metoden, som är hämtad från Danmark, etablerades inom svensk cancer vård 2015 och arbetet med införandet ska pågå till och med utgången av 2018. Varje år utgår

statsbidrag med 500 miljoner. Hittills har metoden införts för 31 cancerdiagnoser. RCC i samverkan och SKL följer gemensamt upp väntetider och patientupplevelsen av vården.

2018 har också stöd givits till fortsatt arbete med nationella vårdprogram, nationell nivåstrukturering, utveckling av Min vårdplan samt en modul för kvalitetsregistren för uppföljning av rehabiliteringen.

Ömsesidig information

Den andra dagen av ordfö-

randemötet ägnades åt information och diskussion i olika frågor. Under rubriken "Vad händer i föreningarna?" fick vi alla en inblick i föreningarnas aktuella situation.

Från förbunds-nivån fick vi veta att Owe Persson och Ulf Jönson träffat delar av riksdagens socialutskott och där informerat om de problem mun- och halscancerpatienter har när det gäller de nuvarande reglerna för tandvården.

En annan fråga som förbundet drivit är HPV-vaccination av pojkar. Här kommer förbundet att yttra sig över en remiss från folkhälsomyndigheten och där tillstyrka förslaget att även pojkar ska erbjudas vaccination.

Annika Axelsson, förbundskassör, gav beskedet att förbundets verksamhet för 2017 medfört ett överskott med cirka 200 000 kronor och att förbundet i dagsläget redovisar ett ekonomiskt underskott som dock kommer att jämnas ut när beslutade fondmedel inflyter.

Så redogjorde föreningsordförandena för verksamhet

och medlemsutveckling inom respektive område. Det är en stor bredd på aktiviteterna och här kan föreningarna på ett bra sätt ta del av varandras erfarenheter. Som exempel på mötesinnehåll kan nämnas upplandsföreningens besök på Medicinhistoriska museet i Ulleråker och göteborgsföreningens resor inom och utom landet. För tredje året i rad kommer föreningen i Gävleborg att delta i ett informationsmöte i centrala Gävle i sommar. Inom sydöstra föreningen har en samtalsgrupp för nybehandlingade patienter åter igen startats på Ryhovs sjukhus i Jönköping.

Det är en stor variation när det gäller föreningarnas medlemsantal, från mer än 250 till omkring 30 medlemmar. Flera av de mindre föreningarna samverkar med varandra för att gemensamt kunna anordna innehållsrika aktiviteter.

Här kan bara ett urval av vad som avhandlades återges men mötesdeltagarna gav varandra värdefulla impulser för en fortsatt utveckling. ■



Deltagare i ordförandemötet, från vänster: Staffan Hagelin Gille, Annika Ljungström, Halvor Eriksson, Kennet Rubensson, Lena Lundström, Owe Persson, Annika Axelsson, Bengt Svensson, Kent Blademo, Eva Knuts Eriksson.

RCC-MÖTE

TEXT ULF JÖNSON

I anslutning till Riksstämman i maj genomfördes ett möte med våra representanter i patient- och anhörigråden inom de regionala cancercentrumen.

Mötet inleddes av Annika Axelsson, som har uppgiften som sammankallande för våra RCC-möten och fortsatte med en information av Owe Persson om aktuella frågor inom förbundet. Han nämnde bland annat att Riksstämman skulle föreslås tillsätta en kommitté för att se över våra stadgar, att förbundet har uppvaktat socialutskottet i tandvårdsfrågan och i den

frågan också tänker gå vidare till Veronica Palm som är regeringens utredare för en mera jämlik tandvård.

Från RCC-syd rapporterade Jan-Erik och Gun Olsson. De deltar i processmöten två gånger per år och där tas bland annat upp frågor ur kvalitetsregistret och uppdateringen av vårdprogrammet. Dialogmötet är ett möte med representanter för samtliga cancerföreningar och där behandlar man olika teman som cancerrehabilitering, patientmedverkan i vården och patientinformation. Inom kort kommer kontaktsjuksköterskorna att presentera ett förslag till information till nya patienter.

I Göteborg sammanträder

patient- och anhörigrådet varannan månad och behandlar där olika teman, upplyste Annika Ljungström.

RCC-norr genomförde de regionala cancerdagarna i april, berättade Owe Persson. Där informerade en patient och en anhörig om att ha halscancer, Patient- och anhörigrådet yttrar sig över remisser och då ansvarar den som är närmast berörd av frågan för utarbetandet av remissvaret.

I en följande diskussion om RCC-arbetet konstaterades att varje patient- och anhörigråd ska ha två representanter från området mun- och halscancer, helst en patient och en anhörig.

Slutligen informerade Ulf Jönson från det pågående utredningsarbetet om nivåstrukturer inom vården. Flera synpunkter framkom. En är risken att man tappar kompetens inom det område som lämnar från sig uppgifter, samtidigt som patienten efterfrågar bästa möjliga vård, oavsett var den erbjuds. Hur ska komplikationer som uppstår efter att patienten återvänt hem efter en specialiserad vård på annan ort var en annan fråga som väcktes. Kan modern digital klinik utnyttjas i sådana fall? Ytterligare en fråga som måste uppmärksammas är de närståendes stöd under hela processen. ■

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, sjukvårdpersonal,
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

MUN- OCH HALSCANCERFÖRBUNDET UPPDATERADE SIN PERSONAL OCH DE FÖRTROENDEVALDA PÅ EU:S NYA DATASKYDDSFÖRORDNING (GDPR)

TEXT OWE PERSSON FOTO STAFFAN HAGELIN GILLE

Torsdagen den 5 april genomförde Mun- & Halscancerförbundet på kansliet en utbildningssatsning vad avser den nya dataskyddsförordningen.

