

EN TIDNING FÖR MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDETS



Nr 1  
April 09

# LARY

MEDLEMMAR OCH DERAS ANHÖRIGA SAMT STÖDJANDE



Välkommen till våren

NÄSTA NUMMER UTKOMMER I JUNI 2009 • MANUSSTOPP TILL NR 2 • 1 MAJ

# LARY

Årgång 35 • Nr 1 2009



**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

PG 85 17 54-2 – BG 5703-3573



**ANSVARIG UTGIVARE**

Sören Selinder



**REDAKTÖR**

Gunnar Schneider



**MEDARBETARE I REDAKTIONEN**

Viola Landewall, Ulf Jönson

Sonja Sarin, Staffan Hagelin



**FÖRBUNDSORDFÖRANDE**

Sören Selinder

Östermalmsgatan 21

854 60 Sundsvall

TEL. 0691-610 65

MOBIL 070-327 11 54

E-POST soren.selinder@telia.com



**GRAFISK FORM**

Gunnar Schneider

E-POST g.schneider@telia.com

**TRYCK**

Ågrenshuset Produktion, Bjästa



**MATERIAL**

till tidningen sånds till:

Mun- & HalsCancerFörbundet

Barks väg 14, 170 73 Solna

Märk kuvertet "Lary"

Redaktionen förbehåller sig rätten att redigera insänt, ej beställt material.

Insänt material returneras endast på begäran.

Eftertryck och citering är tillåten om källan anges.



**STIFTELSEN LARYNGFONDEN**

**ORDFÖRANDE** Hans-Ola Fors

Standgatan 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



## I N N E H Å L L

### 2 Ledaren

Sören Selinder vår ordförande skriver sin ledare



### 4-5 Samtalsgrupp på Ryhov

Rapport



### 5 Ordförandemötet

Redovisning



### 6-7 Södras talkurs i Lund

Årlig talkurs

**Bo Persson**

är avliden



### 8 Ett verktyg som gör skillnad

Ett möte om FN:s konvention om mänskliga rättigheter



### 9 Hela Dig-helg på

**Hillesgården**

Friskvård till kropp och själ

**Disputation**

av logoped Elisabet Lundström

### 10 En trevlig julfest

Hallandsföreningen



### 11 Logopedmöte i Uppsala

En rapport



### 12-13 Kurser för föreningarna

Medlemvärning och anti-rök



### 14 Är du en kalsongbadare

Språklektion



**Världscancerdagen**

En kort rapport



### 15 En rökares monolog



### 16-17 Kuliga sidorna

Kåserier och frågesport



### 18 Tord avliden

**Hjälp redaktionen**

## L E D A R E N

**D**et är med glädje vi kan konstatera att lokal/regionföreningarna följer förbundets rekommendation att byta namn till Mun & Hals Cancerförening... vilket gör att våra målgrupper uppfattar vilka vi är och vad vi "jobbar" med.

Det kan konstateras att när detta skrivs har 10 av 11 föreningar bytt namn. Besluten tagna vid genomförda årsmöten.

Vi har nu startat en kraftig offensiv att profilera oss och nå mun-, & halsdrabbade personer och dess anhöriga, som kan bli våra medlemmar.

Det kommer att tillverkas skyltar med föreningsnamn och vem den riktar sig emot samt information. På skylten sitter 4 hårda plastfickor med plats för vår tidning Lary, informationsbroschyrer, svarsbrev, anmälningshandlingar för att bli medlem samt ett frankerat svarskuvert.

Dessa skyltar hoppas vi får sätta upp på Öron-, Näs- & Halsavdelningar och Onkologmottagningar på ca 20 sjukhus ute i landet.

Meningen med namnbytet är ju att den som läser skylten Mun & Hals Can-

cerföreningen. Känner igen sig som mun- eller halscancerpatient.

Är texten Laryngförening (som avser strupe) och är ett Grekiskt ord så är det svårt att förstå att det är mig det gäller. All vår övrig information kommer att nytryckas så det stämmer med förbundets nya namn.

Två föreningar har tyvärr genom dödsfall tappat sina ordföranden, Siv Baglin föreningen Gävleborg samt Per-Arne Herbertsson föreningen Örebro/Värmlands län. Dessa starka krafter är svåra att ersätta. Därför har styrelsen i förbundet beslutat hjälpa till med organisations och verksamhetsfrågor i dessa föreningar.

Jag vill önska er alla fortsatta framgångsrika föreningsmöten, (rehabiliteringsaktiviteter) där vi alla kan vara "medmänniskor" och trivas. Även använda möjligheten till grupprehabiliteringsresor genom Laryngfondens hjälp. Det är ju vi alla tillsammans som är föreningarna och förbundet som skall skapa verksamheten. Då kan vi nå vårt mål, att vi finns för medlemmarnas bästa.

**SÖREN SELINDER**



F.D. SVENSKA  
LARYNGFÖRBUNDET

- ♥ 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 Stockholm
- ♥ arbetar för att starta samtalsgrupper för både patienter och anhöriga antingen via sjukvårdspersonalen eller i lokalföreningarnas regi
- ♥ ger ut tidningen LARY med Stödet med aktuell information, artiklar och reportage
- ♥ har regelbundet kurser för förbundets och föreningarnas förtroendevalda samt antirökinformatörer
- ♥ håller kontakt med myndigheter och serviceorgan
- ♥ tillhör Handikapporganisationernas Samarbetsorgan
- ♥ är en av huvudmännen i Cancerfonden
- ♥ har kontakt med motsvarande förbund i andra länder
- ♥ har förtroendeanslutna läkare, tandläkare, logoped, kurator och dietist
- ♥ har instiftat den fristående Stiftelsen Laryngfonden

# STIFTELSEN LARYNGFONDEN

*i kamp mot  
Strup- och munhålecancer*

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

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

***Bidrag och gåvor  
emottages tacksamt på:***

**Plusgiro**  
**91 82 58-5**  
**Bankgiro**  
**5936-5338**



***Ansökningsblankett för bidrag finns hos:***

**Stiftelsen Laryngfonden**  
**Strandgatan 19 • 952 33 Kalix**  
**Tel: 0923-776 60 • Fax: 0923-155 90**

E-post: [info@laryngfonden.se](mailto:info@laryngfonden.se)  
Hemsida: [www.laryngfonden.se](http://www.laryngfonden.se)

# Samtalsgrupp på Ryhov

– Text & Bild: Earl Erlandsson –

## För tionde gången anordnades en samtalsgrupp för mun- och halscancerpatienter på läns-sjukhuset Ryhov i Jönköping.

Som brukligt är sker sammankomsterna i den anrika herrgårdsbyggnaden helt avskilt från sjukhusmiljön. Alla som drabbats av cancer i mun-halsregionen under året inom området får en inbjudan. I år hade nio personer hörsammat kallelsen och de utgör



ungefär hälften av alla tillfrågade.

