

pust

s.4 Strabasiøs kreftreise
for lungeopererte



PUST

Lungekreftforeningen

Postboks 239 Økern
0510 Oslo
Telefon: 934 70 121
E-post: post@lungekreftforeningen.no
www.lungekreftforeningen.no

Leder
Regine Deniel Ihlen

Kontonummer: 1503.09.26932

Design/layout
Gjerholm Design AS
Telefon 23 15 70 04

Forsidefoto
colourbox.com



Lungekreftforeningen

Tilsluttet:



Kreftforeningen

God sommer!

I skrivende stund er jeg klar til avreise til Amsterdam der jeg skal være på en internasjonal kongress om lungekreft. Jeg håper jeg kommer tilbake med nye erfaringer og mange ideer for tiden fremover.

Det er alltid lærerikt å treffe andre organisasjoner som jobber for lungekreft som diagnose og for lungekreftpasienter. Det er særskilte hyggelig å treffe representanter fra Danmark og Sverige som har holdt på lenger enn oss, slik at vi kan lære av dem.

Det har skjedd mye nytt siden sist. Som dere ser har vi fått et nytt styre som ble valgt på siste årsmøte, og det er med glede vi fikk økt antall styremedlemmer fra fem til syv stykker. Vi har også fått kontaktpersoner flere steder i landet. Vi trenger å være flere for å gjøre en så god jobb som mulig for våre medlemmer.

Kreftforeningen gir ikke lenger sekretariattjenester til pasientorganisasjoner (siden 1. juli), og vi har derfor fått nytt sekretariat. Vi har nå fått nytt telefonnummer, ny postadresse og ny e-postadresse, som dere finner i dette bladet.

Mange av dere har sikkert fulgt med NRKs store satsing med program om Hurtigruten. Derfor fikk styret lyst til å gi våre pasienter med pårørende en opplevelse på sjøen. Vi kan derfor tilby dere en tur med Hurtigruten (M/S Vesterålen) eller en tur med ferge fra Oslo til Kiel. På turen vil dere ha en representant fra styret som skal ta seg av billetthåndtering m.m. Dere kan lese mer om turene og finne påmeldingsskjema i bladet.

Reisen til og fra avgangsstedet må dere koste selv, men selve turen inkl. mat blir dekket av oss. Det er begrenset antall plasser, dvs. påmelding er bindende, og de første som melder seg på blir sikret turen.

Til sist ønsker jeg dere alle en fortsatt god sommer.



Regine Deniel Ihlen

Regine Deniel Ihlen, styreleder
Tidligere pasient (55), Oslo

HVORDAN GÅR DET, DA?

AV: ANNE GRETHE PETERSEN

Jeg fikk lyst til å skrive en historie om hvor vanskelig det kan være å snakke og ordlegge seg i møte med kreftsyke og deres pårørende. Det var en loddselger som stakk innom som satte meg på ideen til å skrive denne historien.

Jeg har selv vært operert for lungekreft, og mannen min døde av en annen kreftform for mange år siden. Derfor vet jeg hvordan det er å både være pasient og pårørende.

Loddselgeren

Tina kom inn i stua med loddboka i handa, hun solgte lodd for idrettslaget. Tina er ikke en venninne av meg, hun er bare en hyggelig bekjent.

Jeg hadde hørt at Tinas mann Nils var blitt operert for lungekreft for to uker siden.

«Hvordan går det med Nils, da,» spurte jeg. I det samme jeg hadde spurt, angret jeg på spørsmålet.

Hvordan går det, da? Ja, det spørsmålet har jeg fått har selv fått utallige ganger, da jeg var syk og i rekonvalesenstiden.

I rekonvalesenstiden var jeg ofte sliten og trett. De dagene jeg var opplagt, var det godt å komme seg ut og tenke på andre ting enn sykdom. Men nei da, overalt fikk jeg det samme spørsmålet: Hvordan går det? Det samme spørsmålet ble også stilt til mannen min da han var uhelbredelig syk.