Mest påtagliga blir förändringarna för de som inte sköter sig. Personuppgiftslagen har tidigare anklagats för att vara tandlös. Så väntas det inte bli med GDPR, eller dataskyddsförordningen som den kallas i Sverige. Om ett företag eller organisation brister i sin behandling av personuppgifter kan de tvingas betala en så kallad administrativ sanktionsavgift på upp till 20 miljoner euro eller fyra procent av deras globala omsättning. Den bedömningen gör i första hand tillsynsmyndigheten i varje land, för Sveriges del blir det Datainspektionen. Men det kommer också finnas en central dataskyddstyrelse i EU som tar fram riktlinjer och fattar beslut om tolkningar.

Hur sanktionsavgifterna ser ut för myndigheter och den offentliga sektorn är upp till varje medlemsland att avgöra. I Sverige finns ett förslag på att de ska ligga på mellan 10 och 20 miljoner kronor. Belopp som är jämförbara för brott mot miljö- och arbetsmarknadslagar.

När du samlar in personuppgifter ska din organisation lämna viss information till de personer du samlar in uppgifter om. Detta ska göras för att ditt företag ska uppnå de krav på lämnad information som



Ritva Malmqvist från Grant Thornton revisions/konsultbyrå hade tagit på sig uppgiften att uppdatera oss om GDPR.

ställs upp i GDPR, EU:s nya allmänna dataskyddsförordning som träder i kraft den 25 maj 2018.

Som huvudregel ska informationen lämnas skriftligen. Men informationen kan lämnas muntligen om den registrerade, dvs. den personens uppgifterna gäller, begär det och du är säker på att det är den registrerade.

Din svenska organisation ska lämna följande information, förutsatt att den registrerade inte redan förfogar över information

1. Personuppgiftsansvarig (din organisation) inklusive kontaktuppgifter.
2. Kontaktuppgifter till dataskyddsombudet, om din organisation utsett sådant.
3. Ändamålen med behandlingen av personuppgifterna.

4. Den rättsliga grunden för behandlingen.
5. De kategorier av personuppgifter som behandlingen gäller t.ex. adressuppgifter.
6. Den period som personuppgifterna kommer att lagras under eller villkor som används för radering.
7. Rätten att begära tillgång till, rättelse och radering av personuppgifter, begränsning av behandling, invändna mot behandling och dataportabilitet.
8. Att det finns en rätt att återkalla sitt samtycke till behandling av personuppgifter och känsliga personuppgifter.
9. Rätten att klaga till Datainspektionen, som är tillsynsmyndighet.

Deltagarna på utbildningen

var överens om att detta måste få ta lite tid så att vi som organisation framgent kan förhålla oss till de prejudikat som datainspektionen åsyftar. Så en uppmaning från oss som gick kursen. "Sitt still i båten" och avvakta datainspektionens kommande beslut. Men självklart måste vi förbereda oss inom ett antal områden. ■

I Mun- & Halscancerförbundets register över personer som erhåller tidningen Mun&Hals finns följande uppgifter: Ditt namn
Ditt medlemsnummer
Din postadress
Har du frågor kan du kontakta kansliet, 08-655 83 10.

NORRLANDSFÖRENINGENS ÅRSMÖTE 2018

TEXT OCH FOTO CLAES AHLIN

Dag ett bjöds vi på tre mycket intressanta föreläsningar: först av onkologsköterskan **Anitta Stenius**, som numera är verksam vid Österåsens Hälsohem. Hon belyste hälsohemmets funktioner ur både historiskt perspektiv och dess moderna funktion. Initiativet till Österåsens sanatorium togs på sin tid av drottning Victoria, kung Oscar II:s gemåler. Det var i en tid då tuberkulosen var ett stort hälsoproblem i vårt land och antibiotikum (penicillin) ännu inte var uppfunnet. Näste föreläsare var landstingsdirektör **Anders Sylvan**, som på ett mycket trevligt och avspänt sätt förklarade hur Norrlands Universitetssjukhus fått en hedrande position bland landets universitetssjukhus. Många av mötets deltagare kunde verifiera NUS:s goda rykte.

Efter en bensträckarpaus var det så dags för **Aron Andersson** som lyckligtvis befann sig i Umeå, efter att ha deltagit programmet "Go'kväll", som direktsänts från Umeå föregående kväll. Aron har bl.a. gjort sig känd som den förste rullstolsburne att ha bestigit Sveriges högsta bergstopp: Kebnekaise. Men det framkom också andra häpnadsväckande bedrifter han utfört; oftast för att samla bidrag till barncancerfonden. Arons handikapp var just till följd av att han själv drabbades av cancer endast nio år gammal och genomlevt ett inferno för att överleva genom ett radikalt ingrepp då hela hans korsrygg opererades bort. Därefter kunde han varken stå eller gå. Han beskrev hur han blivit inspirerad av



Anders Sylvan



Owe Persson

en rullstolsburen flicka, Pia, att prova på användning av rullstol. Något han helst av allt ville slippa. Men 'hans' Pia gav aldrig upp i sina ansträngningar att påverka Aron. Och slutligen lyckades hon förmå honom att prova en rullstol.

Aron blev med tiden suverän på att utnyttja en rullstol, vilket han aldrig ångrat. Han menade att alla som hade dålig tilltro till sin egen förmåga att övervinna problem i livet borde ha en 'Pia', som kunde sporra till nya försök att bemästra problemen! Aron framstod själv som en sådan 'Pia', som inspirerade sina medmänniskor att se möjligheterna i livet. Aron har också skrivit en bok med titeln "Möjligheter", som kunde köpas direkt på plats.

