



DBO bladet

Medlemsblad for
Dansk Brystkræft Organisation (DBO)

Nr. 60 | Juni 2020 | 19. årgang



Advokat Søren Kroer om venskaber, forsikringselskaber, og hvad der er vigtigt i livet

Sådan får du
smukke øjenbryn
efter kræft

Covid-19 og
kemoterapi

Tema:
Alternativ behandling
i udlandet

Kære læsere

Som du nok har bemærket, er der er noget anderledes ved DBO-bladet denne gang – nemlig at der er en mand på forsiden. Vi havde egentlig en forsidebillede, men grundet corona-karantænen i foråret har vi måttet gemme hende til næste gang. Heldigvis stillede advokat Søren Kroer op som forsidebillede for fotograf Jeppe Carlsen – i passende afstand selvfølgelig. I et stort interview fortæller Søren Kroer om, hvordan en meget personlig oplevelse gjorde, at han faldt for erstatningsretten, som han i dag hjælper DBO's medlemmer med, og du kan også læse hans gode råd til, hvordan du kan søge erstatning, hvis du kommer i klemme i sundhedssystemet.



I denne mærkelige tid med Covid-19 kan man godt få oplevelsen af, at corona-virus er det eneste, der er på dagsordenen. Det er der gode grunde til, og derfor skal vi alle også tage situationen alvorligt. Sundhedsvæsenet har i den grad omstruktureret,

Forårsnummeret af DBO-bladet står i det hele taget i de personlige historiers tegn. Du kan læse om, hvordan den nybagte mor, Sine Valbjørn Schlüter, klarede sig igennem et kemoforløb under Covid-19, og hvorfor triple-negative Caroline Wesselhøft har valgt at få alternativ behandling i Tyskland – og hvad du skal tænke over, hvis du overvejer at gøre det samme. Du kan ligeledes blive guidet til, hvordan du får smukke øjenbryn efter kemo, og hvad virus gør ved kroppen, hvis du har nedsat immunforsvar eller er kræftsyg – hvad enten det er corona eller herpes.

kompetenceudviklet sygeplejersker og læger og optimeret på de tekniske hjælpemidler. Heldigvis er vi ved at få hverdagen tilbage, men husk, at hvis der kommer en anden bølge af Covid-19, er det vigtigt, at man kontakter sin læge, hvis man har symptomer på alvorlig sygdom, som eksempelvis hjertesygdom og kræft, ligesom at man selvfølgelig skal gå til sine tjek, hvis man er indkaldt. Opstår der en situation, hvor du er i tvivl, er du altid velkommen til at kontakte Dansk Brystkræft Organisation – du kan se kontaktoplysningerne på side 31.

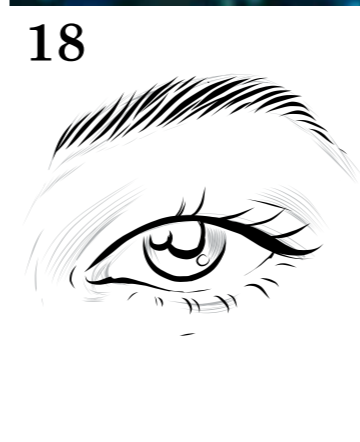
God fornøjelse med DBO-bladet nr. 60

Med ønsket om et dejligt forår og sommer – hvor vi passer på hinanden og os selv.

Karen Sundbøll
Formand for DBO



Indhold



04 KORT NYT

06 Portræt:

Søren Kroer blev advokat, fordi han ville hjælpe mennesker. Men det var en personlig oplevelse, som fik ham til at gå ind i erstatningsret.

12 TEMA: BEHANDLING I UDLANDET

44-årige Caroline Wesselhøft er uheldigvis syg af brystkræft. Så nu har hun valgt at få alternativ behandling i Tyskland i håb om kunne leve nogle år længere for sin datter.

18 GUIDE:

Få smukke øjenbryn efter kemo

20 Viden om: Kræft og virus

Det kan være farligt for en kræftpatient at få Covid-19. Men der er også andre vira, der bekymrer eksperterne.

24 Interview

Sine Valbjørn Schlüter var nybagt mor, da hun fik konstateret brystkræft. Kort efter kemoterapien var begyndt, kom Covid-19-epidemien, og hun måtte gå i frivillig karantæne for at beskytte sit helbred.

28 Begivenheder

30 INVITATION: MBC-seminar

31 MEDLEMSKAB

Forfattere, der skriver indlæg til DBObladet, udtrykker ikke nødvendigvis redaktionens/DBO's holdning i en given sag. Næste nummer af DBObladet udkommer i oktober 2020. ISSN: 1602-8775.

Udgiver: Dansk Brystkræft Organisation (DBO) med støtte fra Kræftens Bekæmpelse
Oplag: 5.500 stk.
Redaktion: Karen Sundbøll, Michelle Farrington, Randi Krogsgaard og Elisabeth Hamerik Schwarz (ansv. red.)
Layout: Fru Farrington
Forsidefoto: Jeppe Carlsen

© Copyright Dansk Brystkræft Organisation (DBO)



DBO de næste måneder

Sammen med resten af Danmark lukkede Dansk Brystkræft Organisation ned for alle sine aktiviteter lokalt og på landsplan i marts på grund af Covid-19. Det betød, at årsmødet 14.-15. marts desværre måtte aflyses, og det samme gjaldt generalforsamlingen. Ligeledes har kredsene aflyst eller udskudt en del af deres arrangementer.

Selv om vi fortsat er sammen hver for sig, og store forsamlings ikke må mødes før på den anden side af sommeren, er det dog ikke ensbetydende med, at organisationens arbejde er gået i stå. Du kan holde dig orienteret på brystkraeft.dk og Dansk Brystkræft Organisations Facebook-side, ligesom DBO-bladet og nyhedsbrevene udkommer uændret – som altid med en pause i juli dog.

Tjek hjemmesiden løbende for ændringer i arrangementer og nyheder.

Generalforsamling 2020

På grund af Covid-19-epidemien fik Dansk Brystkræft Organisation dispensation til at udskyde sin generalforsamling, indtil det atter var forsvarligt at afholde den.

DBO's bestyrelse indkalder derfor nu til generalforsamling den 24. oktober i Skanderborg. Dagsorden og tidspunkt følger efter sommerferien – vi henviser til brystkraeft.dk for flere detaljer.

Ny e-mail til medlems-spørgsmål

Har du skiftet adresse, får du ikke DBO-bladet, vil du ind- eller udmelde dig eller noget helt fjerde medlemsrelateret?

Så skriv til medlem@brystkraeft.dk



DBO modtager Kræftens Bekæmpelses hæderspris

20 patientforeninger og -netværk fik i februar Kræftens Bekæmpelses Hæderspris 2020 – og Dansk Brystkræft Organisation var en af dem. Formand Karen Sundbøll fik overrakt prisen af formand for Kræftens Bekæmpelse Helen Bernt Andersen. Det skete ved et arrangement i Skuespilhuset i København, som også var en markering af World Cancer Day.

Slanke piger har øget risiko for brystkræft som voksne

Brystvævs tæthed og fedtindhold påvirker mammografiens sensitivitet. For jo mere tæthed og mindre fedt i brystvævet, des sværere er det at opdage kræft på røntgenbilledet.

Screeningschef ved Radiologisk Klinik på Rigshospitalet, Ilse Merete Munk Vejborg, klinik, er medforfatter på et nyt studie, udgivet i tidskriftet Journal of Clinical Medicine, som konkluderer, at kvinder med blandet eller tæt brystvæv typisk har været slanke som børn. Og det er forbundet med en øget risiko for at få brystkræft som voksen – eller at kræften er svær at opdage.

Men der er også andre faktorer, som spiller ind, viser studiet. Eksempelvis har høje piger øget risiko for at udvikle brystkræft som voksne uden at dette nødvendigvis er forbundet med tæt brystvæv.

Mammografiscreening fanger i gennemsnit 72 procent af alle de kræftknuder, som de screenede kvinder har. For kvinder med meget tæt brystvæv finder screeningen kun 44 procent. Det er også årsagen til, at kvinder under 50 år ikke er en del af det danske screeningsprogram – fordi unge kvinders brystvæv er tættere, og screening dermed kan give en falsk tryghed.

Kilde: Propatienter og DBO

Skal du med til 'Lyserød Lørdag'?

Siden 2008 er frivillige og det lokale erhvervsliv hvert efterår gået sammen om at trække i den lyserøde arbejdsstrøje og gøre 'Lyserød Lørdag' til en stor landsdækkende indsamlingsfest.

Mulighederne på 'Lyserød Lørdag' er mange, og det er næsten kun fantasien der sætter grænser for, hvad man kan arrangere. Gennem årene er der blevet løbet, danset, spist brunch, afholdt auktioner, gået tur med hunde og meget andet. Alt sammen i den gode sags tjeneste, og det store engagement på 'Lyserød Lørdag' er blevet til over 38 millioner kroner til brystkræftsagen.

Så tag udgangspunkt i det, du synes er sjovest eller er bedst til, og skab din helt eget 'Lyserød Lørdag'-event. Du er velkommen til at tage hele uge 40 i brug.

Se mere på cancer.dk/stoetbrysterne

I oktober sætter WHO som altid fokus på brystkræft

Så husk sløjfen og de mange arrangementer landet over.

Følg med på brystkraeft.dk for arrangementer, der foregår i DBO-regi.

Plastikkirurger får en million til forskning i senfølger

Overlæge, lektor og ph.d., Tine Engberg Damsgaard, fra Plastikkirurgisk Afdeling på Århus Universitetshospital har modtaget en million kroner fra Kræftens Bekæmpelse til at forske i de senfølger, som kan opstå, når kvinder er blevet behandlet for brystkræft. Forskningen skal bidrage med ny viden om senfølger samt om nyere kirurgiske teknikker kan forbedre og korrigerer følgerne af kirurgi, stråle- og kemoterapi og dermed synligere konsekvenserne af behandlingen.

Kilde: Region Midtjylland

Nu kommer der retningslinjer for arvelig brystkræft

Danish Breast Cancer Groups (DBCG) revidering af retningslinjerne på brystkræftområdet forventes færdig i 2021. Det betyder samtidig, at der vil komme en ny screeningsvejledning. Vejledningen indeholder en række anbefalinger til brystkræftscreening og er udarbejdet af DBCG og Dansk Selskab for Medicinsk Genetik. I den vil der være en række anbefalinger til, hvordan man kan lave personaliserede screeninger og screene kvinder, hvor det er kendt, at de har en genvariant i et kræft-disponerende gen.

Overlæge ved Klinisk Genetisk Klinik på Rigshospitalet og formand for det genetiske udvalg under DBCG, Anne-Marie Axø Gerdes, fortæller til Propatienter.dk, at DBCG blandt andet vil anbefale, at:

- Kvinder med TP53-genvarianter får tilbudt MR-scanning én gang om året fra 20-års-alderen.
- BRCA1-bærere vil få tilbudt årlig MR-skanning som screening for brystkræft fra 25-års-alderen.
- Kvinder over 30 år, som har patogene varianter i andre gener udover BRCA1 og TP53, vil få tilbudt henholdsvis MR- og/eller mammografi-screening fra 30-års-alderen på baggrund af radiologens kliniske vurdering, hvor blandt andet tæthed af kirtelvæv indgår.

"I sidste ende handler det selvfølgelig også om økonomi og prioritering. Vi er ved at regne på, hvor mange unge kvinder under 30 år, det drejer sig om i Danmark, så de kan blive tilbudt den nye MR-scanning," siger Anne-Marie Axø Gerdes til Propatienter.



Anne-Marie Axø Gerdes, overlæge ved Klinisk Genetisk Klinik på Rigshospitalet og formand for det genetiske udvalg under DBCG

“Når man har med mennesker at gøre, ved man, hvad man kæmper for. Og ikke mindst – hvem man kæmper for”



Advokat Søren Kroer er drevet af at gøre en forskel for andre mennesker. Men idealismen og modet til at stå op mod de store forsikringselskaber for at skaffe sine klienter erstatning, stammer fra en episode i hans 20'ere, der vendte op og ned på livet, som han kendte det.

“Hvorfor var det lige erstatningsret, jeg endte med? Hmm.”

Søren Kroer tygger lidt på spørgsmålet. Så fortæller han, at det nok er noget med, at han altid har bekymret sig om mennesker, og i stedet for at gå ind i eksempelvis erhvervsret og tjene masser af penge, ville han hellere hjælpe mennesker og tjene gode penge, som man jo nu engang gør som advokat.

Men det er ikke det fulde svar, fornemmer man. Han virker heller ikke selv helt tilfreds.

Dagen efter ringer telefonen. Det er Søren Kroer igen. “Nu ved jeg det.”

Undertegnede har oplevet det flere gange i interviews med mænd. Og skelnen mellem køn er for en gangs skyld vigtig her, for det er aldrig sket med en kvinde. Med mænd sker det til gengæld regelmæssigt, at det efter selve interviewet bliver påtrængende for dem at finde det rette svar på et givent spørgsmål. Enten fordi de ikke er helt tilfredse med det svar, de har givet, eller fordi spørgsmålet har naget dem efterfølgende. I nogle tilfælde er årsagen, at de ikke har været helt ærlige, i andre tilfælde, at de

reelt ikke har kendt svaret eller er blevet overrasket, fordi de aldrig er blevet spurgt om lige præcis det før.

Men når mænd så har fundet svaret, så svarer de også. De lægger kortene på bordet og fortæller om deres inderste frygt, sorg eller skam. Til citat.

I Søren Kroers tilfælde skulle svaret – altså på spørgsmålet om, hvorfor det var erstatningsret, han endte med at kaste sig over – findes langt inde i ham selv. Af ham selv. For ham handler det nemlig om sorg. Og tab. Om at måtte se passivt til uden at kunne gøre noget. Om at føle sig magtesløs. Om at miste. Og om et stærkt behov for at kæmpe imod.

”Jeg har faktisk aldrig fortalt det til nogen før... men i aftes sad jeg og talte med min kone om, at jeg ikke følte, at jeg havde givet dig det fulde svar. Og pludselig kom det til mig,” siger Søren Kroer.

”Årsagen skyldes, det der skete med min bedste ven.”

Om Søren Kroer

- Født 12. oktober 1976
- Gift og har to børn
- Uddannet i 2004/05.
- Har arbejdet i Patienterstatningen og siden for Elmer Advokater, hvor han blev beskikket advokat og kom om på den anden side af bordet og forsvarede patienter.
- I 2012 startede Kroer som selvstændig, og i 2015 slog han sig sammen med sin gamle kollega, advokat Jacob Fink, i advokatfirmaet KROER\FINK.

MENNESKET I CENTRUM

Som 25-årig var Søren Kroer i fuld gang med jurastudiet på Københavns Universitet. Han var nysgerrig på forskellige juridiske retninger, men stadig uafklaret om præcis, hvilken vej han ville vælge, udover at det skulle handle om mennesker.

”Jura er på sin vis et koldt fag, fordi det er styret af regler og love. Men det er også omdrejningspunktet for et samfund, og det har indvirkning på vores liv som borgere i det samfund. Tænk bare på corona-krisen, hvor vi fra den ene dag til den anden pludselig arbejdede hjemme – og accepterede det. Det er magtapparatet, der styrede det,” siger Søren Kroer.

”Jeg kan godt lide at have et arbejdsområde, der er vigtigt for mennesker, og jeg har svært ved at forstå de erhvervsadvokater, som arbejder for de store forsikringsselskaber og jublende udbryder: Vi har vundet! For hvad har de vundet udover at tage en erstatning fra et menneske, som desperat havde brug for pengene?”

Lysten til at arbejde med mennesker, kommer ikke fra fremmede. Søren Kroer voksede op med en mor, der var socialrådgiver, og en far, der var socialchef, og på den måde blev rettigheder et naturligt emne omkring spisebordet i hans opvækst. Her handlede det om at sætte mennesket i midten.

”Hvis man ikke interesserer sig for mennesker, skal man ikke sidde på min side af bordet og være på den menige mands side. Men omvendt må man heller ikke blive for blød, for det vinder man ikke sager på – man vinder sager på at være dygtigere end modparten, som i forvejen er hamrende dygtig. Og derfor skal man være ligeså hård som dem – udadtil,” siger Søren Kroer.

Det er muligvis også derfor, at han ikke med det samme kunne svare på, hvad der har drevet ham som erstatningsadvokat igennem alle årene. Det, der satte ild til hans passion og prægede hele hans ungdom.

MAGTESLØSHED BLEV TIL ERSTATNINGSRET

Søren Kroer var ved at afslutte jurastudiet, da hans bedste ven blev syg. De havde været venner siden folkeskolen og fulgt hinanden indtil nu her i start 00'erne, hvor de gjorde sig klar til at blive rigtigt voksne sammen.

Men så fik venen nogle insisterende hovedpiner.

”Man er totalt sorgløs i den alder og lever jo bare livet, videre, videre. Og pludse-



lig har ens bedste ven så fået kræft. En hjernetumor endda – og selv om du jo godt ved, at han nok ikke overlever, bliver du ved med at tro på det. For håbet er det eneste, du har. Jeg var rigtig dårlig til at tackle det. Rigtig dårlig,” siger Søren Kroer. Venen endte i et ustadigt forløb. Så tegnede det lidt lysere, så faldt det hele sammen igen. Håb. Tilbagefald. Håb. Tilbagefald. Søren Kroer mærkede en stadig større

følelse af uretfærdighed og magtesløshed og vrede over, at lægerne bare ikke kunne løse det her.

Men vreden var faktisk ikke rettet mod sundhedsvæsenet. Den var rettet mod sygdommen, som var større end dem alle. Hans bedste ven endte på plejehjem, og kort efter Søren Kroer var færdig med jurastudiet, og inden de begynde at

fylde 30 år, døde venen af den aggressive tumor.

”Indtil da havde jeg været vant til at kunne gardere mig mod ting. Det kunne jeg ikke her. Jeg kunne ikke redde ham,” fortæller Søren Kroer:

”Nu jeg har tænkt over det, ved jeg, at det var magtesløsheden, som fik mig ind

i erstatningsretten – det var et forsøg på at hjælpe andre, når jeg nu ikke kunne hjælpe ham. Det er til ære for ham.”

IND BLANDT DE STORE SPILLERE

Små 20 år efter synes Søren Kroer stadigvæk, at det var hamrende uretfærdigt, at vennen skulle dø så tidligt. At de aldrig fik lov til at blive rigtigt voksne sammen og møde hinandens børn og koner. Det er den drivkraft, der ligger så dybt i ham, og muligvis den, der gør, at han kan tackle sine modparter, der ofte kommer fra de store forsikringsselskaber, og hvor alt handler om penge. Han er sat i verden for at hjælpe de små mod de store. For han ved, hvad sygdom og desperation kan gøre.

Efter vennens død fik Søren Kroer job i det, der i dag hedder Patienterstatningen, men dengang hed Patientforsikringen. Her lærte han reglerne indgående, idet en

Om KROERFINK

Samarbejder med patientorganisationer og fagforeninger om patient-skade- og arbejdsskadesager, og har været DBO's faste samarbejdspartner siden 2012.

Som medlem af DBO hjælper KROERFINK dig gratis med at gennemgå din sag og rådgive dig om dine muligheder. Har du allerede en sag kørende, er du også velkommen til at kontakte dem.

Kontakt@kroerfink.dk eller
tlf. 71 99 29 29

del af hans job handlede om at behandle – og afvise - sager. I perioden, hvor han arbejdede her, fik han af gode grunde ikke sager om hjernetumorer, men han opdagede til gengæld, at der var utroligt få sager på brystkræftområdet, på trods af at det er den mest udbredte kræftsygdomme blandt kvinder.

”I dag vinder vi sager, der handler om de senfølger, kvinder med brystkræft har fået, og vi får omgjort afgørelser på sundheds- og fagforeningsområdet. Som et lille advokatkontor er det en ære at få lov til at spille med de helt store spillere,” siger Søren Kroer.

43-årige Søren Kroer har siden 2015 haft advokatfirmaet KROERFINK sammen med en tidligere kollega fra Patienterstatningen, Jacob Fink. Deres speciale er erstatning og forsikringsret indenfor arbejdsskadeområdet og sundhedsområdet. Begge har de en god fornemmelse for, hvornår en sag har noget særligt. Det er tiden fra Patienterstatningen, der har lært Søren Kroer det. Og selv om han ikke vinder alle sager, kommer der som regel altid noget godt ud af det. For han går specifikt efter at føre de principielle sager.

Sidste år førte Søren Kroer en meget principiel sag om ressourcemangel på brystkræftområdet helt til højesteret – og tabte. Sagen, som også Dansk Brystkræft Organisation var involveret i, handlede om en kvinde, der grundet ressourcemangel i Region Hovedstaden havde udviklet brystkræft, fordi hun ikke var blevet undersøgt i tide. Søren Kroer var sikker på, at her var en sag, som han ville vinde. Men nej.

”Jeg fandt det totalt urimeligt, men det gjorde en række politikere også. Så nu er der vedtaget en lov om, at regioner ikke kan tilsidesætte kræftundersøgelser på grund af ressourcemangel. Så ja, sagen blev desværre tabt for én kvinde, hvilket påvirkede mig dybt, men den endte med at sikre, at det ikke kan ske for andre,” forklarer Søren Kroer.

TIL KAMP MOD TÅLEREGLEN

Og sådan er det med jura. Den er firkanter og arter sig ikke altid, som man godt kunne tænke sig. Til gengæld kan den også tolkes på forskellig vis, og på den måde kan man finde hjemmel i den til at lave love om. Men juraen kan også være en skærsild for de uindviede, hvor det nemt kan føles som om, at man steges sagte i paragraffernes navn. Det er her, hvor tålmodigheden gør sig gældende.

For at sige det på en politisk korrekt facon, er erstatningssager nemlig et langt, sejt træk.

”Jeg oplever ofte, at folk anker for hurtigt. Men hvis du anker noget, du ikke skulle have anket, risikerer du at miste det hele. Det kan godt føles uretfærdigt, at naboen har fået tildelt tre millioner kroner, mens du selv har fået tilkendt 80.000, men ofte er naboens kendelse et resultat af en lang proces,” siger Søren Kroer.

Et godt eksempel er en fortsat verserende sag, hvor en 61-årig mand blev opereret for en kræfttumor og blev hjerneskadet. Sagen blev afvist som en sag under tålereglen – altså hvor meget man skulle kunne tåle som kræftpatient. Søren Kroer

førte sagen igennem fem år fra Patienterstatningen til højesteret, hvor han vandt sagen.

”Kræftpatienter er gennem årene blevet behandlet meget hårdere end eksempelvis hjertepatienter – de har nærmest har skullet kunnet tåle alt, ifølge tålereglen. Denne mand kunne alt, inden han blev syg, men kunne intet efter operationen og endte i en kørestol med en alvorlig hjerneskade,” siger Søren Kroer:

”Vi vidste fra starten, at argumenterne ikke holdt, og sagen har da også gjort, at retspraksis er ændret. Sagen er stadig i gang, men enken – idet manden er død i mellemtiden – har indtil videre fået en meget stor erstatning, og det er kun rimeligt, når man ser på, hvad de har gået igennem.”

I advokatfirmaet KROERFINK tilbyder man gratis at se på sager. Det gør de selvfølgelig ikke kun for deres blå øjnes skyld, men fordi der, i udgangspunktet, ikke er

Hvis du vil søge om erstatning:

- Tjek dine forsikringer. Eksempelvis er der en retshjælpsforsikring indbygget i din indboforsikring og ofte en forsikring om tab af erhvervssevne i din pensionsordning.
- Vær opmærksom på, at selv om mange danske advokatfirmaer slår sig op på at være specialiseret i erstatningsret, er kun ganske få advokatfirmaer det. Et af dem er KROERFINK.
- Selv om du ikke ved, om du har en sag, indberet den for en sikkerheds skyld – den forældes nemlig efter tre år.
- Hvis du ikke forstår en afgørelse, og inden du anker, bør du altid rådføre dig med en advokat – særligt i afgørelser, hvor der gives erstatning. Du kan nemlig risikere at miste noget af din erstatning, hvis du anker og taber.



ret mange penge at komme efter, når folk søger erstatning.

Så som advokat handler det om at finde de sager – som den om ressourcemangel i Region Hovedstaden – der er stærke nok til, at firmaet kan føre dem helt til dørs.

Udover at det er det, der giver penge i kassen, er det også det, der ændrer ved loven, og altså i sidste ende patientrettighederne og muligheden for at få erstatning, hvis der sker fejl.

”Vi advokater er jo lidt som bedemænd, tandlæger og forsikringsmæglere – du tænker ikke på os, før du har brug for os. Jeg ved, hvor desperate folk kan være, for det er de ofte, når de kommer til os, og det gør følelsesmæssigt indtryk. En erstatning er kun penge, ja, men det betyder temmelig meget, hvis du er blevet lagt ned af sygdom eller ulykke. Folk mister deres arbejde, de bliver skilt og mister huset, og de historier kommer ind under huden på én. Når advokaterne på den anden side af bordet siger: ’Vi vandt,’ er det fordi, de ikke har med menneskerne at gøre. For når man har med mennesker at gøre, ved man, hvad man kæmper for. Og ikke mindst – hvem man kæmper for.”

NÅR HVER DAG OG HVER KRONE TÆLLER

Hvad gør du, når du er uheldelig syg af en type brystkræft, der er resistent over for livsforlængende kemo?

For alenemor Caroline Wesselhøft er løsningen en alternativ behandling på en klinik i Tyskland. Men det kan kun lade sig gøre, fordi hun har startet en indsamling på nettet.

Når 44-årige Caroline Wesselhøft løber i bare tæer på stranden, løber hun på forfoden, fordi det giver hende ekstra energi. Og guderne skal vide, at hun har brug for det. Hun er ramt af en uheldelig triple-negativ brystkræft, og i Danmark kan hun kun få livsforlængende behandling, som sandsynligvis medfører skrappe bivirkninger.

Caroline føler sig ikke syg, og af hensyn til sin seksårige datter vil hun ikke risikere at få bivirkninger og en forværret livskvalitet, hvis hun kan hjælpes et andet sted i verden. Derfor har hun valgt en alternativ behandling på en klinik i Tyskland. Hun er netop hjemvendt fra sin anden behandling, da dette interview til DBO-bladet finder sted, og hun har det efter omstændighederne godt.

Triple-negativ brystkræft

Cirka 15 procent af alle brystkræfttilfælde er såkaldt triple-negativ brystkræft, hvor cellerne hverken er følsomme over for antihormon eller anti-HER2-behandling.

Behandlingen af triple-negativ brystkræft er som regel en operation efterfulgt af kemoterapi og strålebehandling. Hvis der er spredning til lymfeknuderne, og/eller knuden er større end to centimeter får man kemoterapi forud for operation.

Atezolizumab er en type immunterapi, der kan bruges til behandling af triple-negativ brystkræft med spredning. Målet med denne behandling er livsforlængelse og forbedring af livskvaliteten ved at lindre sygdommens symptomer.

Kilde: cancer.dk

INGEN BIVIRKNINGER, MEN HUN ER TRÆT.

Men det er ikke noget nyt. Alenemoren har været træt, siden hun fik konstateret brystkræft i 2018, hvor hun på daværende tidspunkt boede med sin datter i Frankrig. En aften i januar 2018 lå hun på sin venstre side og opdagede, at hun var meget øm. Da hun mærkede efter, opdagede hun en mandelstor knude i sin venstre armhule. Få dage efter tog hun på hospitalet og fik konstateret brystkræft.

”Jeg troede, at brystkræft var brystkræft, men jeg fik at vide, at min type brystkræft er en aggressiv type, så jeg skulle have 12 omgange kemoterapi, og lægerne anbefalede, at jeg både fik fjernet det syge venstre bryst og det raske højre bryst,

fordi der var forkalkninger, der kunne være forstadier til kræft,” fortæller Caroline Wesselhøft.

Efter to omgange kemoterapi i Frankrig rejste hun tilbage til Danmark, fordi det var for svært at forsørge sig selv og datteren der, samtidig med at hun skulle igennem et kræftforløb. I Danmark lød vurderingen, at hun skulle have 16 omgange kemoterapi før operationen, og at hun kun skulle have fjernet det venstre bryst.

”Jeg tudede og var meget bange for at få kemo. Jeg havde voldsom dødsangst hver gang og gik både til hypnose og talte med en psykolog for at tackle angsten for at dø af behandlingerne og fra min datter,” fortæller hun.

Caroline Wesselhøft valgte at lytte til sin angst og sin krop. Hun trodsede derfor familiens bekymringer og advarslerne fra onkologerne – og midt i forløbet afbrød hun kemobehandlingerne. I stedet fik hun fjernet sit venstre bryst, men en efterfølgende test af tumoren viste, at hendes kræft var resistent over for kemobehandling.

”Jeg ville derfor også gerne have fjernet det højre bryst forebyggende, men det blev afslået med begrundelsen, at man ikke fjerner raske bryster i Danmark,” siger Caroline Wesselhøft.

Hun sukker.

For da hun vågnede efter bortoperationen af sit venstre bryst, lå hun ironisk nok på stue med en 18-årig kvinde, der havde fået

fjernet begge sine raske bryster, fordi hun ville være en mand:

”Jeg sagde til lægen, at jeg så egentlig også gerne ville være en mand. Lægen blev noget overrasket, men kunne desværre ikke gøre noget for at ændre de gængse retningslinjer.”

EN JUNGLE UDEN GARANTIER

Da Caroline Wesselhøft fik fjernet det venstre bryst, fik hun også fjernet 11 lymfeknuder. Kræften havde spredt sig til 10 af dem. Derfor fik hun lavet en PET-scanning, der viste, at der ikke var kræft andre steder i hendes krop.

I og med at hun blev vurderet kræftfri, fik hun 28 forebyggende strålebehandlinger. Men hun tvivlede på, om hun virkelig var rask. Da hun var færdig med strålebe-

Højdosis C-vitaminbehandling

Det anbefales, at vi får mindst 75 mg c-vitamin om dagen. Ved højdosis behandling med C-vitamin får man typisk mellem 50-250 gange det anbefalede daglige indtag. I nogle tilfælde gives behandlingen som piller, i andre tilfælde direkte i blodbanen ved indsprøjtninger (i drop). Forskerne ved endnu ikke, om C-vitamin har en effekt på kræftceller, men C-vitamin kan påvirke effekten af kemoterapi og strålebehandling. Tal derfor med din læge, hvis du overvejer C-vitamin i højdosis.

Kilde: cancer.dk



Caroline på Læsø sammen med sin datter Angelina.

handlingerne i december 2018, forsøgte Caroline Wesselhøft at undertrykke sin angst for tilbagefald og gik i stedet i gang med genoptræning. Den forløb godt.

Men i oktober 2019 opdagede Caroline en knude i sin højre armhule. Det viste sig, at hun atter havde brystkræft. Tilbagefald i lymferne og begge armhuler.

”Jeg blev tilbudt kemoterapi, men behandlingen er i bedste fald livsforlængende, og min type brystkræft er jo kemoresistent, så jeg ville hellere prøve alternativ behandling i udlandet,” fortæller hun.

Det er dog en jungle at finde rundt i de mange forskelligartede tilbud om alternativ kræftbehandling i udlandet. En del af Caroline Wesselhøfts research foregik derfor via Facebook, og her mødte hun en dansk, kvindelig læge, der led af den samme type brystkræft som hende selv. Kvinden anbefalede en klinik i Tyskland, og Caroline Wesselhøft undersøgte det nærmere.

”Jeg oversatte min journal til engelsk og kontaktede klinikken. Behandlingen var på eget ansvar, og jeg skulle selv betale. Der gives ingen garantier, men min type brystkræft har alligevel kun en succesrate



Selv om landegrænserne i skrivende stund er lukket på grund af corona-krisen, har Caroline tilladelse til at fortsætte sin behandling i Duderstadt i Tyskland.

på 1-5 procent ved den konventionelle behandling i Danmark, så derfor var jeg villig til at forsøge noget andet," siger Caroline Wesselhøft.

En behandling kan dog løbe op i mange hundrede tusinde og helt op til en million kroner. Penge, som Caroline Wesselhøft ikke sådan lige kunne rejse til formålet. En af hendes venner foreslog derfor at lave en indsamling på nettet, så hun kunne få råd til de dyre, tyske behandlinger.

"Jeg kan ikke se logikken i, at jeg selv skal betale for behandlingen. Selv om den er dyr, koster den ikke mere, end hvis jeg takkede ja til livsforlængende behandling herhjemme. Det er også grænseoverskridende for mig at stå frem i medierne og fortælle om mit sygdomsforløb og mit valg af behandling, der hverken anbefales i Danmark eller i Tyskland. Men jeg gør det både for at kunne hjælpe andre i samme

situation og for at få fokus på min indsamling, hvor hver en krone tæller," siger Caroline Wesselhøft.

SKRÆDDERSYET BEHANDLING UDEN BIVIRKNINGER

Klinikken Praxismgemeinschaft für Zelltherapie ligger i Duderstadt i Tyskland. Behandlingen er en form for immunterapi, en dendritcellebehandling hvor hun har fået høstet sine hvide blodceller, som derefter er blevet behandlet på et laboratorium i syv dage. En gang om måneden får hun en indsprøjtning i låret med de behandlede celler, der fungerer som en slags vaccine, der skal vække kroppens eget immunforsvar til at slå kræftcellerne ihjel.

"I Tyskland får jeg en skræddersyet behandling, som jeg føler mig tryk ved. Jeg har mødt andre uheldelige kræftsyege på klinikken, der er blevet hjulpet, selv om deres behandlingsmuligheder i hjemlan-

det var udtømte – blandt andet en mand fra New York, der havde seks måneder tilbage at leve i. Han bliver nu behandlet på syvende år dernede," fortæller Caroline Wesselhøft:

Om Caroline Wesselhøft

Alder: 44 år

Civilstatus: Alenemor til Angelina på 6 år

By: Aalborg

Uddannelse: Har tidligere arbejdet med fødevarerkontrol af vaniljestænger og haft rettighederne til et smykkeagentur i Frankrig. Efter hun blev syg, justerer hun sin HF i Danmark op for at kunne læse jura.

Diagnoseår: 2018



Sådan ser det ud, når Caroline får ozonbehandling i Duderstadt.

"Jeg har også talt med en dansk kvinde, hvis aggressive kræftform har holdt sig i ro i otte år, selv om hun var opgivet af det danske sundhedssystem. Sådan nogle historier giver mig håb."

Caroline Wesselhøft ved ikke, hvor længe hun selv har tilbage, men hun håber, at behandlingerne i Tyskland er hendes bedste mulighed for at være mor for sin datter, Angelina, i nogle år endnu.

Udover den alternative immunterapi-behandling i Tyskland får Caroline blandt andet også homøopati, højdosis c-vitamin-behandlinger og ozonbehandlinger, der ilter hendes blod.

"Jeg er i en situation, hvor jeg er ligeglad med evidensen. Jeg er nødt til at forsøge, og den homøopatiske behandling, som jeg egentlig ikke tror særlig meget på i udgangspunktet, er måske grunden til, at

mine blodprøver nu for anden gang har overrasket lægen i Tyskland positivt," siger Caroline Wesselhøft.

Hvis behandlingen i Tyskland ikke virker, vil hun søge andre veje. Den allersidste udvej er en form for immunterapi på et dansk hospital. Bivirkningerne er meget skræppe, så indtil videre har hun takket nej. Først vil hun gennemføre behandlingen i Tyskland, der måske kan give hende flere år at leve i uden bivirkninger.

Hendes datter er hjemme under interviewet, og Caroline Wesselhøft slår tydeligt berørt over i engelsk, når talen falder på seksårige Angelina.

"Hun ved, at jeg er syg af brystkræft, men hun ved ikke, hvor syg jeg er. Jeg har sagt til hende, at jeg nok skal blive okay, men jeg kan mærke, at hun er påvirket. Hun krammer mig mere, end hun plejer, og

hun bekymrer sig for mig," siger Caroline Wesselhøft og tilføjer, at hun er meget taknemmelig for alle dem, der indtil videre har støttet hendes indsamling:

"Jeg er dybt rørt. Det er meget opløftende at opleve deres støtte i denne tid. Jeg føler, at de er med til at redde mig."

Sådan kan du støtte

Du kan støtte Caroline Wesselhøft indsamling direkte på indsamlingskontoen, som er kontrolleret af indsamlingsnævnet, konto 5079 1844553 eller hos gofundme.com

Du finder indsamlingen ved at søge på 'Caroline Wesselhøft' eller indtaste webadressen gofundme.com/f/hjlp-caroline-med-krft-behandling-i-udlandet

DET SKAL DU HUSKE, INDEN DU TAGER TIL UDLANDET FOR AT FÅ KRÆFTBEHANDLING

Overvej du at tage til udlandet og få kræftbehandling for egen regning? Kræftens Bekæmpelse har samlet en række spørgsmål og gode råd, som du bør tage stilling til, inden du tager springet.

TAG KONTAKT TIL HOSPITALET I UDLANDET

Hvis du ikke kan få den behandling herhjemme, som du ønsker dig, og i stedet har fundet et udenlandsk hospital, hvor du kan få den ønskede behandling, kan du selv tage kontakt til hospitalet og høre om muligheder for selv at betale.

LÆGERNE I UDLANDET SKAL KENDE DIT SYGDOMSFORLØB

Det er en god idé at undersøge på forhånd, hvad lægerne i udlandet har brug for at vide om dit sygdomsforløb. I udgangspunktet skal lægen som minimum have et kort resumé på engelsk af dit sygdomsforløb, der indeholder oplysninger om alder, køn og tidligere sygdommen samt dato for diagnose og behandling og beskrive din aktuelle almene tilstand. Desuden skal der være vedlagt en kopi af de seneste blodprøvesvar og scanninger.

Hvis du sender journalresuméet elektronisk, kan det være en god idé at vedhæfte en fil med din seneste scanning. Vær dog opmærksom på, at dit danske hospital kan forlange betaling for kopien. Du har dog ret til aktindsigt i din journal, og hospitalet skal som udgangspunkt imødekomme din anmodning inden for syv dage, eller meddele hvornår den kan imødekommes.

GÅ IKKE PÅ KOMPROMIS MED INFORMATION OM BEHANDLINGEN

Du må aldrig gå på kompromis med information om behandlingen – heller ikke, når du skal behandles i udlandet. Spørg, hvad behandlingen går ud på, hvad effekten er, hvilke følgevirkninger, der kan være, og hvor længe du skal regne med, at behandlingen varer. Bed også om at få kopier af journal og undersøgelser med til eget brug, så du kan orientere dine danske læger om den behandling, du får i udlandet.

TAL MED DIN EGEN LÆGE

Tal med din egen læge om den behandling, du har valgt – inden du tager afsted. Det er nemlig godt, at du ved, hvilket muligheder du har, når du vender tilbage til det danske sundhedsvæsen, samt hvordan din læge kan støtte dig i forbindelse med din kræftbehandling i udlandet.

DU HAR STADIG RET TIL KONTROL OG BEHANDLING I DANMARK

Selv om du har valgt at blive behandlet i udlandet, mister du ikke din ret til at blive behandlet og kontrolleret for din sygdom herhjemme. Når du kommer hjem, har din danske læge ansvaret for din fortsatte behandling, og det er dermed din læge, der tager stilling til omfanget af undersøgelser og kontroller. Hvis lægerne i udlandet anbefaler, at bestemte undersøgelser eller behandlinger fortsætter i Danmark, er din danske læge dog ikke forpligtet til at følge disse anbefalinger. Skulle du få problemer med dette, kontakt behandlingsstedet i udlandet og hør, hvilke løsninger de foreslår.

FORBERED TRANSPORT OG LOGI

Det er en god idé at spørge behandlingsstedet, hvad der er inkluderet i prisen – er eksempelvis mad og medicin inkluderet? Spørg også til, hvor længe du skal regne med, at behandlingen står på – inklusive hvis det trækker ud – så ved du, hvad du i værste fald kan regne med af udgifter. Sørg samtidig for at forberede transport og logi.

TAG EN LEDSAGER MED

Det kan være en stor fordel at have en ledsager med under hele eller dele af opholdet. I nogle lande forventes det nemlig, at det er den pårørende, som står for at passe og pleje dig. Så husk at undersøge, om det er forventet, og hvor din ledsager kan bo, og hvad det vil koste.

UNDERSØG DINE MULIGHEDER FOR AT KLAGE

Når du ikke har en henvisning til behandling i udlandet fra det danske sundhedsvæsen, gælder de danske regler for klage og erstatningsadgang ikke. Undersøg derfor dine muligheder i det pågældende land.

TJEK DINE FORSIKRINGER

Undersøg om du er omfattet af en forsikring, eksempelvis en sundhedsforsikring eller anden form for forsikring, som eventuelt kan dække nogle af dine udgifter til behandling i udlandet.

DU KAN MISTE RETTEN TIL SYGEDAGPENGE

Det er derfor en god idé at tale med din kommune, inden du rejser, hvis du er på sygedagpenge. For tager du til udlandet for at blive behandlet, kan du i visse tilfælde miste retten til sygedagpenge under opholdet.

REJSEFORSIKRING

Undersøg altid om du er dækket af en privat rejsesygeforsikring, eller om du kan tegne én, når du tager til udlandet for at lade dig behandle. Husk også at undersøge, om du er forsikret i tilfælde af dødsfald i udlandet. OBS: Det blå EU-sygesikringskort dækker ikke planlagt behandling, hvor formålet med opholdet alene er at modtage den pågældende behandling. Det gule sundhedskort gælder kun for rejser til Grønland og Færøerne, ikke EU/EØS landene.

FÅ EN ERKLÆRING FRA FLYSELSKABET

Alle kritisk syge kræftpatienter, der skal flyve, skal udfylde en erklæring – en såkaldt MEDIF (Medical Information Form). Kontakt dit flyselskab for at høre mere.

HVIS DU HAR BRUG FOR HJÆLP

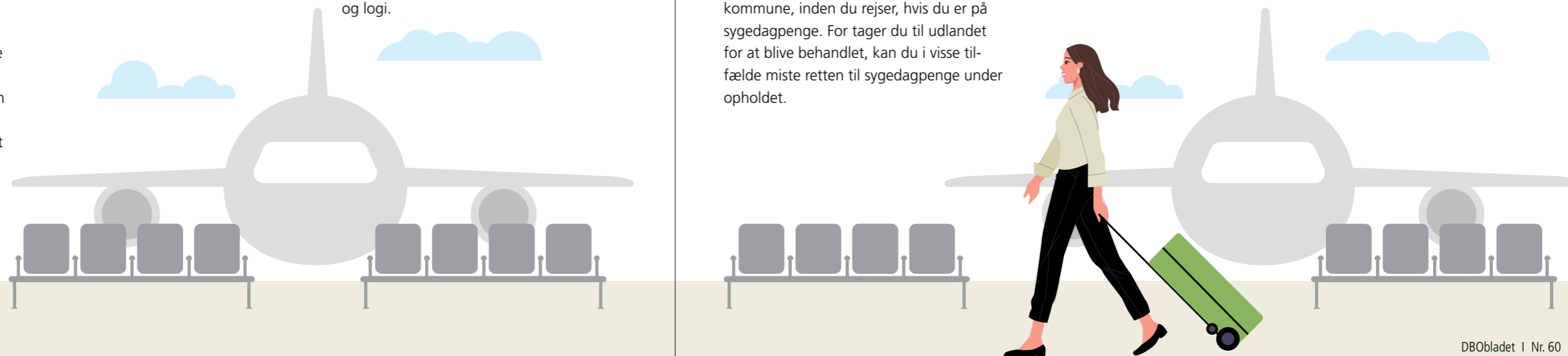
Husk: Du kan altid kontakte den danske ambassade eller konsulatet i det pågældende land, hvis du har brug for råd og vejledning.

KONTAKT EN RÅDGIVER

Det kræver grundige overvejelser at tage til udlandet for at få behandling. Ved at tale med en rådgiver i Kræftens Bekæmpelse kan du blive klogere på, hvad der er vigtigst for dig, og hvilke eventuelle konsekvenser dit valg har. Du kan også få styr på dine rettigheder, og hvad du skal tænke over, hvis du tager til udlandet på egen hånd.

Du kan ringe til kræfttrådgiverne eller Kræftlinjen i Kræftens Bekæmpelse på tlf. 80 30 10 30 på hverdage mellem klokken 9 og 21 og i weekenden mellem klokken 12 og 17. Du kan også finde en lokal kræfttrådgivning på cancer.dk

Læs mere om behandling i udlandet på cancer.dk



Sådan får du smukke øjenbryn efter kemo

De fleste kvinder mister øjenbrynene under kemoterapi, og ligesom at hårets tekstur kan ændre sig efterfølgende, kan øjenbrynene det også. Mens en del oplever, at de kommer tilbage i en (for) tynd variant, oplever få også, at de slet ikke vokser ud igen. Det er en kunst at tegne øjenbryn op, når hårene mangler – men alle kan lære det. Helle Gammelgaard fra Look Good Feel Better guider til, hvordan du får smukke øjenbryn.

Valg af farve

Måske du lægger mærke til, at mange unge kvinder i bybilledet har meget brede og ofte mørke øjenbryn. Looket er på mode, men vil du gerne have et mere naturligt look, skal du gå efter noget lysere. En lysebrun øjenbrynsblyant er ofte et hit til de skandinaviske farver, og er du mørkere, så vælg en mellembrown.

Tip!

Vejlen frem er ordentligt værktøj, så lad være med at bruge kohlen fra makeup-pungen – den er for tyk i strengen og vil klatte. Invester i stedet i en reel øjenbrynsblyant med børste for enden. Så får du et meget pænere resultat. Flere af highstreet-mærkerne såsom L'Oréal og Maybelline laver øjenbrynsblyanter til en fornuftig pris.

Tip til dig med lidt øjenbryn

Følg formen på dit eksisterende øjenbryn – så får du det mest naturlige look.

Valg af produkter

Der findes et stort udvalg af øjenbrynsremedier efterhånden, og selv de billigere mærker har et stort udvalg. Hvilket produkt, man skal bruge, kommer dog an på temperament og tykkelse af øjenbryn.

Øjenbrynsblyant - Har du slet ingen øjenbryn, gå altid efter øjenbrynsblyanten. Med den kan du tegne fine små streger. Husk at spidse den af og til.

Øjenbryns mascara - Har du lidt øjenbryn, eller er dine øjenbryn meget lyse, kan en øjenbryns mascara give dig et super resultat lynhurtigt.

Øjenbrynskit - Ønsker du mere definerede øjenbryn, kan et øjenbrynskit være sagen. Det lille kit ligner en øjenskygge, og i det er der som regel to farver, som du kan bruge hver for sig eller kombinere. Har du en lysebrun øjenskygge, fungerer den også fint.

For et prof look

En god blyantspidser – som er lavet til makeup.

En gennemsigtig bryngelé – definerer og får øjenbrynet til at se naturligt ud, når du har tegnet det op.

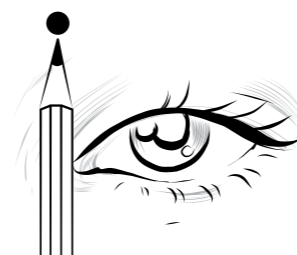
En øjenbrynsbørste – sidder i den ene ende på de fleste øjenbrynsblyanter, men kan også købes separat.

Pincet – Selv om man ikke har meget øjenbryn, kan hår godt gro ud det forkerte sted. Overpluk aldrig som dengang i 90'erne, men pluk altid de vildtgroende hår.

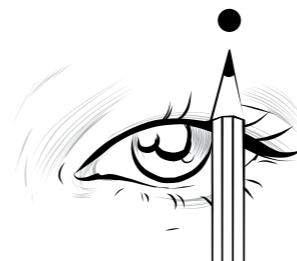
Tip!

Brug tid på at tegne dit øjenbryn op – især i starten. Intet øjenbryn er pænere end et overrasket, skævt eller skovsnegleformet øjenbryn.

Sådan tegner du et øjenbryn op – hvis du slet ikke har noget



1. Placer en blyant eller pensel lodret ud fra den inderste øjenkrog og næsefløjen. Sæt en prik, dér hvor brynets øverste kant skal begynde.



2. Kig lige ind i spejlet og placer blyanten lodret ud for den yderste kant af iris (øjets farvede del). Sæt en prik dér hvor brynets øverste kant skal være.



3. Brynets længde beregnes ved at måle den skrå vinkel mellem næsefløjen og den yderste øjenkrog og markeres med en prik.



4. Nu er øjenbrynets form markeret med tre små prikker.



5. Forbind de tre prikker med små skrå streger i udadgående retning – bredest ved næseryggen og smallere ud mod tindingen.



6. Så er du i mål med dit øjenbryn.

De mere permanente løsninger

Er du træt af at tegne øjenbrynene op hver dag, kan mere permanente løsninger være en mulighed. Få din frisør til at farve og rette dine øjenbryn eller gør det selv. Du kan også overveje at få tatoveret dine øjenbryn med den såkaldte "feathering"-metode, hvor tatovøren tegner helt fine streger, der ligner hår. Det anbefales dog ikke, mens du er i gang med kemoterapi.

Look Good Feel Better er en humanitær forening, som blev stiftet i Danmark i 1997 af flere ledende kosmetikvirksomheder. LGBF har sin oprindelse i USA, hvor konceptet blev udviklet i et samarbejde imellem den amerikanske kosmetikbrancheforening, den amerikanske kosmetologforening og American Cancer Society. I dag støtter mere end 20 førende virksomheder og kosmetikmærker på det danske marked Look Good Feel Better's arbejde, hvor målet er at give kræftramte kvinder en positiv oplevelse i hverdagen og hjælp til bedre selvværd i en yderst vanskelig periode i deres liv.

Covid-19, influenza
og alle de andre vira:

Derfor er du i risikozonen, når du har kræft

De svageste skal være de stærkeste. Sådan lød Statsministerens budskab til de ældre og syge danskere, da corona-epidemien brød ud i foråret. Budskabet handlede om, at man som eksempelvis kræftsyg skulle passe ekstra godt på sig selv. Men i en globaliseret verden er pandemier en risiko, som vi nok skal lære at leve med. Så hvordan gør du bedst det som kræftsyg?

Da statsminister Mette Frederiksen lukkede Danmark ned i marts, var budskabet klart: Vi gør det for de svage og de ældres skyld. Nædlukningen skyldtes, at hospitalerne skulle være klar til, når Covid-19, eller populært kaldet Corona-virus, for alvor gjorde sit indtog. Og i den proces skulle de ældre og svage beskyttes, da de var de allermost udsatte. Under ordet "svage" hører de kronisk syge og syge danskere. Det er eksempelvis kræft-, hjerte- og lungepatienterne.

Men udfordringen er, at vi endnu ikke ved ret meget om Corona, udover at den stammer fra en kinesisk flagermus, er i familie med SARS og i Statsministerens ord er en "lumsk sygdom".

På rekordtid har danske læger derfor startet et landsdækkende forskningsprojekt blandt patienter med blodsygdomme og kræft, som indlægges på hospitalerne med Covid-19. Afdelingslæge, klinisk lektor med speciale i brystkræft og Ph.d. ved

Onkologisk Afdeling Odense Universitets-hospital, Annette Raskov Kodahl, er en af disse specialister.

"Vores patienter spørger, hvordan de skal forholde sig, og om de er i øget risiko. Det korte svar er, at de skal efterleve myndighedernes retningslinjer. Men alt er jo hidtil gjort ud fra teorier, fordi Covid-19 er en ny sygdom, og der derfor ikke findes bred data over, hvordan kræftpatienter reagerer på sygdommen," siger Annette Raskov Kodahl:

"Vi vil ikke kunne få et overblik over, hvor mange kræftpatienter der bliver syge af corona, fordi der jo kan være patienter, som får virus uden at blive syge. Derfor er formålet at indhente viden om, hvordan

det går med de udsatte patienter, som får virusset, så vi bedre vil kunne hjælpe dem, når næste bølge rammer. I mellemtiden kan vi jo håbe på, at vi kommer op på at teste så mange, at vi på et tidspunkt ville kunne koble cancerdiagnoser med Covid-19."

SVÆRT AT BEKÆMPE

Hvis man er hjertesyg, har metastatisk kræft eller eksempelvis går igennem kemoterapi eller anden behandling, som nedsætter immunforsvaret, er man en af dem, som er i risikozonen.

"Det handler ikke om, at du nemmere får sygdommen, men om at det kan være sværere for dig at bekæmpe sygdommen. Det gælder sådan set alle vira – også

eksempelvis influenza," forklarer Annette Raskov Kodahl:

"Og det er derfor, at du som eksempelvis kemopatient skal tage dine forholdsregler."

De forholdsregler kan eksempelvis være at få andre til at købe ind for dig og undgå store forsamlings, men det betyder ikke, at du skal spærre dig selv inde, eller ikke at gå til de undersøgelser, som du er indkaldt til.

"Det er ikke sundt at være totalt isoleret og ikke at bevæge sig – hverken for psyken eller kroppen. Så kom endelig ud, og løb eller gå en tur. Bare sørg for, at du ikke bliver kold, for det kan gøre dig mere

modtagelig overfor vira, og det er ikke godt, hvis du har et nedsat immunforsvar," forklarer Annette Raskov Kodahl:

"Samtidig skal du selvfølgelig tage til de behandlinger og undersøgelser, som du er indkaldt til. Omvendt skal du ikke være bekymret for, at vi aflyser eventuelle tjek – det gør vi kun, når det er forsvarligt."

Grunden til, at man siger, at kræftpatienter er i risikozonen, når det gælder potentielt alvorlige vira som Covid-19, er fordi, man risikerer, at sygdommen rammer hårdere, samtidig med at den er sværere at bekæmpe for kroppen – og det er en dårlig kombination.

”Det bedste man kan gøre som kræftpatient eller hvis man på anden måde er udsat, er at blive vaccineret mod både influenza og lungebetændelse til efteråret,”

Allan Randrup Thomsen

”Men det handler mere om immunforsvaret end om kræften – det vil sige, at vi heldigvis ingen grund har til at tro, at man eksempelvis skulle være i større risiko, hvis man er raskopereret og ikke er i forebyggende kemoterapi,” siger Annette Raskov Kodahl.

EN VIGTIG FORSKEL PÅ CORONA OG INFLUENZA

Men virus – ikke kun Covid-19 – kan være uforudsigelig. En influenza, der umiddelbart er helt uskyldig for de fleste, kan på et menneske med nedsat immunforsvar ramme med en kraft, så han eller hun kan komme i direkte livsfare. I de første resultater fra de coronaramte patienter i Kina, viste det sig da også, at det primært var

Hvis du er kronisk kræftsyg eller i kemoterapi: Det skal du huske, når virus er i omløb

- God hygiejne – vask hænder og brug håndsprit
- Gå gerne ud og få frisk luft, men hold dig fra steder med mange mennesker, hold afstand og undgå at blive kold
- Få andre til at købe ind for dig – eller køb ind online
- Bliv vaccineret mod influenza og lungebetændelse (pneumokokker)
- Vær ordentligt behandlet for evt. herpes eller kroniske sygdomme, der kan påvirke dit immunforsvar

folk med kroniske sygdomme eller svækket immunapparat, som døde af sygdommen. Det forklarer professor i virologi ved Institut for Immunologi og Mikrobiologi på Københavns Universitet, Allan Randrup Thomsen.

”Det var dog langt fra alle, som døde – det lod bare til, at risikoen var højere. Det er herfra, at opfordringen til, at risikogrupper isolerer sig, stammer fra. Og det er desværre ikke sådan, at de særligt udsatte kan slappe af i takt med, at Danmark åbner. De vil være i risikozonen, indtil den dag vi finder en vaccine”, siger Allan Randrup Thomsen.

Corona minder om influenza så langt som, at vira rammer samme organer og spredes på samme måde i kroppen, hvorfor symptomerne i begyndelsen kan forveksles med en almindelig influenza. Men forskellen på corona-virus er, at den starter som en infektion i svælget, som herfra kan sprede sig ned i lungerne og derfra ud i kroppen – og det er det, der gør den alvorlige variant af Covid-19 dødelig i værste fald. Yderligere spredes den sig langt mere end influenza – hvor en influenzapatient i gennemsnit nøjes med at smitte godt og vel en enkelt, har det vist sig, at en coronapatient i gennemsnit smitter tre andre. Og det er sådan, det ender som en epidemi.

”Det bedste man kan gøre som kræftpatient eller hvis man på anden måde er udsat, er at blive vaccineret mod både influenza og lungebetændelse til efteråret,” siger Allan Randrup Thomsen:

”Det har ikke en direkte effekt på det nye virus, men virus baner vejen for bakterier

– og når du ikke er vaccineret, er du ekstra sårbar. Bliver du til gengæld vaccineret, kan du samle dine ressourcer om den ene virus og dermed give din krop og dit immunforsvar det bedste mulige udgangspunkt for at klare dig igennem eksempelvis en Covid-19, skulle uheldet være ude, og du bliver syg.”

Covid-19 deler mellem 80 og 90 procent af sit genetiske materiale med den virus, der førte til den alvorlige sygdom sars, der i 2003 ramte Sydøstasien med en dødelighed på 9,6 procent. Covid-19, der forårsages af SARS-CoV-2, har vist sig mere aggressiv i dens spredning, men dog ikke så dødelig.

”Erfaringerne fra sars har vist, at det ikke var en holdbar strategi at gå efter immunitet – antistofferne forsvandt simpelthen for hurtigt. Det er en bekymring, at det samme gør sig gældende her, og derfor håber man på, at vi kan gøre det bedre end naturen og finde en vaccine,” siger Allan Randrup Thomsen.

Ingen ved det reelt, men Allan Randrup Thomsen vurderer, at en eventuel immunitet vil kunne holde et par år. På den måde håber man på, at Covid-19 vender tilbage som milde småepidemier, som vi kender det fra influenza, fremfor for fuld kraft.

PAS PÅ HERPES

Men der er også andre virusser, der kan give problemer, og som rigtig mange danskere har i kroppen. Et af dem er cytomegalovirus. For hvis Corona er lumsk, er cytomegalovirus – der tilhører herpesvirusfamilien – om end endnu mere lumsk.



Den kan nemlig give en alvorlig lungebetændelse hos immunsvækkede. ”Man har fundet ud af, at det blandt andet var på grund af cytomegalovirus, at så mange homoseksuelle mænd døde af hiv i 1980’erne. Hiv-viruset gjorde dem mere modtagelige overfor cytomegaloviruset, og det var ofte dette, der slog dem ihjel, når patienterne nåede AIDS-stadiet,” forklarer Allan Randrup Thomsen.

En anden type er herpes simplex-virus. 80 procent af danskerne har i 30-årsalderen dannet antistoffer mod netop denne herpes-type og bærer dermed viruset. Og er du en af de mange, der har dette virus, ved du også, at det dukker op, så snart dit immunforsvar er en smule nede, og du begynder at snøfte – deraf navnet forkølelæssår.

Allan Randrup Thomsen forklarer: ”Herpes-virusserne er smarte vira, fordi de lægger sig i arvematerialet og kan narre immunsystemet. Det er derfor, man aldrig slipper af med dem. Hver gang man får en

forkølelse, er stresset eller immunsystemet er svækket, så dukker den op igen. De ligger simpelthen og venter på et hul i immunforsvaret.”

Derfor skal man også være ekstra opmærksom, hvis man er i kemoterapi og har et eller flere herpesvira i kroppen, siger Allan Randrup Thomsen:

”Immunforsvaret svækkes under kemoterapi, og dermed risikerer man at et eller flere af de herpesvira, som man går med i kroppen, aktiveres. Og det er så her, hvor man skal være rigtig opmærksom, idet flere aktive virusinfektioner på samme tid svækker immunforsvaret, og så kan det gå hen og blive alvorligt.”

Nogle herpesvira kan dog heldigvis ofte holdes nede med medicin. Allan Randrup Thomsen henviser her til, at du rådfører dig med din egen læge. Virologen mener ligeledes, hvilket er vigtigt, at det er fornuftigt at komme ud, når man er kræftsyg – også selv om der er en pandemi i omløb.

”Frisk luft er godt, og smittespredningen udenfor er minimal – sørg dog for, at der ikke er alt for mange mennesker der, hvor du går hen. Men du kan godt ses med en veninde, hvis I holder god afstand, og hun ingen symptomer har ellers. Gå samtidig gerne ud i solskins- og blæsevejr, for virus kan ikke lide sol og vind,” siger Allan Randrup Thomsen og uddyber:

”Vinden blæser virus væk, og UV-stråler går ind og påvirker virusgenerne. Det er derfor, solen kan give hudkræft, og virus kan altså ikke lide, at noget andet rører ved arvemassen. Samtidig stimulerer solen D-vitamin i kroppen, og D-vitamin hjælper din krop med at modstå virus. Sidst, men ikke mindst: Jo bedre lunger og hjerte du har, des større er chancen for at komme godt igennem et sygdomsforløb – ikke mindst en sygdom, der sætter sig på lungerne. Det handler kort sagt om at give dig selv de bedste forudsætninger for som kræftpatient at kunne klare en virus – skulle uheldet være ude.”

“Jeg troede, at det var rigeligt udfordrende at have to små drenge. Men så kom kræften. Og dernæst coronaen”

I december 2019 var Sine Valbjørn Schlüters største bekymring, hvordan hun skulle få sovet, som mor til to små børn. Da hun nåede januar 2020, havde hun fået en alvorlig brystkræftdiagnose, og i marts var hun nødsaget til at gå i frivillig karantæne, fordi hun pludselig var en af de udsatte danskere, som skulle passes på grundet Covid-19-epidemien.

“Kære venner, vil I ikke nok – om ikke for jeres egen, så for min skyld – tage myndighedernes råd og anvisninger for gode varer og undlade at sætte os, som ikke har et fungerende immunforsvar, i fare. Tak!”



Sine og yngste søn Magnus

Sådan skriver Sara Valbjørn Schlüter på sin blog den 8. marts.

Lad os dog først skrue tiden tilbage til midten af december 2019. En tid, hvor vi endnu ikke havde hørt om den mystiske kinesiske flagermussygdom, der var en afart af den frygtede sars-virus, Covid-19. En tid, hvor vi endnu ikke vidste, at vi tre måneder senere ville stå overfor en verdensomspændende pandemi.

I december 2019 har 35-årige Sine Valbjørn Schlüter, at hun har fået brystbetændelse. Det er der egentlig ikke noget unormalt ved, i og med at hendes yngste søn Magnus kun er fire måneder, og hun derfor pt. ammer løs. Men brystbetændelsen vil ikke gå væk og har gjort hendes ene bryst så stenhårdt, at hun må en tur til lægen.

“Det var en yderst grundig, norsk turnuslæge, som tog imod mig. Han undersøgte mig og sagde, at det sikkert var brystbetændelse, men at han ikke ville tage nogle chancer og derfor lige ville sende mig en tur i kræftpakke,” fortæller Sine Valbjørn Schlüter:

“Jeg begyndte spontant at tude, så han forsøgte at berolige mig og vise, hvordan jeg i mellemtiden skulle massere brystet. For det var jo nok bare brystbetændelse.”

Men betændelsen løsnede sig ikke, og herfra kender de fleste nuværende og tidligere brystkræftpatienter, samt pårørende, godt en del af den videre historie.

Et par dage senere sidder Sine Valbjørn Schlüter på Hvidovre Hospital. Denne gang med hamrende ondt i brystet fra at have masseret sit bryst. Lægerne er også enige med hende i, at det godt nok er lidt voldsomt.

“Men efter en scanning fortæller lægen mig, at det i hvert fald ikke er kræft. Faktisk siger hun, at jeg roligt kan droppe kræftpakken. Hun skriver endda i min journal, at kræftpakken vurderes overflødig,” siger Sine Valbjørn Schlüter:

“Jeg er meget, meget glad for, at jeg ikke lyttede.”



Sine og ældste søn Elias

Det viser sig nemlig, at Sine Valbjørn Schlüters brystbetændelse er en 10-12 centimeter stor knude i brystet.

KRÆFT MED BABY PÅ ARMEN

Den gode nyhed er, at kræften ikke har spredt sig udover brystet. Den dårlige er, at kræften er aggressiv, og hun skal derfor straks ind i et kemoforløb med efterfølgende stråling, der selvsagt vil påvirke hende immunforsvar.

Og så tilbage til nutiden. Eller det vil sige det tidlige forår.

Under sit kræftforløb har Sine Valbjørn Schlüter startet en blog. Da hun blev diagnosticeret, googled hun selvfølgelig løs, men hurtigt viste det sig, at det var svært at finde vidnesbyrd om brystkræft for mødre i hendes alder – medmindre det handlede om at dø. Resten var en masse lægefagligt

materiale, der ligeledes mest handler om, hvor farlig hendes sygdom var. Hendes første reaktion var derfor selvsagt at blive bange, for dernæst at blive irriteret og så nærmest med det samme beslutte sig for at starte bloggen, så en anden ung, kræftsyg mor ikke skal have samme oplevelse, første gang hun googler sin diagnose.

Derfor lyder de første ord på bloggen ‘Kræft med baby på armen’: “Jeg har alt. Intet mindre.”

Nogenlunde samtidig med at Sine Valbjørn Schlüter får sin diagnose i begyndelsen af januar 2020, bryder en lille nyhed i den verdensomspændende presse: ‘Mystisk virus breder sig i Kina’. Nyheden kommer til at blive definerende for danskernes liv i de kommende måneder – ikke mindst for de udsatte danskere med nedsat immunforsvar.

Da Sine Valbjørn Schlüter 8. marts skriver sin opfordring om at tage hensyn til folk som hende, har statsminister Mette Frederiksen (S) ligeledes været ude med en kraftig opfordring to dage forinden om, at vi skal holde op om at kysse, kramme, ja selv give hånd. En kinesisk virusepidemi kaldet Covid-19 er nemlig kommet til Danmark, og vi skal derfor passe på vores ældre og udsatte medborgere, fordi det kan være farligt for dem at få denne virus.

Det er også derfor, at Sine Valbjørn Schlüter farer i blækkhuset denne morgen. På Facebook læser hun, at en bekendt har været til Melodi Grand Prix-fest og kysset, krammet og ikke brugt håndsprit, skriver vedkommende – helt med vilje. Efter at have fulgt virusset, som det har spredt sig fra Kina til Italien, er Sine Valbjørn Schlüter forståeligt nervøs. Ikke uden grund. For hun oplever regelmæssigt, at hendes kemo-



Sine på TV2 News

terapi skal udskydes, fordi tallene viser, at hendes immunforsvar skranter.

”Det kan godt være, at det er smadder sjovt, hvis man er ung og rask og kan stå imod Covid-19, hvis man bliver smittet. Men det er ikke særlig sjovt for mig, som ikke kan være sikker på at overleve, hvis jeg bliver ramt,” skriver hun på bloggen.

KYS, KRAM OG LIGEGYLDIGHED

Sine Valbjørn Schlüters opfordring bliver opfanget af den konservative politiker Mette Abildgaard, herefter B.T. og så TV 2 Echo, der laver en video med Sine. Hun interviewes til TV 2 News, til P1 Genstart og P3 Nyhederne om vigtigheden af at tage hensyn – før Statsministerens tale 11. marts om at være sammen hver for sig, lukker hele Danmark ned. Ja, faktisk kan man sige, at Sine Valbjørn Schlüter fortæl-

ler om vigtigheden af at holde afstand, før Mette Frederiksen gør det. Måske hun netop har forstået det, fordi hun mærker på sin egen krop, hvordan immunforsvaret ikke vil arte sig.

”Jeg stod frem, fordi folk reagerede med en ligegyldighed. De reagerede med en: ”Det er jo bare en influenza, og det er jo bare de svage, gamle, som bliver ramt”-holdning. Men min mand var blevet sendt hjem fra sit arbejde for at tage hensyn til mig, og vi havde taget vores ældste ud af vuggestuen. Vi vidste, at det her var alvor, og alligevel reagerede folk med en mærkelig ligegyldighed. Og det følte jeg også var en ligegyldighed overfor mig, overfor for mit liv,” siger Sine Schlüter:

”Men selv om jeg nok var en af de første, som alvoren gik op for, tog det alligevel noget tid, før jeg indså det. Et par dage

inden jeg advarede offentligt, var jeg ude og spise frokost med min søster og min 90-årige mormor. Det var den aften, det gik op for mig, at det nok ikke havde været særligt smart, hverken for min mormor eller jeg. Jeg indså, at jeg nok burde trække mig fra omverdenen og gå i frivillig karantæne med min familie. Måske jeg også selv ignorerede advarslerne lidt; det er svært at acceptere, at man bliver nødt til at trække sig fra samfundet.”

SVÆRT AT ACCEPTERE KARANTÆNE

I egne ord er Sine Valbjørn Schlüter ”skide bange” for at dø fra sine to sønner. Ikke mindst siden den genetiske test viste, at hun havde BRCA1. Covid-19 giver, forståeligt nok, angsten et nøk opad. For ud af det blå kom endnu en risikofaktor i en situation, hvor Sine Valbjørn Schlüter ellers var så rigeligt udsat. For at kunne

aflaste den unge børnefamilie, gik hendes forældre derfor i frivillig karantæne samtidig med hende, hendes mand Kasper og børnene for at kunne passe den ældste søn Elias på to et halvt. Og nu har Kaspers forældre ligeledes været igennem en karantæne for at kunne stå til rådighed.

”Kasper er min klippe, men han skal jo arbejde – og det er ikke nemt med to små børn. Så vores forældre er en uundværlig hjælp, når jeg skal i kemo og efterfølgende sover i to døgn,” forklarer Sine Valbjørn Schlüter:

”Jeg troede, at det var rigeligt udfordrende at have to små drenge. Men så kom kræften. Og dernæst coronaen. Nogle gange tænker jeg på, at selv om Danmark

åbner rigtigt igen, har det lange udsigter for mig, fordi jeg er i kemoterapi. Det er svært at acceptere, fordi jeg bliver så trist over tanken om at skulle være indenfor et helt forår og en hel sommer. Men hvis det er det, der skal til, må jeg glæde mig over, at det i det mindste ikke endte i et udgangsforbud.”

En gang om dagen snører Sine Valbjørn Schlüter nemlig løbeskoene, bevæger sig ned ad trappen fra lejligheden på femte sal og ud på gaden i centrum af København. Så hurtigt hun kan, løber hun ud der, hvor hun ikke møder for mange mennesker. Det har hun gjort, siden corona-udbruddet startede. For Sine Valbjørn Schlüter symboliserer løbeturene frihed, eller i hvert fald følelsen af den for en kort

stund. For lige nu fylder virusepidemier og brystkræft resten.

Og det er derfor, vi andre skal føle samfundssind. Så mødre som Sine Valbjørn Schlüter kan være med til for alvor at åbne Danmark igen.

Om Sine Valbjørn Schlüter

35 år

Mor til Elias på 2,5 år og Magnus på nu ni måneder, kæreste med Kasper, som er fuldmægtig i Klimaministeriet

Læs mere på Sines blog: kraeftmedbaby.dk



Før Sine blev syg



Før Sine blev syg – sammen med kæresten Kasper

**DBO-kreds
Vendsyssel**

brystkraeft.dk/dbo-kreds-vendsyssel

 Mandag den 28. september
Kl. 19.00-21.00

Senfølger efter kræft

 v/ læge og rådgiver ved Kræftlinjen
Mogens Munch Nielsen

 Hvilke senfølger kan opstå efter kræft-
behandling, og hvilke muligheder er der
for at afhjælpe følgerne?

ARRANGØRER: FOF, Senfølgerforeningen,
DBO og KB

Billetter kan købes på fof-vendsyssel.dk

PRIS: 100 kr.

STED: Kulturcenter Vendsyssel,
Sæby Landevej 417, 9830 Tårs

 Grundet situationen med Covid-19 er
styrketræning for kvinder er aflyst til efter
sommerferien. Vi satser på at starte op
igen 14. september.

Styrketræning for kvinder

 Grundet situationen med Covid-19
er styrketræning for kvinder er aflyst
til efter sommerferien. Vi satser på
at starte op igen 14. september.


Næsbydale Badehotel

**DBO-kreds
MidtVest**

brystkraeft.dk/dbo-kreds-midtvest

 Lørdag den 5. september
Kl. 8.30-17.30

**Udflugt til
Næsbydale Badehotel og
Glenholm Vingård**

 (OBS: afgang kl 8.30 fra Kulturhuset i
Holstebro i hhv. minibus og bil)

 Afgang fra Holstebro den 5. september
2020 kl. 8.30, hvor vi har retning mod
Ranum, undervejs holder vi en pause for
at få et rundstykke og en kop kaffe,
som vi medbringer.

 Vi spiser frokost på Næsbydale Badehotel
kl. 11.45. Drikkevarerne betaler man selv
på badehotellet. Efter frokosten kører vi
små tre kilometer til Glenholm vingård
og starter med en gåtur i vinmarkerne og
rundvisning. Dernæst vil der være vinsmag
med mere, og vi slutter af med kaffe og et
stykke kage.

 Vi kører tilbage til Holstebro, hvor vi
forventer at være hjemme ved 17.30-tiden.

TILMELDING: Til Dorthe Halgaard, mobile-
pay 22424158 senest den 20. august

PRIS: 250 kr. betales ved tilmeldingen,
der er bindende.

**DBO-kreds
Sydsjælland**

brystkraeft.dk/dbo-kreds-sydsjaelland

**Tjek hjemmesiden
løbende for
arrangementer**
**DBO-kreds
Trekantområdet**

brystkraeft.dk/dbo-kreds-trekantomraadet

**Tjek hjemmesiden
løbende for
arrangementer**
**DBO-kreds
Hovedstaden**

brystkraeft.dk/dbo-kreds-hovedstaden

**Tjek hjemmesiden
løbende for
arrangementer**
**DBO-kreds
Roskilde**

brystkraeft.dk/dbo-kreds-roskilde

**Tjek hjemmesiden
løbende for
arrangementer**
**DBO-kreds
Sønderjylland**

brystkraeft.dk/dbo-kreds-soenderjylland

**Tjek hjemmesiden
løbende for
arrangementer**
**DBO-kreds
Aarhus**

brystkraeft.dk/dbo-kreds-aarhus

 Torsdag den 21. oktober
Kl. 19.00-21.00

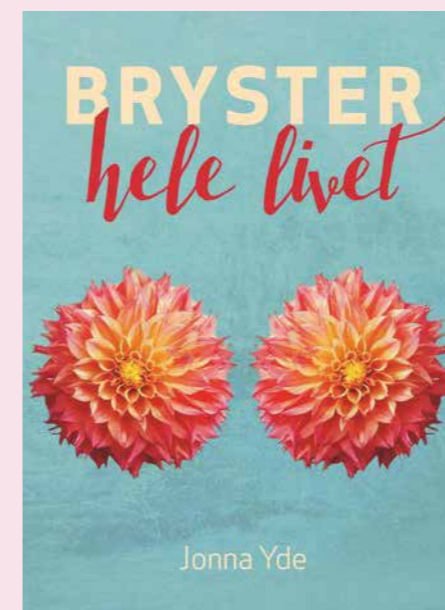
Bryster hele livet

 Radiograf og forfatter til bogen 'Bryster
hele livet', Jonna Yde vil fortælle om,
hvordan mammografi udføres, og de
tekniske aspekter ved en mammografi,
og hvad forskellen er på screenings-
mammografi og klinisk mammografi.

 Der gives en gennemgang af de forskellige
undersøgelsestilbud og de nye muligheder
indenfor brystdiagnostik. Jonna Yde guider
også til selvundersøgelse og kommer med
en oversigt over de hyppigste godartede
sygdomme i brysterne og de hyppigste
ondartede sygdomme. Til slut en kort
gennemgang af livsstilsfaktorer, som forsk-
ningen viser har betydning for brystkræft.

 Der serveres kaffe, te og kage i pausen for
kr. 25,-

TILMELDING: Senest onsdag den
14. oktober til Esther på tlf. 61 78 42 44,
evt. sms eller dbooarhus@brystkraeft.dk

STED: MarselisborgCentret, Bygning 8,
P.P. Ørumsgade 11, 8000 Aarhus C.
Der er gode og gratis parkeringsforhold.

 Forsiden på Jonna Ydes bog
'Bryster hele livet'

**DBO-kreds
Fyn**

brystkraeft.dk/dbo-kreds-fyn

 Torsdag den 27. august
Kl. 19.00-21.00

Gåtur Christiansminde

 Vi går en tur på Christiansminde
– husk fornødtigt fodtøj

STED: Christiansminde minigolf,
Christiansmindevej 20e, Svendborg

 Tirsdag den 8. september
Kl. 19.00-21.00 (Odense)

Sense kostprincipper

 Simple redskaber til at få styr på mængder
og kostsammensætning, så du kan opnå et
vedvarende vægttab

 Vægtøgning er et kendt
problem der ofte opstår
under forebyggende behandling
med antiøstrogen. Sense tilbyder
en struktur, der gør det let at holde styr
på mængden og fordelingen af mad på
tallerkenen.

 Klinisk diætist Lotte Noe fortæller om
redskaberne i Sense og giver konkrete
eksempler på, hvordan du helt enkelt
sammensætter dine måltider
ud fra 3-4 håndfulde helt
almindelig mad.
Sammensætningen giver
din krop de bedste betingelser
for mæthed og stabilt blodsukker
og sikrer desuden, at du ligger i kalorie-
underskud, hvis du har brug for det.
Derved vil du over tid opnå et vægttab.

TILMELDING: Senest den 1. september
2020, tlf. 26 82 01 34 eller marie@ejlby.dk.

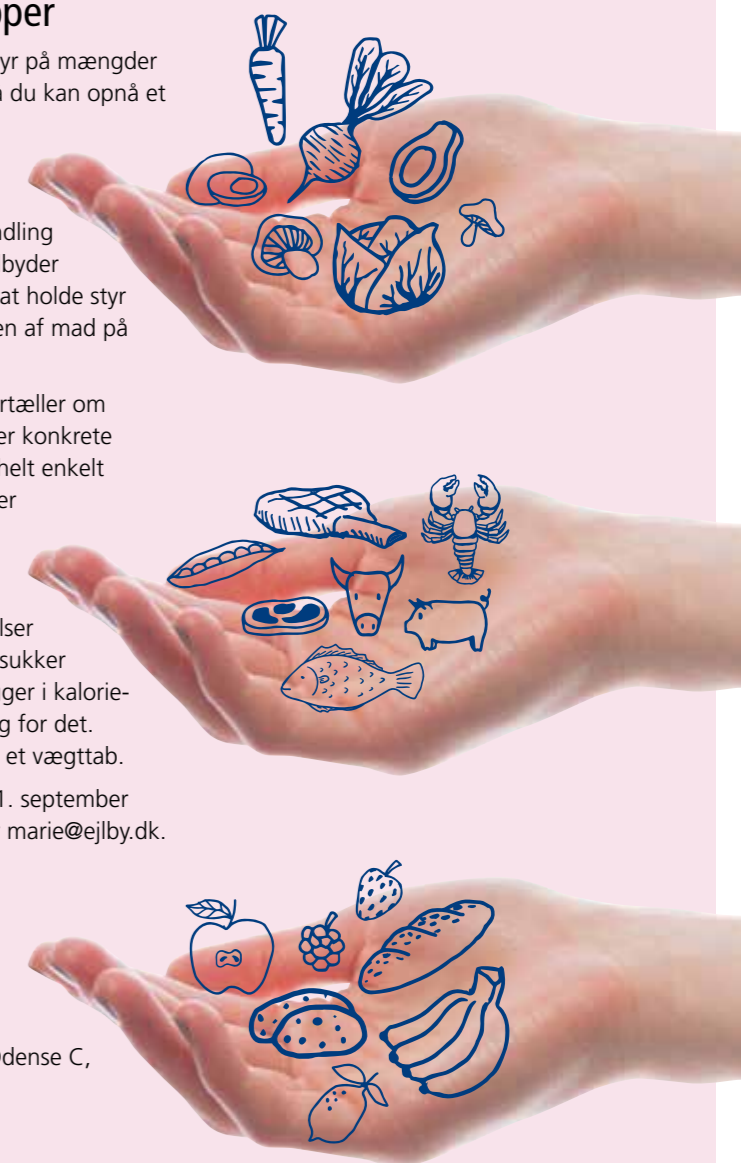
Begrænset antal pladser.

 Kaffe, frugt og kage
koster kr. 20,-

STED:
Kræftens Bekæmpelse,
Klørvænget 18B, 5000 Odense C,
indgang 119 på OUH

 Grundet Covid-19
er flere arrangementer i
foråret/sommeren
blevet aflyst.

 Kredsene arbejder for
at finde nye datoer.

 Følg med på
brystkraeft.dk


INVITATION:

DBOs MBC (tilbagefald) seminar

Fredag den 2. til søndag den 4. oktober 2020

Hotel Skanderborghus, Dyrehaven 3, Skanderborg

Fredag

11:00–13:00
Ankomst og frokost

13:00–14:00
Velkomst og præsentation

14:00–17:30
"Når livet er svært – hvad så?"
I oplægget kommer Anette Dam Mortensen ind på hvordan vi kan finde de positive tanker, trods sygdom og mange udfordringer i hverdagen
v/ Psykoterapeut og sygeplejerske, Anette Dam Mortensen

15:00–15:30
Kaffepause

17:30–19:00
Afslapning og/eller walk and talk i den friske luft

19:00
Middag og socialt samvær

Lørdag

08:00–09:30
Morgenmad

09:30–10:00
Tid til gåtur

10:00–12:00
Aktuelle behandlingsmuligheder
I oplægget vil der blive fortalt om de aktuelle behandlingsmuligheder, og om de behandlingsmuligheder som endnu er på forsøgsstadiet. Emner som eksperimentel behandling, alternativ behandling og second opinion vil også blive berørt
v/ Professor, overlæge PhD, Anders Bonde Jensen, Kræftafdelingen Aarhus Universitets-hospital

12:00–13:30
Frokost og afslapning

13:30–16:00
Scanninger
Oplæg om de scanninger der kan tilbydes kvinder med MBC, samt fortælle om andre spændende brystkræftprojekter/scanningsprojekter der er under opsejling
v/ Overlæge Malene Grubbe Hildebrandt, Nuklearmedicinsk afd. OUH og Læge og PhD-studerende Marianne Vogsen

16:00–16:30
Kaffepause

16:30–18:30
Tid til afslapning

18:30
Middag med socialt samvær.
I er velkommen til at bidrage med indhold, som I har lyst til at dele med de øvrige deltagere.

Søndag

08:00–09:30
Morgenmad og udtjekning

09:30–10:00
Tid til gåtur

10:00–12:30
Mindfulness
Eva Rames Nissen holder et oplæg om Mindfulness, specielt tilrettelagt for kvinder med MBC.
Mindfulness kan være en hjælp til mere ro i krop, sind og tanker og forebygger depressive tanker
v/ Msc, cand.psych., PhD, Eva Rames Nissen

12:30–13:30
Frokost

12:30–14:30
Evaluering og tak for denne gang

Pris for medlemmer af DBO kr. 1.000
(tilmelding gælder først når beløbet er indbetalt på DBO konto 3445 4610568696 eller via MobilePay på nr. 25207).

Tilmelding på brystkraeft.dk/event/mbc-tilbagefald-seminar/

Dansk Brystkræft Organisation (DBO)

Sekretariat:

Dansk Brystkræft Organisation (DBO)
Mail: dbo@brystkraeft.dk

DBO's formand og pressekontakt:

Karen Sundbøll
Tlf.: 20 59 83 81
Mail: formand@brystkraeft.dk

Kontaktpersoner i DBO-kredse:

DBO-kreds Fyn
Marie Lykke Rasmussen
Tlf.: 66 13 31 34
Mail: dbofyn@brystkraeft.dk

DBO-kreds Hovedstaden
Lise Hansen
Tlf.: 28 94 80 20
Mail: dbohovedstaden@brystkraeft.dk

DBO-kreds MidtVest
Dorthe Halgaard
Tlf.: 22 42 41 58
Mail: dbomidtvest@brystkraeft.dk

DBO-kreds Roskilde
Lotte Kristensen
Tlf.: 22 88 80 80
Mail: lokr@brystkraeft.dk

DBO-kreds Sydsjælland
Vivi Riis-Nielsen
Tlf.: 28 20 22 50
Mail: viviriis@sol.dk

DBO-kreds Sønderjylland
Grethe Dahlquist
Tlf.: 20 74 22 06
Mail: dbosoenderjylland@brystkraeft.dk

DBO-kreds Trekantområdet
Gitte Laursen
Tlf.: 40 50 78 59
Mail: dbotrekantomraadet@brystkraeft.dk

DBO-kreds Vendsyssel
Anna Sick
Tlf.: 61 67 74 73
Mail: dbovendsyssel@brystkraeft.dk

DBO-kreds Aarhus
Esther Grau Andersen
Tlf.: 61 78 42 44
Mail: dboaarhus@brystkraeft.dk

Ny DBO-kreds?

Hvis du er interesseret i at oprette en DBO-kreds, kan du rette henvendelse til sekretariatet.

Husk at melde flytning

Har du ændret din adresse og/eller mail-adresse, skriv til medlem@brystkraeft.dk

Husk at oplyse dit medlemsnummer samt din gamle og nye adresse/kontakt-oplysninger.

Ind- og udmelding

Du kan ind- eller udmelde dig ved at skrive til medlem@brystkraeft.dk eller kontakte næstformand Ulla Jønson på tlf.: 51 91 57 55

DBOnyt:

DBO udsender et gratis nyhedsbrev 11 gange om året og sendes til medlemmer af DBO.

Vil du tilmelde dig nyhedsbrevet, skal du skrive til medlem@brystkraeft.dk – afmelding skal ske via nyhedsbrevet.

Redaktør på DBOnyt:

Elisabeth Hamerik Schwarz

DBObladet:

DBObladet er et medlemsblad, som udkommer i februar, juni og oktober. Det indeholder blandt andet portrætter af kvinder, der har eller har haft brystkræft samt relevante artikler om forskellige aspekter af sygdommen.

Ansv. redaktør på DBObladet:

Elisabeth Hamerik Schwarz
Mail: ehsc@brystkraeft.dk

Styrk DBO med dit medlemskab

Antallet af medlemmer i Dansk Brystkræft Organisation (DBO) er ca. 2.500. Jo flere medlemmer vi er, jo bedre mulighed har vi for at få større indflydelse på områder af særlig interesse for brystkræftpatienter.

Et medlemskab koster kun 250 kr. om året.

Navn, adr., postnr. og by er obligatoriske oplysninger. De øvrige oplysninger hjælper os med at målrette og synliggøre vores aktiviteter bedst muligt. Du er også velkommen i foreningen, hvis du ikke ønsker at afgive disse oplysninger.

brystkraeft.dk/medlemskab-af-dbo/

Ja tak, jeg vil gerne:

- være medlem af Dansk Brystkræft Organisation (DBO). Årskontingent 250 kr.
- modtage DBOnyt, DBO's elektroniske nyhedsbrev, som udsendes via mail. Det koster ingenting.
- HUSK** at skrive din mailadresse på kuponen

Skriv tydeligt og helst med blokbogstaver

Navn: _____

Adr.: _____

Postnr.: _____

By: _____

Mailadresse: _____

Telefonnr.: _____

Fødselsår: _____

Diagnoseår: _____

Kuponen udfyldes og sendes i brev til:

Dansk Brystkræft Organisation (DBO)
c/o Karen Sundbøll,
Junker Stranges Vej 66, 7100 Vejle

Du kan også melde dig ind på brystkraeft.dk/medlemskab-af-dbo eller ved at skrive til medlem@brystkraeft.dk



Returadresse: DBO c/o Karen Sundbøll, Junker Stranges Vej 66, 7100 Vejle



Grundet situationen med Covid-19,
forventes Ladywalk
at blive afholdt den 14. september.

Hold dig opdateret på ladywalk.dk

Vil du følges med en eller flere fra DBO, så kontakt din lokalkreds