

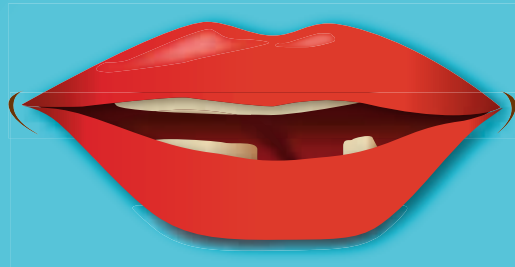
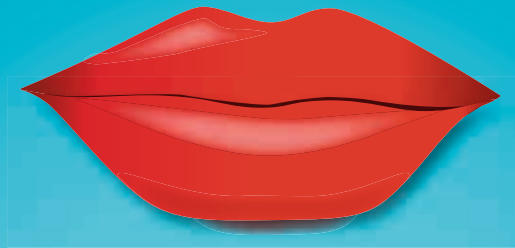


NR 2 • Juni 2016

# Mun&Hals

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

## ALLA VILL HA TÄNDER OAVSETT VAD SOM HÄNDER



TANDVÅRDEN ÄR EN KATASTROF  
FÖR PATIENTER MED MUN- OCH HALSCANCER

# Mun&Hals

Årgång 42 • Nr 2 2016



## MHCF

MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDET

### KANSLI & REDAKTION

Barks Väg 14, 170 73 Solna

TEL. 08-655 83 10 - FAX. 08-655 46 10

E-POST: kansli@mhcforbundet.se

HEMSIDA: www.mhcforbundet.se

BANKGIRO: 5703-3573



### ANSVARIG UTGIVARE

Owe Persson



### REDAKTÖR

Ulf Jönson

E-POST ulfjonson.012140026@telia.com



### MEDARBETARE I REDAKTIONEN

Viola Landewall, Gunnar Schneider,

Annikka 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



### 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



## Ledaren

Det händer mycket inom cancervården nu. Såväl positivt som negativt. Bland det mest negativa kan väl nämnas Karolinska Institutets skandal med den beryktade kirurgen Paolo Macchiarini, född 1958, italiensk läkare och forskare. Paolo Macchiarini rekryterades 2010 till Karolinska institutet efter att ha genomfört transplantationer med luftstrupar från avlidna donatorer.

2011 genomförde han världens första transplantation av en konstgjord luftstrupe på en patient vid Karolinska universitetssjukhuset. Paolo Macchiarini genomförde därefter flera sådana operationer. De betraktades till en början som lyckade.

2013 beslöt Karolinska universitetssjukhuset att stoppa operationerna då operationsmetoden bedömdes som misslyckad. I dag har sex av åtta patienter som opererats med metoden avlidit.

2014 i augusti anmäler fyra läkare på Karolinska universitetssjukhuset Paolo Macchiarini till KI:s rektor för att ha förvanskat resultaten av operationerna i sex vetenskapliga artiklar. Anmälan görs senare även till Läkeemedelsverket och Centrala etikprövningsnämnden, som överlåter ärendet till Inspektionen för vård och omsorg, Ivo. En belgisk forskare, Pierre Delaere, anmäler även Paolo Macchiarinis artikel i Lancet för forskningsfusik.

2015 i augusti frias Paolo Macchiarini från forskningsfusik av KI:s rektor Anders Hamsten, även om han anses ha agerat oaktsamt. Det slås dessutom fast att Paolo Macchiarini inte ägnat sig åt forskning, utan åt sjukvård. Den externa granskaren Bengt Gerdin är kritisk.

KI:s rektor Anders Hamsten kallar omständigheterna kring Macchiarinis operationer i Ryssland för "oacceptabla".

Karusellen runt Macchiarini fortsätter och vi har ännu inte sett de totala konsekvenserna av detta.

Det andra som oroar mig som ordförande är att vi står inför en drastisk ökning av antalet patienter med cancer inom huvud- och halsområdet.

Huvud- och halscancer (HH-cancer) är ett samlingsbegrepp för cancer i läpp, tunga, munbotten, tandkött, halsmandlar, näsa-bihålor, struphuvud och ingången till matstrupen. I Sverige är HH-cancer fortfarande en relativt ovanlig cancer, som med närmare 1400 insjuknade per år ligger strax under listan på de tio vanligaste cancerformerna. Globalt sett är den dock den 4-5:e vanligaste cancerdiagnosen.

I dagsläget insjuknar cirka 400 personer per år i Sverige. Ser man tillbaka och analyserar ökningstakten de senaste decennierna

så ser vi framför oss en drastisk ökning. Antalet insjuknade kommer att fördubblas vart 14:e år. Patienterna som drabbas är oftast i yngre medelåldern och icke-rökare. Motsvarande oroande trend ses i övriga Europa och i Nordamerika.

Årligen avlider, i förtid, mer än 700 000 människor i HH-cancer i världen. Många av dessa insjuknanden är möjliga att förebygga och behandlingen behöver förbättras.

Behandlingen av cancer i munhåla, halsmandlar och svalg är krävande. Ofta innebär den med en kombination av strålbehandling och kirurgi. Behandlingen ger i regel bestående påverkan av socialt viktiga funktioner som utseende, tal och förmåga att äta och dricka. Hos många påverkas också rörelseförmågan i nacke och axlar. Vi behöver en strategi för att förbygga cancer i halsmandlar och svalg. Huvuddelen av denna cancerform är orsakade av samma virus - HPV - som orsakar livmoderhalscancer (cirka 450 fall/år).

Ett annat eftersatt område är rehabiliteringen efter genomgången HH-cancerbehandling. Besvärerna är livslånga och påverkar både den drabbade, dennes familj och samhället. Vid förra årets internationella HH-cancer möte i New York stod för första gången en patient i centrum. Det var skådespelaren Michael Douglas och hans fru som berättade om sin gemensamma sjukdomsresa. Nu är han frisk, men som så många andra dras han med livslånga besvär med bland annat uttalad muntorrhet och rörelseinskränkning i nacke och axlar.

Vi vill uppmärksamma detta och verka för ett ökat medvetande om denna sjukdom, det lidande den orsakar och det ansvar och de möjligheter vi har att förbättra situationen för våra patienter. Därför har MHCF tillsammans med Nätverket mot gyncancer tillskrivit folkhälsomyndigheten i frågan och fått svaret att man skall utreda frågan avseende HPV vaccination av pojkar.

Vidare kommer MHCF tillsammans med rehabiliteringsprojektet "Mun- och halscancer Stockholm Gotland" att medverka under Almedalsveckan dels med ett eget seminarium torsdagen den 7 juli 14.00 till 17.00, dels tillsammans med RCC Stockholm Gotland under RCC dagen onsdagen den 6 juli. Alla intresserade hälsas varmt välkomna.

