



Mun & Hals

NR 4 ■ DEC 2020

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



Mun & Hals

Årgång 46 ■ Nr 4 ■ 2020

MHCF

MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDET

KANSLI & REDAKTION

Barks Väg 14, 170 73 Solna
Tel. 08-655 83 10
E-post: kansli@mhcforbundet.se
Hemsida: www.mhcforbundet.se
Bankgiro: 5703-3573

ANSVARIG UTGIVARE

Owe Persson

REDAKTÖR

Ulf Jönson
E-post: ulfjonson@telia.com

MEDARBETARE I REDAKTIONEN

Gun Olsson
E-post: systergun@gmail.com
Jan-Erik Olsson
E-post: janerik.o48@gmail.com

FÖRBUNDSORDFÖRANDE

Owe Persson
Magasingatan 13, 903 27 Umeå
Tel. 090-19 10 32
Mobil 0703-92 63 15
E-post: owe.persson@umea.se

ISSN 2000-7477

GRAFISK FORM, TRYCK & DISTRIBUTION

Ågrenshuset, Bjästa



Omslagsfoto: JAN-ERIK OLSSON

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. 0923-156 70
E-post: info@laryngfonden.se
Hemsida: www.laryngfonden.se
Plusgiro: 91 82 58-5
Bankgiro: 5936-5338

INNEHÅLL

Redaktören har ordet	4
Riksstämman	6
Förbundsstyrelsen sammanträder på webben	6
I oktober hölls ett ordförandemöte	9
Mun- och halscancerdagen i Norge	9
Cancerpatienterna står mitt i stormen	10
Patientinformation till Min vårdplan	11
Webbinarium: Cancerrehabilitering – mer snack än verkstad	12
Mikrovaskulär lambå-kirurgi för tumör eller annan sjukdom i huvud-halsområdet	13
Aktuellt	14-15
Coronasäkert föreningsmöte i söder	16
Recept: Denna gången har jag bakat vörtlimpor	18
En medlem berättar...	19
Föreningssidor med information om kontaktpersonerna	22-23

NÄSTA NUMMER UTKOMMER I MARS 2021

■ MATERIALSTOPP TILL NR 1 ÄR 1 FEBRUARI

ANNONSER

Fahl Scandinavia AB	3
Atos Medical	5
Sunstar GUM® HYDRAL	7
Proxident	15
Carl M. Lundh	17
Atos Medical	24

► LEDAREN

Vi hade väl alla hoppats att Covid-19 pandemin skulle börja på att avklinga så här mot slutet av året, men tvärt emot våra önskningar och förhoppningar så ökar den i stället på ett mycket dramatiskt sätt runt om i världen. Drygt 45 miljoner människor är idag smittade och kurvan pekar brant uppåt på nya Covid-19 fall. I Sverige har särskilda förhållningsregler införts i många regioner och kommuner. Vi kan nu bara hoppas att sjukvården maktar med ännu en våg av pandemin.

Onsdagen den 21 oktober genomförde vi vår riksstäm-

ma digitalt. Mötesordförande för stämman var förre kommunalrådet i Umeå Lennart Holmlund. Hela stämman filmades digitalt och finns hos respektive ordförande för den eller de som är intresserade av att se den i efterhand.

Det blev en del förändringar i såväl förbundsstyrelse som i Laryngfondens styrelse. Så jag vill här passa på att hälsa alla nyvalda samt även de omvalda varmt välkomna till Mun- & Halscancerförbundets styrelse. Jag ser fram emot att vi så snart som möjligheten ges att kunna träffas fysiskt och

starta upp vårt viktiga arbete för medlemmarna och dess anhängiga.

Det kändes lite konstigt att så här i slutet på året anta och besluta om en budget och verksamhetsplan som förbundsstyrelsen fastställde i februari månad. Självklart kommer förbundet inte att kunna leva upp till vare sig verksamhetsplanen eller rambudgeten för verksamhetsåret 2020 och detta beror helt och hållet på Covid-19 pandemin.

Med dessa ord avslutar jag denna ledare och hoppas att vi alla inom en snar framtid kan umgås på ett mera fysiskt

och socialt sätt. Jag vill också passa på att önska er alla en riktigt God Jul samt Ett Gott Nytt År och var rädda om varandra samt ta hand om varandra. ■



OWE PERSSON
FÖRBUNDSORDFÖRANDE
MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDET

NY

LARYVOX® PRODUKTER

BEKVÄMT SYSTEM FÖR LARYNGEKTOMERADE



LARYVOX® PAD CONNECT

Självhäftande silikondyna för att utjämna nivån på ett oregelbundet och djupt trakeostoma.



LARYNGOTEC® PRO

Trakeostomitub för långtids bruk. Den koniska formen tätar trakeostomat optimalt i kombination med en tubhållare.



LARYVOX® SIMPLY FIX

Självhäftande och justerbar hållare för säker fixering av trakeostomitub.



Fyll i svarstalongen för mer info.

- JA, jag är intresserad av ett personligt och icke-bindande rådgivande samtal och vill bli kontaktad av firman FAHL SCANDINAVIA AB.
- JA, jag är intresserad av ytterligare information och vill bli kontaktad.

FAHL SCANDINAVIA AB

Building 301 Medicon Village, 223 81 Lund · Phone: 046-2873790
Sweden · www.fahl-scandinavia.se · www.fahl-medizintechnik.de/sv

Namn	Vårdgivare namn
Adress	Titel
Postnr/Ort	Sjukhus
E-post	E-post
Telefon	Telefon
Datum/namnteckning	



046 - 2873790



info@fahl-scandinavia.se

Jag godkänner att de uppgifter jag har angivit får sparas, behandlas och användas av företaget FAHL SCANDINAVIA AB för reklam per post, e-post eller telefon samt för marknadsundersökning. Samförståndsfriskrivningen är frivillig och kan återkallas när som helst genom att du skickar ett e-post till info@fahl-scandinavia.de eller brev till FAHL SCANDINAVIA AB, Building 301 Medicon Village 223 81 Lund.

► REDAKTÖREN HAR ORDET

För första gången har Riksstämman genomförts på nätet.

Man kan väl säga att nyhetsflödet ända sedan mars i år har dominerats av coronapandemins utbredning och dess konsekvenser.

Mycket annat har kommit i skymundan.

Kanske framför allt vård och behandling av andra sjukdomar – det har uppstått en vårdskuld. Denna skrev vi om en del i förra numret av Mun&Hals. Under sommaren och hösten, när allt färre behövde vård på grund av covid-19, kom signaler om att den uppskjutna vården av andra sjukdomar ökar igen om än i varierande grad i regionerna. Tyvärr har covid-19 under sena hösten åter igen tagit fart. Därför måste vi fortsätta att följa Folkhälso-

myndighetens rekommendationer: Håll avstånd, Tvätta händerna ofta, Hosta och nys i armvecket, Undvik röra ögon, näsa och mun, Stanna hemma när du är sjuk.

