



NR 1 • Mars 2014

Mun&Hals

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



Dalheimers Hus
Här har Göteborgsföreningen sina möten

Mun&Hals

Årgång 40 • Nr 1 2014



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

Sören Selinder



REDAKTÖR

Ulf Jönson

E-POST ulfjonson.012140026@telia.com



MEDARBETARE I REDAKTIONEN

Viola Landewall, Gunnar Schneider



FÖRBUNDSORDFÖRANDE

Sören Selinder

Östermalmsgatan 21

854 60 Sundsvall

TEL. 0691-610 65

MOBIL 070-327 11 54

E-POST soren.selinder@telia.com



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



Innehåll

- 4 **Samtalsgrupp** på Ryhovs herrgård 2013
- 5 **Föreningsnytt**
- 6-7 **GEOCACHING**, vad är det?
- 8-9 **Patientföreträdarna** har stor betydelse för vårdens utveckling
- 10-11 Mun- och Halscancerförbundet Sverige inbjuder sina nordiska grannländer till **kongress i Visby 8-11 maj 2014**
- 12 **Recept**
- 13 **Luciafirande** på kansliet
- 14-16 **Föreningsbild** - en ny reportageserie
- 17 **RCC-möte**
- 18 **Faktasida** från förbundet
- 19 **Föreningssidan** med information om kontaktpersonerna

Omslagsbild: Foto: Ulf Jönson.

Nästa nummer utkommer i juni 2014
Materialstopp till nr 2 är 2 maj 2014

Ledaren

NU BÖRJAR DET VÅRAS. Redan (mit-
ten av februari) har man kunnat höra
talgoxens "sågande", ett fint vårtecken
som talar om att vintern nu börjar
tackla av.

I det här numret kan vi bland annat
läsa om den Nordiska kongressen,
som denna gång går av stapeln 8-10
maj i Visby. Förbundet har ända sedan
sin tillkomst värnat om det nordiska
samarbetet. Upptakten hölls 1967
då representanter för de nordiska
förbunden vid ett möte i Danmark
beslutade att en gemensam konferens
skulle hållas varje år och att värdskapet
skulle vandra mellan länderna. 1971
hölls den första nordiska kongressen,
som evenemanget numera kallades.
Vårt svenska förbund var värd och
kongressen genomfördes i Göteborg.
Numera hålls kongresserna vart tredje
år, senast 2011 i Fredrikstad i Norge.
I år är det alltså Sveriges tur och vi ser
fram emot några givande dagar i Visby.

I anslutning till kongressen kommer
vårt förbund att hålla sin Riksstämma
den 11 maj.

DEN HÄR UPPLAGAN av tidningen har
ett väl differentierat innehåll. Vi får en

rapport från samtalsgruppen på Ryhov
i Jönköping och ett referat från en
utbildning för patientföreträdare, som
hölls i december förra året.

Vi har också med ett spännande
recept, nämligen hur man tillagar den
soppa som betjänten serverar grevin-
nan i TV på nyårsafton varje år. Lite
sent får vi också en inblick i kansliets
luciafirande och vi kan lära oss vad
geocaching innebär.

EN NY REPORTAGESERIE - Förenings-
bild - inleds i det här numret. Tanken
är att ge en mera fyllig bild av våra
föreningar. Först ut är Göteborgsföre-
ningen och efterhand kommer repor-
tage också från andra föreningar.

ARBETET MED Nationellt vårdprogram
för huvud- och halscancer närmar sig
sitt slutskede. Under våren kommer ett
förslag att sändas på remiss till olika
enheter, bland andra till vårt förbund.
Vi återkommer om förslaget till vård-
program i ett senare nummer.

Ulf Jönson

förbundssekreterare



- ♥ 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

Hemsida: www.laryngfonden.se

Informationsträff

Samtalsgrupp på Ryhovs herrgård 2013

FÖR TRETTONDE ÅRET i följd har mun- och halscancerpatienter samlats för informationsträffar på Ryhovs herrgård.

Tumörteamet för öron-, näsa- och halskliniken, som består av kontaktsjuksköterskorna Christina Simonsson och Yvonne Axell vid Jönköpings sjukdomsområde, bjuder varje höst in patienter som genomgått cancerbehandling under året. Fem veckokvällar under oktober/november 2013 samlades åtta patienter med anhöriga till intressanta samtalskvällar med information och föreläsningar.

MUN- OCH HALSCANCERFÖRENINGEN i Sydöstra Sverige var inbjuden till den första samlingen som hölls den 23 oktober. Föreningen representerades av Kicki Jonsson och Sven Lindström, som informerade om vår organisations arbete, både på riks- och lokalnivå. Under de två timmar vi hade till vårt förfogande kunde vi också berätta om våra egna rön och erfarenheter från vår sjukdomsperiod. Efter avbrott för kaffepaus med smörgåstårter fortsatte kvällen med frågor och diskussion. Bidrag till hyreskostnad och förplägnad har sökts och erhållits från Laryngfonden. Men vad vore samlingarna utan Christinas och Yvones väl förberedda planering. Värddinnor med fallenhet för både servering och disk.

VID FÖLJANDE SAMLING veckan därpå berättade överläkare Fredrik Jönsson om de tumörsjukdomar inom öron-, näsa- och halsregionen, som drabbar människor i allmänhet. Överläkare Freddi Lewin, onkologkliniken vid Ryhov, informerade i ämnet "Strål- och cytostatika-behandling". Två intressanta och givande föreläsningar om nya satsningar och behandlingsmetoder inom cancerområdet.

"VAD HÄNDER i munhålan vid operation/ strålbehandling och hur blir det efteråt" var ämnet vid den tredje samtalskvällen. Här informerade övertandläkare Håkan Enochsson från sjukhustandvården samt tandhygienisterna Charlott Karlsson och Kristina Berggren som gav intressanta och givande föreläsningar i detta viktiga ämne.

De flesta patienter med munhålebehandling kan berätta om livslånga besvär med muntorrhet.

FJÄRDE SAMLINGEN handlade om kost och nutrition. Dietist Elisabeth Allheim, dietistmottagningen, gav de församlade fakta och tips för god kosthållning.



Christina Simonsson och Yvonne Axell

Logoped Annika Ståhls anförande handlade om tal och sväljningsproblematiken, som berör de flesta som behandlats för mun- och halscancer. Annika arbetar vid lasarettets logopedmottagning.

SAMTALSGRUPPENS avslutning skedde den 20 november. Kvällens information leddes av kurator Maria Hugosson, onkolog- och öronkliniken vid sjukhuset. Hennes ämnesområden var "Att leva med cancer", Samhällets stöd och resurser" samt "Dina rättigheter som patient." Många frågor fick sitt svar under den följande samtalsrundan.