Vill därmed avsluta denna långa ledare med att önska alla medlemmar och dess anhöriga en riktigt varm och skön sommar, och njut av ledigheten.

Owe Persson

Ordförande

Mun- & Halscancerförbundet

Omslagsfoto: Sven Ljung Design

**Nästa nummer utkommer i september 2016**  
**Materialstopp till nr 3 är 3 augusti 2016**



- ♥ har 11 läns- och regionför-  
eningar runt om i landet
- ♥ bevakar och tillvaratar  
medlemmarnas intressen
- ♥ arbetar aktivt för att hjälpa  
medlemmarna tillbaka till  
ett meningsfullt liv
- ♥ ordnar rehabiliterings-  
seminarier och -resor
- ♥ har sitt kansli i Solna
- ♥ arbetar för att starta  
samtalsgrupper för både  
patienter och anhöriga  
antingen via sjukvårdspers-  
sonalen eller i lokalföre-  
ningarnas regi
- ♥ ger ut tidningen  
Mun&Hals  
med aktuell information,  
artiklar och reportage
- ♥ har regelbundet kurser  
för förbundets och före-  
ningarnas förtroendevalda  
samt antirökinformatörer
- ♥ håller kontakt med myn-  
digheter och serviceorgan
- ♥ tillhör Handikapporganisa-  
tionernas 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 munbålecancer*

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](mailto:info@laryngfonden.se)

Hemsida: [www.laryngfonden.se](http://www.laryngfonden.se)

## Årsmöte

# Norrlandsföreningens årsmöte den 28 – 29 februari 2016



*Ordförande Owe Persson  
hälsar välkommen.*

**AV MUN- OCH HALSCANCERFÖRBUNDETS** 11 lokalföreningar är Norrlandsföreningen den största – inte bara till ytomfång, utan också till antalet medlemmar. Det får bl.a. till följd att det behövs rejäla konferenslokaler för att alla skall rymmas.

Även i år blev det Scandic Plaza Hotell i Umeå som fick förtroendet. För de medlemmar som kom med bil söderifrån blev det viss förvirring då de möttes av trafikvakter, som ville dirigera in dem på infarten till det nybyggda IKEA-varuhuset, som premiäröppnade samma dag. Undertecknade, som var ute i relativt god tid, fick ta omvägen över IKEAs parkering för att komma in till centrum och hotellet.

I hotellreceptionen ser man genast bekanta ansikten från norr-

landsföreningen – alltid angenämt! Vi kommer från så olika delar av landet, trots "Norrlandsprefixet".

**MÖTET INLEDS ALLTID** med en gemensam lunch, som är helt nödvändig med tanke på de långa resvägarna. Somliga medlemmar har färdats med tre olika transportmedel för att kunna samlas i Umeå.

Årsmötet hade lockat ett sextiototal medlemmar – alls inte rekord. Norrlandsföreningen är mycket uppskattad av sina medlemmar.

På dagordningen, första dagen, stod tre föreläsningar. Men först hälsades vi välkomna av **Owe Persson**, vår ordförande, som inledde med att presentera tre nya medlemmar i vår stora familj.

**PROGRAMMET DEN FÖRSTA DAGEN** omfattade tre föreläsningar i angelägna ämnen: **Åsa Hörnlund** gav oss en inblick i arbetet vid Registercentrum Norr. Registrering av sjukdomar och behandlingsresultat har bl.a. sitt ursprung i Krimkriget då sjuksköterskan Florence Nightingale visade hur överlevnad av skadade drastisk kunde förbättras med enkla metoder (skärpt hygien!). Hon introducerade sektordiagram inom sjukvården.

Kirurgern Ernest Amory Codman var pionjär då han 1905 publicerade sin "End Result Theory". Man blev med ens medveten om hur behandlingsmetoder kan förbättras och spridas med hjälp av statistiska utvärderingar.



**ELISABETH O KARLSSON** från Cancercentrum i Västerbottens Län berättade om hur arbetet med de ganska nyinrättade "RCC-na" utvecklas och vilka fördelar detta ger för vården av cancerpatienter. Standardiserade vårdförlopp (SVF), var ett begrepp som vi tog till oss. Syftet är att cancerpatienter ska uppleva en välorganiserad, helhetsorienterad och professionell vård utan onödig väntetid.

Vårdförloppen ska framförallt korta tiden mellan välgrundad misstanke om cancer föreligger till start av första behandling. Dessutom finns målen att stärka patientmedverkan och öka patientnöjdheten inom cancervården.

**DEN TREDJE FÖRELÄSNINGEN** hölls av logopeden **Veronica Lindberg**, som klargjorde betydelsen av logopedhjälp för många av munhalscancerpatienterna.

Den avslutande frågestunden gav upphov till livliga diskussioner om hur tillgången till god logopedhjälp varierade i Norrlandslänen!

#### **SEDAN FLERTALET MEDLEMMAR**

checkat in på sina rum, samlades vi till en välkomstdrink och mingel före den gemensamma kvällssupén. Det är alltid lika trevligt att återse sina 'olyckssyster' och dito bröder. Samtalen blir ofta dominerade av jämförelser av eftervård och - inte minst - tandvård!

Somliga av våra medlemmar har lyckats få sin rutinmässiga tandvård betraktad som sjukvård, medan andra inte har lyckats erhålla det eftertraktade 'blå kortet'.

**UNDER DEN GEMENSAMMA MIDDAGEN** bjöds det på underhållning av trubaduren **Ralf Andersson** som interfolierade sina sånger till gitarr med typiskt Västerbottniska skämt och skrönor. Mycket uppskattat!

När glassen avslutade den smakliga måltiden, fortsatte diskussioner i smågrupper kring de två långbord. Efterhand tömdes festlokalen på folk, då vissa av oss fortsatte i hotelllobbyn med en öl eller ett glas vin. Medan andra drog sig tillbaka till sina hotellrum för att vila ut inför morgondagens föreläsning och årsmöte.

**DAG TVÅ INNEFATTADE** för utom



*Åsa Hörnlund från registercentrum Norr talade om vikten av kvalitetsregister.*



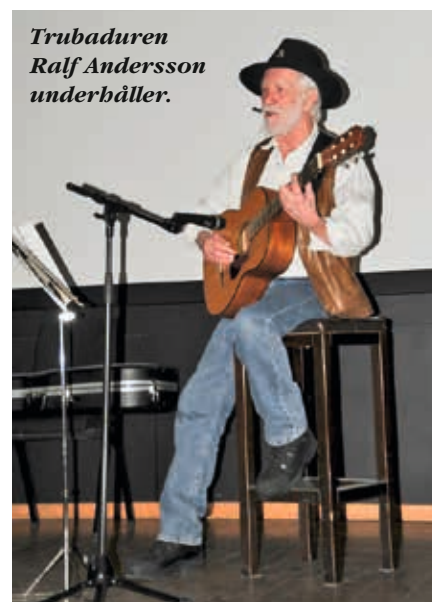
*Medlemmarna samtalar och trivs.*

det stadgeenliga årsmötet en presentation av företaget Athos, som är ledande tillverkare av andningsventiler för laryngektomerade cancerpatienter. Man presenterade en "hands-free" talventil, som också demonstrerades av en 'medförd' patient med nyvunnen frihet med hjälp av denna nya produkt.