Det er ikke alltid man har lyst til å snakke om sykdom med alle og enhver. Når man får en så alvorlig diagnose som kreft, må man få tid til å bearbeide følelser og redselen som følger med, og gjerne motta støtte og hjelp fra familien og gode venner.

Da mannen min ble syk, sluttet han helt å gå på butikken, og når vi var ute å gikk, snudde han når vi møtte andre, for han orket ikke å svare eller forklare at han var uhelbredelig syk. For han orket ikke det unngåelige spørsmålet: Hvordan går det da?

Det er noen som har behov være veldig åpne og gjerne vil snakke om kreft og hvordan det går med dem. Mens det er andre som ikke ønsker å snakke om sykdom. Og når noen spør, føler de seg tvunget til å gi en forklaring, som de ikke alltid har lyst til.

Så istedenfor skulle jeg ha sagt til Tina: «Har hørt at Nils er syk, håper det går bra med ham.» På den måten hadde jeg fått uttrykt både empati og omtanke uten å forvente noen forklaring, og om hun hadde lyst til å snakke om mannen sin, hadde hun muligheter til å gjøre det.

Tina fortalte villig om Nils' sykdom om operasjonen, om operasjonen og at han snart skulle start opp med cellegiftkur. Han hadde gode muligheter til å bli helt frisk, mente hun. Jeg tenkte, stakkars Tina, nå kommer alle de hun skal selge lodd til i kveld spørre det samme spørsmålet. Hvordan går det med Nils, da?

MØTESTED OSLO ØST
– et tilbud til kreftrammede

Kreftforeningen

Kreftforeningen starter i samarbeid med Bydel Gamle Oslo opp et nytt tilbud for kreftrammede i Oslo Øst.

HVA ER MØTESTED OSLO ØST?
Møtested Oslo Øst er et tilbud for deg som har kreft og ønsker et pusteprom i hverdagen. Spesielt du som lever med din sykdom og ikke lenger har fokus på full helbredelse. Målet er å fremme livskvalitet for den enkelte.

Du som er pårørende er også velkommen.

INNHOLET PÅ TREFFENE:

- » sosialt samvær
- » tilpasset fysisk aktivitet, avspenning og velvære
- » felles smakfullt måltid
- » et faglig, kulturelt, filosofisk eller kreativt tema

Tilbudet er gratis og ledes av helsepersonell.



«Den enkelte har aldrig ved et andet menneske at gribe udtryk at han holder noget af dets liv i sin hånd.»
K. E. Leiertrup, Den stilles Forordning

NÅR OG HVOR
Trisdager kl. 1530–1830 i Østerlågsgate 7 – en rød bygning i en sidegate til Slipsveien med inngang fra bakgården.

Nærmeste stoppested for buss er Etterstadgata med buss 37 – ca. 5 min. å gå.
Nærmeste stoppested for t-bane er Ensjø – ca. 10 min. å gå.

HAR DU LYST TIL Å DELTA?
Kontakt Kreftforeningen ved Inger Fosslø for mer informasjon og påmelding.
tlf. 07877 eller e-post: servicetorget@kreftforeningen.no

Velkommen!

Verdnehoff arrangeres i samarbeid med Oslo kommune og er støttet med midler fra ExtraStiftelsen Helse og Rehabilitering.

Oslo kommune

ExtraStiftelsen
Helse og Rehabilitering

STRABASIØS KREFTREISE FOR LUNGEOPERERTE

Dårlig kommunikasjon i helsesektoren kan ha negative konsekvenser for pasientene, men nå legger ny forskning grunnen for bedre pasientforløp for lungekreftopererte.

TEKST: NINA HESTNES



Tone Rustøen
ved Oslo Universitetssykehus



Trine Oksholm
ved Oslo Universitetssykehus

– Som sykepleier har jeg mange ganger sendt en nyoperert lungekreftpasient ut sykehusdøra og spurt meg selv: Hva venter dem nå? Nå er stipendiat og sykepleier Trine Oksholm gjennom sitt doktorgradsarbeid iferd med å finne svar på spørsmålet.