De kom regelbundet varje onsdagkväll genom det smäländska novembermörkret från sina respektive hemorter – Nässjö, Värnamo, Tranås. De hade också någon anhörig i sällskap, vilket innebar att det satt aderton förväntansfulla personer runt bordet när jag fick ägna två timmar denna första onsdagkväll till att berätta om vår förening och varför man bör bli medlem i den. Det är Laryngfonden som sponsrar lokalhyra och kaffe med fralla varje



onsdag och det är sjuksköterskorna Monica Tunhaw och Christina Simonsson som arrangerar det hela.

## En annorlunda miljö

Alla i årets upplaga var överens om att det var mycket värdefullt att få en sådan uppföljning efter en svår sjukdomsperiod. Möjligheten att få träffa sjukhuspersonal och medpatienter i en annorlunda miljö och otvunget kunna diskutera aktuella problem är mycket värdefullt.

Det är märkligt att det knappast



Kaffe och fralla verkar smaka bra för deltagarna i samtalsgrupperna



förekommer liknande samtalsgrupper på andra avsnitt inom vården. En förutsättning är emellertid att det finns eldsjälar i form av Monica och Christina som tar initiativ.

## Möjligheten att bota sjukdomen är idag stor

Den andra onsdagen fylldes av mycket information från överläkarna Fredrik Jönsson öron-, näsa-, & hals och Christer Lindholm onkologen. Det är endast 3% av all cancer som uppstår i mun-halsregionen och det är mest män över 65 år som drabbas. Möjligheten att bota sjukdomen är idag stor fick vi veta, det beskedet mottogs med tillfredsstäl-



lelse. Många frågor som hos oss patienter varit obesvarade fick uttömmande svar under kvällen.

## Man längtade nästan tillbaka till overhead-epoken

Nästa par ut var tandläkaren och klinikchefen på sjukhustandvården Håkan Enochsson och tandhygienisten Charlotte Karlsson. Nu fick vi se i Power-Point projicerade storbilder vad cancer kan förorsaka för skador på tandbeståndet.

Man längtade nästan tillbaka till overhead-epoken där bilderna såg mindre hotfulla ut.

För att minska skadeverkningarna är det viktigt att tänderna nog



kontrolleras och att alla brister åtgärdas före en ev. strålning.

Ökentorkan i munnen, som oftast uppstår efter strålning, kan i viss mån lindras av sprayer, tuggummi eller tabletter. Den som önskade kunde prova av medhavt sortiment.

De tidigare märkliga reglerna för patienternas tandkostnader i samband med operation och/eller strålning belystes.

Nu verkar emellertid reglerna för att komma i åtnjutande av högkostnadsskyddet klarnat, vilket förhoppningsvis kan stilla oron i strål-skadade munnar.



Eldsjalarna och arrangörerna Christina Simonsson och Monica Tuhaw

### Femtio ton föda under en normal livslängd?

Den fjärde onsdagskvällen ägnades åt tal och kost. Logoped Annika Ståhl och dietist Jenny Johansson informerade om hur cancer kan orsaka tal- och ätsvårigheter och hur sjukvården samt en god livsföring ändå kan ge en fortsatt hög livskvalitet. Visste du förresten att en människa intar ca femtio ton föda under en normal livslängd? Det är en fantastisk mängd som passerar



Överläkarna Fredrik Jönsson och Christer Lindholm

inuti kroppen och det är därför inte så konstigt att det kan uppstå störningar på vägen.

### Våra rättigheter och skyldigheter

Maria Hugosson – kurator på öronavdelningen och onkologen tog hand om den femte och sista onsdagskvällen. Hon informerade bland mycket annat om våra rättigheter och skyldigheter när vi utnyttjar sjukvården och hur det är att leva



Tandläkare Håkan Enochsson och Tandhygienist Charlotte Karlsson

med cancer samt hur en plötslig förändring kan leda till en allvarlig kris och hur då samhällets stöd och resurser kan ge lindring.

Att en smörgåstårta kan bidra till att en del av dom femtio tonnen som vi äter, kan smaka speciellt bra, fick vi erfara när vi avslutade årets samtalsgrupp.

**TEXT OCH BILD:  
EARL ERLANDSON**

## Ordförandemöte

### Den 18 mars hade ordförandena i lokalföreningarna ett möte tillsammans med förbundsstyrelsens arbetsutskott.

Huvudpunkterna för mötet var frågor om medlemsrekrytering och föreningarnas verksamhet. När det gäller medlemsrekryteringen konstaterades att mera kan göras. Inte minst viktigt är att få kontakt med nyligen behandlade patienter. De församlade ordförandena kom därför överens om att försöka få exponera ett informationsmaterial på öron-, näsa- och halsklinikerna vid de olika sjukhusen.

Det material som används av norrlandsföreningen kan efter en lokal anpassning bli till nytta för samtliga föreningar och på mötet bestämdes att föreningarna utifrån detta låter framställa ett " eget " material.

### Samarbete

Vid mötet gav föreningarnas representanter varandra idéer och impulser när det gäller innehåll i föreningsmöten och andra arrange-



Deltagare på ordförandemötet

mang. Det kan röra sig om tal- och kostnader, rehabiliteringskonferenser, samtalsgrupper, studiebesök av olika slag mm. Ibland kanske det kan vara viktigt att kunna hålla ett tvådagarsmöte med övernattnings.

Rehabiliteringsresorna är också viktiga för många medlemmar och flera exempel på lyckade resor presenterades.

För resor, och också en del andra arrangemang, kan Laryngfondens stöd vara en förutsättning. Vill någon förening ha hjälp för att upprätta ansökan kan förbundsexpeditionen bistå.

När det gäller mera omfattande arrangemang kan det underlätta om några föreningar samarbetar med varandra. Ett sådant samarbete är i

och för sig inte någon nyhet. Som exempel kan nämnas att föreningarna i Dalarna och Gävleborg samarbetar sedan tidigare i det del frågor, liksom Göteborgs- och Hallandsföreningarna. En annan konstallation kan vara samverkan mellan föreningarna i Örebro/Värmland, Göteborg, Västmanland och Dalarna.

Frågorna om medlemsrekrytering och föreningarnas verksamhet är av avgörande betydelse för vår organisations framtid. De måste ständigt vara aktuella och tas också upp på kommande ordförandemöten.

**TEXT: ULF JÖNSON  
BILD: STAFFAN HAGELIN**



Andra halvan av bordet

## Mun- och Halscancerföreningen i Södra Sverige

## Talkurs i Lund



resväg. Dagen började med fika i vårt konferensrum, där vi fick smörgås och kaffe.

**Kurator och sjuksköterskor**

De första (föreläsarna) som kom till oss var, Kurator Monica Saxne, Sköterskorna Malin Heide Von Knorring och Kristina Landegren. Vi hade en livlig pratstund med dessa roliga och trevliga tjejer.

Besökte gjorde också Inger Gadh och Karin Höglund från biblioteket på Lunds universitetssjukhus.