På söndagskvällen bjöd föreningen på en festmiddag, som blev mycket uppskattad. Under och efter middagen underhölls vi av en trubadur, som hade en trevlig repertoar med både kända 'slagdängor' och nyare sångbara texter, som vi alla deltog i.

Dag två inleddes med en kort presentation av företaget Fahl, som hölls av **Bertil Barnefelt** som är välbekant för de flesta av oss. Han före-



Aron Andersson

trädde tidigare företaget Atos med liknande produktutbud, som Bertil förevisat och beskrivit för oss vid tidigare föreningsmöten.

Nästa programpunkt var en historisk exposé över Mun-Halscancer förbundets tillblivelse och utveckling. Det var vår (norrlandsföreningens) ordförande, Owe Persson, som presenterade en detaljerad historik.

Efter en kort fikapaus var det dags för årsmötet, som öppnades av Owe Persson med en tyst minut för att hedra de föreningsmedlemmar som lämnat oss det senaste året. Därefter godkändes kallelsen och dagordningen samt valdes mötesordförande och mötessekreterare samt två justeringsperso-

ner. Efter de rutinmässiga punkterna: Verksamhetsberättelse, Ekonomiberättelse och Revisionsberättelse, blev det dags att välja styrelse för föreningen. Till ordförande för två år omvaldes Owe Persson med acklamation. Övriga styrelsemedlemmar omvaldes också med undantag för vår saknade kassör, Sören Selinder, som hörde till de som lämnat oss. Margareta Sjöberg valdes till kassör och hon har också skött den funktionen sedan Sörens bortgång. Innan mötet avslutades bestämdes datum för höstens halvårsmöte till söndagen den 30 september och måndagen den 1 oktober. Innan vi skildes åt för denna gång, intog vi en gemensam lunch på hotellet. ■

SUNSTAR

Bli fri från din muntorrhet!

ÅTERFUKTAR
SKYDDAR
LINDRAR
LÄKER

GUM® HYDRAL är en produktserie som ger återfuktning vid muntorrhet för **OMEDELBAR** och **LÅNGVARIG** lindring

- HELA DAGEN, VARJE DAG



Finns på:  **APOTEK**  **LloydsApotek**  **Apotea-se**

Sunstar | Tel 031-87 16 10 | SunstarGUM.se

G·U·M® **HYDRAL**™

ÅRSMÖTE OCH FÖREDRAG

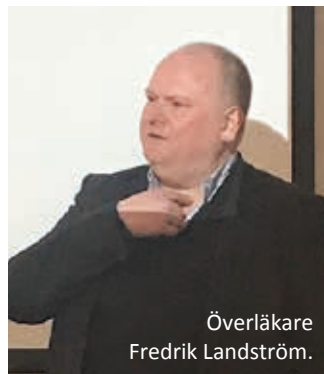
I ÖREBRO- OCH VÄRMLANDS MUN- OCH HALSCANCERFÖRENING

TEXT OCH FOTO EWA-LENA THUNBERG OCH HALVOR ERIKSSON

Söndagen den 11 mars samlades 16 av föreningens 40 medlemmar på Restaurang Svalan i Örebro. Vi började med en god brunch och fortsatte sedan i angränsande mötesrum.

Där höll Överläkare Fredrik Landström ett intressant föredrag om operationer med Robotkirurgi som han och kollegan Mathias Von Beckerhaus arbetar med vid Universitetssjukhuset Örebro. Fördelarna med Robotkirurgi är att man kan komma åt att operera tumörer, som finns längre in i svalget, utan att dela patientens käke. Detta gör att patienten får mindre biverkningar och snabbare återhämtning efter ingreppet. Robotkirurgin används även vid andra typer av operationer. Man kommer att få ytterligare en robot till sjukhuset. Den nya har ledade armar och därmed är det lättare att komma åt på svåra ställen.

Fredrik Landström berättade också om elektrokemoterapi (ECT). En metod för lokal tumörbehandling. Det är en lokal cellgiftsbehandling där cellernas upptag av cellgiftet ökas med hjälp av ett kortvarigt elektriskt fält. Effekten av cellgiftet kan på detta sätt ökas ca 40 gånger eller mer beroende på vilket cellgift som används. Med de låga doser av cellgift som används vid ECT dör bara de celler, som delar sig, vilket innebär att muskel och nervceller kan sparas. ECT har visat sig kunna vara en botande behandling vid tidig munhåle-



Överläkare
Fredrik Landström.

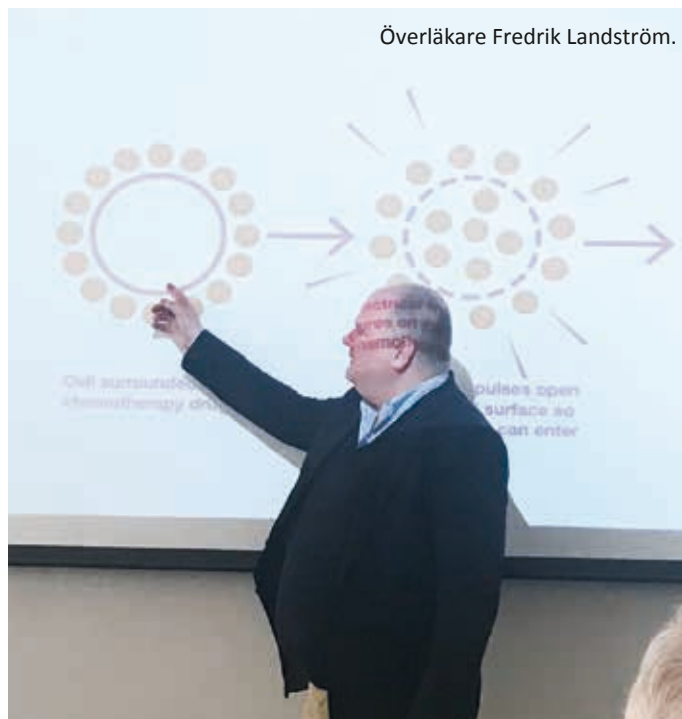
cancer samt en botande och organsparande behandling vid avancerad hudcancer. I dagens läge är dock inte ECT rekommenderat för botande behandling.