Sammen med prosjektleder Tone Rustøen undersøker hun hvordan lungekreftopererte opplever å bli overført mellom avdelinger og sykehus etter operasjonen, og hvordan de opplever hjemkomsten. Pasientenes symptomer, livskvalitet og sosiale støtte kartlegges.

– Kunnskapen vil gi et godt grunnlag for å sikre bedre rutiner for overføringer mellom sykehus, hjemreise og påfølgende kontakt med kommunehelsetjenesten, sier Rustøen, som er seniorforsker og professor ved Akuttklinikken ved Oslo universitetssykehus.

Det er bra for pasientene at spesialiserte operasjoner i økende grad samles ved de store sykehusene der kirurgene har mest øvelse. Samtidig blir det enda viktigere med god informasjonsflyt fordi oppfølgingen skjer på lokalsykehus og i kommunene:

– Dårlig kommunikasjon mellom de ulike nivåene i helsevesenet kan ha negative konsekvenser for pasientene, sier Rustøen.

Oksholm fikk ideen til prosjektet da hun skrev masteroppgave om livet de første månedene etter en lungekreftoperasjon. Gjennom intervjuene kom det fram at mange opplevde det som vanskelig å bli overført til lokalsykehuset:

– Pasientene følte at de var til bry på lokalsykehuset og at spørsmål om behandlingen ble oppfattet som kritikk. Mange av pasientene valgte da å være minst mulig ”til bry”. Min første tanke var at de som hadde støtt på problemer, hadde hatt uflaks. Etter hvert så jeg et mønster og måtte spørre om en systemfeil lå bak.

– Lungekreftpasientene opereres kort tid etter at de har fått vite at de er syke. Få dager etter inngrepet overføres de ofte til lokalsykehuset og reiser deretter hjem. Det hele skjer veldig fort, og de har liten tid til å bearbeide den alvorlige diagnosen før hjemkomsten.

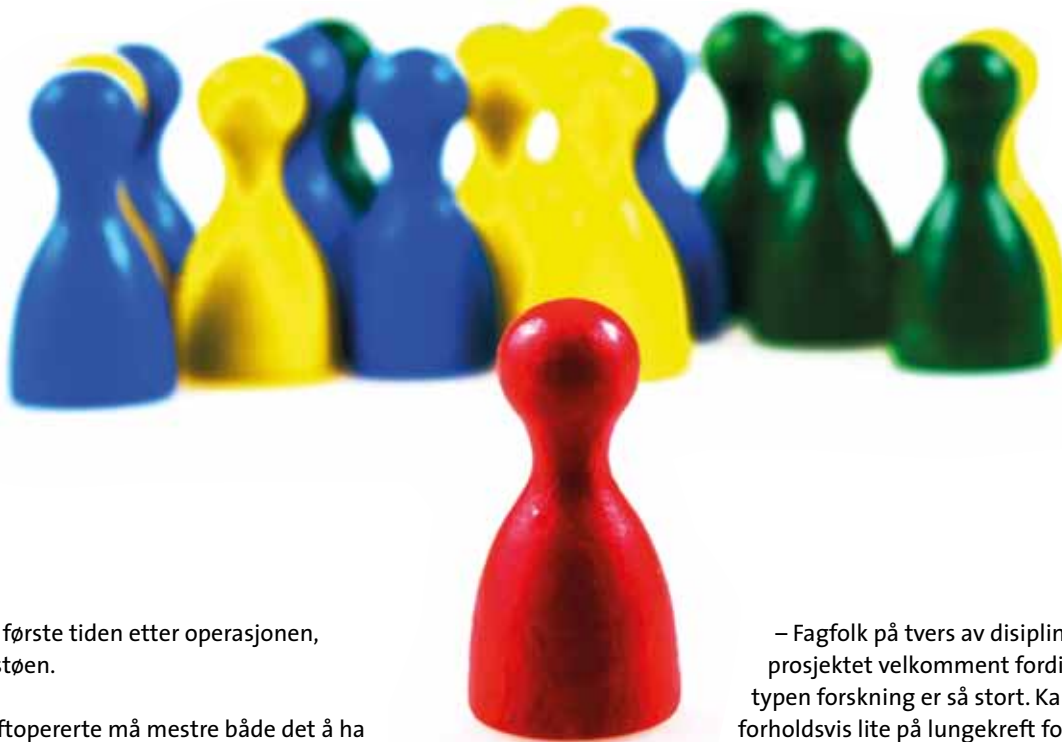
Neste kontakt med helsevesenet skjer i mange tilfeller først på kontroll måneder senere. Overgangen fra å være på sykehus til å komme hjem er stor, og de fleste kommunene mangler strukturer for systematisk oppfølging av alvorlig syke.