Dom presenterade många bra böcker som bl a handlar om att blir sjuk och få cancer.

Mellan de olika föreläsarna serverades naturligtvis en massa god mat.

**Det är viktigt att röra på sig**

På eftermiddagen kom Sjukgym-

**Så har då, vi i Södra föreningen haft vår årliga talkurs i Lund den 17-18 december 2008.**

Som tidigare år, säger de andra, bodde vi även i år på Patienthotellet i Lund.

Såväl gamla som nya medlemmar deltog i talkursen. Vi är ganska spridda nere i Skåne så många hade varit uppe tidigt och haft lång



nasten Peggy Faxler. Hon berättade om hur viktigt det är att röra på sig, kan man inte det, kan man kanske sparka lite med armarna och benen en stund varje dag. Viktigast är ändå att göra något. Många av oss har svårt att vara ute när det blåser och är kallt. Det blev många roliga och långa samtal om att röra på sig.

Som avslut på dagen gästades vi av Professor Johan Wennerberg. Han berättade att forskningen går framåt för mun och halscancerpatienter.

När kvällen tog vid, hade Gösta Karlsson en mycket trevlig frågesport till oss deltagare. Det var många och svåra frågor som tog nästan hela kvällen i anspråk. När vi

hade ätit smörgås och druckit kaffe dryftade vi och försökte lösa världsproblemen, det blev sen timma innan vi sa adjö för natten.

### Dagen efter!!!

Efter en natts välbehövlig sömn startade vi med tidig frukost.

Det första föreläsarna den andra dagen var, Dr Roland Rydell och Dr Jenny Wingerstrand. När Dr Rydell kommer till våra föreläsningar har vi alltid roligt. Han har alltid en massa frågor till oss opererade. Han berättade att talet för laryngektomerade framställs både i mun och nästan, prova så får ni se!



Från Atos kom Bertil Nordström, han berättade om alla tillbehöver för oss laryngektomerade. Atos är alltid på hugger att framställa

nya fina hjälpmedel, Bertil presenterade en alldeles ny kasset som är hudfärgad, det var toppen, så nu ska jag hem och beställa

detta. Då syns det inte så mycket att man har en knapp på halsen, tack för det Atos.

Som avslutning på dagen kom Logopederna Vivika Lyberg-Åhlander och Margareta Lundskog-Sjöberg. Dessa båda damer satte os i full aktivitet och man kunde inte annat än skratta. Jag har nog aldrig skrattat så mycket som denna sista timme av föreläsningarna.

Ja, allt som allt får man säga att kursen var mycket lyckad. Ett stort tack till Laryngfonden som bidragit till kursens genomförande. Tack även ni alla nya som gamla medlemmar som bidrog till det trevliga.

*Tack vår förening för en mycket trevlig kurs och samvaro!*

**VID PENNAN ÄR NÅGRA NYA  
MEDLEMMAR**



## Bo Persson är avliden

### Ett mycket tråkigt sent meddelande

Vår förre förbundsordförande Bo Persson är avliden. På morgonen onsdagen den 1 april avled Bo Persson efter en lång och smärtsam sjukdomstid.

Tyvärr så fanns det inte tid att skriva en minnestext om Bo i detta nummer.

Vi hoppas att den kommer i nästa nummer av Lary.

**REDAKTIONEN**

# Ett verktyg som gör skillnad

**Den 22 januari genomfördes ett seminarium under rubriken "Ett verktyg som gör skillnad" som behandlade FN:s konvention om mänskliga rättigheter för personer med funktionsnedsättning.**

**A**rrangörer var Projektet Agenda 50 – Verktyg för våra rättigheter, Forum Kvinnor och Funktionshinder, Svenska kommittén för Rehabilitation international, Synskadades Riksförbund och Handikappförbunden.

Redan 1948 avgav Förenta Nationerna sin universella deklaration om mänskliga rättigheter. Deklarationen innehåller 30 artiklar, av vilka den första säger att alla människor är födda fria och lika i värde och rättigheter. Som en följd av den här universella deklarationen har FN genom åren antagit flera konventioner om mänskliga rättigheter för olika grupper, som konventionen mot all slags diskriminering av kvinnor (1979) och konventionen om barns rättigheter (1989).

I december 2006 antog FN resolutionen om mänskliga rättigheter för personer med funktionsnedsättning. Syftet med konventionen är att människor med funktionsnedsättning ska få full tillgång till sina mänskliga rättigheter. Den ger alltså inga nya rättigheter utan tydliggör vad de redan befintliga rättigheterna ska innebära för personer med funktionsnedsättning. Kraven på mänskliga rättigheter är med andra ord applicerade på situationen för personer med funktionsnedsättning, som rätten att leva som andra i samhället med lika valmöjligheter och med full delaktighet. Ett annat exempel finns i artikel 20, som talar om personlig rörlighet.

Där sägs att människor med funktionsnedsättning ska kunna röra sig fritt, på sätt som de själva väljer och att de ska ha tillgång till

bra och användbara hjälpmedel, assistans och personlig service.

Andra artiklar i konventionen berör rätten till utbildning och arbete på samma villkor som för andra.

Särskilt viktiga för oss är nog artiklarna 25 och 26



som handlar om hälsa, habilitering och rehabilitering. Där slås fast att människor med funktionsnedsättning har rätt till bästa hälsa och samma utbud och kvalitet av hälso- och sjukvård som andra. Likaså anges där att människor med funktionsnedsättning inte får diskrimineras i frågor om sjuk- och livförsäkringar.

I artikel 26 anges också att staterna ska göra det möjligt för människor med funktionsnedsättning att uppnå och behålla största möjliga oberoende och full fysisk, mental, social och yrkesmässig förmåga. Staterna ska alltså se till att det finns hjälpmedel och teknik som fungerar och att habilitering och rehabilitering finns att tillgå.

Det här är några exempel på innehållet i konventionen. För att den ska vara giltig i medlemsstaterna måste den antas – ratificeras – av varje enskilt medlemsland. Det kan

gå till på två sätt, antingen antar medlemsstaten FN-konventionen som den är, gör den till en särskild lag, eller också anpassas de olika berörda lagarna i landet till vad konventionen kräver. Det är den sistnämnda vägen som Sverige har valt.

I november 2008 beslutade riksdagen att anta konventionen och nu återstår att anpassa våra svenska lagar till de krav den ställer. I det arbetet har handikapprörelsen ett stort ansvar. Därför startade Handikappförbunden vid slutet av 2008 projektet Agenda 50 – Verktyg för våra rättigheter för förverkligandet av konventionen. Projektet ska nu sprida kunskap om konventionen och hur rättigheterna i den ska kunna förverkligas. Kommuner och landsting är några av målgrupperna för projektets arbete. En annan viktig målgrupp är handikapporganisationerna. Agenda 50 har tagit fram ett material som informerar om konventionens innehåll och hur en organisation kan identifiera de rättigheter som är viktigast för dess medlemmar. I det fortsatta arbetet är det viktigt att vi inom MHCF, både centralt och lokalt, är aktiva och framhåller medlemmarnas krav och behov. Det kan exempelvis ske genom att föreningarna startar studiecirkel kring det framtagna materialet och likaså genom att inbjuda någon representant för Agenda 50 att delta i kurser, seminarier eller vid något föreningsmöte.

