

Juni 2009 | Lungekreftforeningen

pust



Diagnose: ikke småcellet lungekreft

s. 4 **ET ÅR AV MITT LIV**

Magasinet for de som har lungekreft, deres pårørende eller andre interesserte

PUST

Lungekreftforeningen

Tullins gate 2, 0166 Oslo
Postboks 4 Sentrum, 0101 Oslo
Telefon: 04615
Faks: 22 86 66 10
E-post: lungekreft@kreftforeningen.no
www.kreftforeningen.no

Leder
Regine Deniel Ihlen

Kontonummer: 1503.09.26932

Design/layout
Gjerholm Design AS
Telefon 23 15 70 04

Forsidefoto
colorbox.no



Lungekreftforeningen

I samarbeid
med:



Kreft
foreningen

Takk for sist...

Det har skjedd en god del i Lungekreftforeningen siden sist jeg skrev lederen i vårt første medlemsblad.

Først og fremst har vi avholdt vårt første lands- og årsmøte 25.-26. april med mange medlemmer, representanter fra Kreftforeningen og mange interessante foredrag. Det er godt å kunne treffe andre i samme situasjon, få et pustehull i hverdagen, og å få faglig påfyll/opdatering.

Det har vært avholdt pasientkurs for lungekreftpasienter i Stavanger der jeg var heldig å få være tilstede første dagen for å presentere Lungekreftforeningen.

Jeg har også fått anledning til å presentere Lungekreftforeningen på et vårseminar om lungekreft i regi av et legemiddelfirma. Tilstede på vårt seminar var helsepersonell i Oslo-regionen. Det er viktig for oss å formidle at Lungekreftforeningen er stiftet.

Siste nytt er at det har vært oppstartmøte med en liten gruppe pasienter/pårørende i Kristiansund og jeg håper at det kan dannes flere slike grupper rundt om i landet etter hvert.

Jeg viser til artikkel i dette nummeret av Kreftforeningens Tina Schøien der hun nevner seminaret om likemannsarbeidet i august, i regi av Kreftforeningen. Lungekreftforeningen har fått anledning til å delta med åtte representanter på seminaret. Alle som var til stede på landsmøte fikk tilbud om dette. Jeg er veldig fornøyd med den responsen vi fikk. Det var så mange som meldte sin interesse at vi har vært nødt å trekke lodd om plassene.

Styret har derfor tatt tak i dette og vi er i skrivende stund i gang med å forberede et kursopplegg for alle som er interesserte i å drive med likemannsarbeid. Målet er å holde kurs i Oslo i oktober/november og det er anledning for alle dere å melde deres interesse.

Er dere interesserte i å være med på et slikt kurs så gi oss tilbakemelding. Jeg kan ikke love plass til alle, men vi skal gjøre vårt beste. Send oss svarslippen som du finner i dette bladet slik at vi kan se omfanget.

I forrige Pust inviterte jeg dere til å komme med innspill til vårt neste medlemsblad. Agnetha sendte oss "Et år av mitt liv", og vi takker henne for det. Vi ønsker å sende ballen videre og håper å motta mange historier fra dere.

Til slutt vil jeg gjerne ønske dere alle sammen en riktig god ferie og jeg håper å møte mange av dere på kurset i høst.



Regine Deniel Ihlen

Regine Deniel Ihlen, styreleder
Tidligere pasient (53), Oslo

TEKST: UNA STENBERG LOGO: GURO MARKI-PLEYM

PÅRØRENDE — EN VIKTIG RESSURS

Gratulerer med nytt medlemsblad! Kong Harald uttalte i Aftenposten 31.05.08: "Kreft involverer hele familien, og siden pasienten ofte blir engstelig og depriment, smitter det over på de andre som står nær." Jeg syntes det var fint av kongen å sette ord på dette, vi er mange som er opptatt av de pårørende!