– Tilfeldigheter, som hvor godt man kjenner fastlegen, kan bli avgjørende, mener Oksholm.

Alene med tøff diagnose

Rustøen og Oksholm ser at pasientene ofte er usikre på hvilken instans de skal kontakte når problemer oppstår. En konsekvens av dette kan være at de ikke får nødvendig smertelindrende behandling etter utskriving. De er slitne, og i stedet for å navigere i systemet lever de med smertene.

– Dette er særlig alvorlig fordi med risikoen for å måtte leve med smerter senere øker dersom man ikke får tilstrekkelig smerte-



lindring den første tiden etter operasjonen, forklarer Rustøen.

De lungekreftopererte må mestre både det å ha fått en svært alvorlig kreftdiagnose og det å ha blitt operert. I tillegg går mange gjennom tøffe cellegiftkurer, sier Oksholm.

– Det er ikke sjelden at mennesker med lungekreft opplever stigmatisering, skyld og skam fordi sykdommen forbindes så sterkt med røyking. Funn fra utenlandske studier kan tyde på at lungekreftpasientene har mindre støtte fra venner og familie enn andre kreftpasienter, sier Rustøen.

– Disse faktorene kan bety at lungekreftpasienter har et spesielt stort behov for oppfølging i etterkant av inngrepet, mener Oksholm.

Forskning for et bedre helsevesen

Rustøen og Oksholm opplever at helsevesenet er lydhørt for forbedringer når problemer og gode løsninger dokumenteres med solide forskningsdata.

I prosjektet følges 300 pasienter fra både Helse Sør-Øst, Helse Midt-Norge og Helse Vest gjennom ett år etter operasjonen. Symptomer, livskvalitet og støtte fra venner og familie kartlegges gjennom spørreskjema. I tillegg skal et utvalg av pasientene intervjues.

– Det er fantastisk å se hvor interesserte pasientene er i å delta, sier Oksholm. Hun ser velviljen som et uttrykk for pasientenes ønske om å hjelpe dem som kommer etter.

Oksholm og Rustøen får god hjelp fra sykepleiere i de ulike helseforetakene som innpasser rekruttering av pasienter i en travel arbeidshverdag:

– Fagfolk på tvers av disiplinene har ønsket prosjektet velkomment fordi behovet for denne typen forskning er så stort. Kanskje forskes det forholdsvis lite på lungekreft fordi overlevelsen er dårlig og fordi det er en lavstatussykdom forbundet med røyking, undrer Rustøen og Oksholm.

Fakta om lungekreft

Om lag 2500 personer i Norge fikk diagnosen lungekreft i 2008. Omtrent 13% av de som rammes, overlever. Årsaken til den høye dødeligheten er i hovedsak at sykdommen oppdages i et så sent stadium at operasjon ikke kan foretas. For de om lag 20% som kan opereres, er utsiktene langt bedre; 50% av disse lever etter fem år.

Hvem som helst kan få lungekreft – både unge og eldre. Og det er ikke bare storryktere som rammes. Per i dag er det ca. 15% av pasientene som aldri har røkt.

Forslag om ny kommunal helse- og omsorgslov

Forslag til lov om kommunale helse- og omsorgstjenester og stortingsmeldingen om nasjonal helse- og omsorgsplan (2011–2015) er nå oversendt Stortinget til behandling.