## Informationsmaterialet

"Lär känna FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning" kan beställas från Handikappförbundens samarbetsorgan på telefon vx 08-546 404 00. Projektledare för Agenda 50 är Maryanne Rönnersten, projektadministratör Gerd Lantz och juridiskt sakkunnig Annika Åkerberg, vilka också nås via Handikappförbundens växel.

ULF JÖNSON



# Hela Dig-helg på Hillesgården

**Friskvård till kropp och själ – ett koncept som höll vad det lovade för 10 medlemmar i Hallandsföreningen som hittade lugnet på andra sidan Hallandsåsen under en hösthelg.**

**D**en 7 november åkte vi i två ekipage till Hillesgården i Fastarp strax utanför Klippan i Skåne.

Anläggningen drivs av stiftelsen Hilarion vars motto är att alltid sätta människan i centrum.

Vi fick se en informationsfilm om hur ideella krafter på några år förvandlat en gård på landet till en anläggning som erbjuder rekreation och aktiviteter till såväl gammal som ung. Både ute-och inomhusmiljön präglas av trivsel och lugn. Naturligtvis var uteaktiviteterna begränsade under november månad men med skog inpå knutarna kunde vi inta hur stor dos frisk luft som vi bara orkade.

## Från topp till tå!

Inomhus tog vi del av diverse behandlingar från topp till tå, flera olika former massage, akupressur, ansiktsbehandling, hudvård m m.



Mysigt ställe Hillesgården

På Hillesgårdens djurparksavdelning kunde man se fåglar - allt från svenska lantrashöns till tropiska papegojor. Och minsann lära sig att inte alla kanariefåglar är gula.

I Kulturhuset kunde vi botanisera inomhus i ett synnerligen välordnat bibliotek.

Gårdens produkter och egenhändigt tillverkat konsthantverk lockade till inköp, men det viktigaste vi fick ta del av var något som är en verklig bristvara idag: tystnad och lugn och ro.

Efter tre dagar med god mat och härliga behandlingar kändes det lättare att stå emot höstmörkret.

Stort tack till Stiftelsen Laryngfonden som bidragit till en novemberhelg som blev så varm och ljus för oss!

**TEXT: GUN ENELUND  
FOTO: KENNETH DANFELTER**



Gun och Margareta Enelund



Ann-Marie & Erling Svensson



Ulla Bengtsson sitter och myser i biblioteket

## DISPUTATION

**F**redagen den 13 (!) avlade leg.logopeden Elisabet (Betan) Lundström medicine doktorexamen vid Karolinska Universitetssjukhuset, Huddinge. Huvudhandledare har varit "vår" professor Britta Hammarberg och bi-handleddare professor Eva Munck-Wikland.

Fakultets-opponent var Irma Verdonck-de Leeuw från Universitetet i Amsterdam.

I betygsnämnden fanns doc Jan Lundgren från KI, professor Anna-Maija Korpjaakko-Huuhka från Finland och professor Jan Van Doorn från Umeå

### Medicine Doktor

Elisabet Lundström doktorerade i ämnet "Voice function and quality of life in laryngectomees" och klarade sig galant.

(Röstfunktion och livskvalitet för laryngektomerade)

### STORT GRATIS

från oss på redaktionen för tidskriften Lary genom Viola Landewall & Stig Falk

**TEXT OCH BILDER:  
VIOLA LANDEWALL**



En mycket glad Elisabet Lundström



Jan Lundgren, Eva-Munck-Wikland, Britta Hammarberg

# En trevlig och god julfest

**En lördag i december samlades vi för att avsluta 2008 års aktiviteter i Hallands Laryngförening och för att önska varandra en God jul**

**V**i kunde sammanfatta och se tillbaka på ett år med många höjdpunkter såsom våra månadsmöten, vår kost- och talkurs och inte minst vår rekreationshelg på Hillesgården.

Julbordet intog vi på Laxbutiken i Heberg som ligger vid E6:an nästan mitt i Halland.

Detta julbord är mycket speciellt eftersom alla rätter är olika beredningar av lax. Allt är mycket smakfullt och vi njöt i fulla drag. Uppslutningen var god. Av våra 34 medlemmar deltog 24 i jullunchen.

## Omröstning av namnet

Styrelsen tog tillfället i akt att ordna en omröstning om föreningens namn 24 personer deltog och vårt "gamla" namn Hallands Laryngförening vann med 22 mot 2.



Logoped Lena Lagesson

Medlemmarna vill inte ha cancer med i namnet .

För mig som var en av initiativtagarna till att bilda Hallands Laryngförening för mer än 25 år sedan är det väldigt glädjande att se att föreningen fortfarande är aktiv och att våra medlemmar kan hämta glädje, uppmuntran och tröst hos varandra.

Med en förhoppning om att alla medlemmar i Mun och Hals cancerförbundet och lokalförningarna får ett bra 2009 hälsar vi från ett vintrigt och vackert Halland

**FÖR HALLANDS LARYNGFÖRENING  
LENA LAGESON**

## Cancer i strupe eller munhåla?

Det finns gemenskap med andra i samma situation!  
Bli medlem i någon av Mun- & Halscancerförbundet föreningar.

### 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 utlandsvård
- forskning och utveckling av hjälpmedel
- bredare informationsverksamhet
- rökinformation i skolorna

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

Dalarna, Gävleborg, Göteborg, Halland, Sydöstra, Södra, Stockholm, Uppsala, Västmanland, Norrland och Örebro.

### Vi är en av huvudmännen i Cancerfonden

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

## Intressekupong:

- Jag vill veta mer om MHCF:s verksamhet
- Jag vill bli medlem. Skicka inbetalningskort och information.

NAMN:.....

ADRESS:.....

POSTADRESS:.....

TELEFON:.....

SKICKA ELLER FAXA KUPONGEN TILL:

MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDET

BARKS VÄG 14

170 73 SOLNA

TEL: 08-655 83 10, FAX 08-655 46 10

# Logopederna möttes i Uppsala

**En fredag i november träffades vi logopederna som tar hand om de patienter som opereras för cancer i struphuvud och munhåla i Uppsala.**

Logopederna Gunilla Beling och Sofia Ögefheldt hade bjudit in oss från regionen för att diskutera hur vi kan utveckla och förbättra omhändertagandet. Förutom värdarna kom Ingrid Berglund från Gävleborg, Per Testad från Dalarna samt Hanna Dahlberg och jag från Västmanland.