#### **ÅRSMÖTET VAR VÄL FÖRBERETT**

och avlöpte smidigt. **Gun Mesch** gav avslutningsvis en välformulerad eloge till styrelsen, som till största delen omvaldes vid årsmötet, för deras mycket uppskattade ideella arbete.

**Margaretha och Claes Ahlin**



*Trubaduren Ralf Andersson underbåller.*

## Behandling

# Tryckkammrarbehandling

**TVÅ BILDER HAR FASTNAT** på näthinnan: Dels av en strålskadad käke som efter operation inte läkts samman utan mer ser ut som en spräckt söm på ett klädesplagg som blivit för trångt. Dels av en stortå som liknade ett mindre blomkålshuvud.

Vårdenhetschef och sjuksköterska Joakim Trogen från tryckkammarenheten vid Östra Sjukhuset, Göteborg, höll ett engagerande föredrag om behandlingar av skadad hud som inte vill läka.

### Tryckkammare

I landet finns det sammanlagt fem tryckkammare på sjukhus i Stockholm, Uddevalla, Göteborg, Helsingborg och Karlskrona. Det finns också en som drivs i privat regim.

Den 17 år gamla tryckkammare som Joakim Trogen arbetar med är en tämligen trång kapsel där det inte ryms fler än fyra personer (se bild 1). En ny kammare skall installeras, en stor och rymlig i form av ett större rum där patienterna kan sitta bekvämt tillbakalutade i fätöljer.

För laryngektomerade finns en särskild tryckkammare, en liten för en liggande patient (se bild 2). Ett klaustrofobiskt sus hördes från åhörarna vid anblicken av denna kammare. Den kan tyckas trång men vi erinrades om att en magnetkamera är än trängre.

Det finns också portabla tryckkammare men kostnaderna för att föra dessa runt i landet är så höga att de sällan används.

### Personal

I främst trygghetsskapande syfte sitter alltid en sjuksköterska i kammaren tillsammans med patienterna. Används den lilla kammaren, den som är lämplig för laryngektomerade, då sitter sjuksköterskan alldeles bredvid kapseln.

De 30 personer som utgör personalstyrkan vid tryckkammarenheten turas om att sitta med i kammaren. Vad de genomgår i kammaren motsvarar en fridykning ner till 14 meters djup. Det finns därför viss risk för att sjuksköterskan drabbas av dykarsjuka.

### Behandlingen

I kammaren behandlas patienter med Hyper Bar Oxygen (HBO)



Bild 2. Lilla tryckkammaren.





Bild 1. Stora tryckkammaren.

vilket innebär att man andas in 100% syrgas vid ett högre tryck än normalt under cirka två timmar. Trycket höjs till 240 kilo Pascal.

När dörren stängs till tryckkammaren, släpps tryckluft in i kammaren. Detta är det enda moment under hela behandlingen som patienten känner av. Det slår lock för örönen med följd att man måste tryckutjämna på sätt man gör vid exempelvis flygresor.

När sedan trycket höjs, sätter patienten på sig en mask för att andas in 100% syrgas under det högre trycket (jfr bild 1 där de tre patienterna bär mask. Det är den "fridykande" sjuksköterskan som är utan mask.). För laryngektomerade kan man sätta en slang direkt i larynx (struphuvudet) alternativt använda den lilla tryckkammaren,

den för en person (bild 2). I den behövs ingen mask alls.

#### Biverkningar

Det är en helt ofarlig behandling men långtråkig eftersom den pågår under två timmar och det oftast rör sig om 40 behandlingar. Detta problem har dock lösts genom att man satt en tv utanför kammaren (se bild 3) med följd att patienterna kan se en film medan behandlingen pågår. Joakim Trogen understryker att dessa filmer har varit som ett trollspö, att alla klagomål därefter försvann.

#### Behandlingstyper

Alldeles oavsett typ av skada som skall behandlas är mekanismerna desamma. Tre användningsområden presenteras.

**Osteoradionekros**, det vill

säga strålskador där benet dött på grund av strålning. Det är omöjligt att på förhand veta vem som drabbas av nekros. Kapillärerna (de minsta blodkärlen) blir färre och det blir problem med blodtillförseln till vävnaden i det skadade området. Syrebrist uppstår. Genom tryckkamarbehandling bildas nya kapillärer. Blodtillförseln blir bättre och syrebristen avtar.

Det allra bästa är att behandla nekrosen i ett tidigt skede efter strålningen.

Skall man ha titanimplantat i en strålad käke skall man vänta med implantat till efter genomgången tryckkamarbehandling.

**Strålskador i bäckenregionen** drabbar blåsan och tarmen. Patienten får mycket pockande besvär och tömmer sig själv på ett sätt som blir socialt handikappande. →



Ofta blöder det också från tarmen och/eller blåsan.

Efter 40 dagars tryckkammarbehandling slutar nästan alla att blöda. Patienten får mindre smärta och sveda. De patienter som blir hjälpta av behandlingen förblir bra.

**Utvalda sår** förekommer mest hos diabetiker. Förstörda kapillärer ger syrebrist i huden. Behandlingen leder till att ny hud växer ut runt såret och de nya kapillärerna fortsätter att förbättras även efter avslutad behandling.

### Behandlingstid

Man ger maximalt 40 behandlingar och varje behandling pågår alltså under två timmar med endast en kort paus om fem minuter efter en timma. Det troliga är att någonstans mellan 10 och 30 behandlingar ger önskad effekt.

Eftersom kroppen kräver minst en vilodag äger behandlingarna rum måndag - fredag.

### Kostnader

En behandlingsperiod om 40 dagar

kostar 100 000 kronor. Detta belopp skall jämföras med den halva miljon det årligen kostar att behandla en diabetiker med svåra sår.

Den nya, större tryckkammare som skall installeras på Östra sjukhuset kostar 60 miljoner.

I Göteborg skriver patienterna själva sina remisser. När det gäller dem som skall remitteras från andra sjukhus, står det remitterande sjukhuset för kostnaderna. Detta är ett negativt inslag för som regel finns vetenskapliga krav på att behandlingarna verkligen skall hjälpa patienten.