Ny lov om kommunale helse- og omsorgstjenester skal sikre samhandling mellom kommuner og sykehus slik at pasienter skal få tjenester som henger bedre sammen. Nasjonal helse- og omsorgsplan legger den politiske kursen for de neste fire årene. Planen inneholder juridiske, økonomiske, organisatoriske og faglige grep som skal bidra til å sette samhandlingsreformen ut i livet.



Lungekreftforeningens LANDSMØTE OG ÅRSMØTE 2011

Lungekreftforeningens andre lands- og årsmøte fant sted på Best Western Airport hotell på Gardermoen den 2. og 3. april med vel 30 medlemmer til stede.

Årets konferanse ble åpnet av styreleder i Lungekreftforeningen, Regine Deniel Ihlen. Årets program var spennende og interessant.

Før lunsjen fikk vi en hilsen fra Kreftforeningen ved Kari Felicia Nestande som understreket hvor viktig pasientforeninger er i arbeidet med spesielt likemannsarbeid for både pasienter og pårørende. Hun ønsket oss lykke på veien fremover med arbeidet.

Etter lunsj var det overraskelse på programmet. Da kunne Ida Marie Jakobsen ved Lilly vise oss et utkast av CD-en "Å leve med lungekreft" – en veiledning for å hjelpe deg med reisen fremover. CD-en er utarbeidet i Storbritannia og oversatt til norske forhold ved Lungekreftforeningen. Den er akkurat kommet fra "trykkeriet", og hensikten er å distribuere denne CD-en til alle som blir diagnostiserte med lungekreft i Norge.

Annbjørg Sætre Håtuns foredrag "Livslyst, du bestemmer" fascinerer mange. Annbjørg har selv fått kjenne på kroppen hva det vil si å ha kreft og har vært utsatt for fatigue etter behandlingen. Hun ga oss 10 bud for et bedre liv. Flere deltakere hadde lyst å lese mer om dette emnet og mange sikret seg et signert eksemplar av boken hennes.

Neste bidrag på programmet var kirurg Steinar Solberg (thoraxkirurgisk avdeling ved Oslo universitetssykehus, Rikshospitalet). Han er den ene av to kirurger ved Rikshospitalet som opererer lungekreftpasienter. Sentralisering av kirurgiske inngrep for bl.a. lungekreftpasienter har vist seg å være en stor fordel for både kirurg og pasient. Et økt antall operasjoner pr. kirurg viser nemlig at de blir flinkere kirurger med økende erfaring. Dette fører til økt presisjon og gir også muligheten for et større antall operasjoner. Erfaring viser at flere operasjoner igjen fører til færre dødsfall for lungekrefttrammede.

Tor-Erik Strand, forsker og lege ved Kreftregisteret, viste oss tall om at behandling av lungekreft blir stadig bedre men det er

enda mye som kan gjøres bedre. Som pasientorganisasjon kan vi påvirke helsemyndigheter i denne retning.

Dette ble en lang dag med spennende program og gjorde de fleste av oss klar for en hvil før middag. Fellesmiddagen smakte utmerket og diskusjonen gikk lett rundt bordene. Påfølgende sosialt samvær i hotellets bar er også populært. Egne historier og erfaringer ble utvekslet til langt utpå kvelden.

Søndag ble årsmøtet avholdt for foreningens medlemmer. I forkant av møtet ble medlemmene utfordret til å gi styret signaler om viktige punkter å fokusere på fremover. Styret fikk mandat til å arbeide for:

- Korte ned ventetiden
- Mer forskning
- Større opplysning om sykdommen
- Spre informasjon til helsepersonell
- Flere medlemmer
- Likemannsarbeid på tvers
- Likebehandling over hele landet

Selve årsmøte ble avholdt på vanlig vis. Mye tid ble brukt til å endre vedtektene, og til slutt ble et nytt styre valgt.