## Bättre rutiner

Gunilla berättade för oss om hur rutinerna ser ut i Uppsala, hur logopedbesöket före operationen är upplagt och hur de går vidare efter operationen innan patienten åker hem via avdelningen på hemsjukhuset. Ofta känner hemlogopeden inte till att en patient ska opereras förrän Gunilla ringer och säger att han eller hon är opererad och aktuell för röstrehabilitering. Vi är glada att hon ringer, men vi vill naturligtvis gärna att patientens ansvariga läkare på hemorten förvarnar tidigare på ett eller annat sätt så att vi hinner planera bättre.

Logopederna i Uppsala har möjlighet att gå rond med läkarna på avdelningen och kan då fånga upp patienter som är munhålecanceropererade eller har något annat problem med röst, tal eller sväljning. Den möjligheten finns inte i de andra länen. Vi känner allihop att vi får väldigt få remisser på just munhålecancerpatienter, där vi skulle kunna hjälpa till mer med artikulationssvårigheter, ät- och sväljproblem, minskad gapförmåga och annat.

## Logopedernas önskelista

Kirurgen Tomas Ekberg gästade oss och berättade allmänt om struphuvudcancer, hur man opererar och policyn kring strålning bl a. Vi logopederna har en önskelista på saker vi vill att kirurgerna ska ta hänsyn till, att inte sätta röstventilen för långt



Initiativtagarna Sofia Ögefheldt och Gunilla Beling

fram så att den krockar med en eventuell Stoma Stud eller LaryButton, att göra stomat snyggt och med en "läpp" (också för Stoma Stud eller LaryButton), att det ska vara slätt och fint runt om så att plåstret sitter bra osv. Tomas noterade våra önskemål och förklarade också svårigheterna med att tillgodose dem. Om patienten har strålats innan är vävnaden skör och betar sig inte som man vill, och efter operationen när svullnaden går ner kan det börja se annorlunda ut mot vad man tänkt. Fisteln för röstventilen brukar flytta sig bakåt så man måste sätta den ganska långt fram.

## Färgade "knappar"

Torkel Kenttä från Atos Medical kom och gjorde reklam för sina produkter. Vi hade sett dem förut, men vi fick möjlighet att diskutera lite kring användning och funktion. De nya färgade filterkassetterna passar kanske bäst på den spanska marknaden? Färgen är lite i mörkaste laget för ljushyllta svenskar. Men vi är förstås glada att det har kommit färgade "knappar" – det är många som har frågat efter det. Vi tar upp frågan om inte Atos Medical kan bli återförsäljare för någon annan röstgenerator än Servox, eftersom det ofta uppstår olika problem med den nya digitala varianten. Denna fråga hade naturligtvis Torkel lite svårt att svara på, men vi hoppas att han vidarebefordrar den till sitt företag.

## Flygplanstricket för larynger

Något som var nytt för oss alla i sällskapet var i alla fall detta: Torkel undrade om vi visste hur en laryngektomerad ska göra om det uppstår en nödsituation på ett flygplan, och man blir tvungen att använda syrgasmask. Det går inte att sätta den över halsen så att den sitter kvar. Jo, det kände vi förstås till, men inte vad man ska göra åt det. Då finns en lösning, nämligen att man använder Atos Medicals filterkassett TrachPhone (används av tracheotomerade) med syrgasnippel. Kassetten går att sätta i plåstret med hjälp av en BasePlate adaptor. Då kan man nämligen slita masken av slangen, och koppla slangen till nippeln. Här blev det nu lite reklam, men det tycker jag att det är värt...

**KARIN DAHLIN GRANBERG  
LEG. LOGOPED, VÄSTERÅS**



Logopederna Hanna Dahlberg och Karin Dahlin från Västmanland

# Kurser för medlemsansvariga och värvare samt anti-rök informatörer

**Torsdag 20-11-08**

**träffades vi på kansliet och samtalade om hur varje förening värvade medlemmar.**

**V**arje förening fick förklara var för sig. Många idéer att ta till sig. Vi diskuterade också vilka regler som gäller, är det bara sjuka eller kan vi värva anhöriga. Mona fick uppgiften att ta reda på vad som gäller.

Sören hade gjort en mall där alla föreningar stod med, och hur det såg ut 2006/2008, så där kunde vi se hur förändringarna var. Han presenterade sitt sätt att värva medlemmar, som jag tyckte var mycket bra.



Ett axplock av bilder på aktiviteterna på kursen av medlemsansvariga



## Anti-rökinformation

**Fredag 21-11-08**

**möttes vi vid Cityterminalen, Stockholm för gemensam resa till Nynäsgråden.**

**E**fter incheckning och lunch föreläste E, Hagström från Stockholms Universitet om hur vi ska agera inför ungdomarna som vi vill ska sluta eller aldrig börja



E, Hagström från Stockholms Universitet

röka. T.ex. berätta sin egen sjukdomsbild och se till att ungdomarna minns vad man sagt, fånga dom känslomässigt. De första tio minuterna är mycket viktiga, man kan fråga hur det skulle kännas om någon närstående drabbades. Man kan fråga om hur många det är som röker eller har rökt.

- återkalla egna känslor
- sinnen t.ex. lukt – såg ut etc.

- våga agera
  - använd kroppen
  - tala EJ för fort /bekvämt /andas djupt / korta pauser
- En lektion = 40 minuter, inte mer  
Ålder ca 6:te klass.

### Gunnar och Hasse Ellvén

Gunnar Schneider/ och senare Hans-Åke Ellvén berättade om flydda tider hur det var att gå ut i skolorna och berätta om dom själva.

Några av deltagarna på anti-rök seminariet





Mingelsnack

### Hur kommer vi in i skolorna

Diskussioner om hur vi kommer in i skolorna.

I första hand genom skolsköterska/studieansvarig. Gunnar visade också upp ett brev som vi kan kopiera och skicka ut till skolor och efter några dagar ringa upp och föreslå möte t.ex.

Corneliu filmade, så det jag misst här, har han på film.

En viktig fråga angående namnet på föreningen, förbundet heter ju nu Mun- & Halscancerförbundet. Av elva föreningar har 10 av 11 antagit det nya namnet och heter Mun-& Halscancerföreningen i (orts-läns- eller landskapsnamn).

Det är ju inte bra att några har den gamla beteckningen kvar. Personligen tycker jag att vi ska heta lika i hela vårt avlånga land och jag hoppas alltså att det blir så.

Vi är idag (22 nov -08) ca 950 medlemmar men vi hoppas på minst ettusen innan årsskiftet.

### Lördagen 22-11

Genomgång av gårdagen – Lunch – Buss kl 14.00 hemåt.

Ett mycket givande seminarium (anti-rök), trevliga människor som man kom närmare och pratade med. Stort tack från mig

**LISBETH MÅNSSON,  
GÖTEBORGSFÖRENINGEN**



Vill inte vara med på bild



En livlig diskussion

Alla HUS-koncernens (Helsingfors Universitetssjukhus) psykiatriska enheter uppmanas tillämpa Badkars-testet vid inskrivning av patient.