Anna Åberg, kontaktsjuksköterska på Öron Näsa Hals, Universitetssjukhuset Örebro, berättade om sina arbetsuppgifter. Hon efterlyste kontakt personer från föreningen. Många patienter vill gärna träffa någon som genomgått en cancerbehandling.

Därefter höll föreningen sitt årsmöte med sedvanlig redovisning av det gångna årets verksamhet och val av funktionärer. Önskemål från medlemmarna var bl.a. att föreningens hemsida ska uppdateras och bli mer modern och ge mer information. Även en del broschyrer som finns behöver ses över och bli mer moderna i sin utformning.

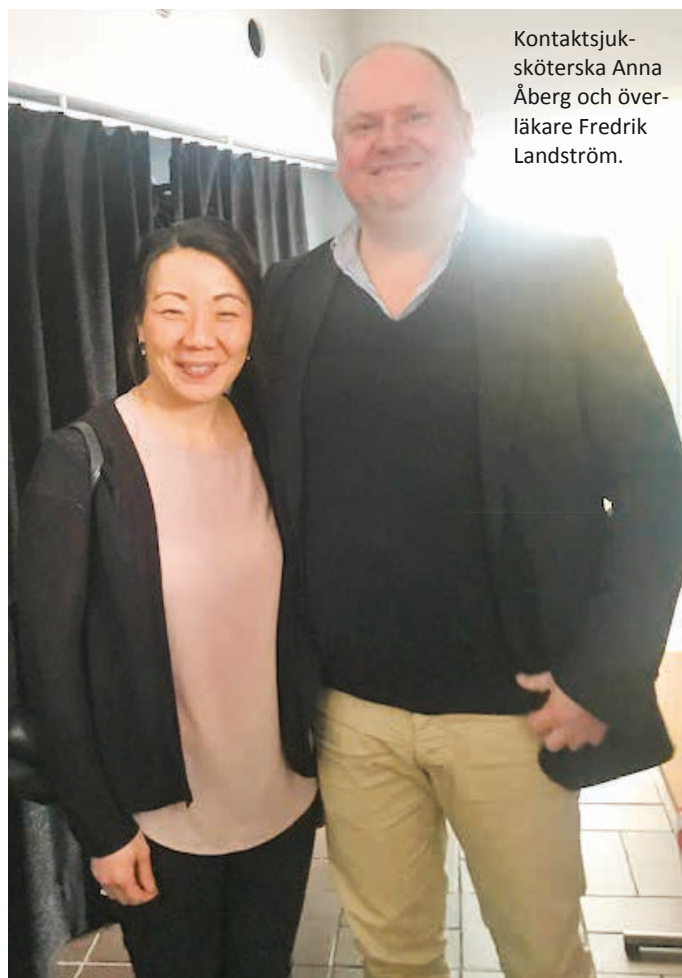
Flera av medlemmarna i föreningen ser fram emot en härlig resa till Toscana i vår/höst.

Dagen före årsmötet hade onkologiska kliniken på Universitetssjukhuset i Örebro öppet hus. Det hölls några kortare föredrag om: Fysisk aktivitet vid cancer, Cancerläkemedel och Strålbehand-



ling vid cancer. Därefter fanns möjlighet att gå runt på kliniken och få information om olika former av behand-

ling. Vår förening tillsammans med flera andra patientföreningar var där och informerade om vår verksamhet. ■



Kontaktsjuk-
sköterska Anna
Åberg och över-
läkare Fredrik
Landström.



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 och sjal eller peruk. Oavsett vad du själv väljer, är det viktigaste att det känns bra och bekvämt för dig!

*pure!*power
the human hair collection by ellen wille

Salonger med peruker & turbaner

Vi träffar dagligen personer med olika typer av håravfall, bl a håravfall som biverkan vid cytostatikabehandling. Och vi vet att det finns många frågor och funderingar kring det som inträffar och vid val av peruk. Hos oss hittar du ett stort utbud av peruker och turbaner i olika 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.**

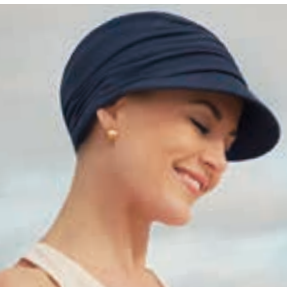
Varmt välkommen till någon av våra salonger!

Carl M Lundh – Salonger och Partners

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@carmlundh.se



Christine
HEADWEAR

TURBANER OCH HATTAR

Huvudbonader som kombinerar funktion och design på ett fantastiskt sätt – och hjälper till att skydda och svalka hjässan under solvarma dagar.



CARL M LUNDH SALONGER – GÖTEBORG CML: 031-10 23 80 | GÖTEBORG Salong Wivi: 031-41 45 10 | HELSINGBORG CML: 042-14 30 00 | JÖNKÖPING CML: 036-15 02 70
KALMAR CML: 0480-268 30 | KALMAR Länsjukhus CML: 0480-813 69 | LUND CML: 046-14 17 70 | MALMÖ CML: 040-733 20 | STOCKHOLM CML: 08-545 66 800 | STOCKHOLM
Perukshopen: 08-20 10 06 | STOCKHOLM Inga-Lills Perukmakeri: 08-646 46 80 | UMEÅ Salong Huvudform: 090-12 16 72 | VÄSTERÅS Ann & Ewa Salongen: 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 Hårfixarna: 018-20 90 90 | VARBERG Frisyrhöman: 0340-133 78
VÄXJÖ Hårdesign: 0470-483 90 | ÖRNSKÖLDSVIK Salong Jacob: 0660-190 17 | ÖSTERSUND Madelene Hårvård: 063-10 14 85.

DAGBOKSANTECKNINGAR

FRÅN GÖTEBORGSFÖRENINGENS PORTUGALRESA

TEXT ANN-CHRISTIN SULTAN FOTO ARNE LJUNGSTRÖM OCH GISELLE CURRERA

Dag 1: Den 25 april möttes vi, 23 MHCF-medlemmar, av guiden Lindy Antonsson på Landvetter flygplats. Det var en lagom tidig avgång och efter byte av flyg i Frankfurt anlände vi till Lissabon vid 15-tiden. Då var det dags att ställa tillbaka klockan en timma. Efter en bussresa på ca 40 min till Cascais blev vi tilldelade hotellrum på Vila Gale. Lite vila hanns med innan en härlig buffémiddag. Så väntade en nattsömn på hårda madrasser. Vädret på em var blåsigt och temperaturen ca 20 grader.



Gruppbild på våra Göteborgsmedlemmarna och guiden Lindy Antonsson.

Dag 2: Bra start på dagen med en smakrik frukost. Till och med mousserande vin fanns att tillgå. Den lokala guiden Maya, tillsammans med Lindy, tog oss med på en promenad till Cascais centrum. Vi fick alla sevärdheter och restauranger utpekade. Efter ett par timmar släpptes vi på fri fot och kunde göra egna utforskningar, inköp, glassintag och eventuellt äta en lunch. Andra halvan av dagen valde var och en vad som passade. Kanske en strandpromenad, avkoppling i parken (med en mängd häpnadsväckande växter) eller en spaupplevelse i ett angränsande "lånehotell". Kvällen avslutades med ännu en gemensam middag.



Park i Cascais.

Dag 3: Dagens utflyktsmål var Lissabon. På vägen dit såg vi ett av Europas största casino. Vi fick höra en hel del om det hur det var i Portugal förr i tiden. Vi såg historiska byggnader, statyer, monument och museer. Men mest av allt verkar det finnas restauranger. Efter en promenad uppför en av Lissabons sju kullar kunde vi njuta av utsikten

över hamnen. Vi kunde också beskåda Lissabons karakteristiska spårvagnar. Var och en hade sedan fri tid för lunch och kanske en spårvagnstur. Efter hemkomsten var det också fri tid för middag. Temperaturen var under dagen 20-23 grader. Kanske lagom med en promenad till Boca do Inferno (Helvetesgapet). På vägen dit fanns en marknad med försäljning av framförallt korkvaror.

Dag 4: Efter frukost hade de flesta bokat en extrautflykt till Sesimbra och Azeitao. Vi anlände till Sesimbra (en liten by vid havet) efter en något



Cascais.

hissande färd över Arrábida-bergen. Högt, men vackert! I den lilla byn besökte vi saluhallen med en avdelning för fisk och en avdelning för andra matvaror. Kände inte igen många fisksorter, men efter en stund dök det upp EN makrill. Några frestades av nationalkakan: Pastel de Nata. Så blev det tid för lunch och en liten regnskur. I Azeitao besökte vi en vingård. Först fick vi se en konstutställning, sedan vinprovning med hållregn (utanför). Många blev förtjusta i Muscatelvinet från platsen och köpte med sig detta. Något försenade återkom vi

till hotellet precis i tid till den gemensamma middagen.

Dag 5: En ledig dag som startade med regn. Men det hindrade inte vår engagerade guide Lindy att bjuda på en botanisk rundvandring i parken intill hotellet. Det var på helt eget initiativ. Suveränt! Vi fick lära oss om Papegojblommor, Trädaloé, Agave, Hortensia, Kinesisk bambu, Flaskborstbusken m.m. Det mest intressanta var att få veta om Eucalyptusträdets självmordsbenägenhet (kan självantända). Något att googla på. Resten av dagen var fri och avslutades med



Cascais.



Europas västligaste klippa.



Cascais.

gemensam middag. Väder: blåst och ca 15 grader.

Dag 6: Dagens första resmål var Unescoskyddade palatsstaden Sintra. Några besökte palatset, några provsmakade Ginja (en körsbärslikör som serveras ur små chokladkoppar) och några gjorde båda delarna. Färden fortsatte till Kap Roca (Cabo da Roca), Europas västligaste kontinentala punkt. En underbar utsikt över Atlanten! Vi passerade också Guinchostranden som är surfarnas paradys med dramatiska klippor i fonden. Alltså inget för oss! Åter i Cascais var det fri tid.

Dag 7: Sovmorgon och fritt fram till den sista gemensamma middagen. Tid för att småhandla lite och äta lunch. Funderade lite på en dräkt (kjol och jacka) i kork. Men, nej! Innan middagen blev det gruppfotografering. Dels ett foto på hela Rolfs Flyg och Buss-gruppen. Dels ett foto på hela MHCF-gruppen (men vet inte vart Eva tog vägen).

Dag 8: Ingen stress efter frukost. Utcheckning vid 11-tiden. Lite mer stress blev det när planet till München var försenat. Det var på håret att vi hann anknypningen till Göteborg. Hemma igen! Efter

avsked och en stor kram till Lindy blev det tomt efter en innehållsrik vecka.

Tack igen Sonja Berg, som genom sin donation sponsrade vår resa. Kanske kan det

bli en resa i något mindre format längre fram. Hoppas! Vill till slut framföra det guiden sa: Man ska inte alltid tro det guiden säger. Så då behöver ni inte tro på mig heller. ■



Vinprovning.

▶ AKTUELLT

▶ FUNKTIONSRÄTT SVERIGE HÖLL EXTRA KONGRESS I MARS

Med anledning av Lars Ohlys avgång som ordförande för Funktionsrätt Sverige genomfördes den 8 mars en extra kongress för fyllnadsval. Till ny ordförande valdes då Elisabeth Wallenius från Riksförbundet Sällsynta diagnoser, och efter de fyra ledamöter som lämnat styrelsen invaldes Lotta Håkansson, Reumatikerförbundet, Marina Carlsson, Personskadeförbundet, Lillemor Holgersson, FUB samt Eric Donell Åkerblom, Riksförbundet Attention.

▶ REGERINGEN INRÄTTAR ETT PATIENTRÅD

Regeringen har beslutat att inrätta ett patientråd där socialministern och regeringen regelbundet ska träffa organisationer inom hälso- och sjukvårdsområdet.

Innan ledamöterna i rådet utses formellt kommer socialminister Annika Strandhäll att bjuda in organisationerna i juni för att diskutera vilka organisationer som ska ingå och även hur rådet ska organiseras.

▶ 195 MILJONER FÖR KORTARE KÖER I CANCERVÅRDEN

Regeringen betalar ut 195 miljoner till landstingen för att korta väntetider och minska regionala skillnader inom cancervården.

▶ PRESSMEDDELANDEN FRÅN REGERINGSKANSLIET HANDIKAPPERSÄTTNINGEN ERSÄTTS AV EN MERKOSTNADSERSÄTTNING

Den som har merkostnader på grund av funktionsnedsättning kan i dag få en statlig handikappersättning som utgår med lägst 1 344 och högst 2 576 i månaden. Inom mun- och halscancerområdet har i dag flera rätt till handikappersättning efter särskild prövning av försäkringskassan.

I det nya förslaget ersätts alltså handikappersättningen med en merkostnadsersättning, vilket främst innebär att eventuella kostnader för hjälpbehov (exempelvis hemtjänst) inte ersätts. Ersättningsnivåerna är ändrade så att lägsta beloppet blir något lägre och det högsta beloppet höjs.

Precis som nu kommer merkostnadsersättningen att utgå efter särskild ansökan där den sökande redovisar sina merkostnader.

▶ ETT TANDVÅRDSSYSTEM FÖR JÄMLIK HÄLSA

Veronica Palm har fått regeringens uppdrag att leda utredningen Ett tandvårdssystem för jämlik hälsa. Utredningen ska undersöka hur skillnaderna i tandhälsa hos befolkningen kan minskas. I mars 2020 ska utredningen lämna sitt slutbetänkande.

Veronica Palm har lång erfarenhet som riksdagsledamot och har varit vice ordförande i socialförsäkringsutskottet och socialutskottet samt ordföranden i civilutskottet.

ULF JÖNSON

Förenings- nytt

UNDER DEN HÄR RUBRIKEN tänker vi pröva något nytt, nämligen en slags annonsruta för föreningarnas kommande aktiviteter.

HÄR KAN VARJE FÖRENING "ANNONSERA" 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.012140026@telia.com

MINNESORD CORNELIU HANGAN

TEXT ANNIKA AXELSSON, FÖR MUN- OCH HALSCANCERFÖRENINGEN I SÖDRA SVERIGE

Corneliu Hangan gått ur tiden. Det var det dystera beskedet vi fick den 3 december 2017.

Corneliu blev kassör i södra föreningen 2001. Han skötte vår ekonomi och tog hand om alla ansökningar om medel till föreningen. Corneliu var ett känt ansikte och en god kamrat med alla som arbetar på öron-, näs- och halskliniken i Lund.

Corneliu deltog på ett lättsamt och trevligt sätt i våra möten och kurser. Det var ofta Corneliu som anordnade mötena och han såg till att alla trivdes. Som

patientinformatör hade han fin kontakt med patienterna, både före och efter deras behandling.

Förutom engagemanget i vår förening var Corneliu också styrelsemedlem i Laryngfonden, ett uppdrag som han trivdes mycket bra med.

Förutom föreningsarbetet var det en stor passion för Corneliu att tillsammans med familjen resa till hemlandet Rumänien, där han hade byggt ett hus där familjen kunde vistas under semesterna.

Alla har lärt känna Corneliu som en frisk vind, både privat och inom föreningen. Vi kommer att sakna hans aktiva deltagande i vår förening. ■



GUNNAR SCHNEIDER I ÅMINNELSE

TEXT VIOLA LANDEWALL

Gunnar Schneider dog den 18 mars. Han blev medlem i stockholmsföreningen 1991 och vid det första medlemsmötet han var med på blev han vald till ordförande på inrådan av kuratorn på Karolinska sjukhuset, som också var medlem.

Gunnar skötte sin syssla med beundransvärd noggrannhet under alla år. Han var också mycket aktiv när det gällde att åka ut i skolorna och infor-

mera om vår hemska sjukdom och att boven i de flesta fall var rökningen. På det stora hela har vi inte kunnat haft bättre ordföranden än Gunnar. I slutänden orkade han inte med arbetet utan lämnade styrelsen ett halvår före sin bortgång.

Gunnar och hans hustru Marianne, som gick bort nio månader före Gunnar, var mycket gästvänliga och vi medlemmar i föreningen var vid ett flertal gånger inbjudna till deras lantställe i Bålsta, där de bodde permanent den sista tiden. Stugan låg precis nere vid Mälarens strand och vi satt alla på deras stora veranda och blev bjudna på middag.



Jag tänker också på alla åren Gunnar var redaktör för vår tidning, som då hette Lary. Även här var han mycket engagerad i sin uppgift. För ett antal år sedan lämna Gunnar redaktörskapet men

var sedan aktiv medlem i tidningens redaktion.

Vi i föreningen har bara gott att säga om Gunnar, vi känner tacksamhet för hans insatser och vi saknar honom mycket. ■

SAMTAL VID VÄGKANTEN

– en hyllning till livet

TEXT JAN HAAK, MALMÖ 2018-04-12 FOTO MARTIN JOSEPH

Livet kan falla sönder på en sekund. Så gjorde det för mig när min fru dog i cancer. I höstas bytte jag plats – från anhörig till att själv drabbas. Livet gick sönder, igen. Fast denna gång var det jag som var sjuk. Nu, efter operation och strålbehandling, känns det som att livet har gett mig en ny chans.

Jag tänkte, att överlever jag detta ska jag genomföra något jag länge gått och burit på; att ta mig till fots genom Sverige. Syftet med *Samtal vid vägkanten* är att träffa andra som är eller varit i min situation för att dela erfarenheter, lärdomar, insikter och prata om vad som händer när man går från att vara mitt i livet till att bli en kamp om livet. Vi kommer prata om kropp och själ och reflektera över meningen med livet och meningen i livet. Om kärlek och livskraft och intensiteten som kommer till uttryck när livet tar en vändpunkt. Varje dag ska jag stanna till vid vägkanten och byta ett ord eller två med de jag möter och lyssna på deras berättelser.

Att springa genom Sverige är mitt sätt att längs vägen skapa nya möten. Jag vill prata med andra om den kraft som finns i dödens närhet, mening och hur man hittar den och ta del av olika överlevnadsstrategier och hur man kan försonas i sorg

och övervinna rädslor och förvandla dem till en tillgång i livet.

Jag hoppas också att samtalen ska handla om nuläget inom svensk cancervård, tio år efter att den nationella cancerstrategin redovisade sitt uppdrag för regeringen, och i möten med andra samtala om de stora frågorna som finns i Sverige idag och allt det som är positivt, framsteg och vård i toppklass. Låt oss också samtala om frågorna som tar oss framåt. Exempelvis omhändertagandet ur ett barnperspektiv, fokus på det friska, standardiserade vårdförlopp, likvärdighet i regionerna och i olika grupper. Uppföljning och palliativ vård, kompetensförsörjning och forskningsläget. Ja, områdena är många och frågorna viktiga. Genom de dagliga samtalen längs vägkanten kan vi tillsammans inspirera varandra och dela med oss, samla ihop och ge förslag och utbyta idéer.

Därför har jag bestämt mig för att ta mig genom Sverige till fots. Därför kommer jag varje dag stanna till vid vägkanten och reflektera över livet tillsammans med andra. Låta oss inspireras och dela liv, tro, drömmar och kunskap.

Tisdagen 12 juni, kl. 10.00 lämnar jag Malmö med start vid Universitetssjukhuset Malmö (Akuten), därifrån ska jag via Sveriges lägsta punkt i Kristianstad, och mittpunkten Flataklocken, ta mig upp till landets högsta topp på Kebnekaise den 29 juli. Längs den 1900 kilometer långa

sträckan kommer jag att blogga varje dag och på olika sätt dokumentera mötena och samtalen vid vägkanten.

Jag hoppas att jag får möjlighet att träffa dig för ett samtal vid vägkanten i sommar genom Sverige.

Samtal vid vägkanten är min hyllning till livet.

Mötesplan

Det är min förhoppning att få ha dig med en stund som samtalspartner någonstans längs etapperna genom Sverige. Hoppas du har tid och möjlighet att teckna upp dig på någon av mötesplatserna.

Tid, ämne och plats bestämmer vi över mejlen eller mobilen. Samtalen dokumenteras, läggs upp på bloggen och kommer senare att sammanfattas i skriften *Samtal vid vägkanten, en hyllning till livet*.

Ettap	Datum	Mötesplatser/kommun	Län
1	12 juni kl. 10.00	Malmö UMAS (Akuten), Lund, Höör	Skåne
2-3	13-14 juni	Kristianstad	Skåne
4	15 juni	Osby	Skåne
5	16-17 juni	Älmhult	Kronoberg
6	18 juni	Alvesta	Kronoberg
7	19 juni	Sävsjö	Jönköping
8	20/6	Jönköping	Jönköping
9	21/6	Tranås	Jönköping
10	22-23/6	Mjölby	Östergötland
11	24/6	Motala	Östergötland
12	25/6	Hallsberg	Örebro
13	26/6	Nora	Örebro
14	27/6	Lindesberg	Örebro
15	28/6	Borlänge	Dalarna
16	29-30/6	Falun	Dalarna
17-18	1/7-2/7	Ovanåker	Gävleborg
19	3/7	Ljusdal	Gävleborg
20	4/7	Hudiksvall	Gävleborg
21-22	5-6/7	Ånge	Västernorrland
23	7-8/7	Sundsvall	Västernorrland
24-26	9-11/7	Sollefteå	Västernorrland
27	12/7	Åsele	Västerbotten
28-29	13-15/7	Lycksele	Västerbotten
30	16/7	Norsjö	Västerbotten
31	17/7	Arvidsjaur	Norrbotten
32	18/7	Älvsbyn	Norrbotten
33	19/7	Boden	Norrbotten
34	20/7	Jokkmokk	Norrbotten
35-37	21-24/7	Gällivare	Norrbotten
38-39	25-26/7	Kiruna	Norrbotten
40	27/7	Gällivare (Nikkaluokta)	Norrbotten
41	28/7	Kiruna (Kebnekaise fjällstation)	Norrbotten
42	29/7	Kiruna (Topptur Kebnekaise)	Norrbotten

42 mötesplatser – 1900km



malmokebmotcancer2018.blogspot.com



Kontaktuppgifter

Jan Haak

Mobil: 0708-62 42 71

E-post: jn.haak@gmail.com

Facebook, LinkedIn, Twitter:

Jan Haak

Samtal vid vägkanten, syfte och mål

Att sätta ord på hur sorg känns och lyfta fram metoder för hur man kan möta sorgen och livet efter en cancerdiagnos och forma det till liv 2.0

- Själens svarta natt som närstående/drabbad
- Existentiell ensamhet
- Meningen i livet
- Rädslan för döden tar olika uttryck
- Försonas med sig själv

Att inspirera till eftertanke och vardagsglädje

- Skittdagar kommer och går
- Låt utropstecknet alltid vara större än frågetecknet
- Självkännedom är nyckeln till sig själv
- Memento mori som ger en annan syn på livet idag
- Hitta hem till sig själv

Att inspirera till hälsosam livsstil och aktiv träning för att förebygga cancer och bidra till personlig utveckling

- Löpning – enkelhetens upprepning
- Stillhetens punkt i meditationen
- Kost, sömn, aktiv träning som en gemensam helhet
- Dagen är ett resultat av ens innersta jag

Att lyfta fram cancervårdens roll och betydelse i ett kliniskt och psykiskt perspektiv för den hela människan.

- Svensk cancervård i toppklass
- Standardiserade vårdförlopp med tydlig struktur och effektiv process – ingen kedja är starkare än dess svagaste länk
- Snabb utveckling av forskning och medicinsk teknologi samtidigt som Sverige tar en alltmer aktiv roll i internationella forskarnätverk
- Frågorna framåt



Vill du annonsera i tidningen Mun & Hals?



Kontakta

Fredrik Forsberg

0660-29 99 63

fredrik.forsberg@agrenshuset.se

@ÅGRENSHUSET



- 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 Handikapporganisationernas Samarbetsorgan
- 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

Förenings- nytt

Det har ibland varit tveksamt i vilken regional förening Södermanland ingår. Därför har styrelsen formellt beslutat att föreningen i Västmanland också omfattar Södermanland.

Fortfarande gäller naturligtvis att enskilda medlemmar har möjlighet att söka medlemskap i vilken förening de önskar.

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

RECEPT

PICKLAD RÖDLÖK

TEXT ANNIKA LJUNGSTRÖM

Picklad rödlök är ett fantastiskt gott tillbehör som passar lika fint till kött och fisk som till fågel och vegetariskt. Här är bästa receptet.

Ingredienser:

2 rödlökar
1 dl ättika (12%)
2 dl socker
3 dl vatten

Gör så här:

Skär rödlöken i tunna skivor.
Blanda ättika, socker och vatten till en lag.
Rör ordentligt så att sockret löser sig.
Lägg i rödlöken och låt stå i kylskåpet i ett par timmar innan servering. ■



Foto: shutterstock.com

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

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



MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDET

Regionalföreningar

MED KONTAKTPERSONER

Mun- & Halscancerföreningen Norrland

OWE PERSSON

Magasingatan 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: halv.eriksson@telia.com

Mun- & Halscancerföreningen 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

Sydöstra Mun- & Halscancerföreningen

BÖRJE ADOLFFSSON

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

Mun- & Halscancerföreningen Göteborg

ANNIKA LJUNGSTRÖM

Norra Rydsbergsvägen 60, 443 50 Lerum
Tel: 0302-131 22, mobil: 0705-26 25 34
E-post: ljungstrom.lerum@telia.com

Hallands Laryngförening

BENGT SVENSSON

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

Mun- & Halscancerföreningen Södra Sverige

ANNIKA AXELSSON

Liedbergsgatan 3 B, 352 30 Växjö
Tel: 0470-834 67
Mobil: 070-360 18 16
E-post: annika47axelsson@telia.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

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

Kansliets telefontider

Tisdagar – Torsdagar kl. 09.00 – 12.00. Telefon: 08-655 83 10

E-post: kansli@mhcforbundet.se

Hemsida: www.mhcforbundet.se

Kansliet har semesterstängt v. 28, 29, 30, 31 och 32.

Atos

Atos Medical Your voice

Sommarnätterna är korta - Få maximalt ut av dem med PROVOX® Luna®

Provox Luna HME ger lungorna en överlägsen befukning jämfört med andra HME kassetter.

- Mjuk och smidig HME kassett för bästa möjliga komfort under natten.
- Plåstret är gjort av hydrogel som lugnar och svalkar huden
- Provox Luna plåstret lugnar och svalkar huden medan du sover.



Upplev skillnaden!

Kontakta Din logoped / kontaktperson på sjukhuset eller hör av Dig direkt till Oss för att få testa Luna och se vilken skillnad Luna kan göra för Dig och Din lunghälsa.

Produktspecialist södra Sverige

Daniel Broman

Tel: 0733368704

Email: Daniel.Broman@atosmedical.com

Produktspecialist norra Sverige

Monica Ronge

Tel: 0702317139

Email: Monica.Ronge@atosmedical.com

Kundtjänst

Tel.: +46415 198 20

Email: kundtjanst@atosmedical.com

Hemsida: www.atosmedical.se