Vi fick också information om att sjukgymnasterna Chatarina Bejestam och Anna Wickert kommer att ingå i teamet som lymfterapeuter. Deras uppgift blir att hjälpa cancerpatienter med lymfkörtelproblem, som svullnad och stelhet efter behandlingarna. Förutom Jönköping kommer även Värnamo, Tranås, Vetlanda och Sävsjö att ingå i deras ansvarsområde.

ETT STORT TACK vill vi från Mun- och Halscancerföreningen rikta till Christina och Yvonne för deras hängivna insats för sina patienter. Christina var med och startade informationskvällarna för tretton år sedan. Yvonne har något kortare tid i teamet. Ett tack också till Laryngfonden som stöttat samlingarna ekonomiskt, vilket är i linje med fondens intentioner. Väl satsade pengar.

Text och foto: Sven Lindström

Förenings- nytt

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

HÄR KAN VARJE FÖRENING "ANNONSERA" den verksamhet som planeras för den kommande perioden, intill det att nästa nummer av Mun och 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

Dietist Eva Silander besöker **Göteborgsföreningens medlemsmöte onsdag 2 april kl 13.00** på Dalheimers Hus.

Välkomna! Hälsningar Annika

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**

matfrisk.

Idén med boken *matfrisk, mat som kan förebygga cancer* är att visa hur vi kan äta mycket gott och samtidigt minska risken för flera vanliga cancersjukdomar.

På ett personligt sätt hoppas vi väcka nyfikenhet utan att skrämmas, genom att på ett enkelt sätt förklara sammanhang, sprida kunskap och bjuda på rätter som är lättlagade.

Vi hoppas också på att öka förståelsen för att cancer inte är *en* sjukdom utan en mängd olika. Det gäller därför att vara kritisk när någon vill marknadsföra mirakelkurer mot cancer i allmänhet. Använd i stället pengarna till god och omväxlande mat. Tillsammans har vi över 50 års erfarenhet av cancerbehandling och samtal med patienter och deras anhöriga. Den erfarenheten och kunskapen vill vi dela med oss.

Lars Beckman och Lars Franzén

Recepten är skapade av TV-kocken Fredric Andersson tillsammans med läkarna.

Boken har tillkommit med stöd av Baltigruppen som sedan tidigare stöttar cancerforskningen i Norrland. En del av bokens försäljning kommer också att tillfalla cancerforskningen.

För att beställa boken ring 0660-29 99 50 eller maila pren@agrenshuset.se

(Du kan även betala in direkt på bg 5358-8240, glöm ej att ange matfrisk och ditt namn och adress.)

280:-

inkl. porto

matfrisk.

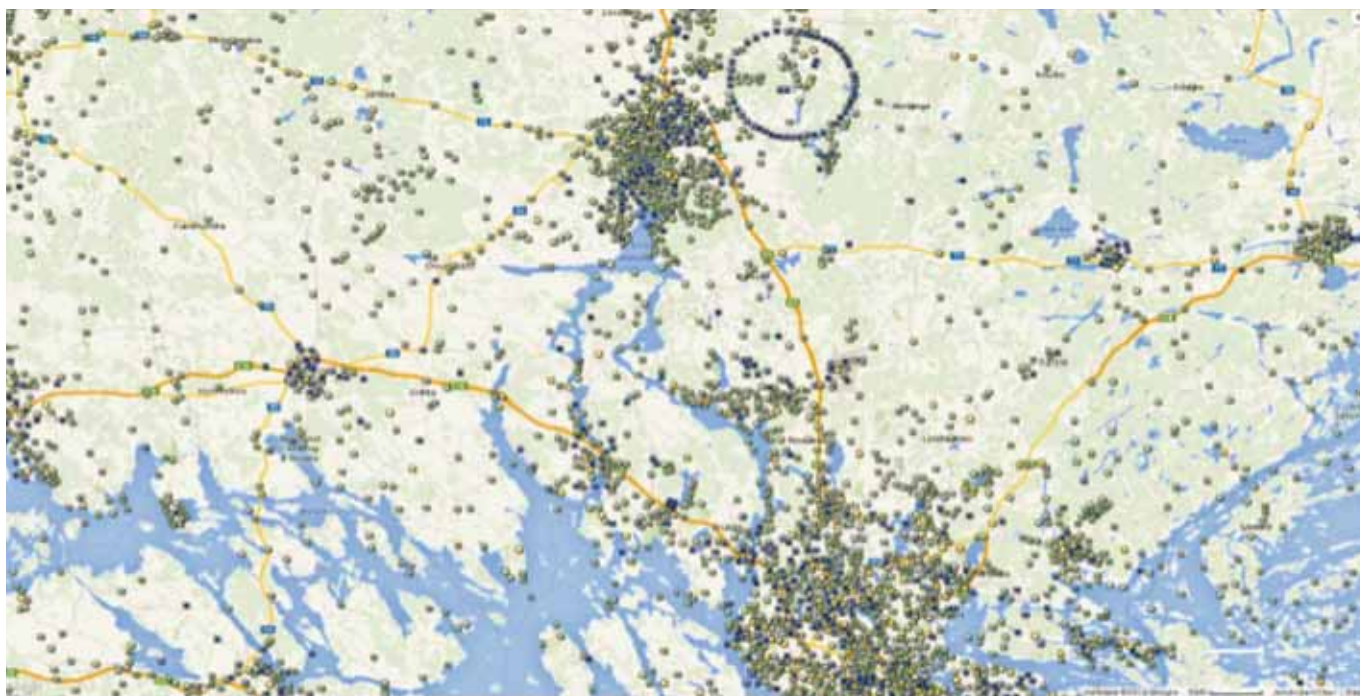
*MAT
SOM KAN
FÖREBYGGA
CANCER*



kock fredric andersson överläkare lars beckman professor lars franzen

Skattjakt

GEOCACHING, vad är det?



En kartbild över Stockholm – Uppsala, där gömmorna är markerade. Det finns många.

GEOCACHING ÄR EN SYSSLSÄTTNING som passar för alla som äger en bärbar GPS-enhet eller en mobiltelefon med inbyggd GPS. Man kanske kan kalla det för en modern version av gömma nyckel eller skattjakt.

Någon gömmer en burk eller liknande föremål någonstans, med en loggbok och en penna som viktigaste innehåll. Så noggranna koordinater som möjligt till gömman publiceras, ibland tillsammans med ledtrådar, på en webbplats på Internet. Intrasserade kan sedan leta upp gömman, geocachen, och anteckna sig i loggboken. När du sedan är uppkopplad nästa gång på nätet registrerar (loggar) du den funna skatten på den webbplats där alla gömmor finns registrerade, så att alla kan läsa loggarna utan att leta upp gömman i fråga.

En del cacher innehåller bytessaker. Man kan ta ett föremål från

cachen, men bara om man lämnar ett nytt föremål i utbyte. Dessa föremål kallas bytessaker, eller bytesföremål. En bra riktlinje är att alltid lämna en bytessak av minst samma värde som det man tar.

Ibland utvidgas cachen till en så kallad multicache, där man måste besöka flera olika gömställen på vägen till slutmålet.