Föreningslivet går fortfarande på sparlåga även om olika möten på nätet har kommit igång. Det rör sig om konferenser av olika slag och vår styrelse som genomför sina möten på nätet. Som framgår på annan plats i tidningen har för första gången Riksstämman genomförts på nätet, vilket fungerade riktigt bra. På grund av de rådande omständigheterna blev årets stämma kraftigt försenad men med nya grepp och principer kunde den ändå hållas.

Nu har snart också året

2020 gått till ända. Det har inte liknat något annat år vi har upplevt. Även om de restriktioner och annat som lagt en hemska på verksamheten har börjat luckras upp kan vi nog inte hoppas att allt återgår läget som var före pandamin. Formerna för vår verksamhet kommer sannolikt att förändras, på gott och ont, och detta kommer nog att gälla under många år.

Slutligen tillönskas alla läsare av vår tidning en God Jul och ett Gott Nytt År en önskan som också riktas till tidningens annonsörer och medarbetare. ■

ULF JÖNSON
redaktör



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

”Frihet för mig är att kunna prata fritt och må bra.”

Att genomgå en total laryngektomi kan vara en svår, omvälvande och livsförändrande upplevelse.

Men det är fullt möjligt att fortsätta leva sitt liv nästan som förr. Med den övertygelsen har Atos Medical i tre decennier utvecklat, förfinat och tillverkat svenska kvalitetsprodukter för personer som andas genom ett stoma.

Om du vill veta mer om våra produkter, kontakta vår kundtjänst.
Tel. 0415-198 20
Email: kundtjanst@atosmedical.com
www.atosmedical.se

© Atos Medical AB, Sweden.

Atos
Breathing-Speaking-Living
atosmedical.com

RIKSSTÄMMAN

TEXT ULF JÖNSON

Så genomfördes då riksstämman den 21 oktober, inte på Nova Park i Knivsta som vi blivit vana vid, utan över webben. Den här riksstämman blev inte som någon annan utan koncentrerades helt på årsmötesförhandlingarna som måste genomföras för den fortsatta verksamheten. Stämman hölls över en dag, det var inga föreläsningar utan den koncentrerades helt till de formella besluten.

Beroende på medlemsantalet kan varje förening utse upptill fem ombud till Riksstämman. För att kunna genomföra stämman på ett hanterligt sätt utsåg denna gång varje förening ett ombud (elva föreningar). Varje ombud förfogade sedan över det antal röster som föreningens medlemsantal gav underlag för.

Till ordförande för stämman valdes Lennart Holmlund från Umeå och stämosekreterare var Ulf Jönson. Dagordningen tog upp de vanliga punkterna för ett årsmöte med genomgång av verksamhet och ekonomi under det gångna året och

de planer som finns för nästa verksamhetsår. När det gällde styrelsens sammansättning skedde en del förändringar. Den nya styrelsen har följande sammansättning:

Ordförande Owe Persson, **kassör** Halvor Eriksson. **Ledamöter** är Ulf Jönson, Tony Nilsson, Eva Knuts Eriksson, Yvonne Rosendahl och Helga Stollenwerk. Elsy Samuelsson, Tim Lundgren och Svante Wikström är suppleanter.

En fråga som ledde till diskussion var styrelsens förslag när det gällde hedersmedlemmar. Enligt de regler som gällde sedan tidigare var hedersmedlem befriad från medlemsavgifter, vilket sty-

relsen föreslog skulle slopas. Mot förslaget fanns en reservation och vid omröstning visade det sig att styrelsens förslag inte antogs av stämman. Hedersmedlemmar är alltså befriade från medlemsavgift även i framtiden.

Ett annat förslag från styrelsen, att ledamöternas arvoden skulle delas i två delar, en fast och en rörlig som är beroende av närvaro vid styrelsens sammanträden, antogs dock av stämman. ■

FÖRBUNDSSTYRELSEN SAMMANTRÄDER PÅ WEBBEN

TEXT ULF JÖNSON

Fram till mars i år var förbundsstyrelsens möten "fysiska" dvs ledamöterna samlades till mötet. När så pandemin drabbade oss kunde sådana möten inte längre genomföras utan nu fick det bli via datorn, på webben. Både arbetsutskottet och styrelsen har hållit flera webbmöten. I november, efter Riksstämman, hade styrelsen sitt konstituerande sammanträde då vice ordförande (Tony Nilsson) och sekreterare (Ulf Jönson) utsågs och även studie- och reseansvarig (Sigbritt Edström, Tim Lundgren och Ylva Rosendahl) och ledamöterna i arbetsutskottet (Owe Persson, Tony Nilsson, Halvor Eriksson och Ulf Jönson). ■

*God Jul &
Gott Nytt År*

önskar
Kanslipersonal och Mun- & Halsredaktionen

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

DET FINNS INGET SOM HETER "känsligt tandkött"



Tandhygienisterna Ann-Charlotte (Lotta) Klang och Elena Mondini Friman driver praktiken Din tandhygienist i Helsingborg. Mångårigt arbete med munhälsa har gett dem stor kunskap om tandköttproblem, som drabbar en stor del av befolkningen någon gång i livet.

Hur märker ni att patienter drabbats av problem med tandköttet?

- Patienten har nästan alltid blödande och svullet rött tandkött, ett säkert tecken på tandköttinflammation. Liksom dålig andedräft, säger Elena.
- Vi hör ofta patienter säga att de har känsligt tandkött när det blöder i tandköttet, men det finns inget som heter så! Blödande tandkött är nästan alltid inflammation, säger Lotta.

Vilka drabbas av tandköttproblem och hur vanligt är det?

– Alla kan drabbas, men vi möter ofta patienter som är 30 och uppåt som drabbats. Jag tror tyvärr att många går runt med tandköttinflammation utan att vara medvetna om det, säger Elena.

Vad kan tandköttproblem bero på?

– Det kan finnas många orsaker. Ålder, dålig munhygien, stress, rökning, ärftliga faktorer, nedsatt immunförsvaret, graviditet och hormonförändringar exempelvis, förklarar Lotta.

Varför är det viktigt att sköta tandköttet?

– För att undvika att få dessa problem och att de utvecklas vidare. Vi har ju bara en uppsättning tänder, dem ska man vara rädd om.

Hur kommer ni tillrätta med besvären?

– Först behöver patienten en professionell rengöring och sedan sätter vi in daglig användning av tandkrämen GUM Paroex, som vi ser fungerar bra, säger Elena.

Varför fungerar just GUM Paroex tror ni?

– Det är de antibakteriella substanserna (CPC och CHX) som tandkrämen innehåller, som motverkar plackbildning och stärker tandköttet.

4 TECKEN PÅ ATT DU HAR TANDKÖTTSPROBLEM

- Tandköttet är ömt och rött
- Det blöder vid tandborstning
- Tandköttet svullnar
- Dålig andedräft

Du är inte ensam!

6 av 10
SVENSKAR LIDER AV
tandköttproblem

*Källa: "Svenska folkets
munvårdsvanor" (Sifo, 2015)*

VAD SKA MAN GÖRA VID SYMPTOM PÅ TANDKÖTTSPROBLEM?



• Använd en mjuk tandborste.



• Borsta tänderna med en bra tandkräm framtagen för tandköttproblem.



• Använd tandtråd eller tandstickor för utrymmet mellan tänderna.