Jeg er utdannet sosionom og er ansatt på Seksjon for sosialmedisin og Senter for pasientmedvirkning og sykepleieforskning, Rikshospitalet. Møte med pårørende er en viktig del av jobben min, og da jeg i fjor fikk mulighet til å igangsette arbeidet med en doktorgrad der temaet var pårørende til kreftpasienter var jeg ikke sen til å takke ja til dette. Dette ga meg en mulighet til å gjøre en skikkelig jobb med å kartlegge hvordan pårørende påvirkes av kreftsykdom i familien eller blant nære venner, og i neste omgang benytte denne kunnskapen til å utvikle mer støtte i hverdagen for pårørende.

Først litt om bakgrunnen for forskningsprosjektet vårt. Når en i familien blir rammet av kreft, får dette konsekvenser for hele familien. Gjennom sykdom og behandling er pårørende utsatt for store påkjenninger, både følelsesmessig og praktisk. Forskning viser at kreftsykdom innvirker på pårørendes helse og livskvalitet. Ut fra både forskning og mange års erfaring vet vi derfor en del om at pårørende møter utfordringer knyttet til både helse, det psykososiale og mer emosjonelle aspekter. For pasientene er det ikke helsepersonell, men de pårørende som er den primære kilden til støtte. Forstått på denne måten betyr støtte til pårørende indirekte støtte til pasienten. Hensikten med vårt forskningsprosjekt er å bidra til at pårørende "blir sett", og forhåpentligvis får en bedre oppfølging i helsevesenet. Kunnskapen fra studien skal benyttes til å utvikle et internettbasert støtteverktøy for pårørende. Her vil det bli liggende skreddersydd informasjon til pårørende, være mulighet til å chatte med andre pårørende og mulighet for å kunne sende spørsmål til kreftsykepleier eller sosionom.

I forskningsprosjektet kartlegger vi pårørendes problemer og helseplager og undersøker hvordan dette endrer seg over tid. For å finne ut av dette har vi tatt i bruk ulike datainnsamlingsmetoder. En studie foregår på Radiumhospitalet der pårørende til nydiagnostiserte blir bedt om å fylle ut spørreskjemaer med tre målinger over et halvt år. I tillegg har vi gjennomført intervjuer med sosionomer, sykepleiere og leger om deres erfaringer knyttet til pårørendes situasjon. I den siste studien intervjuer vi pårørende til kreftpasienter direkte om hva de har opplevd som utfordrende i hverdagen som pårørende til en person med kreft. Studien er finansiert av Helse Sørøst og Seksjon for sosialmedisin, Rikshospitalet.

Så litt om "Pustehullet"

Det oppleves trygt og som en ekstra styrke å ha noen av sine nærmeste rundt seg når en er pasient. Samtidig som du som pårørende



er en ressurs, skal du møte den utfordringen det er å være i ukjente omgivelser og være avhengig av ukjente menneskers kunnskap, ferdigheter og holdninger. Mange pårørende opplever at det kan bli liten plass for å luften egne tanker og følelser i slike situasjoner. Pårørende strekker seg maksimalt for å støtte og oppmuntre, og må derfor sette sine egne reaksjoner og opplevelser "litt på vent". Pårørende er den som kjenner pasienten best og kan tolke de signalene som pasienten sender. Dette bidrar til å gi behandlerne verdifulle innspill. Også myndighetene er opptatt av ivaretagelse av pårørende:

"Kreftpasientens pårørende – det kan være seg ektefelle, samboer, partner, foreldre, barn, søsken eller nære venner – kan utgjøre en svært viktig ressurs for den kreftrammede, både når det gjelder omsorg og praktiske gjøremål. Det er viktig at det legges til rette for at pårørende kan utføre disse støttefunksjonene". (Helse- og Omsorgsdepartementet, 2006:17)

Pustehullet er et lavterskeltilbud og et uformelt sted å være hver mandag mellom klokken 12.00 og 15.00. Vi serverer kaffe/te og noe å bite i. Tilbudet er gratis, det er dyrt å være pårørende på sykehus. Pårørende kommer til "Pustehullet" på eget initiativ. Noen vil ha behov for tettere oppfølging, og vi kan da henvise videre til samtaler på hjemstedet. Vi har lokaler på Seksjon for sosialmedisin på Rikshospitalet. På Pustehullet har pårørende mulighet til å treffe andre pårørende, sosionom og psykiatrisk sykepleier.