Geocaching är ett sammansatt amerikanskt ord som består av GEO från det grekiska geo som betyder jord eller mark och CACHING från det engelska ordet cache som betyder gömställe. Uttrycket används också inom datavärlden för att beskriva att datorn tillfälligt gömmer undan något. En svensk direktöversättning av geocaching är svår, men ett uttryck som beskriver företeelsen kan vara "Skattjakt med GPS".

Geocaching som aktivitet startade i USA i maj 2000, ett par dagar

efter att Clinton-administrationen stängde av den så kallade SA-störssignalen som påverkade noggrannheten i GPS-systemet. Efter att SA-signalen slopades så fick man koordinater med enbart ett par meters felmarginal. Den 3 maj samma år lade Dave Ullmer ut en hink med småprylar utanför Portland i Oregon. Han meddelade detta i en diskussionsgrupp på nätet där han etablerade sporten. Allt som fortfarande gäller fanns med: Låda, loggbok samt bytessaker.

Du kan hitta geocacher i hela världen. Det är vanligt att geocacher gömmer geocacher på platser som är viktiga för dem, visar på ett särskilt intresse hos dem eller en färdighet hos cacheägaren. Platser kan skifta väldigt. De kan finnas i din lokala park, i slutet av en lång vandring, under vattnet eller på sidan av en stadsgata.

Det här är en "hobby" som är

väldigt trevlig, framför allt på sommaren, då den kan ta dig till platser som du aldrig hade tänkt dig att besöka. Fantasin får blomma ut då det gäller att försöka tänka fram var skatten kan ligga när du väl funnit koordinaten. Med dagens moderna mobiltelefoner kan man klara sig långt genom att ladda ner en speciell applikation, där det finns kartor och beskrivningar samt en GPS.

GPS-en söker av koordinaten med hjälp av 15–20 satelliter så precisionen blir cirka 2–3 meter. Själv använder jag en Samsung Galaxy S4 som har en GPS som väl mäter sig med en "riktig" GPS-enhet. Det har jag märkt vid några tillfällen då jag träffat skattsökare som har en vanlig GPS-enhet. Befinner man sig i skog eller tätbevuxen miljö kan det bli lite svårare att få informationer från många satelliter. Då får man leta lite extra.

PÅ DEN AVBILDADE KARTAN kan du se hur det ser ut mellan Uppsala och Stockholm. Där finns det många gömmor. Det är varierande svårighetsgrad på gömmorna, de flesta ligger ganska snällt. Många ligger gömda så att man kanske får krypa under en bro eller att den är gömd i ett träd. Gömmorna är graderade i en femgradig skala i tillgänglighet. Har den en etta står

det för att det går att komma åt den från en rullstol, men finns det ett dike som man skall ta sig över får gömman 1,5 i tillgänglighet. Det finns gömmor som är väldigt völdolda. Man kan stå och stirra sig blind på omgivningen utan att finna något misstänksamt, men rätt som det är ramlar slanten ner, som man brukar säga, och gömman kanske är mitt framför näsan.

Ett exempel ser du på bilden i denna artikel, där det finns en gömma. Jag skall erkänna, att när jag var på denna plats så fundrade jag ganska mycket på var den kunde finnas. Koordinaten visade en exakt plats, men jag hittade inte gömman förrän jag började fingra lite på ett föremål som finns med på bilden. Det låg en del jobb bakom den här gömman.

DET KAN UPPSTÅ många lustiga situationer då man är ute för att leta skatter. Det finns en liten oskriven lag och det är att man inte skall avslöja vad man håller på med. Ibland kan det hända att man stöter på en annan person som är ute i samma ärende. Då brukar det uppstå ett väldigt smusslande med GPS-en. Men oftast slutar det med att man presenterar sig och sedan hjälps man åt. Men även motsatsen förekommer, att en av sökarna ger sig av!

DET FINNS NÅGOT som kallas Mugglare, det är en ickegeocacher. Baserat på "Mugglarna" från Harry Potter-serien, som är en ickemagisk person. Vanligtvis används denna term eftersom en ickegeocacher ser frågande ut om vad som pågår.

Den största behållningen av Geocachingen får man bland annat genom att man kommer ut i friska luften, får besöka historiska platser och får uppleva vacker natur. En mycket spännande del är att man upptäcker nya platser man inte skulle ha besökt annars.

TA NU EN TITT PÅ BILDEN och försök lista ut var och hur skatten är gömd. När du tror dig veta var skatten finns skickar du in en beskrivning av det till Förbundets kansli på adress: MHCF Kansli, Barks väg 14. 170 73 Solna. Märk kuvertet med "Staffan". Den först öppnade rätta lösningen vinner en trisslott och en liten present. I nästa nummer av Mun-& Hals kommer jag att avslöja var på bilden skattgömmen finns.

Vill du veta mer om denna hobby kan du läsa mer på: <http://www.geocaching.com/>

**Text och foto:
Staffan Hagelin,
MHCF i Uppland**



Här i omgivningen finns en skatt gömd, men var?

Hitta skatten!

Utveckling

Patientföreträdarna har stor betydelse för vårdens utveckling

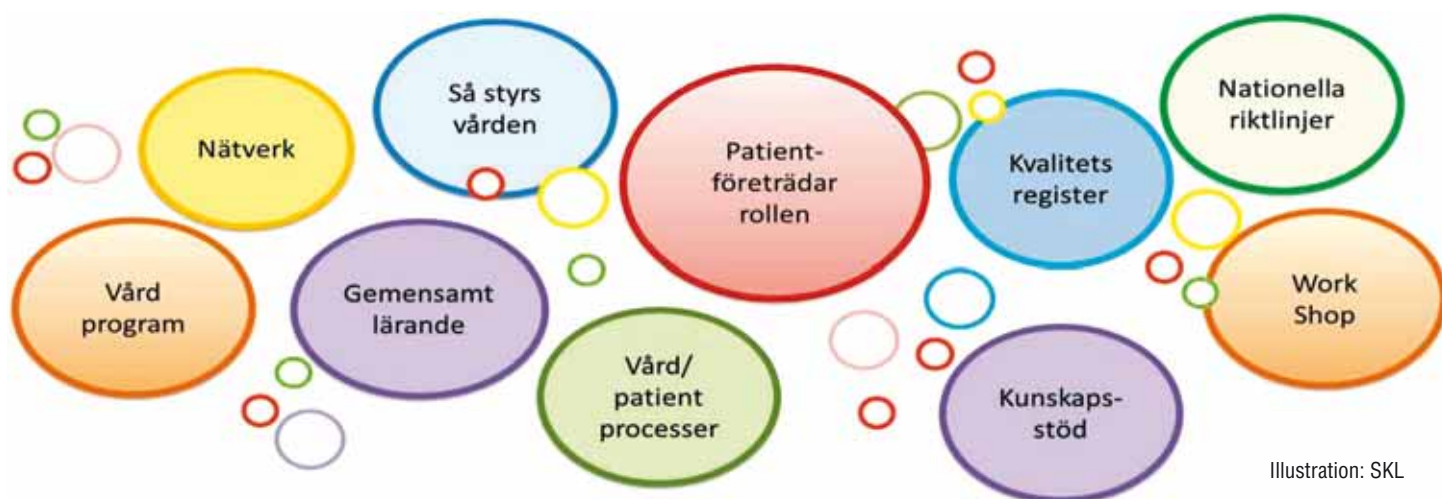


Illustration: SKL

VAD INNEBÄR DET att vara patientföreträdare och vad kan vi patienter bidra med för att göra vården bättre? Det var några av de frågor som diskuterades på den nationella utbildningen av patientföreträdare inom cancerområdet som hölls i december. Arrangörer var Regionala Cancercentrum och Sveriges Kommuner och Landsting.