### Studier

Det finns flera studier från 70- och 80-talen. En studie av särskilt intresse för mun- och halspatienter kommer att ske rörande osteoradioneuros i käkar. Det är sjukhusen i Göteborg, Uddevalla och Örebro som skall samarbeta.

När det gäller diabetikers sår finns det redan en studie som visar att behandlingarna hjälper.

### Behandlingsresultat

Åter till de båda bilder som fastnat på näthinnan: sårytorerna har läkts ihop på den strålskadade käken och stortån har blivit till en riktigt fin och normal tå. Dessa båda resultat visar tydligt vilket förnämligt behandlingsinstrument tryckkammare är för patienter med strålskador och för främst diabetiker med oläkta sår.

När det gäller mun- och halspatienters eviga problem, muntorrhet och sköra slemhinnor, hjälper tyvärr inte tryckkammarbehandling.

### Varmt tack

Joakim Trogen tackades med en varm applåd och blommor samt en väldigt fin present för att han på ett utomordentligt intressant sätt berättat om sitt arbete vid tryckkammarenheten.

**Text: Christina Lundquist**  
**Foton: ur Joakim Trogens föreläsning och med hans medgivande**



Bild 3. Den tv som löste alla "biverkningar".



## Rehabdagar

# Tillsammans i Halland

**HALLANDS LARYNGFÖRENING** bjöd in Mun- & Halscancerföreningarna i Södra Sverige och Göteborg till Vessigebro den 7 - 8 april. Vi samlades mitt i Halland på Katrinebergs folkhögskola för information, inspiration och samvaro.

Det är lätt att slå ett slag för våra folkhögskolor. De ligger ofta i en naturskön miljö - som Katrineberg, och det är trevligt att omges av unga elever.

Först ut att upplysa oss var studie- rektor **Åsa Lundsgård Spängs** som presenterade skolan. Den är den 7:e äldsta i Sverige från 1873. Utbudet är varierat från ämnen som idrott/hälsa och film till allmän praktisk linje. Åldersspannet bland årets elever ligger på 18 - 53 år. Sommarkurser och vandrarhem tar vid under lovperioden.

Psykolog **Göran Westergren** hade som tema i sitt föredrag: Tidens flykt - vår flykt från tiden. Tänkvärda citat från svenska och utländska författare gav perspektiv på kosmisk tid vs historisk tid. Olika naturfolks uppfattning av tid visar att just detta är kulturbestämt.

Intressanta fakta om hjärtat som stressindikator: Varje kvart får en svensk hjärtinfarkt och varje timme dör en svensk i hjärtinfarkt. Hjärtat väger cirka 3 hg och vid 75-80 års ålder har det slagit 2,5-3,0 miljarder hjärtslag och pumpat 1000 liter/dygn.

**Lennart Hedström** är tandläkare och talade om subjektiv och objektiv muntorrhet. Det finns (eller fanns) salivspottkörtlar, öronspottkörtlar, tungspottkörtlar och underkäksspottkörtlar för att undvika detta. Orsaker till muntorrhet: läkemedel, strålning, reumatiska sjukdomar och diabetes.

I framtiden hoppas man bli på att stamceller ska kunna ersätta salivkörtlar. Forskning pågår beträffande behandlingar med laser och akupunktur mot muntorrhet.

Dag två inleddes med information om Stiftelsen Laryngfonden. **Lena Lageson**, logoped, som själv sitter i styrelsen för fonden beskrev arbetet där med benäget bistånd av **Gunnar Persson**, tidigare mångårig ledamot. Historik, nutid och framtidsplaner gick igenom och invalda i fondens styrelse presenterades. Ändamålsparagrafen lästes upp och exempel på beviljade ansökningar omnämndes.

Atos representant **Vibeke Öhrström** är sjuksköterska/barnmorska med medicinteknisk kunskap. Hon talade om konsekvenserna av mun- och halsoperationer och komplikationer efter strålning samt hur man kan förebygga och lindra besvären.

Ekonomiska ersättningar med bidragssystem och olika taxor belystes också.

Produkter och broschyrer fanns på display.

Docent **Roland Rydell** hade ljud- och bildspel till sin hjälp för att illustrera sin föreläsning om Röst utan struphuvud. Lufteffekt i fokus - ljud är luft. Roland visade bilder på egna stämbanden och dess svängningar vid t ex hosta. Och bilder på sångerskan Birgit Nilsson - helt igenkännbar för de bilderna var inte inifrån halsen.

Kenneth blev så fascinerad av alla fakta som Roland delgav att han glömde ta foto på honom. Vi visar ett från tidigare tillfälle.

Roland överraskade. Han avslutade med att framföra Figaros aria ur "Barberaren från Sevilla" med sång på italienska. Det kan man kalla en grande finale!

**TACK TILL STIFTELSEN LARYNGFONDEN FÖR BIDRAG!** Och tack till alla deltagare från norr till söder för värdefullt utbyte under dagarna.

Hallands Laryngförening  
Text: Gun Enelund

GÅ IN OCH TITTA PÅ VÅR HEMSIDA

[www.mhcforbundet.se](http://www.mhcforbundet.se)

# KROATIEN

## den 7-14 maj 2016

### Lördagen den 7 maj

Efter en behaglig och snabb (bara 2 timmar 40 minuter) flygresa landar vi i det soliga, varma och vackra Kroatien.

Redan under bussresan, som går längs med kusten, från flygplatsen till hotellet Meteor på Makarska Riviera får vi bekräftat hur vackert det är, med Biokovobergen (1.732 m) på ena sidan och Adriatiska havet på andra sidan.

Efter att vi har kommit fram till hotellet och installerat oss på våra rum går vi en stadsrundtur med vår guide Djurdja.

Efter turen har vi lite egen tid innan det är dags för välkomstmötet med Eva från Krores. Vi får information om allt det praktiska samt får veta mer om alla utflykter och föreläsningar. Det är ett digert program, intressant och spännande.

Vi avslutar dagen med en middagsbuffé och trevlig samvaro. För oss alla har det varit en mer eller mindre lång dag, så mätta och belåtna går vi tidigt till sängs.

### Söndagen den 8 maj

Denna soliga och vackra dag har vi egen tid. Några passar på att ta sig ett dopp i det 18-gradiga havet, några utforskar omgivningarna i Makarska, några passar på att få en spa-behandling på hotellet och några handlar i souvenirbutikerna eller tar en fika längs strandpromenaden.

Senare på eftermiddagen samlas vi i ett av konferensrummen, där Hiba berättar sin historia, om kriget och hur hon och familjen tog sig till Sverige. Det är en intressant och gripande berättelse.

Efter en god middagsbuffé avslutar vi dagen med att lyssna till en orkester i baren.

### Måndagen den 9 maj

Idag åker vi på båtutur till den vackra ön Brač. Vädret är det bästa tänkbara, sol från klarblå himmel, endast små krusningar på vattnet.

