



Mun & Hals

NR 3 ■ SEPT 2023

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



SKÖRDETID

Höstbild från Skåne, öster om Lund mot Hardeberga

Mun & Hals

Årgång 49 ■ Nr 3 ■ 2023

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

Tony Nilsson

REDAKTÖR

Gun Olsson
E-post: systergun@gmail.com

MEDARBETARE I REDAKTIONEN

Andreas Björklund
E-post:
to.andreasbjorklund@gmail.com

FÖRBUNDSORDFÖRANDE

Tony Nilsson
Bjälbovägen 65, 592 41 Vadstena
Mobil: 070-288 54 04
E-post: tonynossin48@gmail.com

ISSN 2000-7477

GRAFISK FORM, TRYCK & DISTRIBUTION

Ågrenshuset AB, Bjästa



ETT BÄTTRE
MILJÖVAL
2023 ÅH01
Vi värnar om miljön
sammans med
våra kunder.



Omslagsfoto: LISA ARONSSON

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
Kärleksstigen 25, 952 33 Kalix
Tel. 070-632 70 03
E-post: info@laryngfonden.se
Hemsida: www.laryngfonden.com
Plusgiro: 91 82 58-5
Bankgiro: 5936-5338

INNEHÅLL

Ledaren	2
Redaktören har ordet	4
MHC-dagarna – kurs i rehabilitering	5-7
Congress of the Nordic Association of Otolaryngology	8-9
Resultat från en studie av rekonstruktion i huvudhalsområdet med skulderblad (scapula)	10
Aktuellt:	
HPV-vaccinering	11
Nationell Arbetsgrupp (NAG) för rehabilitering efter Huvud- Halscancer	12
Svårt sjuka erbjuds behandling i hemmiljö	12
Cancerfonden – aktuell forskning	12
Avtackning	13
Rehabresa till Portugal och Algarvekusten	13
Södra föreningens juniträff mitt i Skåne	14-15
Föreningsnytt:	
Hallandsföreningen	16
Sydöstra föreningen	17
Stockholmsföreningen	17
Göteborgsföreningen	18
Recept: Svamptider=soppatider	19
Föreningsidor med information om kontaktpersonerna	22-23
ANNONSER	
Fahl Scandinavia AB	3
Atos Medical	24

LEDAREN

Hej alla medlemmar ute i vårt avlånga land.

Ja så har det mesta av sommaren gått, och i skrivande stund har vi inte sett till något av den extremvärme som utlovades.

Det har hänt en del sedan förra gången, problemet med den höga hyran har löst sig, vi har kommit fram till ett nytt hyresavtal så vi stannar kvar i befintliga lokaler med en betydligt lägre hyra.

Vår ekonomiassistent Zofia går nu i pension och Susanna går upp på heltid from. 1 september. Vi kommer således inte att ersätta Zofias tjänst.

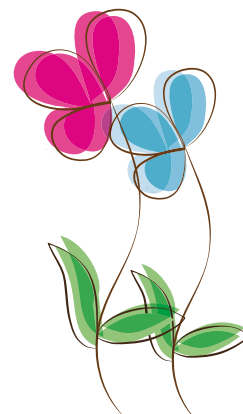
Vi tackar Zofia för ett gott samarbete under hennes ca.10 år på förbundskansliet.

Nu när hösten är i antågande och det blir mörkare och mörkare och vi bara ser regn och rusk framför oss så finns en liten ljusglimt för några av oss. 112 medlemmar som får åka till Portugal i höst. 56 åker 7-14 oktober och 56 åker 14- 21 oktober, det blir också en resa till våren men det får vi återkomma till. ■

NÄSTA NUMMER UTKOMMER I DECEMBER 2023
■ MATERIALSTOPP TILL NR 4 ÄR 1 NOVEMBER



TONY NILSSON
FÖRBUNDSORDFÖRANDE
MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDET



FAHL

EMERGENCY SET

VIKTIGT NÖDHJÄLPMEDEL FÖR HALSANDNINGSAPPARATER

Foto: Photographee.eu/Shutterstock.com

I en nödsituation räknas varje sekund! Av denna anledning erbjuder LARYVOX® EMERGENCY SET en effektiv säkerhet med alla nödvändiga hjälpmedel och finns omedelbart till hands.

- ▶ Säker mun-till-trakeostoma Ventilation
- ▶ Andningsmasken minskar risken för infektion
- ▶ Inkl. anslutningskontakt för syretillförsel
- ▶ Uppsättningen finns i olika versioner



Se hemsida för mer info

 **WiraMedical**

WiraMedical AB
Karbingatan 14
SE254 67 Helsingborg - Sweden
+46 705-73 54 64 • www.wiramedical.se

FAHL

Andreas Fahl
Medizintechnik-Vertrieb GmbH
August-Horch-Str. 4a
51149 Cologne - Germany
Phone +49 (0) 22 03/29 80-0
Fax +49 (0) 22 03/29 80-100
Mail info@fahl.de
www.fahl.com

► REDAKTÖREN HAR ORDET

Sommaren är kort. Ja så tänker jag när nyheterna berättar om efterdyningarna av stormen Hans. Men när ni nu håller i vår tidning så hoppas jag att ni njuter av lite fler soliga dagar. Ni som har möjlighet, försök att gå en stärkande promenad mitt på dagen. Även om man inte orkar så mycket så räknas varje steg. Insup ljuset och få de nyttiga D-vitaminerna som gör gott för välmåendet.

Hösten är ju vår skördetid och här i Skåne känns det som den börjar tidigare för varje år.

Själv ser jag fram emot att köpa de svenska äppelna direkt från odlingarna. Egengjord äppelmos på frukostgröten är en bra start på dagen. Äppelsorter som Aroma, Alice, Discovery och Katja tillhör mina favoriter och sen köper jag alltid Cox Orange och sparar som ett juläpple.

I min trädgård har jag fina hösthallon som mognar under lång tid. Passar utmärkt att frysa in, smaken finns kvar efter upptining. Hallon är både gott och nyttigt, rik på fiber och antioxidanter.

Bredvid mina hallonbuskar finns ett fikonträd "Bornholmsfikon" med frukter som mognar frampå höstkanten. Förutom att det smakar gott så är fikon en alldeles underbar frukt full med nyttigheter.

Beger man sig sen till skogen så finns det gott om svamp som gynnats av allt regn som kommit. Själv är jag dålig på att hitta och bedöma svamp men i slutet av tidningen får ni ta del av Andreas recept på en god svampsoppa.

I detta nummer finns också trevliga inslag från våra regionala föreningar, avtackning av Ulf Jönson

vår tidigare redaktör, detta blandat med bl.a. resereportage från Island, studieresultat och en kurs i rehabilitering.