GUM Sverige



gumsverige

SunstarGUM.se



I OKTOBER HÖLLS ETT ORDFÖRANDEMÖTE

TEXT ULF JÖNSON

Som regel brukar två ordförandemöten genomföras varje år. Någon av våra elva föreningar brukar vara värd och ordförandena träffas då på hemmaplan hos den föreningen. Under rådande tider har denna trevliga tradition inte kunnat upprätthållas utan ordförandemötet som hölls den 8 oktober blev också det ett webb-möte.

Mötet inleddes med en del allmänna frågor och informationer. Bland annat var det en diskussion om formerna för förbundsstyrelsens fortsatta arbete och där kunde man konstatera att det inte fanns något alternativ till att ha mötena på webben även i fortsättningen. Det gäller så länge risken för smitta av coronaviruset finns kvar.

Ordförandemötet kunde hälsa två nytilträdna ordföranden välkomna, Södra föreningens Gun Olsson och Barbro Pettersson ordförande i föreningen Värmland/Örebro.

Staffan Hagelin Gille lämnade en information om arbetet med reformering av förbundets hemsida. Förslaget beräknas vara klart att redovisa på nästa styrelsemöte.

Så fick vi också en liten presentation från föreningarna.

Man kunde konstatera att på samma sätt som på förbunds nivå har verksamheten mer eller mindre gått på sparlåga.

Några föreningar hann hålla sina årsmöten på traditionellt sätt i våras innan pandemin bröt ut medan andra haft årsmöten på webben. Visserligen har några lyckats

genomföra medlemsmöten men i de flesta fall har man fått ställa in. Styrelsemöten via nätet har dock de flesta föreningar lyckats genomföra.

Våra möten blir av naturliga skäl inte lika innehållsrika som när de hålls "fysiskt" men med tilltagande rutin och vana kan nog också webbmötena utvecklas en bit till. ■

MUN- OCH HALSCANCERDAGEN I NORGE

TEXT ULF JÖNSON

Kreftforeningen i Norge är en paraplyorganisation för cancerföreningarna i landet. Föreningen anordnar årligen en hel vecka då de olika cancerorganisationerna informerar om forskningsläget inom sitt respektive område. Inom denna ram har Munn- och halskreftforeningen sedan 2016 årligen anordnat en nationell dag med information från olika specialister. I år genomfördes konferensen på webben.

Här är några axplock av vad som behandlades.

Åse Bratland, överläkare från universitetssjukhuset i Oslo, informerade om senaste nytt när det gäller behandlingen av mun- och halscancer.

Överläkaren **Hanne Tøndel**, St Olavs hospital, talade om sena biverkningar av behand-

lingen och professor **Susanne Kjær** informerade om erfarenheterna i Danmark kring vaccination mot HPV-virus.

Bente Brokstad Herlofson, professor vid odontologiska fakulteten, universitetet i Oslo, tog upp frågan om tandläkarens möjligheter att upptäcka mun- och halscancer.

Överläkaren **Daniel Heinrich** vid Akershus universitetssjukhus talade om nya behandlingsmetoder inom cancerbehandling i Norge.

Slutligen tog tidigare generalsekreteraren i Kreftforeningen **Anne Lise Ryel** upp frågan om cancerpatienternas rättigheter och möjligheter, förr och nu.

Att experter och forskare möts i ett gemensamt forum som Munn- och Halskreftdagen i Norge är säkerligen värdefullt både för ömsesidig information och för utveckling av cancervården. ■

CANCERPATIENTERNA STÅR MITT I STORMEN

TEXT **ULRIKA ÅREHED KÅGSTRÖM**, GENERALSEKRETERARE CANCERFONDEN

Coronapandemin drar fram över världen. Samhällen stänger ner och alla drabbas på ett eller annat sätt. Hårdast slår viruset mot de redan utsatta. Äldre, men också människor med ned-satt immunförsvar. Människor som är helt beroende av en välfungerande sjukvård. Stormen är här, har det sagts. Mitt i den stormen står cancerpatienterna.



Ulrika Årehed Kågström, generalsekreterare Cancerfonden. Foto: Andrea Björzell

Patienter som är diagnostiserade med cancer och är under behandling eller som nyligen avslutat sin behandling bör betrakta sig som tillhörande riskgrupp, även om undantag finns. Just nu handlar nästan alla frågor till Cancerlinjen om detta.

Oron hos cancerpatienter

och deras närstående är stor. Hur farligt är det om jag blir smittad? Jag är över 70, vågar jag åka till sjukhuset för min behandling? Min partner har cancer, kan jag fortsätta bo hemma med honom eller henne? Frågorna är många. En redan utsatt situation har blivit nästan desperat.

Även cancerpatienter som inte blir smittade drabbas när sjukvården tvingas ställa om så att tillgängligheten påverkas, behandlingar skjuts upp och screeningprogram pausas. Och mycket tyder på att vi ännu bara är i början

av krisen. Om någon sagt till mig att jag 2020 skulle bevittna fältsjukhus i Sverige hade jag trott de levde i en science fiction-fantasi. Det är inget mindre än krigsliknande förhållanden som vården nu rustar för.

Vi stärker upp Cancerlinjen för att avlasta 1177 Vårdguiden.

Cancerfonden står i kontakt med företrädare för vården och följer cancervårdens utveckling runt om i landet. Vårt fokus är att bevaka så att cancerpatienter får bästa möjliga vård under omständigheterna. Vi stärker upp Cancerlinjen för att kunna svara på alla frågor och avlasta 1177 Vårdguiden.

Mitt i allt detta kan jag inte låta bli att känna hopp. Det är en strimma av hopp som kommer från min kännedom om de som verkar inom svensk sjukvård. Efter att ha följt cancervården på nära

håll vet jag vad Sveriges vårdpersonal är kapabla till.

Vi ska följa myndigheternas rekommendationer. För cancerpatienternas och cancervårdens skull.

Det är tuffa villkor som de tvingas arbeta under nu, men de kommer att ta oss igenom det här. Och när de gör

det vill jag att vi visar dem tacksamhet på riktigt. I ord och applåder absolut, men också i form av handling som gör vården till en attraktiv arbetsgivare.

Till dess kan vi alla göra en sak. Vi ska följa myndigheternas rekommendationer. För cancerpatienternas och cancervårdens skull. ■



PATIENTINFORMATION TILL MIN VÅRDPLAN

TEXT GUN OLSSON BILD FRÅN RCC STOCKHOLM GOTLAND

Alla patienter med cancer bör ha tillgång till en vårdplan. Begreppet **Min vårdplan** myntades för att den bör skapas **med** och **för** patienten. Delaktighet och trygghet är ledord för min vårdplan. Min vårdplan kommer att finnas både som pappersversion och som digital version via 1177 vårdguiden.

Till min vårdplan ska en nationell patientinformation anpassas till respektive cancerdiagnos. Olika arbetsgrupper deltar nationellt i detta arbete. Huvud Halscancer är med i första omgången av detta arbete. I arbetsgruppen finns deltagare från professionen men även två patientrepresentanter. Övriga diagnoser är tjock och ändtarmscancer, prostatacancer, bröstcancer, gynekologisk cancer urinblåsecancer samt tumörer i centrala nervsystemet.