Väl framme utforskar vi staden Bol, köper jordgubbar på marknaden, smakar på öns egentillverkade honung och olivolja, njuter av en kaffe på strandpromenaden.

Återfärden börjar med en god lunch, som består av antingen makrill eller kyckling. Maten smakar extra gott ute på havet. Strax innan vi kommer fram till Makarska igen ser vi delfiner, som leker i vattnet.

Dagen avslutar vi med middagsbuffé och trevligt samkväm. De flesta drar sig tillbaka tidigt efter middagen, för att vara pigga inför nästa dags utflykt.

### Tisdagen den 10 maj

Tidigt på morgonen startar vi vår färd mot UNESCO-staden Dubrovnik.

Vi åker förbi den ena lilla, vackra staden efter den andra, upp och

ner på serpentinvägarna. Vi ser 500-åriga träd (Platanos Orientalis), åker genom Kroatiens Kalifornien = Dolina med Neretva-floden. Vi ser ostronodlingar, vinodlingar, apelsin- och olivträd. Vi passerar gränsen till Bosnien-Hercegovina och tar en paus i Neum. Efter en skön bensträckare fortsätter vi längs med den vackra vägen till Dubrovnik. Innan vi kör in i staden parkerar vi högt ovanför staden för att från ovan kunna fotografera denna fantastiska pärla med anor från 1400-talet.

Tillsammans med guiden Djurdja går vi omkring i den gamla staden, där hon berättar om palatsen, tornen, muren och gränderna.

Efter rundturen är det dags för lunch och egen tid. Det finns så mycket att se och utforska: de smala gränderna, kyrkan, palatsen och inte att förglömma, turistbutikerna.

Mätta, både kroppsligt och andligt, börjar vi återresan till Makarska. Pausen blir i Neum också på hemresan och vi fortsätter till hotellet. Där står middagsbuffén klar och vi förser oss än en gång med god mat. Igen en härlig dag med nya upplevelser och fint väder.

### Onsdagen den 11 maj

Denna dag kan vi välja mellan att vandra i Biokovo-bergen eller stanna i Makarska. Jag vill gärna utforska Makarska, den lilla staden, där jag bor denna vecka samt att jag väljer en av hotellets aktivite-



ter: en kroatisk språkkurs. Andra väljer någon annan av hotellets aktiviteter (stretching, bordtennis, vattengymnastik) eller unnar sig en spa-behandling (massage, pedikyr, manikyr).

På kvällen lyssnar vi på Maria Liljeblad (Marias Hälsokoll), som har en intressant föreläsning, "Kostens läkande kraft". Efter att ha lyssnat och pratat om mat, så känner vi oss lite hungriga och då passar det bra med middagsbuffé.

### Torsdagen den 12 maj

Idag besöker vi Mostar i Bosnien-Hercegovina. Vi startar tidigt på morgonen för att via serpentinvägarna, ända upp på 500 meters höjd, ta oss till Mostar. På denna höjd är det en vidunderlig utsikt över de små städerna vid havet. Där vägen har rasat har man byggt en kort tunnel (230 m), som vi åker genom. Via staden Vrogorac, som har turkisk bakgrund, kommer vi till Medjugorje, där vi tar en paus. Här får vi veta att några ungdomar år 1981 hade en uppenbarelse, Jungfru Maria. Sedan dess är staden en pilgrimsstad. Allt i denna stad kretsar kring detta tema. I kyrkan får vi se en vackert dekorerad Jungfru Maria, alla souvenir-butikerna har bara Jungfru Maria som tema: statyer i olika storlekar, smycken, paraplyer, nackkuddar, kläder m.m. Det känns nästan överkligt.

Efter denna annorlunda upplevelse fortsätter vi sedan färden mot Mostar. Väl framme välkomnar oss lokalguiden Jasmine och tar oss med på en rundtur i staden.

Vi besöker moskén och Bisevica-huset, ett turkiskt hus byggt 1635. Alla möbler, tavlor, lyktor, samovarer med mera är från den tiden. Vardagsrummet är byggt på två 14-meters pelare. Från vardagsrummet har man en mycket vacker utsikt mot floden Neretva. Jasmine tar oss runt i staden och visar på bombade hus, men också allt de har byggt upp igen, på endast sju år.

På en vacker restaurang med utsikt mot floden och den gamla bron äter vi turkisk mat till lunch. Efter det har vi egen tid, då vi bland annat går till den gamla bron. Häriifrån är det en fantastisk utsikt över floden och den gamla staden. Det är pittoreskt, som en sagostad.

Vi hinner, förstås, också besöka souvenirbutiker, där utbudet är orientaliskt: vackra lampor och lyktor, handbroderade kassar, smycken, vattenpipor m.m.

Resan tillbaka går genom konstnärskolonin Ta Pôtitje och sedan kustvägen till Makarska.

Hotellet har denna kväll dukat upp till en dalmatinsk middag. Efter det följer dans till ever-greens.

### Fredagen den 13 maj

Denna dag åker vi till Split, den näst största staden i Kroatien. Först får vi en guidad rundtur av Silvana. Vi börjar med den romerske kejsaren Diocletianus palats från 300-talet, vi lyssnar på klapa = a cappellasång från Dalmatien, besöker fiskmarknaden och promenerar i det labyrintliknande grändsystemet.

Efter guideturen har vi egen tid. De flesta styr kosan mot marknaden, där man säljer kläder, skor, souvenirer, smycken, blommor, grönsaker, kött, nötter och frukt.

På eftermiddagen åker vi tillbaka till hotellet för att lyssna på Christina Doctare, som bland annat talar om stress och hur stress påverkar kroppen.

Efter föreläsningen samlas alla på hotellets terrass för att tacka av researrangörerna, guiderna och alla andra som har gjort denna resa möjlig.

Denna kväll är det sittande middag. Vi känner oss lyxiga där vi sitter och blir serverade den ena goda rätten efter den andra.

Kvällen avslutar vi med att svänga

våra lurviga till takterna av Boney M, Baccara m.fl.

### Lördagen den 14 maj

Dagen för avresa hem till Sveariket igen.

Flyget är i tid och lika snabbt som vi flög till Kroatien lika snabbt flyger vi hem igen.

Fyllda med härliga känslor efter en fantastisk resa säger vi hejdå till varandra, där vi står och väntar på vårt bagage på Arlanda. Vissa skall vidare med anslutningsflyg till andra delar av Sveariket, undertecknad skall till Stockholm city.

**TACK** till researrangörerna, Laryngfonden, guiderna, alla medresenärer och alla andra som gjorde denna resa till ett minne för livet!

**SVIDÅS MI SE!**

**Text: Nuza**

*P.S.*

Väl utanför dörrarna på Arlanda bestämmer jag mig för att bjuda mig själv på en taxiresa hem till Stockholm. Jag väljer den första Taxi Kurir-bilen som står i kön. Gissa vem som kör!

Jo, herr Biscevic, född och uppvuxen i det turkiska huset i Mostar! Huset har varit i hans familjs (Ahmed Biscevic) ägo sedan långt tillbaka. Vilken tillfällighet! Hur stor är sannolikheten att jag väljer en taxi på måfå och chauffören är från huset jag nyss besökt.....? Hela vägen till Stockholm pratar vi om Kroatien, dessutom övar jag på mina nyinlärda glosor på kroatiska och herr Biscevic förstår vad jag säger.....



Foton: Staffan Hagelin Gille  
Maj 2016

# Så här trevligt hade vi





# det i Kroatien





## Möte

# Sydöstras MHCFs medlemsmöte på Medevi Brunn



**28 MAJ SAMLADES** ett 40-tal medlemmar för vårens medlemsmöte på anrika Medevi Brunn.

Avresa från Mjölby fjärrbussterminal vid 11-tiden. Väl framme strosade vi runt lite i den anrika miljön fram till möteslokalen.

**ORDFÖRANDE BÖRJE ADOLFSSON** öppnade mötet och hälsade samtliga välkomna. Att arbeta efter fastställd dagordning bifölls enhälligt och justeringsman valdes.

Det redovisades från förra medlemsmötet, olika rapporter samt från Riksstämman.

RCCs arbete uppskattas av våra medlemmar. Mycket information finns på hemsidan, [www.cancercentrum.se/sydost](http://www.cancercentrum.se/sydost).

Kassör Bo Andersson redovisade bland annat föreningens ekonomi.

**VIDARE REDOVISADES** höstens möte som ska hållas med en Ålandskryssning den 12-13 september 2016 (måndis). Offert från Viking Line baseras på att 50 medlemmar till en kostnad av ~250:- inkl. föreningens subventionering, deltar. Buss utgår från Kalmar och Jönköping med påstigning enligt Viking Lines turlista.

Mötet ajourneras för lunch.

**VI SATTE OSS** vid dukat bord och bjöds på laxpaté, årets första färskpotatis och en kall örtrkyddad sås och sallad. Kaffe och kaka på det. Ljudnivån steg varefter

lunchen avnjöts i restaurangen, det uppfattar jag som att den sociala samvaron på mötena är mycket viktig för oss i mun- halscancerföreningen samt att lunchen uppskattades.

Mötet återupptas.

**EN AV VÅRA MEDLEMMAR** berättade om att i Göteborg finns en behandlingsmetod för behandling av käkbensskörhet, t.ex. strålningsskador, som utförs i tryckkammare. Behandlingen kräver många tryckkamarbesök.

**ORDFÖRANDE AVSLUTADE MÖTET**, tackade medlemmarna för uppslutningen och hälsade oss välkomna på Ålandskryssningen.

**STYRELSEN HADE LETAT** efter ett "hemligt utflyktsmål" men inte lyckats, inte öppet mm. Enligt mig gjorde det inget för på Medevi Brunn var det arrangerat en Nostalgiafton med bra väder, gamla och nya bilar, motorcyklar och mopeder samt livemusik.

**VI TACKAR STYRELSEN** för ett mycket lyckat medlemsmöte.

Vid pennan: Rune Wikenfors  
Bakom kameran: Jan E Jakobsson



**NYHET!**

# 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: **LloydsApotek** 

Sunstar | Tel 031-87 16 10 | Fax 031- 87 16 19  
info@se.sunstar.com | SunstarGUM.se

SUNSTAR

**G·U·M** **HYDRAL**™  
HEALTHY GUMS. HEALTHY LIFE.®

# Laryngfonden

Som sig bör när det är riksstämman höll Laryngfondens ordförande Hans-Ola Fors ett anförande på temat ”vad hände under fjolåret”.

## Bästa året någonsin

År 2015 blev det bästa året i fondens historia med en nettoavkastning på nästan 7.7 miljoner. Det måste anses vara mycket bra i fondens finansiella miljö.

Ränteintäkter man tidigare erhållit genom placering på konton i bank upphörde helt i och med att räntan blev negativ. I stället får ränteintäkter hämtas hem via obligationsmarknaden. Även när det gäller denna marknad har räntan blivit låg. Det rör sig om endast 2 - 3%.

Preferensaktier kan ge runt 9% i avkastning när det gäller högriskbolag så som exempelvis SAS. Mer normalt är dock 5 - 6%.

## Framtiden

Hans-Ola tror på god avkastning också under år 2016. Han höjde dock ett varnande finger, vi måste räkna med förluster framöver.

Rådande minusränta utan depression strider mot alla tidigare kända principer.

## Fondens ändamål

Fonden har lämnat bidrag till olika intressanta forskningsprojekt. Bland dessa nämndes de som bedrivs av Freddie Lewin (chef för onkologin i Jönköping) respektive Johan Wennerberg (professor vid ÖNH i Lund). Fonden har också beviljat bidrag för resor och direkta utlägg, alltså ej bidrag till lönekostnader, när det gäller det projekt Mats Engström (förbundets förtroendeläkare) bedriver med ÖNH-patienter i Etiopien.

## Rehabiliteringsresorna

Efter flera års uppehåll kunde fonden ånyo lämna bidrag till rehabiliteringsresor till Kroatien. Hittills handlar det om tre olika resettillfäl-

len. Resorna har blivit mycket uppskattade bland medlemmarna.

Hans-Ola framhåller med tacksamhet särskilt det arbete kanslipersonalen och Staffan Hagelin Gille har utfört för resornas genomförande.

Hur det blir med rehabiliteringsresor i framtiden, det återstår att se.

## Hans Gustafsson

Bland fondens ledamöter finns en som ingen träffat tidigare på en riksstämman. Det är fondens medicinskt sakkunnige, överläkare Hans Gustafsson. Han gjorde nu en mycket trevlig presentation av sig själv och sitt intresse för mun- och halsverksamheten samt givetvis också fonden.

Vi tyckte alla att det var så trevligt att få ett ansikte till Hans namn.

**Text: Christina Lundquist**

## Vill du annonsera i tidningen Mun & Hals?



Kontakta

**Gunilla Åkerlund**

0660-29 99 63

gunilla.akerlund@agrenshuset.se

**@ÅGRENSHUSET**

## Projekt

# Rehabiliteringsprojektet/ Stockholm-Gotland

**MARIE ROBERTSSON OCH CHRISTINA SALONEN ANDERSSON** berättar om det projekt som initierades av Mun- och halscancerföreningen i Stockholm med stöd av Allmänna arvsfonden. Numera drivs projektet i förbundets regim.

### Bakgrunden till projektet

Tanken med projektet är att råda bot på avsaknaden av rehabiliteringsinsatser i vården. Patienter och deras anhöriga skall stöttas innan, under och efter behandling. Därför har projektgrupper bildats där även kurator, sjuksköterska och läkare ingår.

### Projektgrupper

Projektgrupperna fungerar på sådant sätt att ingen anmälan behöver ske. Man kommer när man har lust. Det krävs ej heller att man är medlem i en mun- och halscancerförening.

I grupperna talas om allt mellan himmel och jord. Allt sker under anonymitet. Vill deltagarna själva presentera sig för varandra och byta sådant som telefonnummer, då får de alltså göra detta utanför projektet som sådant.

### Sjukhussekretess

Av sekretesskäl lämnade ÖNH-kliniken i Visby initialt inte ut uppgifter om patienterna. Därefter har sjukhuset öppnat upp och därför kunde 60 patienter bjudas in till en första lättasamtalsträff. 25 kom.

### Inbjudningar

Marie och Christina delar ut exempel på inbjudningar: "Välkommen till en träff för mun- och halscancerpatienter!" är den gemensamma rubriken. Den gotländska inbjudan



Marie och Christina.  
Foto: Claes Ablin.

är ställd till den som är eller har varit patient vid ÖNH-kliniken; den som gäller Stockholm till dem som har haft mun- eller halscancer och deras närstående.

### Framtiden

Hur skall man föra ut information om projektet? Dels kommer projektledarna att delta under en halvdag i Almedalen i HSO:s tält. Det blir den 7 juli. Dels skall det vara en huvud- och halscancerdag i Stockholm senare i höst. Denna dag är öppen för läkare och andra intressenter.

Projektet löper under två år, till och med år 2017. Under projektiden skall också information ges till lokalföreningarna.

### Tandvårdsbidraget

Till rehabiliteringsinsatserna hör också frågan om tandvårdsbidraget. Många med stora problem i munnen har rätt till fri bastandvård genom det så kallade F-kortet. För att få detta kort är det häpnadsväckande nog inte längre

tandläkare som utfärdar intyg utan patientens läkare. När läkaren utfärdat intyget, är det Tandvårdsenheten i respektive landsting som meddelar beslut.

Christina och Marie tackades för sitt intressanta inlägg. Även Nuza Gaye inkluderades i applåden.

**Text: Christina Lundquist**





# Second Voice

## – appen för assisterad kommunikation

**SUZANNE BERGMAN** berättar om en app, alltså en applikation, som tillkommit för att hjälpa oss i alla situationer där vi inte kan tala.

Mun- och halspatienter kan få talsvårigheter i samband med operationer, kanske till och med få bestående svårigheter. Andra patientgrupper kan ha drabbats av stroke eller annan sjukdom och därmed förlorat talet helt eller delvis. För alla dessa kan appen komma till användning.

### Funktioner

Appen är laddad med ett stort antal ikoner. Som exempel kan nämnas den ikon som kallas ”vid bordet”. Klickar man på den ikonen kommer det fram ett antal alternativ. Vill man ha ett sugrör, klickar man på sugrörssymbolen varvid en syntetisk röst säger ”jag skulle vilja ha ett sugrör”.

Förutom de ikoner som är förinställda på hemskärmen, kan man själv lägga till nya ikoner. Man kan också skriva en valfri text och den syntetiska rösten läser upp vad man har på hjärtat. Det går till och med att rita en figur om man så hellre önskar.

### Den syntetiska rösten

Det går att välja röst, om den skall vara manlig eller kvinnlig. Rösten är klar och tydlig. Däremot går det inte att få den att tala annat språk än svenska. Skulle behov uppstå, att man behöver tala exempelvis engelska, då finns det en app också för det språket, en app med exakt samma funktioner.



### Här finns appen

Det är läkemedelsbolaget Merck som står bakom denna fiffiga app. Där är Suzanne Bergman Field Product Manager.

Beroende på vilket fabrikat man har på sin smarta telefon och/eller läsplatta laddas appen ner på antingen App Store eller Google Play. Skriv in följande sökfunktion: Second Voice: svenska.

Appen är helt gratis att såväl ladda ner som att använda.

Suzanne Bergman tackades varmt för presentationen.

**Text: Christina Lundquist**



# Glad Sommar!



## Minnesord över Ella Nilsson

Långt innan jag kom in i föreningen 2001 fanns Ella och maken Holger med i föreningen som mycket aktiva.

Trots makens bortgång och vid hög ålder kom Ella när hälsan tillät till våra aktiviteter. Vi kommer att minnas dej och din vänlighet.

**Hallands Laryngförening  
Kenneth Danfelter**



episil®  
MUNHÅLEVÄTSKA

## Mot smärta i munnen



Smärta i munnen som ger svårigheter att äta, svälja, tala och sova är vanligt i samband med cancerbehandling. episil® munhålevätska förebygger och behandlar smärtor och sår i munnen genom att bilda en tunn film som snabbt och effektivt skyddar munslemhinnan i upp till 8 timmar.

episil® är en receptfri produkt och finns tillgänglig för beställning på [www.apotea.se](http://www.apotea.se), [www.apoteket.se](http://www.apoteket.se) samt i Apoteket AB's butiker. Mer information om produkten och hur du beställer hittar du på [www.episil.se](http://www.episil.se)

Camurus AB, Ideon Science Park, 223 70 Lund, Sverige  
episil@camurus.com | 046-286 57 30 | [www.camurus.se](http://www.camurus.se)

 CAMURUS®



## Recept

*Dom här goda*

# Laxburgarna

*gör du lätt i matberedaren*

**Gör så här:**

Skär laxen i mindre bitar och kör dom i matberedare tillsammans med salt och peppar tills fiskköttet precis är finfördelat (kör inte för länge).

Tillsätt ägget och blanda snabbt.

Späd med grädden (2 dl), lite i taget under impuls-körning till lagom konsistens.

Forma knappt äggstora avlånga bullar med hjälp av en sked.

Sjud quenellerna i lättsaltat vatten i 8 minuter.

Ta upp quenellerna med en hålslev och håll dom varma under folie.

Gör en hollandaise (finns i affären på påse) och tillaga enligt förpackningen.

Tillsätt 50 gr smör. Låt svalna.

Tillsätt 1 dl vispgrädde (uppspadd) och rör ner i såsen.

Rör ner lite klippt gräslök, ca 1 msk.

Nu är det klart att njuta tillsammans med potatismos och en god sallad.