### Badkars-testet

Under ett besök på ett mentalsjukhus frågade jag psykiatridirektören hur man kan avgöra huruvida en patient borde institutionaliseras eller inte.

Jo, sade direktören, vi fyller ett badkar med vatten.

Sedan erbjuder vi patienten en tesked, en tekopp och en hink.

Han eller hon ombeds att tömma badkaret.

- Jag förstår, sade jag. En normal person skulle använda hinken för att den är större än teskeden och koppen!

- Nej, svarade direktören, en normal person skulle dra ut proppen.

Önskar du en sängplats närmast fönstret?

(Tänker du skicka detta vidare, eller vill du ha sängen bredvid min?)



Vickningen verkar vara riktigt god

# Är du en kalsongbadare eller har du brickångerst?

**Språkrådet, som är Sveriges officiella språkvårdsorgan, ger varje år ut en lista över nya ord**

**O**rd som huvudsakligen kommer från dagstidningar och från radio och TV.

En del av de här nya orden används en tid, de kanske speglar någon aktuell händelse eller ett tidsbegränsat fenomen, medan andra är mera långlivade. Det är alltså inte givet att orden på nyordslistorna kommer in i Svenska Akademiens ordlista.

**Här är några exempel på ord från de senaste listorna:**

**SPELNYKTER** är en person som blivit av med sitt spelberoende.



Att göra en **REINFELDTARE** är att lägga om ett partis politik så att det närmar sig motståndarnas politik (efter Fredrik Reinfeldt som anses ha lagt om sitt partis politik på det sättet).

Att **KLIMATNEUTRALISERA** innebär att kompensera för koloxidutsläpp (t ex vid en resa) genom att satsa pengar i ett miljöprojekt och klimatmat är mat som producerats på ett för klimatet skonsamt sätt.



**SKYNKÅ** innebär att hänga ut skynken som en demonstration eller protest mot förändringar (t ex inför den planerade förändringen av Odenplan i Stockholm).

Med **MUNHOTA** menas att hota med ord och inte med vapen.

De fula, ogräsbevuxna åkrarna som ligger i EU-träda, kan kallas **BRYSSERMATTOR**.



**BRICKÅNGEST** beskriver den känsla man kan ha när man står i matsalen med sin matbricka och inte vet var man ska sätta sig eftersom man inte känner någon av de andra personerna i matsalen.



**KALSONGBADARE** är de yngre killar som badar med märkeskalsongerna under badshortsen.

De här är några exempel på nya ord som på olika sätt har uppstått under senare år.

Flera hittar Du på Språkrådets hemsida.

**TEXT & FOTO: ULF JÖNSON**

KÄLLOR: SPRÅKRÅDETS HEMSIDA  
DAGENS NYHETER

## Världscancerdagen 2009

**Den 4 februari var det den internationella Världscancerdagen.**

**D**en är utlyst av Internationella Cancerunionen och har som syfte att sprida information och utnyttja kunskap för att genom förebyggande åtgärder bekämpa cancer.

Cancerfonden skriver i en pressrelease att 2002 fick närmare 11 mil-

joner människor i världen diagnosen cancer och att 2020 antas 16 miljoner insjukna, en ökning med 50%. Cancer kan till stor del förebyggas och det är därför oerhört viktigt att både samhället och enskilda individer satsar på detta, inte minst mot bakgrunden att en fjärdedel av all cancer i Sverige orsakas av livsstilsfaktorer som rökning, övervikt, brist på motion och alkohol.

I år samarbetade Cancerfonden

på Världscancerdagen för första gången med några av kyrkorna i landet, nämligen i Göteborg, Linköping, Lund och Stockholm. I de välbesökta kyrkorna hölls minneshögtider och olika cancerforskare föreläste om sin forskning för att bekämpa cancer.

**ULF JÖNSON**

# ”En rökares monolog”



**Jag skulle vilja tala lite om...host...host...om rökning. Det är så många människor som pratar om rökning och jag skulle gärna... host...host...vilja säga vad jag tycker.**

**D**et förekommer en massa missuppfattningar om rökning. Man påstår att ...host...host... det skulle vara skadligt. Det är inte sant. Det är bara trams som läkarna har hittat på för att dom ska kunna skylla alla möjliga sjukdomar, som dom inte kan bota, på rökning.

De påstås...host...host...att man får hosta av rökning. – Skitprat! – Jag har rökt i 40 år utan att det har skadat mig det minsta. Jag är frisk som en ...host...host...nötkarna.

Jag tycker att det är fel att skrämna upp en massa ungdomar så att dom inte vågar börja röka. Rökning är inte...host...host...inte farligt. Att jag hostar lite beror på en förkylning, som jag har haft i 40 år.

Vi rökare är ständigt mobbade av icke-rökare. Icke-rökare förpestar vår tillvaro. Överallt sätter de upp anslag där det står ”Rökning förbju-

den” eller ”Rök inte här”. Host...host.

## Tjat, tjat, tjat...

Och detta everlineriga tjat om att ”vi vill inte ha i oss rök. Så fort man tänker en cigg så börjar dom gnälla om passiv rökning”. Om dom är så sabla känsliga så kan dom väl låta bli att andas in den.

Vi rökare...host...host...mår bra av att röka. Vad vore livet utan 30-40 ciggisar per dag? Det finns tillfällena som kräver en cigg. Det förstår inte icke-rökare. Speciella tillfällen när man helt enkelt måste ta sig ett bloss. Efter maten t.ex. då är det faktiskt nödvändigt med en cigg.

Det avrundar måltiden på ...host...host...på ett naturligt sätt. Och före maten. Före maten måste man ha en cigg, för att få upp aptiten. Och under maten kan det vara gott med ett bloss, speciellt om det är rökt mat.

Det är ju också skönt med en cigg när man är ensam. Sânt förstår inte dom här hälsofantasterna som inte röker. När man är ensam så är en cigg lite sällskap. En cigg är en rökarens bästa vän, brukar jag säga. Det är mera glöd i en cigg än i de flesta av mina vänner. När man är bland

folk så är det gott med en cigg. Det liksom förstärker samhörighets-känslan om alla står och bolmar och blåser rök på varandra.

Och en kopp kaffe smakar ju ingenting om man inte får en ...host...host...cigg till. Eller när man ser på TV. Vad vore det för skojigt med att se på TV om man inte rökte samtidigt? Ett enda avsnitt av någon ”såpa” räcker till 12 Ciggisar. Naturprogram passar också bra att blossa till.

Skogar, sjöar och trollsländor, vad vore det utan en 8-10 cigg? Man tänker bättre när man röker också...host...host... Ciggarna gör liksom att man kan samla tankarna bättre. Antagligen gör tobaken så att hjärnan fungerar bättre men det håller in läkarvetenskapen tyst om! Folk som inte röker brukar också tala om hur dyrt det är att röka. ”Om du inte röker på 40 år”, säger de, ”så kan du köpa tre villor och två lustjakter för pengarna”.