Varför vill sjukvården ha patientmedverkan?

– Utvecklingen är på väg från att patienten är ett objekt i sjukvården till att patienten istället bemöts som ett subjekt, sa en av föreläsarna Calle Waller, representant från Prostataförbundet. Istället för att sätta patienten i fokus gäller det nu att också beakta patientens fokus. Det gamla, auktoritärt präglade förhållningssättet är inte längre gångbart. Dessutom finns det en ny och till-

talande insikt om att en välinformerad och aktivt medverkande patient tillgodogör sig vården bättre. Makten håller på att förflyttas och det innebär ett paradigmskifte för sjukvården.

VAD TILLFÖR VI som patientföreträdare? Enligt Calle Waller finns det tre nyttoaspekter att fundera över:

1. Nothing about us without us. När det kommer in patientrepresentanter i en grupp med professionsföreträdare, så påverkar det gruppen. Man talar inte om oss, man talar med oss. Ibland känns det stort och svårt för oss att gå med och vi drar oss för att göra det. Men det är viktigt att ta första steget. Många inspel kan göras, som inte kräver någon hög kunskapsnivå.

2. Hur bidrar vi till patientfokus i diskussionerna? Ett exempel är att doktorer ofta talar om hur de ska bli ännu bättre på det som de är jättebra på. Ur ett patientperspektiv är det viktigare att tala om det som inte alls är bra. Prioriteringar diskuteras ofta och där kan olika uppfattningar finnas. Likaså är vårdkedjan och väntetiderna särskilt viktiga.

3. Ett tredje mervärde är att de som medverkar som patientrepresentanter får insikter och kunskaper som kan tas tillvara.

CALLE WALLER avslutade med några råd till dig som är patientföreträdare:

- Tveka inte att ta på dig uppdraget för att du kan för lite. Redan din närvaro gör skillnad. Kunskapen kommer efterhand.

- Se dig som representant – inte bara för dig själv, utan för andra med samma diagnos.
- Samverka med förbund, förening och andra med samma roll.

KUNSKAP SOM STÖD

En rad föreläsare berättade om kunskapskällor som patientföreträdare kan ha god nytta av i sitt uppdrag.

Jesper Olsson, utvecklingsansvarig vid myndigheten Vårdanalys, talade om vikten av patientinflytande och vilka åtgärder som behövs för att förbättra patientens möjligheter att påverka sjukvården. Till exempel att gällande lagstiftning som syftar till att stärka patientens ställning måste efterlevas och att patienter och patientföreträdare ska involveras i beslut som berör sjukvårdens utveckling.

Vårdanalys genomför granskningar inom områden där det finns möjlighet att förbättra patienters hälsa, upplevda vårdkvalitet eller förtroende för vården.

– Vårdanalys rapporter är bra informationskällor för patientföreträdarens arbete. Förbättring sker inte av sig självt. Det är bara patienterna som ser helheten, sa Jesper Olsson.

PATIENTPROCESSEN ÄR CENTRAL
Stefan Rydén, Regionalt cancer-

centrum syd, beskrev den viktiga ramen för patientföreträdarens arbete, patientprocessen, som han liknade vid patientens hela "resa" från första symptom/kontakt till dess att vårdens resurser inte längre behövs.

En central uppgift för Regionalt cancercentrum syd är att utveckla cancervården utifrån patientens perspektiv genom ett mer patientprocessororienterat arbetssätt.

– Väl fungerande patientprocesser är den viktigaste förutsättningen för att nå målen för utveckling av cancervården. Patientprocesserna behöver förbättras och i det utvecklingsarbetet har patienten en viktig roll, sa Stefan Rydén.

Helena Brändström, Regionalt cancercentrum Uppsala Örebro och samordnare av nationella vårdprogram, framhöll att patientföreträdare kan hjälpa till att fokusera på de områden, som patienterna upplever som problematiska.

– Patientföreträdarna har en annan helhetssyn än vad den enskilde onkologen eller kirurgen har, sa Helena Brändström.

I MÖTET SKAPAS RESULTATEN

Per Fransson, forskare vid Umeå universitet, förklarade betydelsen av patientperspektiv i vårdens

kvalitetsregister. Dessa används för att löpande utvärdera och förbättra kvaliteten i vården. De startas av vårdprofessionella för att följa en patientgrupp över tid, göra jämförelser mellan enheter, utvärdera olika behandlingsmetoder och sprida ny kunskap.

– Det är i mötet mellan patienter, närstående och professioner som vårdens resultat skapas. Patienter och närstående är därmed centrala för vårdens resultat som medverkande i design, genomförande, beslut och utvärdering, betonade Per Fransson.

**Text: Carina Roxström,
medicinjournalist**



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



Kontakta

Inger Gidlund

0660-29 99 61

inger.gidlund@agrenshuset.se

 **ÅGRENSHUSET**

HÄR HITTAR DU MER INFORMATION:

www.cancercentrum.se

www.vardanalys.se

www.socialstyrelsen.se

www.kvalitetsregister.se

www.skl.se

Nordisk kongress

Mun- och Halscancerförbundet Sverige inbjuder sina nordiska grannländer till kongress i Visby 8–11 maj 2014



Entrén till hotellet

DEN 8 TILL OCH MED DEN 11 MAJ

2014 står Mun- och Halscancerförbundet i Sverige som arrangerar för den Nordiska kongressen som kommer att genomföras i Visby på Gotland. Vi kommer att bo på Strand Hotel som har alla bekvämligheter. Luncherna samt även två middagar intar vi i hotellets matsal. Vid receptionen finns ett unikt bibliotek där man efter väl förrättat värv kan koppla av på kvällen.

Alla dagarna utom den sista, vilken är avsatt till förbundets riksstämma, kommer att vara fyllda av aktiviteter. Bland aktiviteterna finns självklart många intressanta föreläsare, såsom Freddi Lewin, en erfaren onkolog. Han har varit såväl sektionschef som studierektor för specialistutbildningen i onkologi vid Onkologkliniken på Huddinge

Universitetssjukhus. Vidare har han varit överläkare vid universitetssjukhuset i Trondheim och länssjukhuset Ryhov i Jönköping, där han även fortsättningsvis kommer att vara kliniskt aktiv på deltid.

Till SentoClone AB kommer Freddi närmast från Swedish Match North Europe där han varit medicinskt ansvarig för utbildning och forskning kring snusets inverkan på folkhälsan. Freddi Lewin kommer tillsammans med professor Johan Wennerberg att genomföra två föreläsningar för oss den 9 maj.

Senare på dagen kommer samtliga deltagare att erbjudas en guidad stadsrundvandring i Visby med berättelse från medeltiden och framåt till nutid.

Dagen avslutas med att vi utbyter nordiska och internationella erfarenheter med varandra, hur vi i

framtiden kan utvidga samt fördjupa det internationella samarbetet och kunskapsutbytet. Vi kommer dag tre att ha en föreläsning av docent Mats Engström, förbundets förtroendeläkare, samt öron-näsa- och halssjuksköterskan Anna-Lena Tingström-Engström Öron- Näsa- och Halsmottagningen vid Läkarhuset i Uppsala.

På eftermiddagen kommer Beatrice Melin, chef för RCC Norr, att berätta om hur det ser ut och fungerar i regionen. Enligt henne kan det i framtiden bli så att vissa canceroperationer flyttas från Sollefteå till Sundsvall och Örnsköldsvik, andra enbart till Sundsvall. Rådet från Regionalt cancercentrum i Umeå är att bjuda något annat i gengäld. Man kan byta kirurgi med Sundsvall, säger Beatrice Melin. Enligt henne ökar cancersjukdo-

marna i snabb takt. Man räknar med en fördubbling av antalet fall till år 2040.

Cancer är tyvärr en vanlig sjukdom. En av tre drabbas av tumörsjukdom någon gång i livet, förklarar Beatrice Melin, som även är professor i onkologi vid Umeå Universitet. Mot den bakgrunden byggs regionala cancercentra upp i Sverige.

För Norrlands del är det RCC Norr som täcker in Norrbotten, Västerbotten, Västernorrland och Jämtland. Om norrlänningar drabbas mer av någon viss typ av cancer vet man inte säkert. Men Norrland särskiljer sig på ett sätt. Generellt har vi lite färre som insjuknar i cancer. Men de som insjuknar hos oss går det lite sämre för. Vi vet inte riktigt vad det beror på. RCC ska titta på det, så vi kan göra riktade insatser.

Just i Norrland väcks också oroliga frågor kring olyckan i Tjernoby 1986. Man oroas över om det radioaktiva nedfallet, som nu efter snart trettio år, visar sig i form av fler cancersjuka. En avhandling för ett antal år sedan visade på viss ökning. Men den var väldigt ifrågasatt. Mitt enkla svar är att det inte finns entydiga data som visar på ökad cancerförekomst. Finns det sådana frågor ur ett medborgarperspektiv måste vi fundera på om det är något som RCC ska titta på, säger Beatrice Melin.

VI I ARRANGÖRSGRUPPEN ser fram emot den nordiska kongressen med stora förväntningar på en spännande och intressant samt lärarik kongress.

Den Nordiska kongressen kommer att avslutas söndagen den 11 maj med att Mun- och Halscancerförbundet Sverige genomför sin årliga riksstämma.



Freddi Lewin

Vi som har fått uppdraget att arrangera samt planera denna Nordiska kongress är:

**Owe Persson,
Ordförande MHCF Norrland
Staffan Hagelin,
MHCF Kansli**



Joban Wennerberg



Mats Engström



Anna-Lena Tingström Engström



Hotellens reception



Beatrice Melin

Mulligatawny-soppan

Recept på mulligatawny-soppan som betjänten serverar grevinnan i TV-programmet "Grevinnan och betjänten" som återkommer varje nyårsafton strax efter klockan 19 på SVT 1.



Det här behöver man:

1 gul lök
1 äpple
1 potatis
1 morot
ett par vitlöksklyftor
1 burk krossade tomater
1 liter vatten
2 grönsaksbuljongtärningar
1 msk curry
2 msk olja

Gör så här:

Skala äpple, potatis, morot och lök. Skär i ganska små tärningar. Fräs i oljan ett par minuter under omrörning. Pressa sedan i vitlöksklyftorna och strö på curryn. Rör hela tiden. Efter ett par minuter håller du på tomaterna, vattnet och buljongtärningarna och låt allt koka upp. Skruva sedan ner värmen och så ska det sjuda i ca en halv timme. Mixa sedan och se till att soppan serveras riktigt varm.

Lycka till!
Viola

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

VIDARKLINIKEN – HELHETSSYN SOM GER LIVSKVALITET

Vidarkliniken bedriver kvalificerad vård och rehabilitering för patienter med cancer i alla stadier. Vi ger en vård som berör och som präglas av respekt för varje människa, dess unika behov och förmåga.

Vidarkliniken har avtal med flera landsting och regioner men tar även emot patienter genom andra finansieringsformer. Kontakta oss gärna för att veta vad som gäller för just dig. *Hjärtligt välkommen!*



VIDARKLINIKEN
EN UNIK KOMBINATION AV SKOLMEDICIN
OCH ANTROPOSOFISK LÄKEKONST

Tel 08-551 509 07 (inskrivning)
08-551 509 00 (växel)

www.vidarkliniken.se/sjukhus

Lucia

Luciafirande på kansliet



DEN 12 DECEMBER var det dags för Mun- & Halscancerförbundets styrelse att ha ett sammanträde på kansliet i Bergshamra. Samma dag hade även Prostatacancerförbundet kallat sin styrelse till sammanträde i våra gemensamma lokaler på Barks väg. Med då det finns gott om plats blev det lätt att samsas om utrymmena.

Då passade vi som arbetar på respektive förbunds kansli på att överraska alla ledamöter med ett litet luciatåg med luciasång och Staffan gjorde en rapp på Staffansvisan. Det var väl lite si och så med luciadräkter, men budskapet gick nog fram ändå till det flesta av åhörarna. Idén till framförandet växte fram under våra gemensamma luncher tillsammans med Prostatacancerförbundet, dock kunde Anette inte delta på grund av sjukdom.

TORSTEN TULLBERG gjorde direkt efter luciatåget, som en vise man med rökelse och myrra, en betraktelse om julens budskap, där Torsten tog sitt rökelse-kar till hjälp. Det var ett trevligt inslag. Naturligtvis bjöds det på kaffe, lussebullar, pepparkakor samt ett glas alkoholfri glögg.

VI SOM DELTOG i luciatåget var Emma Magnusson och Torsten Tullberg från Prostatacancerförbundet samt Kristina Henriksson och Staffan Hagelin från Mun- och Halscancerförbundet.

Text: Staffan Hagelin
Foto: Torsten Sundberg



Produkter som får det att vattnas i munnen

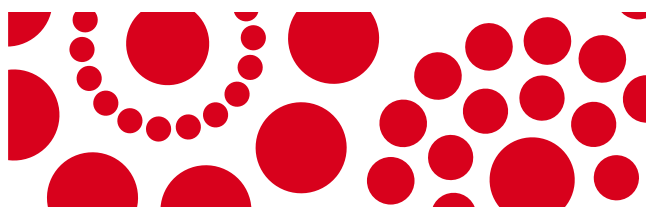
Många delar av livet tar vi för givet, som att tungan fuktar gommen eller att saliven strömmar till när maten står på bordet. Det är naturligt och vi gör det tills den dag kroppen slutar fungera som den ska. Då helt plötsligt kan en fuktig mun innebära ett rikare liv.

Det är för dessa tillfällen som Proxident tagit fram en serie med Munspray, Munfuktgel, Muntork och Tandkräm. Naturliga produkter som var och en för sig lindrar torra och känsliga munnar.

Tillsammans hjälper de oss att återerövra en del av livet som vi önskar vi kunde ta för givet.

Proxident
IN BETWEEN

Kontakta oss på tel 023-79 22 22 eller www.proxident.se



Ny serie

Föreningsbild

– en ny reportageserie

En viktig uppgift för vår tidning är att förmedla information mellan våra föreningar och försöka ge en bild av deras verksamhet. Vid de möten med lokalföreningarnas ordföranden som förbundet anordnar några gånger per år ges och tas information både från centralt och lokalt håll. Det är viktiga möten som bidrar till att hålla samman vår organisation. Men det är svårt att vid dessa ordförandeträffar mera ingående belysa verksamheterna. Därför kommer redaktionen då och då att presentera ett reportage från någon förening, kanske med lite mera fördjupning och ingående beskrivning än vad som är möjligt vid ordförandemötena. Först ut i den här reportageserien är Göteborgsföreningen. Att valet blev just Göteborg har sin förklaring. Den är den äldsta av våra föreningar och den bildade också en gång i tiden grunden för vårt förbund.



Gustav Andersson och Eric Slättberg. I bakgrunden Sahlgrenska sjukhuset där talpedagogen Marit Liljefors 1961 tog initiativet till en samtalsgrupp för laryngektomerade. Okänd fotograf.

GÖTEBORG

När vi ska presentera Göteborgsföreningen kan det vara skäl att göra en ordentlig tillbakablick, det rör sig ju om vår första förening som till och med kom till före vårt förbund.

Egentligen började det hela för mer än 50 år sedan, 1961, då en av talpedagogerna vid Sahlgrenska sjukhuset, Marit Liljefors, tog initiativet till en samtalsgrupp med laryngektomerade patienter och före detta patienter. Gruppen träffades en gång per vecka och tanken var att deltagarna skulle ge varandra stöd och också att skapa en gemenskap. Det fungerade bra men efterhand ville gruppen att deras samvaro skulle få en mera fast form och kanske en lite mera officiell framtoning. Resultatet blev att gruppdeltagarna 1965 bildade en förening, Göteborgs Laryngektomerades förening. Föreningens första ordförande var Gustaf Andersson och sekreterare blev Eric Slättberg.

Resultatet blev att gruppdeltagarna 1965 bildade en förening, Göteborgs Laryngektomerades förening. Föreningens första ordförande var Gustaf Andersson och sekreterare blev Eric Slättberg.

REDAN INNAN föreningen bildades hade man krav på att få röstgeneratorer kostnadsfritt. Då var det läkarna på öronavdelningen som drev kraven men så snart föreningen bildats skrev den till socialministern och det dröjde inte länge förrän röstgeneratorerna blev ett kostnadsfritt hjälpmedel. Ett annat område som redan från början hade hög prioritet var det nordiska samarbetet. Gruppen på Sahlgrenska sjukhuset fick gratis den danska laryngföreningens medlemsblad, "Ny Stemme",



*Göteborgsföreningens ordförande
Annika Ljungström.*

och man var inbjuden att delta i den danska föreningens årliga sammankomster.

Göteborgsföreningen, som under ett antal år var den enda föreningen för laryngektomerade, fick medlemmar i hela landet. Detta ledde till att en övergripande organisation, "Riksföreningen för laryngektomerade" bildades 1967.

EN DAG i början av februari år hade jag tillfälle att delta i ett föreningsmöte med Mun- och Halscancerföreningen i Göteborg. Jag var inbjuden av föreningens ordförande, Annika Ljungström, och syftet var att göra ett reportage från Göteborgsföreningen.



Kaffepaus



VID MÖTET I DAG deltog inte så många men som regel brukar omkring 20 medlemmar komma till mötena. Så ofta som varje månad anordnas ett föreningsmöte och innehållet varierar. Ibland handlar det mest om att träffas, dricka en kopp kaffe tillsammans och ha det trevligt. För många är det en trygghetsfaktor att på så sätt komma i kontakt med sina föreningskamrater.

VID ANDRA MÖTEN kan någon expert bjudas in för att informera om sitt specialområde, t ex en läkare, tandläkare, logoped eller dietist. Den kunskapen de förmedlar är värdefull för många medlemmar. Ibland arrangeras något extra, som nu senast en "julbordsresa" med färjan till Fredrikshavn. 2012 anordnade föreningen en rehabiliteringsresa till Turkiet. När det gäller rehabiliteringsresor i framtiden ser medlemmarna i Göteborg fram emot det förslag som den grupp som tillsatts av förbundsstyrelsen ska arbeta fram utifrån Laryngfondens beslut i frågan.

MED PÅ MEDLEMSMÖTET i dag var Gösta och Gullvi Jorhede. Gösta har under många år varit ordförande för Göteborgsföreningen och Gullvi har haft uppgiften som sekreterare.

GÖSTA BERÄTTADE att han blev medlem 1974 och då hade föreningen fortfarande sina möten på Sahlgrenska sjukhuset. Redan då träffades man så ofta som varje vecka. På den tiden var det enbart laryngektomerade och deras anhöriga som var medlemmar och de flesta av dem var bosatta i Göteborg även om en del också fanns på andra orter i Sverige.

Aktiviteterna var ganska lika de som är nu, man träffades och hade trevligt, fick information i olika frågor och ibland gjorde man utflykter och resor tillsammans. Då hette det Laryngföreningen men genom åren tillkom också medlemmar som haft andra cancersjukdomar i huvud- och halsområdet och som inte hade laryngektomerats.

Denna utveckling medförde att först förbundet och sedan efterhand lokalföreningarna en bit in på 2000-talet bytte namn till Mun- och Halscancerförbundet eller Mun- och

Halscancerföreningen. Gösta erinrade om den diskussion som var då, man tyckte att namnet Laryngförening var bra och att ordet cancer i föreningsnamnet skulle kunna verka skrämmande. Här invände några och menade att begreppet laryng var okänt för de allra flesta, det var inte många som visste var det stod för. Hur som helst, nu är namnet ändrat och de flesta tycker nog att det fungerar bra.

FÖRENINGEN HAR cirka 75 medlemmar, men borde nog kunna ha betydligt flera. Gränserna mot systerföreningarna är väl inte så strikta men i stort sett omfattar Göteborgsföreningens geografiska området Dalsland och Västra Götaland, alltså ett ganska stort befolkningsunderlag. Nya medlemmar får föreningen framför allt genom att tidningen Mun & Hals finns tillgänglig på vårdcentraler och olika sjukhuskliniker. Det förekommer också att personal på sjukhusen "tipsar" patienter om att föreningen finns.

Tidigare var flera medlemmar engagerade som "antirökinformatörer" i skolorna. En viktig uppgift som inte riktigt kunnat upprätthållas under senare år. Nu har dock Annika kontaktats av några skolelever som vill att någon från föreningen kommer till skolan och informerar om rökningens skadeverkningar.

Några medlemmar är patientinformatörer, dvs de besöker patienter inför en operation, främst laryngektomering, för att informera både om hur de själva upplevt behandlingen och hur deras liv sedan har påverkats.

BÅDE STYRELSEMÖTEN och medlemsmöten brukar hållas i Dalheimers hus, som drivs av Göteborgs stad (se bilden på tidningens omslag). Huset är anpassat för personer med fysiska funktionsnedsättningar och erbjuder i första hand stöd i form av daglig verksamhet, korttidsboende och friskvård men här kan också handikappföreningar hyra kontorslokaler och lokaler för mötesverksamhet.

VI BERÖRDE en del samverkansfrågor. Tillsammans med 43 andra föreningar i Göteborg är Mun- och



Gullvi och Gösta Jorbede



Mötesdeltagare

Halscancerföreningen medlem i HSO som bland annat erbjuder en hel del föreläsningar i olika aktuella ämnen. Samarbetet mellan Mun- och Halscancerföreningarna i södra och västra Sverige kan nog förbättras ytterligare och man är en god bit på väg. Tillsammans med Södra föreningen och med stöd av Laryngfonden anordnade Göteborgsföreningen i april förra året en tvådagarskonferens med många deltagare från båda föreningarna. Att

fortsätta på den vägen kan säkert bli värdefullt för alla, inte minst för föreningar som inte har så många medlemmar.

SLUTLIGEN, tack till Göteborgsföreningen för att ni tog emot mig och tack för den givande diskussionen vid hade.

Text och foto:
Ulf Jönson

Regionala CancerCentrum

RCC-möte

ANNIKA AXELSSON är samordningsansvarig för förbundets deltagande i de sex Regionala cancercentrum som har bildats i landet. Föreningarna har utsett de regionala representanterna och några gånger per år anordnar Annika ett gemensamt möte för att ge möjlighet till information och erfarenhetsutbyte.

I JANUARI träffades den här gruppen till ett möte på förbundskansliet i Solna. Från förbundet lämnade undertecknad en information om frågor som varit aktuella sedan det förra RCC-mötet. Här kom frågan om Laryngfondens nya regler för bidrag till rehabiliteringsresor att diskuteras och likaså berördes arbetet med de olika nationella programmen inom cancerområdet för individuella vårdplaner, vårdprogram för huvud och halscancer och vårdprogram för cancerrehabilitering.

I december förra året var cancerförbundens patientföreträdare i arbetet med de olika nationella programmen inbjudna till en tvådagarskonferens anordnad av Regionala Cancercentrum (RCC) och Sveriges kommuner och landsting (SKL). Flera av RCC-representanterna deltog i konferensen och kunde nu utbyta erfarenheter från den. Om själva konferensen kan du läsa mer på annan plats i tidningen.

OWE PERSSON är deltagare i RCC Norr och är där ordförande i patientrådet. Han berättade att patientrådet efter hand kommer att representeras i styrgruppen för regionens RCC och att en "nätverksdag" för kontaktsjuksköterskorna ska genomföras under medverkan av patientrådet. En fråga som har väckts är om anhöriga kan ingå i patientrådet. Frågan är än så länge obesvarad och vi hoppas på mer information längre fram. Owe upplyste också att patientrådet sam-



Från vänster: Annika Axelsson, Maj Gustavsson, Sven Lindström, Owe Persson, Kerstin Bengtsson, Annika Ljungström, Börje Adolfsson.

manställer en verksamhetsberättelse för det gångna året. Den kommer att lämnas till RCC:s styrgrupp och till förbundet.

MAJ GUSTAVSSON ingår i patientrådet inom RCC Uppsala/Örebro. Några av de frågor som diskuteras där är de problem de nya reglerna för tandvården skapat och svårigheterna för patienter att få kontakt med olika enheter inom hälso- och sjukvården. En förhoppning är att kontaktsjuksköterskorna ska kunna fungera som en förmedlare av dessa kontakter.

SVEN LINDSTRÖM OCH BÖRJE ADOLFSSON rapporterade från verksamheten inom RCC Sydöstra. Sven talade om en "fördjupningsdag" som genomförts för kontaktsjuksköterskor och vårdenhetschefer inom Ryhovs sjukhus. En av de frågor som togs upp var om kontaktsjuksköterskorna ska vara ombud även för patienternas barn. Vi fick också veta att två tjänster som lymf-terapeuter har inrättats vid Ryhovs sjukhus.

Börje Adolfsson upplyste att även

i RCC Sydöstra kommer patientrådet att ha representation i styrgruppen.

I mars kommer en konferens om aktuella frågor inom cancervården att genomföras i Kalmar.

ANNIKA LJUNGSTRÖM, som representerar RCC Väst, berättade att målen för verksamheten har fastställts och att en angelägen uppgift nu är att korta vårdtiderna.

ANNIKA AXELSSON, som förutom sin samordnaruppgift också är representant i RCC Syd, upplyste att ett möte med patientorganisationerna i Kronobergs län hållits kring utredningsförslaget om Nationell plan för cancerrehabilitering.

EN VIKTIG FRÅGA vid dagens möte var patientinformatörernas insatser för laryngektomerade patienter. Gruppen vill gärna se att den verksamheten utökas till att omfatta också patienter med andra diagnoser. Det är en fråga som vi säkert får anledning att återkomma till.

Text och foto: Ulf Jönson

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

Ni i föreningarna kan hjälpa redaktionen

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

Bidragen behöver inte handla
om vår funktionsnedsättning.

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

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

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 bil-
derna och gärna mellanrubriker.

**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

Hemsida: www.mhcforbundet.se



Mun- & Halscancerförbundet Läns och regionalföreningar med kontaktpersoner

Mun- & Halscancerföreningen Norrländ

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

PER TESTAD

Strandgatan 39, 276 60 Skillinge

Tel: 023-267 17, mobil: 0703-72 84 94

E-post: pertel136@gmail.com

Mun- & Halscancerföreningen Uppland

STAFFAN HAGELIN

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

Lerkärlsgatan 10, 723 51 Västerås

Tel: 021-41 74 76

E-post: kaarlo.vuolle@swipnet.se

Mun- & Halscancerföreningen Stockholms Län

GUNNAR SCHNEIDER

Fiskarstugan 1, 746 93 Bålsta

Tel&Fax: 0171-535 54, mobil: 0706-56 01 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

KENNETH DANFELTER

Middagsvägen 18, 302 59 Halmstad

Tel: 035-12 91 03, mobil: 0706-15 20 23

E-post: kenneth.danfelter@spray.se

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, STAFFAN HAGELIN

Barks väg 14, 170 73 Solna

Tel: 08-655 83 10

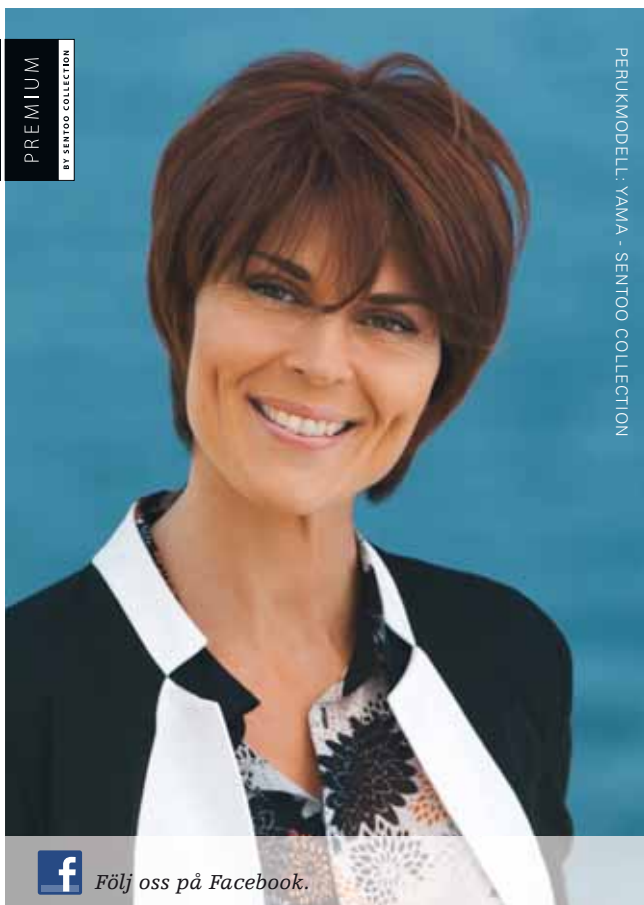
Fax: 08-655 46 10

E-post: kansli@mhcforbundet.se

Hemsida: www.mhcforbundet.se

PREMIUM
BY SENTOO COLLECTION

PERUKMODELL: YAMA - SENTOO COLLECTION



PERUKER & TURBANER

För bästa känsla och komfort.

Vi erbjuder ett stort utbud av peruker och turbanner i olika modeller och utförande. I vårt peruksortiment hittar du en mängd olika frisyrer, i material som stämmer väl överens med ett naturligt hår. Kontakta oss för fri konsultation. Varmt välkommen till Carl M Lundh!

CARL M LUNDH – BUTIKER & SALONGER:

Stockholm CML: Storg. 11, 08-545 66 800 Stockholm Perukshopen: Gamla Brog. 34, 08-20 10 06 Göteborg CML: Västra Hamng. 5, 031-10 23 80 Göteborg Salong Wivi: Sahlgrenska Sjukhuset, 031-342 17 17 Malmö CML: Kalendeg. 12, 040-733 20 Helsingborg CML: Karlsg. 1B, 042-14 30 00 Jönköping CML: Borgmästargränd 1 D, 036-15 02 70 Kalmar CML: Funkabatorget 1, 0480-268 30 Örebro USÖ: Universitets-sjukhuset, 019-14 83 63. Saknar du en salong där du bor? Ring 020-36 87 00.



Följ oss på Facebook.

LÄS MER PÅ:
carlmundh.se

PERUK
SHOPEN

CARL M. LUNDH
D.M.L. HAIRCENTER

POSTTIDNING B

Mun- & Halscancerförbundet

Barks väg 14

170 73 SOLNA

Växla mellan 3 olika Provox HME-filter

Efter en total laryngektomi försvinner näsans normala funktioner att filtrera, fukta och värma inandningsluften. Torr, kall och ofiltrerad luft går rakt ner i lungorna och kan få stora konsekvenser för lunghälsa och livskvalité genom tex ökad slemproduktion, hosta och sömnstörningar.

Provox® HME System™ fungerar som en konstgjord näsa. Inandningsluften renas, värms och återfuktas. HME- filtret fångar upp cirka 60 % av fukten i luftvägarna som annars skulle ha gått förlorad vid andning genom ett öppet trakeostoma.



Fördelar med att använda HME både dag och natt

Många användare upplever följande

- Minskad slemproduktion
- Minskad hosta
- Förbättrad lungfunktion
- Förbättrat tal
- Hygienisk tillstängning av stomat
- Förbättrad sömn och livskvalitet



Provox® XTRA Moist

Detta filter är framtaget för att behålla så mycket fukt som möjligt i luftvägarna. Samtidigt ger filtret något större andningsmotstånd. För de flesta patienter bör detta vara det "normala" filtret.

Provox® XTRA Flow

Detta filter är framtaget för att ge ett minskat andningsmotstånd, men samtidigt ha en god förmåga att behålla fukten i luftvägarna.

Provox® XTRA Flow kan vara lämplig att byta till vid fysisk aktivitet t ex raska promenader, löpning, gräsklippning samt andra aktiviteter.

Provox® Micron HME

Detta HME-filter kan användas för att ge ett ytterliggare skydd mot luftburna partiklar t ex pollen eller i smutsig stadsmiljö. Micron är en Provox HME kombinerat med ett högeffektivt elektrostatiskt filtermaterial. (≥99.8 % filtrering av bakterier, virus och pollen)

Alla Provox HME-filter kan och skall användas både dag och natt!

Tel: 0415-198 20 • kundtjänst@atosmedical.com • www.atosmedical.se

Atos Medicals produkter och expertis utvecklas i nära samarbete med ledande institutioner, läkare, forskare, logoped och patienter över hela världen. Alla fakta och argument bygger på resultat från kliniska studier. 1987 började Atos Medical utveckla den första Provox röstventilen. Vi har sedan dess arbetat intensivt för att utveckla Provox till att bli marknadens ledande system för röst- och lungrehabilitering. Vi fortsätter med att avsätta stora resurser på produktutveckling och utbildningsprogram inom öron- näs- och halsspecialiteten. Vi har ett tydligt mål: Atos Medical ska även i framtiden vara ledande inom hela detta specialistområde.

ATOS
MEDICAL
Leading the way in ENT