Velkommen!

Et år av mitt liv

AV: KJERSTI WATHNE, SYKEPLEIER, STAVANGER UNIVERSITETSSYKEHUS

4. januar 2006 fikk hun livet snudd opp ned. Da fikk hun diagnosen; ikke-småcellet lungekreft, type adenocarcinom.

Hvordan oppdaget du at du var syk?

Jeg hadde operert skjoldbruskkjertelen for struma mars 2000. Dette var ikke vondartet og ble vanlig oppfulgt på sykehuset.

Sommeren 2005 var stoffskiftet lavt og en trodde at det skyltes problemer med skjoldbruskkjertelen. Det ble tatt diverse prøver og en tenkte å operere på ny, men denne hadde kapslet seg inn og en ny operasjon var unødvendig. På grunn av slimproblemer ønsket ØNH spesialisten et røntgenbilde av lungene og det ble tatt i oktober 2005. En fant da en skygge på lungene og bestilte derfor CT som ble foretatt i slutten av november. Mandag 19. desember ringte ØNH legen og sa at en fortsatt så skyggen på lungene og jeg ville få en telefon fra lungeavdelingen med avtale om undersøkelse for å ta vevsprøve. Torsdag 22. desember tok en bronkoskopi, men fikk ikke god prøve til å stille en diagnose. Det ble derfor tatt en CT-veiledet biopsi 29. desember. Svaret kom 4. januar 2006: adenocarcinom.

Jeg fikk vite at svulsten var liten og kunne sannsynligvis opereres men en måtte undersøke hjertefunksjonen først. 24. januar ble jeg operert første gang. Denne morgen hadde legene helst lyst å bare fjerne noen lymfeknuder under armen og utsette en større operasjon. Da var jeg bestemt og sa at nå var jeg så innstilt på operasjonen at de fikk fjerne det de først hadde tenkt. Dette viste seg senere et rett valg. Svulsten hadde "eksplodert" og en måtte fjerne mye mer enn først antatt. Hele venstre lunge og seks lymfeknuder ble fjernet. Dagen etter måtte en reoperere pga. blødning.

26. januar fikk jeg hjerteflokker og mannen min fikk beskjed om å komme til sykehuset snarest. Denne tiden og de første dagene etterpå kan jeg bare huske i små glimt.

Etter 2 uker ble jeg utskrevet. Jeg var helt uforberedt på det som skulle komme. Var kjempeglad for å ha fått fjernet kreftsvulsten i lungen, men hadde fryktelig mye smerter i hele brystregionen. Jeg måtte lære meg ny teknikk for å komme ut av sengen, hadde pustevansker når jeg la meg og måtte ha mange puter i sengen. Jeg måtte bruke mye smertestillende for å komme meg gjennom dagen og natten. Forklaringen fikk jeg etter hvert av legen som hadde operert meg. Den gjenværende lungen presset seg under brystbeinet og presset hjertet til siden og bakover (kan kjenne hjerteslagene bak ribbeina på venstre side).

Seks uker etter operasjonen startet jeg med cellegiftbehandling. Jeg fikk vite at de hadde funne kreftceller i lymfekjertler og en tilrådte derfor denne tilleggsbehandlingen. Det ble slitsomme uker. Reise fram og tilbake for å få behandlingen og så være hjemme med kvalme, dårlig matlyst og tretthet. Vonde tanker om framtida skjøv jeg bevisst bort.



Agneta Solbakken Takstdal.

En god støtte for meg i denne tiden var kreftsykepleier i kommunen. Hun hadde god tid når hun kom hjem til meg og jeg kunne dele tanker med henne. Hun er en "fantastisk" person!

På sykehuset hadde jeg kontaktpersoner på lungepoliklinikken og kunne ringe dit om det var noe jeg lurte på. Telefonnummeret dit hadde jeg alltid med meg. På et av besøkene der fikk jeg vite om Montebello-Senteret. Et kursopphold der ville jeg ha og det var målet når jeg var sliten under cellegiftbehandlingene. Siste cellegiftbehandling fikk jeg 26. mai og 5. juni dro jeg sammen med mannen min til Montebello-Senteret.

På Montebello-Senteret ble vi møtt av et fantastisk personell. Jeg hadde ventet et "sykehusopphold" men ble møtt av:

"Trivelig betjening som vil oss bare vel, de stiller opp, både morra og kveld. Helsepersonell av ypperste klasse gir oss råd og lytter for spørsmål har vi masse.

Godt å få gråte og smile og le godt å få være et sådant sted, klumpen i brystet har skrumpet inn selv om engstelsen kanskje aldri forsvinn."

PERSONALIA:

53 år, gift, 2 barn + 1 stesønn,
3 barnebarn

Yrke: bussjåfør

Erfaringer med sykdom:

Far død av hjerteproblemer 57 år,

mor død av kreft 73 år, 2 søskenbarn

døde av lungekreft 35 år og 56 år

På Montebello-Senteret knyttet vi kontakt med og fikk dele tanker og opplevelser med andre som hadde vært gjennom akkurat det samme som oss. De visste akkurat hvor skoen ”trykket”, mer enn noen andre. De hadde selv gått med den samme skoen på. Vi kom ganske tett innpå hverandre og har fortsatt god kontakt.

Det var viktig for meg å ha noen å dele tankene med, men kanskje likeså viktig for mannen min. Fokuset var i hele sykdomsperioden på meg, men få tenkte på hvilken belastning det var for han når et slikt jordskjelv rammet familien. På Montebello-Senteret gikk vi i hver sine grupper, pasientgruppen og pårørendegruppen.

Vi opplevde hver for oss at andre strevde med de samme problemene som oss og det ble lettere å sette ord på og snakke om ting som vi tidligere slet med hver for oss. Vi opplevde også at andre hadde store problemer og våre ble små i forhold.

Utover sommeren og høsten fant jeg ut at det var en del jeg hadde gått glipp av under oppholdet på Montebello-Senteret. Det var kort tid etter behandlingen var avsluttet og jeg hadde gjennomgått måneder med kontinuerlig jordskjelv. Jeg søkte på nytt kurs på høsten. Vi hadde like stor forventning til dette oppholdet, men nå visste vi mer hva vi gikk til.

Dette var et mindre kurs, vi var færre deltakere. Kurset ble mer ”intimt” enn det forrige. Alt vi ikke fikk med oss sist fikk vi med oss denne gangen.

Når jeg ser framover føler jeg at vi har fått ladet batteriene. Vi har også søkt på et nytt kurs, denne gangen er temaet: En del av hverandres liv – Å leve sammen når den ene har en kreftdiagnose.

Når jeg ser tilbake på dette året tenker jeg at hele livet mitt er snudd på hodet. Alt er blitt forandret. Fra å være svært aktiv, å gå i full jobb og treningsstudio tre ganger i uken er jeg blitt en ”sofasliter”. Jeg trente tidligere med vekter, men kan nå ikke løfte armene over hodet pga. smerter. Motorsykkelen står utenfor og jeg håper å kunne sitte på den igjen.

Sykdommen har også rammet familien ellers. Barnebarna var vant til en aktiv mormor og farmor, nå planlegger de hviletid for mormor når de kommer på besøk.

Jeg ser ikke for meg å kunne begynne å jobbe igjen i den stressende jobben som bussjåfør. Jeg er midlertidig ufør fram til 2010. Kollegaer har jeg god kontakt med, stikker innom jobber når det passer og får telefoner med jevne mellomrom.

Tanker i ettertid

Tenker jeg tilbake på dette året ser jeg at du må være frisk som pasient, ellers er det mye du går glipp av:

- Informasjon blir gitt når du er altfor dårlig til å ta imot den. Heldigvis har jeg en god ektefelle som har fulgt med hele tiden. Han har møtt en stor forståelse fra sin arbeidsgiver og kunne ta fri når jeg trengte det. Han har kunnet huske for meg.
- Leger ”glemmer” å skrive riktig paragraf når de skriver ut resepter, med resultat at pasienten må betale for dem selv. Det er dyrt nok å være syk.
- I et stort sykehussystem er du liten som pasient og det er viktig å vite hvem en skal forholde seg til både lege og sykepleier. Jeg har vært vant til å ordne opp i livet mitt selv, men synes synd på de som står helt alene og kanskje er mer hjelpeløse enn jeg.

- Under utredningen min fikk jeg hjerteflimmer og ble lagt inn et døgn på sengeposten. Sykepleier fortalte at jeg var heldig som fikk en plass på rom og slapp å ligge på korridoren. Jeg fikk plass på rom ved siden av en dame som hadde lungekreft og kunne fortelle at hun hadde en måned igjen å leve. Dette fortalte hun om og om igjen når hun snakket i mobiltelefonen. Jeg ble vettskremt! Min hilsen til sykepleier blir: Tenk deg om før du plasserer en pasient. Hvor dårlige er medpasientene? Er det kanskje bedre for den enkelte å ligge på en korridor enn inne på stue med dårlige medpasienter?

Jeg har gode erfaringer med lungeavdelingen på sykehuset. På kirurgisk avdeling følte jeg at det var viktig å få meg ut så fort som mulig. De hadde andre å ta seg av og jeg ble en brikke i puslespillet.

Det er viktig å føle seg sett og bli tatt på alvor som kreftpasient.

Du sloss for livet ditt

Det er vondt å tenke på de som var på Montebello-Senteret sammen med oss og som nå er døde. Livet mitt har fått en ny dimensjon. Dagene er viktige og jeg vil nyte dem.

Jeg har nettopp kjøpt meg en ny bil Mercedes ML 270. Dette er en drøm av en bil. Det er viktigere å nyte livet her og nå enn å ha kontoen full når jeg en gang dør.

På mobilen min har jeg et lite vers som jeg bærer med meg:

”Fortiden er en forunderlig skatt av kostbare minner som gjør oss betatt. Men dog er poenget med livets spill at man fortsatt har noe å glede seg til.”

Vi takker Agnetha for at hun har tatt oss med inn i et år av hennes liv.



Referat: Landsmøte og årsmøte

Lungekreftforeningens første lands- og årsmøte fant sted på Thon Linne Hotell i Oslo henholdsvis 25. - 26. april, med vel 40 medlemmer til stede.

Heidi S. Brorson fra Kreftforeningen var konferansier på landsmøtet og kunne på vegne av Lungekreftforeningen presentere et variert program med spennende og interessant innhold.

Pust håper å kunne presentere nærmere noen av de faglige innleggene fra landsmøtet i fremtidig nummer av bladet. Vi vil her kun kort nevne hvilke tema som ble presentert.

Første innlegg ble holdt av overlege Paal Brunsvig ved Kreftklinikken på Rikshospitalet (Dnr). Tema var eksperimentell behandling som i visse tilfeller blir tilbudt lungekreftpasienter som har vært gjennom 1.- og 2.linjebehandling.

Lege og stipendiat Camilla Sagerup kunne deretter fortelle om metoder for tidlig diagnostikk av lungekreft. Noen metoder er i bruk i dag, andre er fortsatt på forskningsstadiet, men det skjer en stadig utvikling i forsker- og kliniske miljø rundt om i verden på nettopp dette.

Seksjonsoverlege Kjersti Hornslien ved Kreftsenteret på Ullevål informerte oss så om flere kurs sykehuset tilbyr både kreftpasienter og pårørende. Noen verdt å nevne er "Pasientkurs", "Hvordan å håndtere en vanskelig livssituasjon", "Stressmestringskurs" m.m. Vi ble også informert om Ullevåls tilbud "Pusterommet". Et trimrom som med henvisning fra fastlege kan benyttes av både pasienter og pårørende hvor bl.a. fysioterapeuter gir gruppeundervisning, så vel som råd og veiledning til enkeltindivider.

Overlege Steinar Solberg ved Thoraxkirurgisk avdeling på Rikshospitalet avsluttet det faglige programmet med å gi oss et innblikk i undersøkelser gjort rundt tidsaspektet fra man merker de første symptomer på lungekreft frem til operasjon. Konklusjonen var at det tar for lang tid, men hvor ligger forsinkelsene, hvorfor og hva kan man gjøre for å korte ned på ventetiden?

Vi var også i år så heldige å få besøk av generalsekretær i Kreftforeningen, Anne Lise Ryel, som ønsket oss til lykke med vårt første lands- og årsmøte, men også lykke til med arbeidet fremover som landets første pasientforening for Lungekreft-rammede.

Etter en velfortjent pause ga Tina Schøien fra Kreftforeningen oss en innføring i begrepet likemannsarbeid. Landsmøtets deltakere delte seg deretter inn i grupper for å diskutere bl.a. hvilke behov lungekreftpasienter og deres pårørende har for nettopp likemannsarbeid. Hvem behøver hjelp og hvem kan hjelpe. Det ble også kort diskutert hvordan Lungekreftforeningen bør og tenker seg gå frem for å kunne tilby en slik tjeneste rundt om i landet.



Det så til at de aller fleste koste seg på årsmøtet.

Landsmøtet ble avsluttet med en sosial og lystig middag til langt ut i de små timer.

Søndagen ble det avholdt ordinært årsmøte med bl.a. behandling og godkjenning av foreningens budsjett for 2009 og valg av styre- og varamedlemmer.

Da det har skjedd få konkrete endringer siden stiftelsesmøtet 9. november i fjor ble møtet kort og effektivt.

Styret har i etterkant vært enstemmige i at Lungekreftforeningens første lands- og årsmøte var en suksess, og la et godt grunnlag for videre arbeid.

Vi vil med dette rette en varm takk til alle som deltok. Både foredragsholdere, Kreftforeningens representanter og foreningens medlemmer.

Vi ser frem til neste gang vi treffes!

Lungekreftkurs: VERVET MEDLEMMER

Et todagers kurs for lungekreftpasienter og pårørende i Rogaland resulterte i mange nye medlemmer til den nystartede Lungekreftforeningen.

Leder i Lungekreftforeningen Regine Deniel Ihlen og Sven Olav Wold fra Kreftforeningen presenterte pasientforeningen som "en annen medspiller", og fikk god respons fra forsamlingen. Foreningen har for øvrig egen kontaktperson i Stavanger. Agneta Solbakken Takstdal.

Kurset innledet med søkelys på "den røde tråden i behandlingen", hvor samhandling mellom ulike aktører helsepersonell på ulike nivåer ideelt sett skal gi pasienten opplevelse av trygghet og ivaretagelse gjennom hele sykdomsforløpet og alle stadier av behandlingen. Første- og andrelinjetjenesten var her representert ved fastlege, kreftsykepleier og seksjonsoverlege.

"Aktør i eget liv" var tittelen på sykepleier/rådgiver i Kreftforeningen Liv Bodil Idlands foredrag om mestring. Kreftsykepleier Grethe Obstad supplerte med informasjon om tretthet, aktivitet, ernæring og smerter. Muligheter og rettigheter, avspenning som gir puste-gevinst (for pasienter) og rollen som pårørende sto også på programmet. Kurset hadde 35 deltakere og var et samarbeid mellom Kreftforeningen seksjon Sør-vest og lungeavdelingen, poliklinikken og lærings- og mestringsenteret ved Stavanger Universitetssjukehus.

Kurset ble holdt på Stavanger Universitetssjukehus 27. april og 4. mai. Det er ønskelig å fortsette samarbeidet mellom Kreftforeningen seksjon Sør-vest og lungeavdelingen ved SUS, og et temamøte om kreftrelatert fatigue planlegges arrangert til høsten.

Styret i Lungekreftforeningen setter stor pris på tiltaket som setter fokus på lungekreftpasienter og deres pårørende, og vi takker initiativtakerne. Vi håper at tilsvarende kurs kan holdes andre steder i landet og oppfordrer andre til å gjøre det samme. Trenger dere drahjelp, ta gjerne kontakt med Kreftforeningen.



F.v.: Sykepleier Marit Klævdal ved Lungeavdelingen på Stavanger Universitetssjukehus, kreftsykepleier/rådgiver i Kreftforeningen, Liv Bodil Idland, Jorunn Thorsen, Kreftsykepleier ved Lungepoliklinikken på Stavanger Universitetssjukehus.

Minnegaver

Lungekreftforeningen får fra tid til annen minnegaver. Det hender at avdøde eller etterlatte ønsker at det skal gis en pengegave til det arbeidet som vår foreningen driver istedet for blomster.

De midlene som Lungekreftforeningen mottar i 2009 vil gå til opplæring av likemenn.

Minnegaver settes inn på følgende kontonr. 1202.31.61298



Likemannsarbeid

AV: TINA SCHØIEN, RÅDGIVER I KREFTFORENINGEN

Mange av dem som nettopp har fått en kreftdiagnose gir ofte uttrykk for at de savner å kunne snakke med noen som har erfart det samme som dem selv. I en ukjent og usikker situasjon kan det å treffe noen som har vært i lignende livssituasjon gi pågangsmot og styrke til å takle sykdommen bedre. For å imøtekomme dette behovet har pasientforeningene tilbud om likemannsarbeid.

Likemannsarbeid defineres som "en organisert samhandling mellom mennesker som er i samme båt, og som har som mål at erfaringer skal utveksles på en måte som begge partene har utbytte av." Likemannsarbeid er et supplement til helsevesenet. Likemannsarbeidet i pasientforeningene utvikles og utføres av personer som selv har vært syke, eller av pårørende, og gjøres på frivillig basis.

Likemannsarbeidet spenner over et bredt spekter av aktiviteter. Eksempler er besøkstjeneste på sykehus, kontakttelefon, selvhjelpsgrupper og diskusjonsforum på Internett. Det stilles krav til den som skal være likemann; personen må ha et distansert forhold til egen sykdom, bør ha gjennomgått opplæring og skrevet under på taushetsløftet. Oppfølging med årlig kurs og veiledning av helsepersonell hører også med.

Viktig er også den uformelle erfaringsutvekslingen som skjer i lokalforeningsmøter, årsmøter, reiser, kurs og seminarer hvor det sosiale fellesskapet råder. Gjennom å samtale om hverdags erfaringer kan situasjonen bearbeides, og den enkelte kan finne støtte til å komme videre i sin egen mestringsprosess.

Et veldrevet likemannsarbeid som er godt kjent og lett tilgjengelig kan hjelpe og støtte mennesker i de utfordringene de møter sosialt og personlig. Omfanget av likemannsarbeidet og måten det er organisert på, varierer fra forening til forening. Noen har et stort apparat og har holdt på i mange år, andre er i ferd med å starte opp arbeidet

Et seminar om likemannsarbeid vil bli avholdt 28.-30. august 2009. En komité bestående av representanter for de tilsluttede pasientforeninger i Kreftforeningen har satt sammen et program til seminaret. Likemannsseminaret skal handle om utvikling og kvalitets-sikring av konsepter og arbeidsformer. Målet med seminaret er blant annet å øke innsikten i og forståelsen for hva som skal til for å utvikle og drive likemannsarbeid av god kvalitet, og å styrke fellesskapet og samhandlingen mellom pasientforeningene og mellom pasientforeningene og Kreftforeningen. Hver forening kan delta med inntil åtte deltakere. Seminaret vil gi rikelig rom for dialog og utveksling av erfaringer mellom foreningene.

JA, JEG MELDER MEG PÅ KURS I LIKEMANNSARBEID

NB! Dette er ingen bindende påmelding.

Jeg vil med dette melde min interesse for kurs om likemannsarbeid

(Bruk blokkbokstaver)

Fornavn: _____

Etternavn: _____

Adresse: _____

Postnr./sted: _____

Telefon: _____

Mobil: _____

E-post: _____

SVARSLIPPEN SENDES INNEN TIRSDAG 1. SEPTEMBER 2009 TIL:

Lungekreftforeningen, postboks 4, sentrum, 0101 Oslo