Deltakerne koser seg rundt matbordet



Erfaringsutveksling



Mange sikret seg et signert eksemplar av boken til Annbjørg Sætre Håtun



Ida Marie Jakobsen ved Lilly overrasket med CD



Foredrag av Steinar Solberg



Det nyvalgte styret. F.v.: Ann Jorun Nielsen, Rita Slåbakk, Regine Deniel Ihlen, Esther Ryberg.
Bak f.v.: Bjørn Lyster, Oddvar Bakke, Ivar Nummedal, Henrik Aasved, Alf Gullik Hansen og Per Bjerve. Paal F. Brunsvig var ikke til stede da bildet ble tatt.

KONTAKTPERSONER I LUNGEKREFTFORENINGEN

REGION	NAVN	MAILADRESSE	TELEFON
AGDER:	Esther Ryberg	esthrybe@online.no	99164776
TRØNDELAG:	Bjørn Lyster	bjorn.lyster@ntebb.no	92619271
TELEMARK/BUSKERUD:	Rita Slåbakk	slaabakk-rita@c2i.net	92237612
ØST FINMARK	Anne Grethe Pettersen	fasttelefon: 78782703	90826970
ØSTFOLD	Alf Gullik Hansen	agullhan@online.no	99164776
OSLO	Eva Laugerud Paulsen	evranp@online.no	47635414
MØRE OG ROMSDAL	Ivar Nummedal	inumed.vvs.cons@neasonline.no	95872930
ROGALAND	Agnetha Solbakken Taksdal	agnethataks@hotmail.com	92422898
HORDALAND	Henrik Aasved	haasved@broadpark.no	95996270

FORSKJELLER I KREFTBEHANDLING TAR LIV


Pasienter med lungekreft får ulik behandling, avhengig av hvor i landet de bor. Forskere ved Kreftregisteret mener at de store kvalitetsforskjellene koster mange menneskeliv hvert år.

TEKST: REGINE DENIEL IHLEN



– Operasjonen reddet livet mitt. Det burde være en selvfølge at sykehusene over hele landet gjør sitt ytterste for å operere alle lungekreftpasienter som kan opereres. Uten operasjon er muligheten for å overleve dramatisk mye lavere, sier leder for Lungekreftforeningen Regine Deniel Ihlen.

En oversikt over antall operasjoner ved lungekreft, viser at det er store lokale forskjeller på hvor mange av pasientene med lungekreft som blir lagt på operasjonsbordet. Uten operasjon er mulighetene for å overleve lungekreft under ti prosent.



– Lungekreft er fortsatt en sykdom som er forbundet med en viss skamfølelse. Mange pasienter opplever at lungekreft oppfattes som en selvforskyldt sykdom, sier Regine Deniel Ihlen.

Store forskjeller

– Bedre kvalitet på behandlingen kunne reddet mange menneskeliv, sier forsker Trond-Eirik Strand ved Kreftregisteret.

– Forskjellene i antall operasjoner i de ulike fylkene i Norge er påfallende. Tallene for antall opererte er ikke spesielt store, så det er vanskelig å trekke helt sikre konklusjoner for det enkelte fylke. Den store variasjonen over hele landet er dermed et spørsmål om forskjeller i behandlingskvalitet, mener Strand.

Strand har jobbet sammen med Hans Rostad i Kreftregisteret for å kartlegge lungekreftoperasjoner i Norge. De mener at den store variasjonen i antallet operasjoner er et tydelig tegn på at helsemyndighetene ikke gjør nok for å følge opp og kvalitetssikre behandlingen av lungekreftpasienter.

– Helsemyndighetene setter av ressurser og lager retningslinjer for kreftbehandling. Men i tillegg må de også sørge for at behandlingskvaliteten er god over hele landet og gjøre noe med de områdene hvor kvaliteten er for dårlig. Slik det er i dag, ser det ut til at operasjonsfrekvensen er avhengig av det enkelte fagmiljøet på hvert sykehus, sier Strand.

Livreddende operasjon

I Nordland fylke har legene i mange år operert en høy andel av pasientene. Legene her er opptatt av å gjøre svært grundige utredninger og identifisere de pasientene som kan opereres. For åtte år siden ble Ihlen operert ved Nordlandssykehuset Bodø. I dag er hun helt frisk og i full jobb.