Syftet med min vårdplan är att ge en tydlig information och stöd inte bara till patienten utan även till närstående. I den digitala versionen av min vårdplan kommer det att förutom informationsavsnittet även att finnas en meddelandefunktion. Denna funktion innebär ett nytt sätt att kommunicera och man slipper passa telefontider. Du som patient får direktkontakt med din kontaktsjuksköterska som kan ge svar när tid finns för detta. Dessutom

Min vårdplan cancer



Patienten kan:

- ta del av information
- svara på formulär
- göra skattningar
- kommunicera via meddelanden
- ta del av individuella egenråd

Kontaktsjuksköterskan kan:

- skapa individuell vårdplan för patienten
- svara på meddelanden eller ringa upp

**Tidslinje visar aktiviteter som MDK, operation, återbesök.
Syns för både patienten och kontaktsjuksköterskan.**

finns det möjlighet att lägga in en aktivitetsplan t.ex. en viktkurva som både patient och kontaktsjuksköterska kan följa.

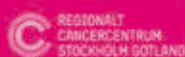
Efter avslutad behandling ska min vårdplan bl.a. innehålla rehabiliteringsplan, information om vad man som patient kan göra själv, information om fortsatt uppföljning och vad som är viktigt att tänka på.

Tanken med min vårdplan är att patienter med cancer och närstående ska få jämlik information oavsett var man bor.

Min vårdplan nås via 1177 och kan således följa med patienten mellan olika vårdenheter.

För dig som önskar mer information kan söka detta via: "Digital min vårdplan cancer via 1177 Vårdguiden – ett nationellt initiativ". ■

Källa: Cancercentrum.se



WEBBINARIUM: CANCERREHABILITERING – MER SNACK ÄN VERKSTAD

TEXT GUN OLSSON

Den 17/11 sände Regionala cancercentrum i samverkan sitt andra webinarium för året. Under webinariet fanns möjlighet att ställa frågor.

De som medverkade var

Carina Mannefred, socionom och utvecklingsledare, Regionalt cancercentrum väst.

Else-Marie Rasmusson, onkologisjuksköterska och sexolog, Regionalt cancercentrum syd.

Emelie Ogenhag, Leine Persson Johansson båda patientrepresentanter.

Gunnar Eckerdal, överläkare, Sahlgrenska Universitetssjukhuset.

Gunnar Eckerdal, inledde genom att berätta om att cancervården gör stora framsteg, fler botas och fler överlever sin cancerdiagnos. Men patienterna vill inte bara överleva utan leva med god

kvalitet. Detta innebär ett ökat krav på rehabilitering.

Ett uppdaterat nationellt vårdprogram för cancerrehabilitering har varit ute på remiss och väntas bli fastställt vid årsskiftet. I webinariet talades om viktiga nyheter i vårdprogrammet:

- Systematiskt kartläggning av rehabiliteringsbehoven
- Vårdteamet ska bli bättre på att arbeta tillsammans med patienter och närstående
- Sexuell hälsa, hur det påverkas av cancerbehandling.

Else-Marie Rasmusson som är sexolog och onkologisjuksköterska berättade om patienter som avstår närhet

och intimitet under cancerbehandling eftersom vården inte är tillräckligt tydlig. Hon menade att lika viktigt som att använda ett hälsokattningsformulär är det att använda en checklista för sexuell hälsa.

I programmet belyses också prehabilitering

Det är viktigt att ta vara på tiden mellan diagnos och till behandlingen startar. Kan man under denna tid vara fysiskt aktiv, få kuratorstöd, träffa en medpatient och sluta röka är det faktorer som påverkar behandlingsresultatet och innebär också en kortare vårdtid.

En av patientrepresentanterna berättade om kraftens hus i Borås som är en mötesplats för personer med olika cancerdiagnoser. Annat som talades om var utökat samarbete med patientföreningarna och patientföreträdare. Ge mer stöd och samarbete mer med närstående.

Webbinariet går att lyssna på i efterhand.

Det nya nationella vårdprogrammet (NVP) Cancerrehabilitering som har varit ute på remiss finns att läsa på: www.cancercentrum.se/NVPPremiss ■

Källa: www.cancercentrum.se





MIKROVASKULÄR LAMBÅ-KIRURGI FÖR TUMÖR ELLER ANNAN SJUKDOM I HUVUD-HALSOMRÅDET

ANNONS

Har Du eller någon nära anhörig genomgått så kallad mikrovaskulär lambåkirurgi för tumör eller annan sjukdom i huvud-halsområdet vid Skånes Universitetssjukhus i Lund under åren 1989-2019?

I så fall ämnar vi undersöka Dig/Din anhörigs patientjournaler som del av en forskningsstudie. (Detta gäller ej patienter med sekretesskydd på journalen.)

Varför görs studien?

Mikrovaskulär lambåkirurgi är mycket komplicerad och

vårdförloppet, ofta med efterföljande strålbehandling, är långt och krävande. Dessutom finns risk för komplikationer, som problem med blodförsörjning till den transplanterade vävnaden, infektioner och hjärtpåverkan. Tidigare studier tyder på att patienter med till exempel hjärt- och lungsjukdomar har ökad risk för detta, men att förutse exakt vem som kommer att drabbas, och därigenom kunna försöka förebygga komplikationerna, är i nuläget svårt.

Målsättning:

I ett forskningsprojekt vid Lunds universitet studeras nu kopplingar mellan sjukdomar som funnits innan operatio-

nen, och komplikationer efter operationen. För att göra dessa analyser samlas journaldata in från alla patienter som genomgått den aktuella operationen på Skånes Universitetssjukhus i Lund under åren 1989-2018.

Skydd av personuppgifter:

Forskningsprojektet är godkänt av Etikprövningsnämnden vid Lunds universitet (diarienummer 2019-02011) och Region Skånes Samrådsgrupp för kvalitetsregister, vårddatabaser och beredning (KVB). All data lagras och arkiveras i enlighet med GDPR och övriga gängse rutiner för hantering av forskningsdata vid Lunds universitet, och resultaten kommer endast

att presenteras på gruppnivå, vilket innebär att enskilda individer inte kommer att kunna identifieras.

Att delta i projektet är helt frivilligt. Det innebär inga risker eller ytterligare insatser från Dig. Om Du har frågor om forskningsprojektet, eller om Du genomgått den aktuella operationen och inte vill att Dina uppgifter ska ingå i undersökningen är Du välkommen att kontakta:

Karolina Persson, specialistläkare vid Verksamhetsområde Anestesi- och intensivvård, Skånes Universitetssjukhus Lund och doktorand vid Lunds universitet, via epost: karolina.persson@med.lu.se ■

▶ FAMILJEISOLERING

Folkhälsoinstitutet har meddelat att från och med den 1 oktober gäller "familjeisolering" för personer som bor tillsammans med någon som smittats av covid-19. Det innebär att den som inte är sjuk och bor tillsammans med någon som smittats ska hålla sig hemma i sju dagar och testas efter fem dagar. Men detta gäller inte barn i förskole- eller grundskoleåldern. Detta gäller inte heller för den som testats positivt eller har påvisat antikroppar inom en sexmånadersperiod.

Källa: Folkhälsomyndigheten

▶ FÄRRE HAR BESÖKT TANDVÅRDEN UNDER PANDEMIN

Tandvården har påverkats kraftigt under pandemin. Även om en återhämtning skett efter sommaren har totalt sett färre besökt tandvården. Minskningen gäller främst äldre men skillnader syns även sett till kön, inkomst och mellan regioner.

Enligt en ny analysrapport från Socialstyrelsen finns en risk för uppdämda vårdbehov inom tandvården, särskilt för äldre och de med sämre tandhälsa.

Under pandemins början minskade antalet besökare inom tandvården kraftigt i alla åldersgrupper. Främst sjönk antalet besökare bland dem 70 år och äldre – med cirka 75 procent. Enligt Socialstyrelsens nya analysrapport, som bygger på statistik från vecka 2 till 37 i år, är det framförallt regelbundna undersökningar som minskat. Efter sommaren och semestern har det totala antalet besökare ökat igen.

– Men antalet besökare ligger fortfarande något under normalnivåer. I vecka 37 låg till exempel besöksnivån bland de 70 år och äldre på 84 procent av 2019 års nivå, säger Álfheidur Ástvaldsdóttir, odontologiskt sakkunnig vid Socialstyrelsen.

Skillnad i vilka som besökt tandvård

Det finns också skillnader i vilka som sökt tandvård under perioden. Exempelvis minskade antalet kvinnor som besökte tandvården något mer än antalet män i början på pandemin. Inkomst och utbildningsnivå har också spelat roll enligt analysen.

– Till exempel har personer 70 år och äldre med gymnasial utbildning minskat sina besök mer än de i samma ålder med annan utbildningsbakgrund. Vi ser också att bland de med lägre inkomst har regelbundna undersökningar minskat mer än bland de med högre

▶ VACCINATIONSREGISTRET FÖRELÅS OMFATTA COVID-19

Socialdepartementet föreslår att den vårdgivare som ansvarar för en vaccinering mot covid-19 ska lämna uppgifter om detta till det nationella vaccinationsregistret. Förslaget sänds nu ut på remiss. Med detta förslag möjliggörs en effektiv uppföljning av vaccinationstäckningen hos befolkningen samtidigt som det kan användas som underlag för planering av ett fortsatt vaccinationsarbete.

Förslaget föreslås träda i kraft den 1 januari 2021.

Källa: Pressmeddelande från Socialdepartementet

inkomst. Även det syns tydligast bland äldre, säger Álfheidur Ástvaldsdóttir.

Analysen visar att de personer som besökt tandvården under pandemin generellt hade en bättre tandhälsa än besökarna i samma period föregående år.

– Detta kan bero på att personer med sämre tandhälsa i en del fall även har en sämre allmän hälsa, vilket i sin tur kan ha bidragit till att man avstått besök.

Skillnader mellan regionerna

Det finns också regionala skillnader när det gäller antalet regelbundna undersökningar om man jämför vecka 2-37 2020 med samma period 2019. I privattandvården låg antalet regelbundna undersökningar i regionerna under 2020 på mellan 68 procent och 89 procent av 2019 års nivå. I folktandvården är de regionala skillnaderna ännu tydligare, i exempelvis Östergötland har man 2020 utfört 39 procent av det antal undersökningar som utfördes år 2019, och Dalarna 41 procent, medan det i Södermanland och Örebro utförts fler regelbundna undersökningar än 2019.

– Det är oklart vad de regionala skillnaderna beror på. I en tidigare analys som kom i juni konstaterade vi att det bland annat kunde bero på de omfattande nedstängningar som gjorts inom främst folktandvården, säger Álfheidur Ástvaldsdóttir.

Totalt visar analysen att betydligt färre regelbundna undersökningar utförts under 2020 än 2019, både inom folktandvård och inom privattandvård.

– Resultaten tyder sammanlagt på att det kan finnas en risk för uppdämda vårdbehov i vissa regioner och i vissa patientgrupper, som exempelvis äldre, de med sämre socioekonomiska förutsättningar och de med sämre tandhälsa. Detta är något Socialstyrelsen kommer att fortsätta att följa framöver.

Källa: Socialstyrelsens nyhetsbrev

► 100 MILJONER TILL STÄRKT CANCERVÅRD

Regeringen föreslår i budgetpropositionen för 2021 att cancervården stärks genom en ökning med 100 miljoner kronor per år 2021–2023. Regeringens satsning för att stärka cancervården uppgår därmed till 600 miljoner kronor per år 2021–2023. Förslaget bygger på en överenskommelse mellan regeringspartierna, Centerpartiet och Liberalerna. Cancervården är ett av många områden som har påverkats under hanteringen av covid-19. Flera verksamheter rapporterar lägre antal fall av nydiagnostiserad cancer och färre patienter som söker vård för symtom som kan bero på cancer. Regeringen ser därför behov av att ytterligare stärka cancervården. Tillgängligheten, kvaliteten och jämlikheten i cancervården ska öka, och de regionala skillnaderna minska. Områden som särskilt ska prioriteras under 2021 är tidig upptäckt av cancer, exempelvis screening av livmoderhalscancer, tjock- och ändtarmscancer, barncancer samt rehabilitering. Vidare ska verksamheterna vid regionala cancercentrum och den statliga uppföljningen av cancervården prioriteras. Regeringen har i budgetpropositionen även avsatt fyra miljarder kronor 2021 respektive 2022 för att stärka regionernas arbete med att möta det totala vårdbehovet efter covid-19, medel som förväntas komma även cancervården till del.

Källa: Regeringskansliet

► ÅRETS VACCIN MOT SÄSONGSINFLUENSA

Detta år erbjuder samtliga regioner gratis vaccination till personer som är 65+ och till personer som tillhör riskgruppen. Genom att ta influensasprutan skyddar du både dig själv och andra. Vaccination mot säsongsinfluensa är än viktigare under pågående pandemi för att skydda personer som har en ökad risk att bli svårt sjuka i influensa, säger Anna Sara Carrnahan, epidemiolog på enheten för vaccinationsprogram hos Folkhälsomyndigheten. Också du som är under 65 år eller inte tillhör riskgruppen kan också mot egenavgift få vaccinet. Kontakta din vårdcentral.

Källa: Folkhälsomyndigheten

En friskare känsla!

En fuktig mun kan vara en enorm lättnad när kroppen inte fungerar som den ska. Mer än 20 års erfarenhet av munvård har lärt oss att behovet av fukt varierar otroligt mycket från morgon till kväll och från person till person. Därför har vi många produkter som lindrar en torr och känslig mun. Den röda serien med mild mintsmaak och den gula serien utan smak och med extra vårdande egenskaper.

Vi rekommenderar en kombination av Proxident Munspray, Munfuktgel, Tuggummi och Tandkräm.



Proxident

Läs mer på www.proxident.se

CORONASÄKERT FÖRENINGSMÖTE I SÖDER

TEXT OCH FOTO JAN-ERIK OLSSON



Den 17-18 oktober var vi i Södra på ett två dagars medlemsmöte på Hotell Frizatorpet i Olofström, Blekinge. Vi hade reserverat hotellet för oss själva. Både i matsal och i konferensrum var dukat så vi kunde sitta med fysisk distans.

Vi började mötet med lunch. Hotellet ligger vackert vid en sjö och utanför sken solen från en klarblå himmel. Träden hade börjat skifta färg så en skön höstkänsla infann sig. Inomhus fanns också vackra höstdekorationer.

Dagen fortsatte med information från vår förening och senaste nytt från förbundet. Därefter hade vi trevlig genomgång och filmvisning både från Atos och Fahl Scandinavia. Vi hade också

bjudit in Bernt Ohlin som är ordförande i HSO Blekinge för att ge oss värdefull information.

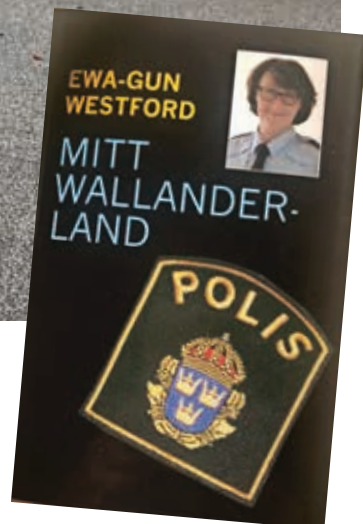
Sedan ville vi ut i solen och det blev promenad med tipsrunda. Efter middagen på kvällen var det dags för mötets höjdpunkt. Ewa-Gun Westford med 40 års erfarenhet som polis underhöll oss med allvar blandad med hjärtlig humor. Vi skrattade mycket och fick även möjlighet att köpa hennes bok. "Mitt Wallanderland" där hon berättar om arbetet som kvinna i en organisation präglad av manliga värderingar.

Efter en skön övernattningsstärkte vi oss med frukost med alla tillbehör och de som orkade kunde njuta av ytterligare en hälsopromenad i den vackra Blekingenaturen.

Vi återvände hem med nya intryck och nya gemensamma minnen. Alla verkade helnöjda att vi kunde mötas med



fysisk distans men ha social samvaro. Tack till alla i Södra föreningen som var med och förgyllde dagarna. ■



KOM TILL OSS OCH PROVA!

Hur olika människor väljer att hantera sitt håravfall är individuellt och i slutändan en smaksak. Vissa väljer att lämna huvudet bart medan andra föredrar att använda turban eller peruk. Oavsett vad du själv väljer, är det viktigaste att det känns bra och bekvämt för dig! Hos oss hittar du ett stort utbud av peruker och turbaner i olika frisyrier, modeller och utförande – för att vi på bästa möjliga sätt ska kunna hitta just det du söker, för bästa känsla och komfort!

Kontakta oss gärna för fri konsultation - kan nu även erbjudas online.

ÖKAD TILLGÄNGLIGHET

Våra salonger kan nu erbjuda online konsultationer. Kontakta din salong eller gå in via carlmlundh.se för att enkelt boka en kostnadsfri online konsultation.

För att göra det ännu smidigare för dig som kund – kan vi nu även erbjuda en del av vårt sortiment via webshop, så som peruker, turbaner, produkter och tillbehör. Så att du kan göra din beställning, när du vill och var du vill – enkelt! Du hittar webshopen på carlmlundh.se.

Bildmaterial: Christine Headwear och Sentoo Collection.



SALONGER PERUKER & TURBANER HÅRPRODUKTER

Varmt välkommen!
CARL M LUNDH – SALONGER OCH PARTNERS



CARL M LUNDH SALONGER – GÖTEBORG CML: 031-10 23 80 | GÖTEBORG Sahlgrenska CML: 031-41 45 10 | HELSINGBORG CML: 042-14 30 00 | JÖNKÖPING CML: 036-15 02 70 | KALMAR CML: 0480-813 69 | LUND CML: 046-14 17 70 | MALMÖ CML: 040-733 20 | STOCKHOLM Östermalm CML: 08-545 66 800 | STOCKHOLM Perukshopen: 08-20 10 06 | STOCKHOLM Fruängen CML: 08-646 46 80 | UMEÅ CML: 090-12 16 72 | VÄSTERÅS CML: 021-18 15 03 | ÖREBRO CML: 019-14 83 63.

PARTNERS – ANDERSTORP Almgrens hårvård: 0371-154 77 | BORÅS Hulda Salongen: 033-15 51 77 | ESKILSTUNA Salong LM: 016-13 27 19 | FALUN Headbanger Hairstyle: 023-197 88 | GÄLLIVARE Stinas Hårcenter: 0970-150 55 | KARLSKOGA Salong Boman: 0586-310 27 | KARLSTAD Hedwig Hårvård: 054-19 08 03 | KRISTIANSTAD Skägg & Lockar: 044-10 00 00 | LINKÖPING Fifty Fifty: 013-12 65 66 | NORRKÖPING Peggis Barbershop: 011-13 24 00 | RONNEBY Salong Astra: 0457-108 51 | SKÖVDE Hårstudion: 0500-41 31 21 | SVENLJUNGA Bergs Salong: 0325-61 10 86 | TORSÅKER Salong P.I.A: 0290-400 12 | UPPSALA Rendezvous: 018-20 90 90 | VARBERG Frisyrhörnan: 0340-133 78 | VISBY Lina Khan Est. 2017: 0790-710 710 | VÄXJÖ Hårdesign: 0470-483 90 | ÖRNSKÖLDSEVIK Salong Jacob: 0660-190 17.

RECEPT

DENNA GÅNGEN HAR JAG BAKAT **VÖRTLIMPOR**

Fantastiska dofter i köket när dom gräddas.

TEXT OCH FOTO JAN-ERIK OLSSON

Till 2 limpor behövs:

1 flaska porter (33 cl), rumsvarm
1 flaska julmust (33 cl), rumsvarm
50 g jäst
100 g smör, rumsvarmt
½ msk mald ingefära
½ tsk mald nejlika
½ msk mald pomerans
1 tsk mald kardemumma
1 ½ tsk salt
1 dl mörk sirap
10 dl rågsikt
Ca 5 dl vetemjöl
1 ½ dl russin



Så här gör du:

Häll porter och julmust i blandarskålen, smula i jästen och lös upp den i vätskan. Tillsätt smör, ingefära, nejlika, pomerans, kardemumma, salt och sirap. Blanda väl.

Tillsätt rågsikt och vetemjöl, lite i taget. Blanda i maskin ca 8 min. Det blir en kladdig deg, men det ska den vara.

Låt jäsa under bakduk 45 min.

Ta upp degen på mjölat bakkbord och knåda. Jag delade degen och knådade i russin i den ena degen, så har man en limpa

med russin och en utan. Forma till limpor och lägg över dom i bakpappersklädda formar.

Strö över lite vetemjöl och låt jäsa 30 minuter under bakduk.

Sätt ugnen på 180 grader.

Grädda limporna längst ner i ugnen i 55 – 60 minuter.

Låt dem vila i några timmar innan du börjar att skära skivor. ■

Lycka till

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

EN MEDLEM BERÄTTAR...

TEXT OCH FOTO GUN OLSSON

Rolv Johansson berättar genom intervju av Gun Olsson.

Rolv Johansson är idag 88 år. Året innan han skulle fylla 70 år fick han hosta och kände att rösten blev svag, han blev hes och det ville inte ge mig sig. Han besökte vårdcentralen där han fick penicillin men det hjälpte inte. Rolv tog då eget initiativ och kontakade en privat specialtläkare i Växjö. Läkaren där tog prov som visade på en tumör. Det blev remiss till Lund och sen 34 strålbehandlingar och därefter operation med laser. Tyvärr räckte inte detta utan dagen före midsommarafton 2002 blev Rolv laryngektomerad.

Före operationen fick han träffa "en tant" från Landskrona som berättade hur det var att ha "hål i halsen". Rolv låg inlagd i 14 dagar och hans fru Evy fick bo på patienthotellet. Han hann fira sin 70-årsdag med att åka till Italien innan operationen.

Innan han skulle åka hem från sjukhuset fick han träffa en logoped och talet kom igång direkt. Han tycker själv att rösten nu är lite annorlunda än tidigare men omgivningen har lätt att förstå och

känner igen rösten. Rolv har också visat prov på att han kan sjunga. Han äter det mesta och kan svälja utan svårighet. Rolv menar att det tråkigaste är att lukten är borta. Men han berättar att om han går förbi en pizzeria och vinden ligger på då kan han känna doften av pizza och blir rejält hungrig.

För några år sedan cyklade Rolv 2 mil i januari och fick in mycket kall luft i halsen. Kort därefter fick han en rejäl inflammation i stomat. Övriga problem som han kan känna är att det ibland läcker. Ventilen börjar "gnälla" och då vet han det är dags att byta ventil. Rolv åker då till Lund där han är ett välbekant ansikte på öron näs och hals kliniken.

Rolv har varit med under alla år då vi i Södra haft "larrydagar". De dagar som numera är omdöpta till Mun och Halsdagar som vi anordnar tillsammans med logoped och logopedstuderenter. Han berättar vidare om fina minnen från rehabveckorna i Eslöv och resor till Turkiet och till Bulgarien som han varit med på.

Direkt efter operationen gick han med i vår förening och har genom åren fått



Rolv Johansson.

många vänner. Han säger att han alltid ser fram emot att vara med på våra aktiviteter

Rolv är fortfarande mycket fysisk aktiv med jakt och olika andra projekt. När jag frågar vad han gjort sista tiden så kommer det "Jag har han lagt om plattor, byggt två altaner, lagt stuprännor, lagt nytt tak på en gård, målat en sommarstuga och just nu målar jag ett staket i källaren".

Förra året var Rolv reseledare för oss i Södra och anordnade så vi i kunde ta del av hans hemtrakter i Traryd med bl.a hembygdspark och älgafari.

Rolv är verkligen en positiv glädjespridare i vår förening. Omtyckt av oss alla och missar sällan något möte. Han har även värvat sin familj och vänner som stödjande medlemmar

Vi önskar Rolv fortsatt god hälsa. Stort Tack Rolv för att vi får återge din berättelse. ■

Kommentar Gun Olsson
Tanten som Rolv pratade med före operationen måste ju vara vår tids patientinformatör. Så starkt av vår förening att vi under så många år haft denna värdefulla verksamhet.



Vill du annonsera i tidningen Mun&Hals?



Kontakta
Gunilla Åkerlund
0660-29 99 61
gunilla.akerlund@agrenshuset.se

@ÅGRENSHUSET



- har 11 läns- och regionföreningar runt om i landet
- bevakar och tillvaratar medlemmarnas intressen
- arbetar aktivt för att hjälpa medlemmarna tillbaka till ett meningsfullt liv
- ordnar rehabiliteringsseminarier och -resor
- har sitt kansli i Solna
- arbetar för att starta samtalsgrupper för både patienter och anhöriga antingen via sjukvårdspersonalen eller i lokal-föreningarnas regi
- ger ut tidningen Mun&Hals med aktuell information, artiklar och reportage
- har regelbundet kurser för förbundets och föreningarnas förtroendevalda samt antirökinformatörer
- håller kontakt med myndigheter och serviceorgan
- tillhör Funktionsrätt Sverige
- är en av huvudmännen i Cancerfonden
- har kontakt med mot svarande förbund i andra länder
- har förtroendeanslutna läkare, tandläkare, logoped, kurator och dietist
- har instiftat den fristående Stiftelsen Laryngfonden

STIFTELSEN LARYNGFONDEN

I KAMP MOT STRUP- OCH MUNHÅLECANCER

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

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

**Bidrag och gåvor
emottages tacksamt på:**

Plusgiro 91 82 58-5

Bankgiro 5936-5338



Ansökningsblankett för bidrag finns hos:
Stiftelsen Laryngfonden

Strandgatan 19 ■ 952 33 Kalix

Tel: 0923-156 70

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

Ni i föreningarna kan hjälpa redaktionen

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

Bidragen behöver inte handla om vår funktionsnedsättning. Det kan vara en liten händelse eller incident på 4 rader eller ett A4. Allt är lika välkommet.

Känn dig som en redaktionsmedlem. Försök innan ni skickar in ert material att om möjligt få det digitaliserat och helst skickat på e-post.

Grovsortera gärna era bilder som är suddiga eller som ni bedömer är ointressanta. Skicka bara de ni vill ha med. Glöm inte att skriva texter till bilderna och gärna mellanrubriker.

VARMA HÄLSNINGAR FRÅN REDAKTIONEN

Förenings- nytt

UNDER DEN HÄR RUBRIKEN kan varje förening annonsera om den verksamhet som planeras för den kommande perioden, intill det nästa nummer av Mun&Hals kommer ut. På så sätt når man alla medlemmar med en påminnelse och andra föreningar kan dessutom få tips och inspiration till sitt eget utbud.

DEN HÄR RUTAN ska alltså användas för att i förväg informera. Att sedan rapportera från mötet eller aktiviteter i form av en artikel i tidningen är givetvis lika angeläget och viktigt som tidigare.

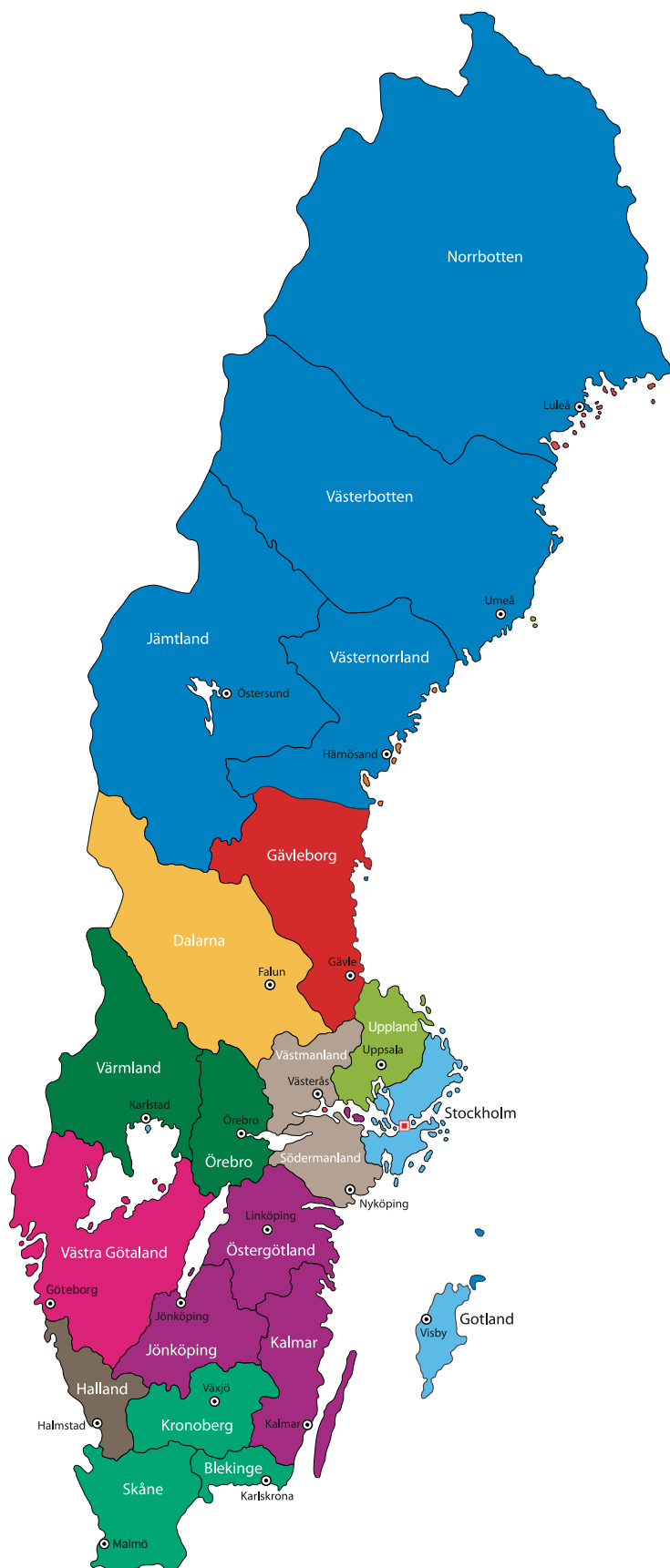
REDAKTIONEN

MAILA TILL: **ULF JÖNSON**, ulfjonson@telia.com



MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDET

REGIONALFÖRENINGAR



- Mun- & Halscancerförbundet
Norrländ**
 Norrbotten, Västerbotten, Jämtland, Västernorrland
- Mun- & Halscancerförbundet
Gävleborg**
 Gävleborg
- Mun- & Halscancerförbundet
Dalarna**
 Dalarna
- Mun- & Halscancerförbundet
Uppland**
 Uppsala
- Mun- & Halscancerförbundet
Örebro och Värmlands Län**
 Örebro, Värmland
- Mun- & Halscancerförbundet
Södermanland och Västmanlands Län**
 Södermanland, Västmanland
- Mun- & Halscancerförbundet
Stockholms Län**
 Stockholm, Gotland
- Sydöstra
Mun- & Halscancerförbundet**
 Östergötland, Jönköping, Kalmar
- Mun- & Halscancerförbundet
Göteborg**
 Västra Götaland
- Hallands Laryngförening**
 Halland
- Mun- & Halscancerförbundet
Södra Sverige**
 Kronoberg, Blekinge, Skåne



MUN- & HALSCANCERFÖRBUNDET

Regionalföreningar

MED KONTAKTPERSONER

Mun- & Halscancerföreningen Norrland

OWE PERSSON

Magasingsatan 13, 903 27 Umeå
Tel: 090-19 10 32. Mobil: 0703-92 63 15
E-post: owe.persson@umea.se



Mun- & Halscancerföreningen Gävleborg

KENNETH RUBENSSON

Norrbågen 43 C, 806 34 Gävle
Tel: 026-19 52 42, mobil: 0703-77 80 86
E-post: rubensson7@gmail.com



Mun- & Halscancerföreningen Dalarna

LENA LUNDSTRÖM

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



Mun- & Halscancerföreningen Uppland

STAFFAN HAGELIN GILLE

Heidenstamsgratan 55, 754 27 Uppsala
Tel: 070-469 33 50
E-post: mhcfuppland@gmail.com



Mun- & Halscancerföreningen Örebro och Värmlands Län

BARBRO PETTERSSON

Sigillgatan 68, 703 78 Örebro
Tel: 0730- 50 60 52
Mail: pettersson3.1415@outlook.com



Mun- & Halscancerföreningen Södermanland och Västmanlands Län

EVA KNUTS ERIKSSON

Myrby gård 1, 725 96 Västerås
Mobil: 070-898 01 75.
E-post: eva@myrbygard.se



Mun- & Halscancerföreningen Stockholms Län

KENT BLADEMO

Fenderstigen 4, 134 32 Gustavsberg
Mobil: 070-529 11 20
E-post: anki_blademo@yahoo.se



Sydöstra Mun- & Halscancerföreningen

TONY NILSSON

Bjälbovägen 65, 592 41 Vadstena
Mobil: 070-288 54 04
E-post: tonynosslin48@gmail.com



Mun- & Halscancerföreningen Göteborg

DAN RASMUSSEN

Hammarvägen 114, 421 65 Västra Frölunda
Mobil: 070-397 97 30
E-post: dan.g.rasmussen@gmail.com



Hallands Laryngförening

BENGT-GÖRAN SVENSSON

Box 48
Oskarströmsvägen 29, 313 94 Sennan
Mobil: 0707-92 08 35
E-post: bengt-goran1945@outlook.com



Mun- & Halscancerföreningen Södra Sverige

GUN OLSSON

Björkspinnaregatan 10, 233 36 Svedala
Mobil: 070-82 72 249
E-post: systergun@gmail.com



Mun- & Halscancerförbundet

KRISTINA HENRIKSSON, ZOFIA KIJEK

Barks väg 14, 170 73 Solna
Tel: 08-655 83 10
E-post: kansli@mhcforbundet.se
Hemsida: www.mhcforbundet.se

Kansliets telefontider

Tisdagar – Torsdagar kl. 09.00 – 12.00

Telefon: 08-655 83 10

E-post: kansli@mhcforbundet.se

Hemsida: www.mhcforbundet.se



” Frihet för mig är att kunna prata fritt och må bra.”

Att genomgå en total laryngektomi kan vara en svår, omvälvande och livsförändrande upplevelse.

Men det är fullt möjligt att fortsätta leva sitt liv nästan som förr. Med den övertygelsen har Atos Medical i tre decennier utvecklat, förfinat och tillverkat svenska kvalitetsprodukter för personer som andas genom ett stoma.

Om du vill veta mer om våra produkter, kontakta vår kundtjänst.
Tel. 0415-198 20
Email: kundtjanst@atosmedical.com
www.atosmedical.se

© Atos Medical AB, Sweden.