God läsning och varmt tack för alla inkomna bidrag. ■



GUN OLSSON
REDAKTÖR
systergun@gmail.com

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, Södermanland och Västmanland, Norrland, Örebro och Värmlands Län.

Vi är en av huvudmännen i Cancerfonden

MHC-DAGARNA

– KURS I REHABILITERING

TEXT LOGOPEDSTUDENTERNA **ESMERALDA LEO** OCH **JULIA ERIKSSON ÖLVETEG**
FOTO **SARA WIBERG** OCH **ESMERALDA LEO**

MHC-dagarna 2023 gick av stapeln i Lund den 3-4 maj. Under dagarna deltog logopedstudenter på termin 6 samt behandlade och anhöriga från Mun- och Halscancerföreningen Södra Sverige. Vi fick tillsammans lyssna på föreläsningar med de olika professionerna som är involverade vid rehabilitering av huvud- och halscancer och medverka i workshops.

Hos oss logopedstudenter väckte dagarna många funderingar. Hur upplevs vårdbesök för personer som genomgått mun-hals-cancer egentligen? Hur ser vardagen ut efter behandling? Det var viktiga frågor som vi fick chansen

att ställa till personer som faktiskt har upplevt det.

Vi välkomnades av lärarna Sanna Hellgren och Sara Wiberg från logopedprogrammet som ledde dagarna. För att få en helhetsbild av behandlingsförloppet fick vi lyssna på rehabteamet. Varje yrkesgrupp berättade om när och hur i processen de kommer in för att hjälpa patienten och dess anhöriga. Fördjupande information gavs sedan om sväljningsproblem och munhälsa. Föreläsarna Charlotta Larsson och Thérèse Mikoczy Nilsson belyste exempelvis att smakförändring, smaktorfall, muntorrhet och gapinskränkning är vanliga biverkningar under och efter behandling.

Gemensamt för föreläsningarna var att de tillsammans gav oss ett helhetsperspektiv på hur mycket patienter genomgår och hur mycket



▲ Övning i NAIM-metoden med lukt pennor. Foto: Sara Wiberg.

◀ Andreas Björklund berättar om MHCf. Foto: Sara Wiberg. ▶

◀ information som ges på väldigt kort tid. Många patienter upplevde att det inte gick att föreställa sig hur livet skulle bli efter behandling. Trots att de ges mycket information är det svårt att förstå när det handlar om en så stor förändring. Det gav oss större förståelse och respekt för att individens motivation kan variera när hen kommer till logopeden.

Genom patienterna fick vi verkligen ta del av hur uppskattat samarbetet mellan professionerna är. Många nämnde att de kände sig väl omhändertagna av teamet. Kontaktsjuksköterskor lyftes fram som en stor trygghet. Genom deras arbete som "spindeln i nätet" fanns de nära till hands oavsett vilka frågor patienten kunde tänkas ha.

Vi fick på eftermiddagen ta del av pågående forskning av Christina Runow Stark. Hennes arbete handlar om möjligheterna att i framtiden kunna använda artificiell intelligens (AI) som ett sätt att upptäcka tidig cancer.

Därefter berättade Andreas Björklund om Mun- och Halscancerförbundet (MHCF). Sist på schemat för dagen var diskussionsgrupper och sväljträning. Under diskussionerna fick vi studenter möjlighet att ställa frågor och diskutera med deltagarna. Frågorna berörde såväl vårdupplevelser som deltagarnas förändrade vardag. Deltagarna förmedlade viktiga budskap som vi kan ta med oss i vårt framtida yrke. De lyfte bland annat fram vikten av att vara ärlig och att känna in vad patienten behöver i stunden. Genom att få höra om deltagarnas olika perspektiv och att deras upplevelser skiljt sig framgick det hur viktigt det är att anpassa bemötande och insatser utifrån individens behov. Det framgick även hur viktigt det är att vi förmedlar syftet med övningarna till patienten, detta för att ge förståelse för vad träningen skulle medföra i vardagen.

Vi fick under sväljträningen testa på yt-EMG som visar muskelaktiviteten under sväljning. Metoden ger patienten direkt återkoppling under sväljningstillfallet



Sväljträning med yt-EMG där elektroder fästs under hakan.
Foto: Esmeralda Leo.



Thérèse Mikoczy Nilsson berättar om svängning. Foto: Sara Wiberg.



Under Wokshopen i NAIM-metoden användes en vattenmanometer som ger återkoppling på om man gör lufttekniken rätt.

Foto: Sara Wiberg.

och kan användas till både bedömning och träning.

Dag 2 inleddes med en fördjupande föreläsning om lymfödem, vilket är en vanlig komplikation efter tumörbehandling. Ytterligare en vanlig komplikation är skulderdysfunktion, vilket fysioterapeuten Eva Ekvall Hansson berättade om. Muskelspänningar kan påverka såväl tal-, röst- och sväljförmågan och därför är samarbetet mellan logoped och fysioterapeuter viktigt.

Förmiddagen bestod även av luktr träning med NAIM-metoden som används efter laryngektomi. Detta eftersom patienterna efter operationen inte kan andas genom näsan och därav inte längre kan känna lukt på samma sätt. Luktr träningen var ett moment vi logopedstudenter länge sett fram emot och som visade sig vara svårare än förväntat. Det gav därmed förståelse för att tekniken kan kräva mycket träning och tålamod hos patienten. För många av oss är förmågan att känna lukt en självklar-

het. Kanske fick några av oss känna på bortfall av lukter på grund av corona, och då fått förståelse för hur viktig den är. Luksinnet används bland annat för att upptäcka faror såsom rökluft, känna om mat fortfarande går att äta, men också känna om kläderna luktar fräscht eller känna doften av vårbloomor. Avslutningsvis gavs en föreläsning och frågestund med Malin Josefsen som berättade om larynxcancer och laryngektomi.

Dagarna gav oss många värdefulla möten som gör att vi nu känner oss mer förberedda att möta patientgruppen. Vi uppskattar det fina samarbetet mellan logopedutbildningen och Mun- och Halscancerföreningen Södra Sverige. Vi vill tacka föreläsarna och deltagarna för två väldigt givande dagar! Även tack till Laryngfonden vars bidrag har möjliggjort dagarna! ■

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

Congress of the Nordic Association of Otolaryngology

ISLAND, REYKJAVIK 230524-230526

TEXT OCH FOTO ULRIKA FYRHAG

I slutet av maj var det äntligen dags för mig att åka till den nordiska kongressen för öron-, näs- och hals-sjukdomar och huvud- och halskirurgi på Island.

Efter några timmars förse-ning på Kastrup pga. storm och svårigheter att landa i Reykjavik kom jag äntligen i väg. Vid inflygningen till Reykjavik visade Island sitt karga och fantastiskt vackra vulkan-landskap. När jag så små-ningom kom fram till hotellet hade alla restauranger hunnit stänga. Jag såg framför mig en hungrig natt, men hotell-personalen ordnade kaffe och smörgås och det blev i stället en god natts sömn.

Kongressen hölls i centrala Reykjavik, i Harpa, en nybyggd och modern kultur- och konferensanläggning som ligger med utsikt över hav och berg. Kongressen öppnades av Islands presi-dent Gudni Johannesson som hälsade alla välkomna till Reykjavik.

Kongressen hade 500 deltagare och dessa represente-rade 29 länder. Majoriteten av föreläsarna var från de nordiska länderna, men även långväga föreläsare från USA och Sydafrika deltog. Kon-gressen innehöll fyra till fem parallella föreläsningar från tidig morgon till kväll.



En introduktion till vulkan-landet gav Kristin Jonasdottir, chef för avdelningen för vulkaner och jordbävningar på isländska meteorologiska institutet. Hon berättade att förra året var det totalt 36.000 vulkanutbrott på ön. Hon visade filmer när hon var ovanför ett vulkanutbrott i helikopter 40 minuter efter utbrottets start.

Jag arbetar som kontakt-sjuksköterska för patienter med huvud- och halscan-cer och en stor del av min arbetstid arbetar jag med Cancerrehabilitering. Syftet med Cancerrehabilitering är att förebygga och reducera

fysiska, psykiska, sociala och existentiella följder av cancersjukdom och behand-ling. Målet är att patien-terna ska leva ett så bra liv som möjligt efter avslutad behandling. De vanligaste behandlingarna vid huvud- och halscancer är operation eller strålbehandling, eller kombinationen av båda. Behandlingarna innebär ofta mycket biverkningar, ibland livslånga. Vanliga biverkning-ar är sväljningssvårigheter, svårigheter att tala, mun-torrhet, trötthet, skulderdys-funktion samt lymfödem.

Muntorrhet efter strålbe-handling för huvud-halscan-

cer är ofta ett stort problem. Tyvärr finns det i nuläget inte något botemedel och symtomlindringen funge-rar inte tillfredsställande. Muntorrhet ökar bland annat risken för karies och svälj-ningssvårigheter och den blir i många fall livslång och på-verkar patientens livskvalitet negativt. I Danmark bedriver Charlotte Duch Lynggaard med kollegor forskning om stamcellsbehandling mot muntorrhet för patienter som genomgått strålbehand-ling för huvud-halscancer vilket hon berättade om på kongressen. Stamceller injiceras in i spottkörtlarna. Behandlingen har visat sig ha potential att återställa spott-körtlarnas funktion. Hur det fungerar är inte helt klarlagt. De har följt patienter i studien i två år utan att hitta några allvarliga komplikationer.

På konferensen fanns även "runda bordet diskussioner" med fallpresentationer. Ett ämne som diskuterades var sväljningssvårigheter där tre framstående forskare diskuterade ämnet. Irene Wessel från Rikshospitalet i Köpenhamn talade om rehabiliteringsbehov efter behandling för huvud- och hals cancer. Att patienterna efter behandling har stora behov av rehabilitering var alla rörande överens om. Pro-blem såsom nedsatt gapför-måga, försämrad rörlighet i tungan, sväljningssvårigheter, viktnedgång samt lymfödem



Coping

Förklaras med sättet hur vi hanterar stressfyllda och känslofylla situationer.

Copingstrategier brukar delas upp i:

Konfronterande strategier (lösa problemen) och Undvikande (förneka eller förminska problemen) strategier.

lyftes fram. Rikshospitalet har en rehabiliteringsklinik där de främst arbetar med biverkningar efter cancerbehandling. Tyvärr talade hon inte om hur de praktiskt arbetar på rehabiliteringskliniken. Köpenhamn ligger bara en timme bort från Lund och ett studiebesök på rehabiliteringskliniken är genomförbart. Wessel talade även om betydelsen av copingstrategier (se faktaruta) hos pa-

tienten samt vilken betydelse stödet runtomkring patienten har, såsom familj, vänner och kollegor för att patienterna ska må så bra som möjligt.

Förutom det vetenskapliga programmet fanns även möjlighet att lära känna och utbyta erfarenhet med kollegor inom ÖNH. Det sociala programmet med välkomstmingel på Reykjavik Art museum och kongress-

middag med underhållning är härliga minnen.

Det ordnades även en gemensam bussutflykt med besök på Gullfoss vattenfall och ett område med gejsrar. Gullfoss är ett mäktigt vattenfall där det sommardag passerar 140 kubikmeter vatten varje sekund. Den mest aktiva gejsern vi såg har utbrott ungefär var femte minut, dygnet runt, året runt. Vid varje utbrott skickas en

pelare med kokande vatten cirka 20 meter upp i luften. Efter kongressen på Island känner jag mig laddad med energi och kunskap för att fortsätta mitt viktiga arbete som kontaktsjuksköterska.

Tack Laryngfonden för möjligheten! Att Kongressen var belägen på Island var en härlig bonus. Vilket fantastiskt land! ■



Resultat från en studie av rekonstruktion i huvudhalsområdet med skulderblad (scapula) – en bedömning av den postoperativa funktionen i skuldran

TEXT STINA KLASSON OCH JOHANNA SJÖVALL

Öron-näsa-hals och plastikkirurgiska klinikerna vid Skånes Universitetssjukhus har genomfört en studie av patienter som genomgått rekonstruktion med benvävnad från skulderbladet (scapulalambå) i samband med tumörkirurgi i över- eller underkäken. Studien har syftat till att utvärdera funktion och besvär från tagstället, det vill säga runt skuldra, arm och hand.

Scapulalambå är ett alternativ för att rekonstruera ben- och mjukvävnad i över- eller underkäke i samband med tumörkirurgi. Scapulalambå väljs för att laga defekter i överkäken eftersom formen på skulderbladet passar bra och för att man i bästa fall kan sätta dit nya tänder när behandlingen är avslutad. Vi kan också använda scapula-ben för att laga defekter i underkäken. Det brukar vara ett bra lagningsalternativ när det av olika anledningar inte går att ta ben från vadbenet (fibula) som annars är vårt förstahandsalternativ till benrekonstruktion i underkäken.

Hur går det med funktionen i skuldran när vi tar bort ben och muskler härifrån?

Vi har följt 21 patienter som vi rekonstruerat med scapulalambå mellan 2016 och 2019. Det var 11 män och 10 kvinnor i åldern 36-75 år (medelålder 63). Nio patienter blev rekonstruerade med en scapulalambå tagen från samma sida som patientens dominant hand (om man är högerhänt är höger den dominant handen).

Alla utom en opererades på grund av en elakartad tumör, dvs cancer. 12 patienter blev samtidigt opererade med halslymfkörtelutrymning

och 17 av patienterna fick strålbehandling före eller efter kirurgin. Det är viktigt att veta om patienterna har blivit opererade eller strålade mot halsen eftersom det i sig också kan påverka skulderfunktionen.

Vi fick möjlighet att undersöka 16 patienter efter behandlingen 10 månader (3-17 månader) efter operationen.

En fysioterapeut mätte rörligheten i skuldra, armbåge och hand samt testade nervfunktion i handen. Patienterna fick också fylla i en enkät om hur de upplevde rörlighet och eventuella besvär från området.

Vi fann att de patienter som blivit rekonstruerade med scapulalambå tagen från samma sida som sin icke-dominanta hand hade bättre rörlighet i skuldran jämfört med de där lambån var tagen från den dominant handens sida. Funktionen i armbåge och hand förändrades, som förväntat, inte av operationen.

Vi fann också att de som genomgått halslymfkörtelutrymning hade sämre rörlighet i skuldran.

Patienternas självskattning visade att de generellt hade få till mätliga besvär från skuldran.

Vår slutsats är att det är en fördel om det går att välja den icke-dominanta sidan som tagställe för scapulalambå och att halslymfkörtelutrymning påverkar rörligheten efter operationen. De upplevda besvären från skuldran efter operationen är acceptabla. ■

VI VILL RIKTA ETT TACK TILL ALLA PATIENTER SOM GJORDE DEN HÄR STUDIEN MÖJLIG.

Studien heter "Scapular osseus free flap in head and neck reconstruction: An assessment of the postoperative function of the donor site" och publicerades i JPRAS (Journal of Plastic, Reconstructive and Aesthetic Surgery) 2022.

Forskarna som genomförde studien var Nathalie Mobargha, Linda Tallroth, Johanna Sjövall, Anna Hafström, Karin Elebro och Stina Klasson.

HPV-VACCINERING

TEXT ANDREAS BJÖRKLUND

Så har vår käre ordförande Tony Nilsson tagit plats i TV-rutan och berättat lite om hur det är att drabbas av HPV-relaterad mun och svalgcancer. Det gjorde han med den äran! Det är viktigt att vi får synas och att "allmänheten" får lite större förståelse om vad det innebär att drabbas av denna typ av cancer.

HPV, Humant papillomvirus

är den vanligaste sexuellt överförbara infektionen. Viruset (som är av ca 200 olika typer) är mycket smittsamt och de allra flesta har någon gång varit infekterad av det. De flesta får inga symtom och infektionen läker ut av sig själv. I en del fall, av orsak som är okänd, ligger infektionen kvar och kan långt senare orsaka cancer bl.a. i mun och svalg.

Vaccinering

Sedan 2010 har HPV vaccineringen ingått i det allmänna vaccinationsskyddet för flickor i årskurs 5 eller 6, med syftet att ge skydd mot livmoderhalscancer. Sedan dess har kunskapen om HPV-relaterade cancerformer ökat betydligt. Varje år drabbas över 800 kvinnor och över 300 män av HPV-relaterad cancer. Så sedan 2020 inkluderas även pojkar i årskurs 5 för HPV vaccinering. Man menar att vaccinering kan förebygga allvarlig sjukdom, är hållbar ur medicinskt perspektiv och samhällsekonomiskt kostnads-effektivt. Tre fjärdedelar av cancer som orsakas av HPV beräknas kunna förebyggas med vaccinationsprogram för flickor, samt ytterligare 120-130 cancerfall genom att även pojkar vaccineras. Så glädjande då att se att vaccinationstäckningen år 2021 är hela 85 % bland pojkarna i årskurs 5.

Visserligen dröjer det ganska många år innan vi kan se någon minskning i fallen inom mun och svalg men förhoppningen är stor att den starkt ökande trenden kommer att vika nedåt för att sedan minska betydligt. Att vaccinera sig är som i annan massvaccinering en form av solidaritet, ju fler som vaccinerar sig, desto bättre skyddas de som av någon anledning inte kan eller vill vaccinera sig.

Källa:

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/>

Inslaget där Tony Nilsson medverkar finns på SVTplay och sändes den 30 juli 2023.



FOTO: LISA ARONSSON

NATIONELL ARBETSGRUPP (NAG) FÖR REHABILITERING EFTER HUVUD- HALSCANCER

TEXT **BARBRO PETERSSON**

Inom det nationella programområdet för öron- näsa och halssjukdomar (NPÖ-ÖNH) har på initiativ av Sveriges kommuner och Regioner (SKR) en nationell arbetsgrupp för kunskapsstyrd rehabilitering av patienter behandlade för huvud- och halscancer startats.

Gruppen startade sitt arbete andra kvartalet 2022 och skall vara färdiga med sitt uppdrag den första april 2025. Gruppen består av många professioner, t.ex. specialistläkare, kontaktsjuksköterskor, logoped, käkkirurg, dietist osv. Det finns representanter från olika delar av Sverige från norr till söder. Två patientrepresentanter ingår också i gruppen.

Gruppens arbete har tidigare rapporterats i Mun & Hals nr 3 /2022, arbetet fortsätter med heldagsmöten

i hela arbetsgruppen på 16 personer och möten i mindre arbetsgrupper.

Som patientrepresentant så blir man imponerad av den vilja som finns inom vården att förbättra för oss patienter, och att man eftersträvar en jämlik sjukvård i hela Sverige. Samt att vården förstår att vi inom huvud-halscancer har stora behov av rehabilitering.

Det återstår mycket arbete, men det finns också gott om tid. Syftet med arbetet är att de patienter som behöver extra omsorger under rehabiliteringen får hjälp utifrån sina behov och att rehabiliteringen är likvärdig i hela Sverige.

Gruppens uppdrag finns sammanfattat i uppdragsbeskrivningen på följande sätt:

Uppdrag

En nationell arbetsgrupp ska kartlägga rehabiliteringen av patienter som har

genomgått behandling av huvud- och halscancer.

Målet är att alla patienter som har genomgått behandling för huvud- och halscancer ska erbjudas rehabilitering som ger god funktionalitet och livskvalitet, med utgångspunkt i patientgruppens specifika rehabiliteringsbehov. En kunskapsbaserad rehabilitering bör ha möjlighet att verka inom hela vårdkedjan. Uppdraget innefattar även prehabilitering inför behandling, vilket underlättar rehabilitering efter behandling.

Prehabilitering innebär en sammanhängande vårdprocess mellan diagnos och behandlingsstart. (reds.anm.)

För er som vill veta mer eller lämna synpunkter kring NAG kan kontakta **Barbro Pettersson** petersson3.1415@outlook.com

▶ SVÅRT SJUKA ERBJUDS BEHANDLING I HEMMILJÖ

TEXT **GUN OLSSON**

Sedan 2018 har patienter med olika (inte alla) cancerdiagnoser vid Skånes universitetssjukhus i Lund kunnat få behandling med cytostatika i hemmet. Patienterna kommer till mottagningen för uppstart och kan sedan vistas i sin hemmiljö. Att behandla sig själv är frivilligt men intresset är stort. Avancerad läkemedelsbehandling kan även erbjudas vid andra sjukdomstillstånd såsom vuxna och barn med svåra infektioner. De kan behandla sig själva med så kallade "antibiotikabollar" som via en slang kopplas till blodbanan för att långsamt tömmas.

Läs mer på www.skane.se "Bärbar medicin pump ger cancersjuka frihet att leva." Där finns en patient med akut myeloisk leukemi (en form av blodcancer) som beskriver hur hon upplevde det att vara hemma under intensiv behandling.

▶ CANCERFONDEN – AKTUELL FORSKNING

TEXT **GUN OLSSON**

Sjuksköterskan och professorn Karin Ahlberg vid Sahlgrenska akademien forskar kring symtom och livskvalitet i samband med strålning. Forskningen utgår från hur patienterna själva upplever sin hälsa och vård. Anslag via Cancerfonden.

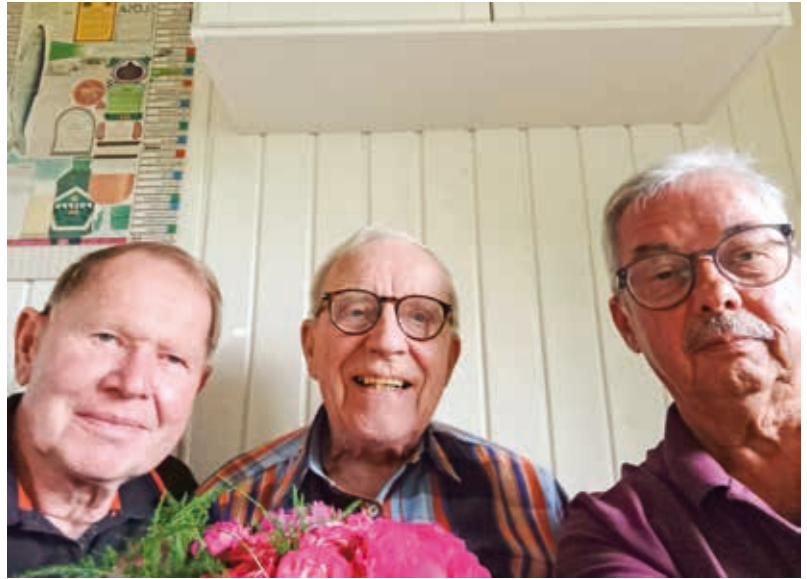
Läs mer på www.cancerfonden.se "Jag såg i min vardag att patienterna inte mådde bra."

INFORMATION FRÅN FÖRBUNDET

TEXT OCH FOTO TONY NILSSON

AVTACKNING

I somras var Tony Nilsson och Halvor Eriksson från förbundet på besök hemma hos Ulf Jönson. Ulf var p.g.a. sjukdom förhindrad att närvara vid riksstämman 2023. Så det blev en "hemmahos" avtackning av Ulf för hans värdefulla insatser i såväl förbundet, tidningsredaktionen som i Laryngfonden.



Halvor Eriksson, Ulf Jönson och Tony Nilsson.

Ulf Jönson

- 2004 Ulf blir medlem
- 2008-05-12 Ulf blir vald till sekreterare i förbundsstyrelsen
- 2010 – 2011 Ulf är ordförande i Sydöstra MHCF
- 2011 Ulf blir redaktör för vår medlemstidning, han efterträdde Gunnar Sneider. Innan dess var han medarbetare i redaktionen.
- 2018 Ulf blir ledamot i Laryngfondens styrelse
- 2021-08-11 Ulfs sista styrelsemöte

INFORMATION FRÅN FÖRBUNDET

REHABRESA TILL PORTUGAL OCH ALGARVEKUSTEN

Aktuell information kring resorna

Period nummer 1 (7- 14 oktober) **är fullbokad** (56 platser).

Period nummer 2 (14- 21 oktober) här finns **en plats kvar** (en person i enkelrum).

Det blir ytterligare en resa till våren, datum ej klart. Anmälan till vårresan är fortfarande öppen.

Pris:

Behandlad medlem	5020 kr
Medföljande	7530 kr
Enkelrum för behandlad medlem	6360 kr

Intresse eller frågor kontakta kansliet:

Tel: 08-655 83 10

Mail: kansli@mhcforbundet.se

Ingen från tidningsredaktion följer med på resan så vi ser fram emot era reseskildringar och fina foton.

Sänd till systergun@gmail.com



Camilo beach i Lagos, Algarve, Portugal.
Foto: shutterstock.com

SÖDRA FÖRENINGENS JUNITRÄFF MITT I SKÅNE

EN ALLDELES UNDERBAR HELG PÅ STIFTSGÅRDEN ÅKERSBERG I HÖÖR MED EXTRA ALLT

TEXT ANDREAS BJÖRKLUND FOTO SUSANNE WELLBRING

En helg i juni träffades vi från Södra till ett för de flesta av oss nytt resmål. Vilken lyckoträff det visade sig vara, Stiftsgården Åkersberg i Höör, mitt i ett försommarvackert Skåne.

Efter en god och riklig lunchbuffé samlades vi för att ha lätt yoga, eller MediYoga. Den leddes med van och säker hand, så att vi alla kunde hänga med, oavsett om vi var nybörjare eller vana utövare. Lokalen vi satt i hjälpte oss också att komma i stämning. Ett lätt regn märktes mot de stora fönsterrutorna och ett befriande leende spreds bland oss alla. Äntligen! Efter många snustorra veckor så kom regnet som en välsignelse. Skön musik gjorde stunden än skönare. Jag minns främst John Lennons "Imagine". Kapellet låg intill där vi haft vår yogastund, så ett besök i denna vackra sal blev det för de flesta av oss, medan andra skyndade sig till fikabordet som stod uppdukat. Nu hade himlen öppnat sig och det fullständigt vräkte ner. Våra gäster till nästa programpunkt hade lyckats ta sig torrskodda från tågstationen tack och lov. Så de tog också plats vid det generösa fikabordet.

Cancerrehabilitering Skåne Online.

En nystartad enhet, ett interdisciplinärt team d.v.s. tvärvetenskapligt med flera olika yrkeskategorier, för att så långt som möjligt ge stöd och hjälp till att kunna leva ett så bra liv som möjligt. Före, under och efter sjuk-

domen och behandlingen för denna. Det kan gälla vardagslivet, fysisk aktivitet, kost, oro och ångest, relationer och annat som hör livet till. Det finns även möjlighet för anhöriga att få stöd. Stödet kan fås både individuellt och i grupp. I teamarbetet är det alltid du, som patient som är den viktigaste medlemmen. Dessutom finns i dagsläget: administratör/koordinator, arbetsterapeut, fysioterapeut, sexolog, psykolog, kurator, dietist och läkare. I de fall det behövs tar de kontakt med andra inom pro-



fessionen som t.ex. logoped (som ju vi inom Mun & Hals har tätt och viktigt samarbete med), kontaktsjuksköterska, tandläkare etc.

Alla möten är digitala och rehabiliteringen genomförs i olika steg enligt en plan där du har tydliga mål för vad du vill uppnå. Det kan vara saker

som du ska göra med teamet, på egen hand eller med annan vårdgivare. Viktigt att alltid utgå ifrån individens behov och inte diagnos/prognos.

Teamet etablerar alltid en kontakt med en samverkanspart, som blir uppdaterad och informerad om fortskridandet i rehabiliteringen.



Aktiv överlämning sker till de som ska ha fortsatt kontakt med personen. På så sätt knyter de ihop vårdkedjan och skapar en sammanhängande vård. Det blir tydligt vem som ska göra vad.

Kontakt fås genom att be din läkare eller annan vårdpersonal att skicka remiss. Du kan också skicka en egen remiss, höra av dig via 1177 eller ringa direkt till mottagningen.

Vi tackar Anna-Sofia Bengtsson, sexolog och arbetsterapeut samt Hanna Sinner psykolog för ett utmärkt föredrag med intressant och nyskapande information. Kul att vi fick vara allra första cancerföreningen som fick ta emot er!

Jag är övertygad om att initiativet med att starta upp detta digitala teamarbete är ett nödvändigt komplement till den rehab som finns idag. Allt fler överlever sin cancer, oftast med biverkningar från behandlingar samt med oro, ångest och andra följdverkningar. Många behöver hjälp och kan man få denna hjälp på enklare sätt och dessutom speglar från olika håll. Då tror jag att det är ett vinnande koncept, som kan nå fler med kortare väntetider och många andra fördelar.

Dags att byta om och ta sig till Andrum Spa för "tid i stillhet". En vacker byggnad som trots att den bara är drygt ett år väl smälter in i den annars månghundraåriga miljön i Stiftsgården. Materialvalet är noga uttänkt, rå betong, sten, trä, ljusinstallationer, närheten till naturen genom stora glaspartier och så allt vatten som skapar stillsamt ljud. Ja, det är vackert, storslaget och vilsamt för öga och själ. Själv älskar jag att bada i regn så jag började med att sjunka ner i den 35 gradiga poolen utomhus. Här skulle jag ha kunna stannat om det inte vore att jag var för nyfiken på allt det andra inomhus. Varmbastu, ång-

rum, hamam sten, inomhuspool, vattenfall, kalldusch, fotbad i saltat vatten... Ja, tiden rann snabbt iväg, jag hann dock med ytterligare en liten stund i utomhuspoolen.

Så var det middag, kanske det enda som inte var riktigt 100 %. Marulk serverades och den var lite i torraste och segaste laget för många av oss som är behandlade. Efter middagen samlades de flesta av oss för att ha en stunds diskussion om livets vedermodor och ljuspunkter. Just detta att kunna träffas och inte på något sätt känna sig

obekväm, utan kunna prata fritt om det mesta, är något av det viktigaste och finaste med dessa fysiska träffar. Tack till alla er som deltog och medverkade!

Söndagen började med en härlig frukostbuffé, där det mesta man kan önska sig fanns.

Medlemsmöte

Vi höll en tyst minut för att minnas och ära de medlemmar som lämnat oss sedan senaste medlemsmötet. Sedan fortsatte vi med sedvanliga punkter såsom budget,

genomförda aktiviteter, aktuella och kommande.

Regnet upphörde, så det blev en tipspromenad med hälsotema. Kul och trevligt!

Dags för lunch och avslutning. Några av oss passade på att ta en promenad i det uppfriskade vädret. Bara några 100 meter bort hade vi "Mittelen" alltså Skånes uppmätta mittpunkt, så den ville vi naturligtvis besöka.

Stort tack till alla som gjort det här möjligt och trevligt, icke minst deltagarna för givande samtal och gott humör! ■



Härlig miljö både ute och inne.



Frihetens kapell, en plats för öppenhet och frihet, ritat av arkitekt Lennart Wellin.

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: **GUN OLSSON**, systergun@gmail.com

Hallandsföreningen

Glädje och gemenskap vid medlemsträff

TEXT ELISABETH FAGERBERG

För Mun- & Halscancerföreningen Halland blev det en väldigt lyckad kombination vid medlemsmötet i juli. Under eftermiddagen besökte vi skratibuskisföreställningen "Skrot, hopp & kärlek" på Vallarnas friluftsteater i Falkenberg. Ett litet orosmoment hade vädret varit, men för vår del var det molnigt med drygt 20 grader. Perfekt! Värre var det vid den sena föreställningen när himlen öppnade sig, men då satt vi tryggt under tak hemma hos ett par av våra medlemmar, där vi höll vårt medlemsmöte.

Utanför Falkenberg ligger den välkända Lax-butiken och därifrån bjöds vi på laxbakelser, följt av hembakad gofika. Gemenskapen och glädjen fick vi på köpet och tiden bara försvann.

När datumet för träffen bestämdes vad det nog ingen som tänkte på att det samma helg var "Wheels and wings" i Falkenberg. Gatorna var därför fyllda av hobby- och entusiastbilar av äldre modell och vägrenarna kantades av förtjusta åskådare. Ofrivilligt hamnade vi därför i långa bilköer, varav en del ingick i "cruisingen" med dunka-dunka-musik och näst intill obefintliga trafikregler. Bara det var en upplevelse!

Allt detta, under en och samma eftermiddag/kväll, hann vi med i samband med vårt medlemsmöte i den mysiga staden Falkenberg. ■



Skrattfest på gång. Innan medlemsmötet såg vi föreställningen "Skrot, hopp & kärlek" på vallarnas friluftsteater. Foto: okänd man som erbjöd sig att vara fotograf.



Medlemsmötet hölls hemma hos våra medlemmar Rigmor och Lasse Bergman i Falkenberg. Foto: Elisabeth Fagerberg.

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



Sydöstra föreningen

TEXT OCH FOTO TONY NILSSON

Representanter för Sydöstra föreningen med ordförande Per Nilsson, kassör Björn Lantz och Bo Andersson samt förbundsordförande Tony Nilsson besökte i slutet av maj ÖNH på Universitetssjukhuset i Linköping och deras teammöte som man har varannan måndag.

Vi fick berätta om oss och vad vi kan göra tillsammans. Vi ska försöka att under våren 2024 ha ett event över en helg för behandlade med föreläsningar och gemensamt mingel. Det är nog ganska viktigt för många nybehandlade att få träffa varandra och utbyta erfarenheter.

Det kom ett förslag från chefläkare Lovisa Farnebo att vi ska vara med på dessa teammöten en gång per år. Från föreningens sida ser vi detta som mycket positivt. ■



Stockholmsföreningen

En solig dag i maj

TEXT OCH FOTO YVONNE ROSENDAHL

Stockholmsföreningen träffades utanför Chokladfabriken på Renstiernas gatan på söder. Solen sken och det kändes så där hoppfullt ni vet om kommande vår och sommar.

Vi bjöds först på sopplunch med efterföljande kaffe och flera olika bakverk av, gissa huvudingrediens? CHOKLAD! Just sådär goda som är mer än förödande för figuren. Och man fick ta flera! Därefter fick vi göra ett besök i fabriken och fick en mycket trevlig föreläsning om chokoladens historia men även Chokladfabrikens. Butiken var fortfarande öppen när vi gick därifrån så det blev diverse inköp. Själv köpte jag de små men alldeles förförande goda lakritschokladtilltuggen. Kan inte kalla dem kakor för de var bättre än så. Dock de räckte inte så länge som jag ville. ■



Förenings- nytt

Göteborgsföreningen

Resereportage från Göteborgsföreningen

TEXT: DAN RASMUSSEN FOTO: DAN RASMUSSEN (FÖRUTOM GRUPPBILDEN)

Den 7 augusti åkte Göteborgsföreningen på en 5 dagars resa med Rofls Flyg o Buss till Höga Kusten. Vi lämnade ett vad som skulle bli ett otroligt regnigt och blåsigt Göteborg och vårt lunchstopp var Arboga. Nu var vi halvvägs på första dagens etapp med slutmål Söderhamn.

8 augusti: Vi åkte vidare uppåt mot Sollefteå, på vägen besökte vi Murbergets Friluftsmuseum och fick en guidning hur det var uppe i Norrland från stenåldern och framåt. Vidare till besökscentrum Naturum där vi fick guidning om världsarvet Höga Kusten. Vid istiden var istjockleken 3 km, så den tryckte ned jordskorpan ordentligt. När istiden upphörde så började jordskorpan att hämta sig och har idag stigit med 235 meter, därav namnet Höga kusten. Marken stiger fortfarande med ca 8 mm per år, (om tusen år kommer det att finnas en landtunga över till Finland). Sen eftermiddag kom vi fram till Sollefteå och hotell Hallstaberg.

9 augusti: Vi fortsätter vår färd uppåt och nästa stopp blir Lunde – platsen för skotten i Ådalen där fem personer sköts till döds av militären 14 maj 1931. Vidare mot Höga Kusten-bron en av världens längsta hängbro som invigdes 1997 av vår kung Carl XV1 Gustaf, resan gick vidare via ett par fiskesamhällen och vi besökte Mjällom med Sveriges största skofabrik.

10 augusti: Börjar hemresan mot Ragunda där Sveriges största naturkatastrof inträffade den 6 juni 1796 när Ragundasjöns fördämningar brast och 20 km³ vatten forsade nerför där det tidigare Storforsen fallet fanns, idag kallat Döda fallet (Ragundasjön försvann på 4 timmar). Idag finns alltså inget vattenfall, vidare mot thailändska paviljongen, som är den enda paviljongen i Världen utanför Thailand.

11 augusti: Lång bussresa hem, men alla var jättenöjda med resan. ■



RECEPT

SVAMPTIDER=SOPPATIDER

TEXT OCH FOTO ANDREAS BJÖRKLUND

Sista dagen i juli månad. En månad som bjudit på en hel del regnskurar och en och annan solskensstund, som upplagt för fina svampskördar med andra ord! Har ännu bara varit ute en kort stund och fick då ihop gula kantareller lagom till en kvällsmacka. Nu är det svampsoppa som gäller och då tar jag till av tidigare års rika skördar.

Jag har lovat att komma med ett recept och jag är verkligen urdålig på att följa recept. Det blir alltid en liten Cajsa Warg i mig som kommer fram. "Man tager vad man haver" "Vad behöver göras av med..?"

Annars gillar jag verkligen att laga mat, alltså utan recept! Denna gång har jag dock försökt hålla reda på vad jag stoppat i soppan.

RECEPT BLANDSVAMPSOPPA

2 dl torkad blandsvamp (motsvarar ca 8 dl färsk). Det fungerar naturligtvis även med en sorts svamp, men smaken blir fylligare, med fler smaker och aromer med olika sorters svamp.

1 liter vatten där den torkade svampen läggs i under några timmar, låt sedan puttra på spisen så att en del av vätskan försvinner.

1 gul lök, 10 cm purjolök, två vitlöksklyftor, skärs fint.

2 råa potatisar rivs.

Stek upp lök och potatis i smör eller olja samt **krydda** med **salt, peppar och lite chili** (efter smak och tycke). En msk **tomatpuré**, en msk **soja** (Tamari) och en msk **skånsk senap** åkte också ner. Blanda allt och tillsätt 3 dl **grädde** och 2 dl **vitt vin**, samt eventuellt mer vatten/mjölk, låt koka ihop.

Mixa till valfri konsistens, själv gillar jag att det fortfarande är lite kvar att tugga på.

Så lite dekoration som piffar upp är aldrig fel. Jag hackade lite persilja, purjolök och några sockerärtor.

Ett gott bröd hör till. Vi åt rågbröd med stekta tomater och getost.

Mums! ■





- 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
- anordnar kurser vid behov för förbundets och föreningarnas förtroendevalda
- håller kontakt med myndigheter och serviceorgan
- tillhör Funktionsrätt Sverige
- är en av huvudmännen i Cancerfonden
- har kontakt med motsvarande förbund i andra länder
- har förtroendeanslutna läkare, tandläkare och logoped
- 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

Kärleksstigen 25 ■ 952 33 Kalix

Tel: 070-632 70 03

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



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

Kontakta

Mun- & Halscancerförbundet

SUSANNA JANKOVIC

Tel: 08-655 83 10

E-post: kansli@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 som 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.

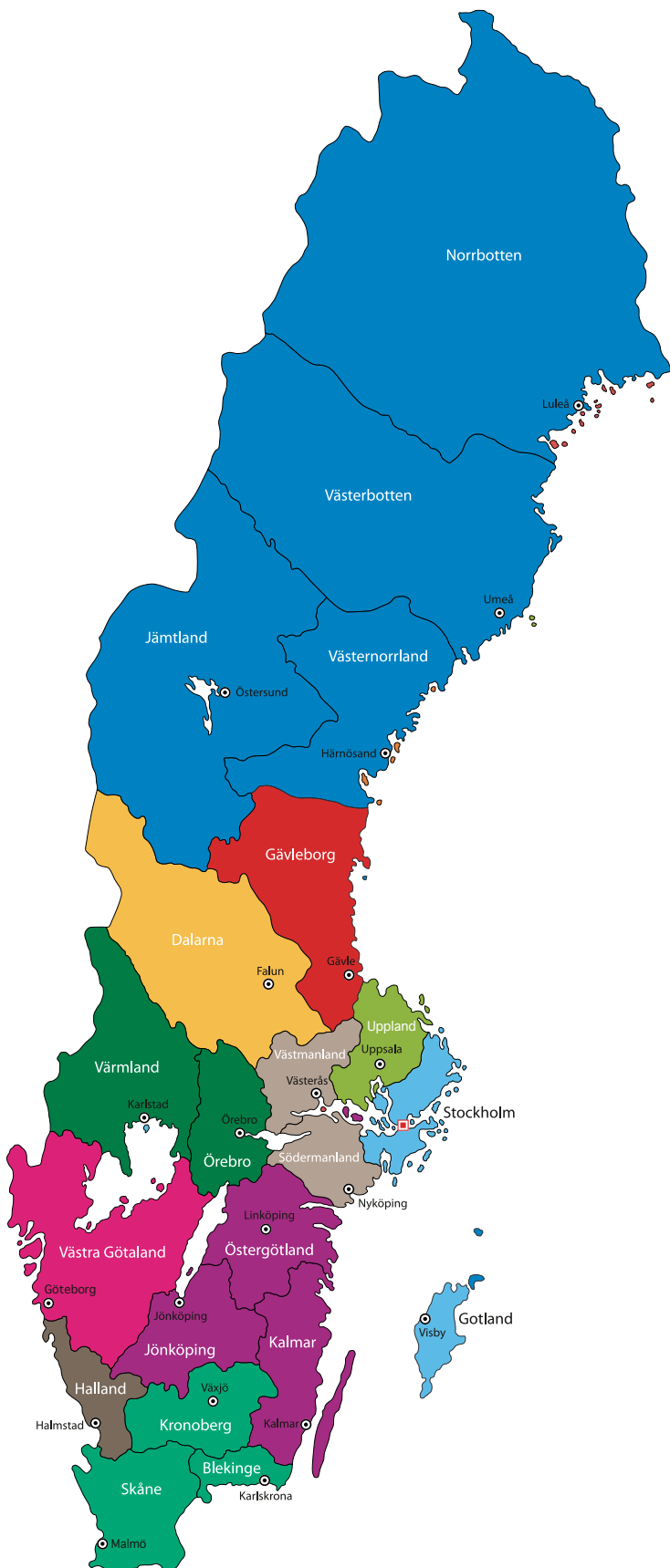
VARMA HÄLSNINGAR FRÅN REDAKTIONEN



Foto: shutterstock.com

MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDET

REGIONALFÖRENINGAR



- Mun- & Halscancerförbundet
Norrländ**
 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
- Mun- & Halscancerförbundet
Halland**
 Halland
- Mun- & Halscancerförbundet
Södra Sverige**
 Kronoberg, Blekinge, Skåne



MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDET

Regionalföreningar

MED KONTAKTPERSONER

Mun- & Halscancerföreningen Norrland

CHATRIN LINDHOLM
E-post: lindholmchatrin@gmail.com



Mun- & Halscancerföreningen Gävleborg

KENNETH RUBENSSON
E-post: rubensson7@gmail.com



Mun- & Halscancerföreningen Dalarna

LENA LUNDSTRÖM
E-post: lena.lundstrom54@live.se



Mun- & Halscancerföreningen Uppland

ULF ÖSTBLOM
E-post: mhcfuppland@gmail.com



Mun- & Halscancerföreningen Örebro och Värmlands Län

BARBRO PETERSSON
E-post: munochhals.orebrovarml@gmail.com



Mun- & Halscancerföreningen Södermanland och Västmanlands Län

EVA KNUTS ERIKSSON
E-post: eva@myrbygard.se



Mun- & Halscancerföreningen Stockholms Län

YVONNE ROSENDAHL
E-post: yvonne.rosendahl@telia.com



Sydöstra Mun- & Halscancerföreningen

PER NILSSON
E-post: g.per.nilsson@gmail.com



Mun- & Halscancerföreningen Göteborg

DAN RASMUSSEN
E-post: dan.g.rasmusson@gmail.com



Mun- & Halscancerföreningen Halland

BENGT-GÖRAN SVENSSON
E-post: bengt-goran1945@outlook.com



Mun- & Halscancerföreningen Södra Sverige

GUN OLSSON
E-post: systergun@gmail.com



Mun- & Halscancerförbundet

SUSANNA JANKOVIC
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



Utbytbara HME:er täcker olika behov under dagen och natten

De omdesignade och förbättrade HME:erna optimerar befuktning i olika situationer och förbättrar andningsförmågan. Dessa högpresterande HME:er täcker patienternas behov från morgon till kväll för olika aktiviteter och situationer och möjliggör därmed HME-användning dygnet runt.



Skanna QR-koden
och läs mer om
Provox Life



Kontakta oss för mer information:

Kundtjänst Tel: +46 415 198 20
Växel Tel: +46 415 198 00
E-mail: kundtjanst@atosmedical.com
Web: www.atosmedical.se

Atos
Breathing-Speaking-Living
atosmedical.com