Hun forteller at lungekreft fortsatt er en sykdom som er forbundet med en viss skamfølelse. Mange pasienter opplever at lungekreft oppfattes som en selvforskyldt sykdom, og at sykdommen vies mindre interesse til fordel for andre mer "populære" kreftsykdommer.

– Pasienter med lungekreft fortjener å bli møtt med respekt og få den beste medisinske behandlingen vi kan tilby, enten det gjelder operasjon, medisiner eller støtte til pasienter og pårørende, mener Ihlen.

HAR DU LYST PÅ EN BÅTTUR TIL HØSTEN?

Lungekreftforeningen vil ha velferdstiltak for våre medlemmer i høst og arrangerer felles tur til høsten.



Oslo–Kiel–Oslo med MS Color Fantasy



Trondheim–Bodø med MS Vesterålen

Du kan velge mellom en tur fra Oslo til Kiel med Color Fantasy og en tur mellom Trondheim til Bodø med Hurtigruten.

Alle våre medlemmer kan være med på tur. Reisen til og fra avgangssted betaler du selv, men turen inkl. overnatting og bespising som er bestilt via oss, er gratis. Reiser dere som par, er det en forutsetning at minst én av dere er pasient /tidligere pasient.

Opplysninger om turene:

Oslo–Kiel–Oslo med MS Color Fantasy

Avreise fra Oslo fredag 23.09 kl. 14.00, ankomst Kiel lørdag 24.09

kl. 10.00. Du får fire timer i Kiel før vi reiser tilbake til Oslo kl. 14.00 med ankomst Oslo søndag 25.09 kl. 10.00.

Trondheim–Bodø med MS Vesterålen

Avreise fra Trondheim mandag 12.09 kl. 12.00 og ankomst Bodø 13.09 kl. 12.30. Du får noen timer i Bodø. Retur fra Bodø med tog (sovevogn) kl. 21.10 med ankomst Trondheim kl. 07.47. Med forbehold om nok påmeldte.

Siden vi har en begrenset antall plasser på turene, kom først til mølla... Så skynd deg å sende inn svarslippen.

Påmelding til velferdstur i regi av Lungekreftforeningen

Din påmelding er endelig når du har mottatt en bekreftelse fra Lungekreftforeningen (Bruk blokkbokstaver)

Deltaker nr. 1

Fornavn: _____

Etternavn: _____

Deltaker nr. 2

Fornavn: _____

Etternavn: _____

Adresse: _____

Postnummer: _____ Poststed: _____

E-post: _____

Tlf: _____

Mobil: _____

Jeg melder meg herved på:

Hurtigruteturen Trondheim/Bodø med påfølgende tog Bodø/Trondheim: 12.-14. september

Tur med Color Fantasy Oslo/Kiel/Oslo: 23.-25. september

Overnatting: Enkeltlugar Dobbeltlugar

Ønsker å dele lugar med: _____ (Hvis dobbelt)

Dato: _____ Sted: _____ Underskrift: _____

PÅMELDINGSFRIST: 10 AUGUST

Deltakere som får plass på turen, vil bli kontaktet senest 20. august for ytterligere opplysninger.

KURS PÅ VARDESENTERET

Fatigue/tretthet etter kreftbehandling

Mange mennesker som er blitt behandlet for kreft, sliter med økt tretthet, hukommelsesproblemer og konsentrasjonsvansker; fatigue. Kurset vil lære deg noe om dette og hvordan du kan leve bedre med dette.

Sentralt i kurset er å dele erfaringer samt å få økt kunnskap om tretthet/fatigue etter kreftbehandling, slik at deltagerne kan leve bedre med sin fatigue/tretthet.

Kurset er for alle kreftdiagnoser. Pårørende er også velkommen.

Kurset arrangeres av Lærings- og mestringscenteret ved Radiumhospitalet i samarbeid med tidligere pasienter som lever med fatigue og Nasjonalt kompetansesenter for senefekter etter kreftbehandling ved Radiumhospitalet.