”Jaså du”, brukar jsg säga då, ”röker du?”. ”Nä”, svarar dom stolt. ”Jaså”, säger jag då, ”har du tre villor och två lustjakter då?”. Då blir dom tysta. Det är faktiskt inte särskilt dyrt att räka. Om man hoppar över dyra semesterresor och onödig lyx som TV-licens, försäkringar och fast bostad och inte äter middag varje dag så är det inga problem.

När icke-rökare börjar tjata om det här med rökning och pengar, så brukar jag säga att den största delen av det man betalar för ciggarna gåt till skatt. Dessa ciggaretskattpengar går sedan till sjukvården, så vi rökare räddar livet på sjuka människor genom att röka. Om alla rökare skulle slut så skulle hela landets sjukvård rasa ihop.

*Men dom bästa platserna är när man får occupera toaletten med en cigg och en tidning samt i bilen när man kör, då vevar man ner rutan och får lite frisk luft!*

**TÄNK PÅ DET INNAN NI TJATAR PÅ OSS ATT VI SKALL SLUTA RÖKA.**

Källa okänd

# Ge inte upp

**Två grodor ramlade ner i ett krus där gumman förvarade grädden.**

**D**en situationen var alls inte ljus, de tittade upp emot brädden.

Den ena hon sade: "det här går inte alls, jag dör, och jag sjunker till botten".

Hon lade sin arm om sin älskades hals, beklagade ödet och lotten.

Sen sjönk hon och kvävdes i grädden så söt, och ensam blev genast kamraten.

Men han var kavat och på stubben beslöt försöka att leva i maten. Med grädde i ögon och grädde på



nos han simmade runt, runt i kruset. Han tänkte på henne som farit sin kos och sneglade uppåt mot ljuset. "Vad hjälper det världen och jag också dör"?

Han tänkte och fortsatte simma: Hans livhank väl hängde på sil-

kestråd skör, dock såg han av hoppet en strimma

Han simmade runt en timme, ja två han tappade inte humöret.

Och plötsligt nu hände det något ändå, han satt där nu mitt upp i smöret.

Han rätade på sig och andades ut och måttade upp emot ljuset.

Sen tog han ett skutt upp från smöret till slut och hoppade bort ifrån kruset.

**KÄLLA: OKÄND  
INSKICKAD AV VIOLA**

## Hur man upprätthåller galenskapen i livet



1. Vid lunch, sitt i din parkerade bil med solglasögonen på. Peka på förbipasserande bilar med en hårtork. Se om de saktar in.

2. Sök dig själv via växeln. Försök inte förstålla din röst.

3. När någon ber dig om hjälp, säg: jag delegerar!

4. Varje gång någon ber dig att göra något, fråga om de vill ha pomes frites till det.

5. Ställ sophinken på skrivbordet med en lapp med texten: Inkorg.

6. Häll koffeinfritt kafe i kaffeautomaten i tre veckor. När alla har kommit över sitt Koffeinberoende, byt till espresso.

7. I minnesfältet på alla dina inbetalda räkningar skriv:

För sexuella tjänster.

8. Avsluta alla dina meningar med: "I enlighet med profetian."

9. Använd inte punkt

10. Så ofta som möjligt: hoppa i stället för att gå.

11. Fråga folk vilket kön de tillhör. Skratta hysteriskt när de har svarat.

12. Specifera att din drive in order är för för att "ta med".

13. Sjung med på Operan.

14. Gå på poesiafton och fråga varför dikten saknar rytm.

15. Häng myggnät runt ditt skrivbord. Spela djungelljud hela dagarna.

16. Fem dagar i förväg talar du om för dina vänner att du inte kan komma på deras fest för att har huvudvärk.

17. Be dina arbetskamrater tilltala dig med ditt gladiatornamn, Rock Hard, eller varför inte snöret....

18. När pengarna kommer ur bankomaten, skrik "Jag vann!", "Jag vann". Det var tredje gången den här veckan!!!



**INSKICKAT AV VIOLA**



# Frågesport



1 Om det ligger en sotare på din tallrik, vad blir du bjuden på då?  
1) Fågel  Lever 2) Fisk

2. Vad hände den 3 september 1967?

1) Sputnik I sköts upp  Det blev högertrafik i Sverige 2) Olof Palme blev stadsminister

3. Vad är en Turdus Merula?

1) Fågel  Blomma 2) Reptil



4. Vem har skrivit boken "Sin ensamma kropp"?

1) Viveka Lärn  August Strindberg 2) Elsie Johansson

5. Var finns världens enda komplett bevarade vallonsmedja från 1600-talet?

1) Lövstabruk  Skebobruk 2) Österbybruk

6. Vilken färg ska en framåtriktad reflex på en cykel ha?

1) Röd  Orange 2) Vit

7. Hur mycket väger en nyfödd brunbjörnsunge?

1) 3-4 hg  3-4 kg 2) 3-4 gram

8. Vad betyder GGG GGG

GGG?

1) Grupper  Genus 2) Massage



9. Romarna skrev DC på sin tid - vad skriver vi?

1) 1500  600 2) 60



10. Från vilket land kommer lego?

1) Finland  Danmark 2) Norge

11. Vem är programledare för Bingolotto?

1) Rickard Olsson  Lotta Engberg 2) Leif "Loket" Olsson

12. Hur långt är Vasaloppet?

1) 70 kilometer  80 kilometer 2) 90 kilometer



13. Vilket år blev Ingemar Johansson världsmästare i tungviktsboxning?

1) 1957  1958 2) 1959



Skicka in ditt tävlings svar på ett vykort före den 29 april 2009 till:

Mun & Halscancerförbundet

Tävlings svar Lary

Barks väg 14

170 73 SOLNA

De 5 första rätta svaren belönas med en TRISS-lott

# Tord Andéhring har tystnat



Med stor sorg och saknad har vi mist en stor man!

Tord laryngektomerades 1992 och blev medlem i Stockholmsföreningen. Han engagerade sig tidigt i föreningens verksamhet och kom så

småningom med i föreningens verksamhet och styrelse som ledamot och ett tag som vice ordförande.

Han satt också som ledamot i Laryngfondens styrelse i många år. Tord var också en av och förenin-

gens flitigaste och populäraste anti-rökinformatörer, det var många elever och lärare som fick en ordentlig tankeställare när han berättade om sin situation.

Som människa var Tord timid och rolig och berättde gärna om sitt arbete hos Statoil. Han hade nära till skratt men kunde vara bestämd i sina åsikter.

Han var återhållsam när det gällde familjen och sitt liv innan laryngektomin. Tord var en social och glad prick.

Tyvärr fick han en släng av lungcancer som förmodligen tog hans liv.

Föreningens medlemmar och styrelsen kommer att sakna honom väldigt mycket. Tack Tord du gladdde många av oss.

Stockholmsföreningen gm

VIOLA OCH GUNNAR

## Ni i föreningarna kan hjälpa redaktionen

**Vi vill tacka för de bidrag som kommit in till Lary. Det är kul att läsa det som kommit in.**

**Hoppas ni fortsätter så.**

**B**idragen behöver inte handla om vår funktionsnedsättning. Det kan vara en liten händelse eller incident på 4 rader eller ett A4 alla är lika välkomna. Varför inte en rolig historia eller egen berättelse om dig

själv. Så kör hårt med pennan eller datorn.

Känn er som en redaktionsmedlem. Det kommer mycket material och bilder som vi antingen måste skriva in med risk för felskrivningar eller tolkningar. Försök innan ni skickar in ert material att få det digitaliserat och helst skickat på e-post, CD eller diskett.

Vi får lägga ner mycket jobb på att skriva in manus. Grovsortera

gärna era bilder som är suddiga eller som ni bedömer är ointressanta. Skicka bara de ni vill ha med. Det tar timmar för oss att gå igenom allt mellan 50 till 100 bilder. Det kan för redaktionen vara svårt att bedömma vad som är bra eller dåligt och det tar därför ännu längre tid.

Glöm inte att skriva texter till bilderna och gärna mellanrubriker.

**VARMA HÄLSNINGAR REDAKTIONEN!**

**Vi vill hälsa två nya ordföranden välkomna:  
Billy von Tell i Gävleborgsföreningen och Lars Hallgren i Örebro & Värmlands län  
Välkomna till vår gemenskap**

## Kansliets telefontider

**Förbundet har telefontid**

**tisdag–torsdag 09.00–11.30**

**Måndag och fredag är kansliet stängt**



# MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDET

## läns och regionalföreningar

med kontaktpersoner

### Mun- & Halscancerföreningen i Dalarna

**PER TESTAD**

Kung Magnigatan 19, 791 51 Falun  
Tel: 023-267 17

### Mun- & Halscancerföreningen i Gävleborg

**BILLY VON TELL**

Klapparvik 688  
826 91 Söderhamn

### Mun- & Halscancerföreningen i Norra Sverige

**SVANTE WIKSTRÖM**

Övre Hantverksgatan  
20A Prästgatan 25  
831 31 Östersund  
Tel: 063-13 80 00, 070-66 31 04

### Hallands Laryngförening

**KENNETH DANFELTER**

Middagsvägen 18, 302 59 Halmstad  
Tel: 035-12 91 03, mobil: 0733-606 622  
E-post: kenneth.danfelter@spray.se

### Mun- & Halscancerföreningen i Stockholms Län

**GUNNAR SCHNEIDER**

Fiskarstugan 1, 746 93 Bålsta  
Tel&Fax: 0171-535 54, mobil: 070-65 905 65  
E-post: g.schneider@telia.com

### Sydöstra Mun- & Halscancerföreningen

**KJELL ANDERSSON**

Rättarvägen 4, 612 31 Finspång  
Tel & Fax: 0122-155 47  
E-post: kjell.sven-olof@telia.com

### Mun- & Halscancerföreningen i Södra Sveriges

**LENNART JOHANSSON**

Per Albin Hanssons väg 56 B,  
214 63 Malmö  
Tel&Fax: 040-96 23 40  
E-post: lennart.willy@telia.com

### Mun- & Halscancerföreningen i Göteborg

**GÖSTA JORHEDE**

Väderbodarna 5, 8 tr, 418 35 Göteborg  
Tel & Fax: 031-56 35 41  
E-post: Gullvi.Jorhede@comhem.se

### Mun- & Halscancerföreningen i Uppsala Län

**VERA LIND**

Norrtäljegatan 6 B, 753 27 Uppsala  
Tel: 018-10 53 74

### Mun- & Halscancerföreningen i Västmanlands Län

**KAARLO VUOLLE**

Lerkärlsgatan 10, 732 51 Västerås  
Tel&Fax: 021-41 74 76

### Mun- & Halscancerföreningen i Örebro och Värmlands Län

**LARS HALLGREN**

Kyrkvägen 4, 711 72 Vedeväg  
Tel: 0581-504 01

# KAPITEX



## TRACHI-WIPE®

Hudservett utan alkohol som inte orsakar sveda

Trachi-Wipe är framtagen speciellt för  
Laryngektomerade för att förbättra plåstrets/  
basplattans häftförmåga mot huden runt stomat

- ✓ Behagligare att använda än konventionella hudservetter som innehåller alkohol vilket kan ge upphov till hosta och obehag i luftvägarna pga alkoholhaltiga ångor
- ✓ Trachi-Wipe förbereder för en god vidhäftning av plåstret/basplattan runt stomat

LANNZ 3001 Trachi-Wipe 30 st / förpackning



Önskar Ni ytterligare information, ring eller skriv till logoped Lena Lageson  
Kapitex Scandinavien, Reséns väg, 16 D, 370 24 Nättraby, Tel./Fax: 0455 222 75  
Mail: lena.lageson@glocalnet.net Website: www.kapitex.com

## POSTTIDNING B

Mun- & HalsCancerFörbundet  
f.d. Svenska Laryngförbundet  
Barks väg 14  
170 73 SOLNA

# Möt våren med ett trevligt stomaskydd!



© Atos Medical AB, Sverige. REF. MCO467-TCE, 200902



Atos Medical utökar sitt sortiment med FreeVent - produkter för trakeostomivård. FreeVent stomaskydd finns som scarves- polo- och t-shirtmodeller och i en mängd olika färger och modeller för både män och kvinnor.

Du kan andas varm, fuktig och filtrerad luft med din vanliga HME kassett och samtidigt matcha dina kläder.

Polo- och T-shirtmodellerna passar alla halsstorlekar, på våra scarves finns kardborrfästen som kan justeras till halsstorlek 33-42 cm.

Stomaskydderna är tillverkade i bomull, polyester eller bomull/akryl och kan maskintvättas. Välj mellan tunnare eller tjockare stomaskydd efter väder.

Atos Medical AB • Box 183, 242 22 Hörby • Tel: 0415-198 00 • Fax: 0415-198 98  
E-mail: [info@atosmedical.com](mailto:info@atosmedical.com) • [www.atosmedical.com](http://www.atosmedical.com)

Atos Medicals medicinska produkter och expertis har utvecklats i nära samarbete med ledande institutioner, läkare, forskare, logopedier och patienter från hela världen. Alla fakta och argument bygger på resultat från kliniska studier. 1987 påbörjade Atos Medical arbetet med att ta fram den allra första Provox-röstventilen. Vi har sedan dess arbetat intensivt för att utveckla Provox till att bli marknadens ledande system för rehabilitering av röst och luftvägar. Samtidigt lägger vi stora resurser på produktutveckling och utbildningsprogram inom Öron-Näsa-Hals. Vi har ett tydligt mål: Atos Medical ska även i framtiden vara ledande inom hela detta specialistområde.

**ATOS**  
**MEDICAL**  
Leading the way in ENT