*Från Viola i Stb-föreningen*



Foto: Shutterstock.com

**Det här behövs till 4 portioner:**

500 g skinn- & benfri laxfilé

1 tsk salt

1 krm peppar

1 ägg

2 dl vispgrädde

+ 1 dl till hollandaise-såsen

gräslök, ca 1 msk

# Föreningsnytt

**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**

*Vi är i*

# Almedalen !

Torsdag 7/7 kl 14-17

Plats: HSOs tält vid småbåtshamnen

*Välkommen!*



## Cancer i hals eller munhåla?

Det finns gemenskap med andra i samma situation!

Bli medlem i någon av Mun- & Halscancerförbundets föreningar.

Vi välkomnar behandlade, anhöriga, sjukvårdspersonal, vänner och andra intresserade som medlemmar.

**Mun- & Halscancerförbundet (MHCF) arbetar för:**

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

**Läns- eller regionsföreningar i Sverige finns i:**

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

**Vi är en av huvudmännen i Cancerfonden**



## 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](http://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.**

Det kan vara en liten händelse eller incident på 4 rader eller ett A4. Allt är lika välkommet. Varför inte en rolig historia eller egen berättelse om dig själv. Så kör hårt med pennan eller datorn.

taliserat och helst skickat på e-post, CD eller diskett.

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.

**B**idragen behöver inte handla om vår funktionsnedsättning.

Känn dig som en redaktionsmedlem. Försök innan ni skickar in ert material att om möjligt få det digi-

**Varma hälsningar från redaktionen**

## Kansliets telefontider

tisdagar – torsdagar kl. 09.00 – 12.00

Telefon: 08-655 83 10. Fax: 08-655 46 10

E-post: [kansli@mhcforbundet.se](mailto:kansli@mhcforbundet.se)

Hemsida: [www.mhcforbundet.se](http://www.mhcforbundet.se)

**Semesterstängt 4 juli - 5 augusti**



# Mun- & Halscancerförbundet Läns och 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

EVA LUNDGREN  
Älgnäs 556, 823 92 Holmsveden  
Mobil: 0705-15 90 75  
E-post: joe.lundgrens@live.se  
KENNETH RUBENSSON  
Masurgatan 7, 804 31 Gävle  
Tel: 026-19 52 42, mobil: 0703-77 80 86  
E-post: ruben7@tele2.se

## Mun- & Halscancerföreningen Dalarna

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

## Mun- & Halscancerföreningen Uppland

STAFFAN HAGELIN GILLE  
Heidenstamsgatan 55, 754 27 UPPSALA

Tel: 070-469 33 50  
E-post: mhcfuppland@gmail.com

## Mun- & Halscancerföreningen Örebro och Värmlands Län

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

## Mun- & Halscancerföreningen Västmanlands Län

KAARLO VUOLLE  
Lerkärmsgatan 10, 723 51 Västerås  
Tel: 021-41 74 76. Mobil: 070-526 78 81  
E-post: kaarlo.seija.vuolle@gmail.com

## Mun- & Halscancerföreningen Stockholms Län

GUNNAR SCHNEIDER  
Fiskarstugan 1, 746 93 Bålsta  
Tel&Fax: 0171-535 54, mobil: 070-650 51 65  
E-post: g.schneider@telia.com

## Sydöstra Mun- & Halscancerföreningen

BÖRJE ADOLFSSON  
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

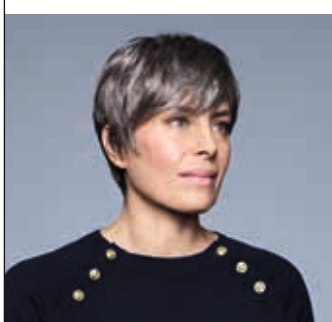
LENA LAGESON  
Reséns väg 16 D, 370 24 Nättraby  
Mobil: 0731-41 99 09  
E-post: lena.lageson@gmail.com

## 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  
Fax: 08-655 46 10  
E-post: kansli@mhcforbundet.se  
Hemsida: www.mhcforbundet.se



## En annorlunda salong!

Med det mesta inom peruker och 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! Vårt mål är alltid att hitta en lösning som du känner är bra och fungerar för dig. Kontakta oss gärna för fri konsultation.

Varmt välkommen till någon av våra peruksalonger!

Personalen på Carl M Lundh & Perukshopen

### CARL M LUNDH – BUTIKER & SALONGER:

Stockholm CML: 08-545 66 800 Stockholm Perukshopen: 08-20 10 06 Göteborg CML: 031-10 23 80 Göteborg Salong Wivi: Sahlgrenska Sjukhuset, 031-41 45 10 Malmö CML: 040-733 20 Helsingborg CML: 042-14 30 00 Lund CML: Fd. Lasarettfrisörerna, C-block (huvudentrén) 046-14 17 70 Jönköping CML: 036-15 02 70 Kalmar CML: 0480-268 30 Örebro USÖ: Universitetssjukhuset, 019-14 83 63 Umeå Salong Huvudform: Norrlands Universitets-sjukhus, 090-12 16 72. Saknar du en salong där du bor? Ring 020-36 87 00. Se [carmlundh.se](http://carmlundh.se), för mer information.

### VÄRDEKUPONG - CARL M LUNDH

Lämna in värdekupongen och få tillhörande skötselkit (resekit) vid köp av en valfri peruk. Kupongen gäller t.o.m den 30/9-2016 och kan ej kombineras med andra erbjudanden/rabatter.

CARL M. LUNDH  
C.M.L. HAIRCENTER

STOCKHOLM

GÖTEBORG

MALMÖ

HELSINGBORG

LUND

JÖNKÖPING

KALMAR

ÖREBRO

UMEÅ





## Provox produkter tar hand om ditt stoma och dina lungor

På Atos Medical ser vi det som vår uppgift att ge en röst åt människor som andas genom ett stoma, med designlösningar och teknik som bygger på decennier av erfarenhet och ingående kännedom om våra användare.



### Provox XtraFlow & XtraMoist HME

Skall användas i olika situationer beroende på dina behov.



### Provox StabiliBase

När du väljer att prata hands-free eller med fingertillslutning.



### Provox StabiliBase OptiDerm

När din hud känns sårig och irriterad och du pratar mycket.



### Provox XtraBase

När du pratar mycket med fingertillslutning eller hands-free.



### Provox OptiDerm

När din hud känns sårig och irriterad, eller huden behöver vila under natten.



### Provox Wipes

För att rengöra huden, används innan plåstret sätts på, eller för att försiktigt ta bort plåstret.



Ring 0415-19820 så skickar vi dig ett gratisprov

Du kan också skicka in talongen så skickar vi ett gratisprov till dig.

### Ja tack,

Jag är intresserad av:

- Provox HMEs
- Provox StabiliBase
- Provox StabiliBase OptiDerm
- Provox XtraBase
- Provox OptiDerm
- Provox Wipes

Namn: \_\_\_\_\_

Adress: \_\_\_\_\_

Telefon nummer: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_