Evalueringer fra tidligere kurs viser at for noen er det slitsomt med et heldagskurs, mens andre sier at det er best pga. lang reise vei. Av den grunn arrangeres to typer kurs, ett over en hel dag og ett over to halve påfølgende dager. Innholdet i de to kursene er like.

På halvdagskurset legger vi opp til muligheten for en felles middag etter kurset, og overnatting på Radiumhospitalet hotell ved behov for det. Hotellet er i samme bygg som Vardesenteret.

Kurs høsten 2011:

- Kurs 1: Mandag 22. august kl. 10.00-16.30.
- Kurs 2: Mandag 12. september kl. 12.30-17.00 og tirsdag 13. september kl. 09.30-14.00.
- Kurs 3: Torsdag 27. oktober kl. 12.30-17.00 og fredag 28. oktober kl. 09.30-14.00.
- Kurs 4: Mandag 5. desember kl. 10.00-16.30.

Fra programmet:

Erfaringer fra fatigue-rammet, hva er fatigue og hva viser forskning, råd for å bedre hverdagen, treningsprinsipper ved fatigue, mestring, gruppe- og plenumsdiskusjoner og forhåpentligvis litt sosialt.

Det serveres enkel mat som er inkludert i kursavgiften. Etter kurset er det mulig med felles middag på hotellet i samme bygg. Om du ønsker dette, bestill middag på Radiumhospitalet hotell, tlf: 23 25 24 00. Middagen betales av kursdeltager.

Kurssted: Vardesenteret på Radiumhospitalet. Bygg J, 5. et.
Egenandel (gjelder kun pasient)
Kr 307,-. Hvis du har frikort, trenger du ikke å betale.

Reise- og oppholdsutgifter

Reiseutgifter dekkes etter reglene for lærings- og mestringsopphold etter lov om spesialisthelsetjenesten § 5-5 med tilhørende forskrifter. Pasientreiser dekker rimeligste reisemåte med fratrett av egenandel på kr 260 tur/retur. Pasientreiser dekker kr 320,- for overnatting + kr 180,- for kost pr. person pr. døgn.

NB! Ta kontakt med Pasientreiser, tlf. 05515 i forkant av kurset (www.pasientreiser.no)

Overnatting

Hvis du/dere trenger overnatting på hotell, må dere ordne dette selv.

Vi tipser om: Pasienthotellet på Radiumhospitalet, Norlandia Care, tlf. 23 25 24 00

NB: Lærings- og mestringscenteret kan dessverre ikke hjelpe til med å skaffe hotell eller billetter til reise.

Påmelding:

innen 10 dager før kurset.

Kursene har begrensninger på antall plasser.

Påmeldingen sendes eller mailes til:

Randi Gjessing Borgheim, LMS, Oslo universitetssykehus HF, Radiumhospitalet, Postboks 4953 Nydalen, 0424 Oslo, eller mail randi.gjessing.borgheim@radiumhospitalet.no, eller telefon 22 93 57 24/971 30 523.

Ved spørsmål om kurset, bare ta kontakt med Randi Gjessing Borgheim på Lærings- og mestringscenteret.

Hjertelig velkommen!





Innmelding

Ja, jeg vil bli medlem i Lungekreftforeningen. Årskontingenten er kr 200,- pr. år.

Jeg er: Pasient/tidligere pasient Pårørende/ nærstående Annet

Navn:

Adresse:

Postnr.: Poststed:

Telefon: Mobil:

E-post:

Fødselsdato:

Underskrift:

Innmeldingsblanketten sendes til: Lungekreftforeningen, Postboks 239 Økern, 0510 Oslo
eller du kan registrere deg på www.lungekreftforeningen.no.

Du kan også sende e-post til: post@lungekreftforeningen.no, eller ringe telefon 934 70 121.

Du kan også gi din støtte på følgende kontonummer:

Medlemskapskonto: 1202.31.61247

Minnegavekonto: 1202.31.61298

Du finner mer informasjon om foreningen
på www.lungekreftforeningen.no



Lungekreftforeningen

I samarbeid med:

