

HDR-brachyterapi – en ny behandling

Spis rigtigt – og hjælp dig selv

Inkontinens efter behandling af prostatakræft
og metode til bækkenbundstræning

Nr. 1, februar 2012

PROPA NYT udgives af
Prostatatakræftforeningen.
Adresseændringer, eventuel udmeldelse eller afmelding af PROPA NYT bedes meddelt til Sekretariatet, Jernbanegade 23 B, 4000 Roskilde, tlf. 33 12 78 28
e-mail: sekretariat@propa.dk

Redaktion:

Werner Klinth Jensen (ansv.red.)
Klosterengen 89, 4000 Roskilde
tlf. 46 37 12 56, e-mail: wkj@propa.dk
Birthe Olsen, Maglekæret 20 B,
2680 Solrød Strand, tlf. 56 87 08 34
e-mail: juliesofie2003@yahoo.dk

Næste blad udkommer den

1. juni 2012

Stof til juni-bladet 2012 bedes sendt til Werner Klinth Jensen senest den 15. april 2012.
På www.propa.dk kan du se tidligere numre af PROPA NYT og af Nyhedsbrevet (det tidligere navn)

Fotos: Jørgen Jørgensen Fotografi © m.fl.
Grafiker: Dorte Hansen
Tryk: KLS Grafisk Hus
Oplag: 4.400



Redaktionelle retningslinier

Redaktionen forsøger efter bedste evne at finde frem til stof, der har en bred interesse for PROPAs medlemmer og interessenter. Redaktionen påtager sig ikke ansvar for de i artiklerne foreslåede behandlinger m.m.

Redaktionen forbeholder sig ret til at udelade eller udskyde indsendte indlæg eller foreslå ændringer til disse, ligesom redaktionen i visse tilfælde påfører bemærkninger til artiklerne.

Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte indlæg – og evt. foretage hensigtsmæssige redaktionelle ændringer – bl.a. af hensyn til ensartethed i opsætning, valg af sprogbrug m.m.

Væsentlige ændringer vil dog altid ske i samråd med artiklens forfatter inden optagelse i PROPA NYT

Indhold

3 Ventetider



4 Landsmøde på Herlev Hospital lørdag den 24. marts 2012

7 HDR-brachyterapi – en ny behandling af prostatakræft

9 Spis rigtigt og hjælp dig selv

12 Ny forsøgsbehandling mod prostatakræft

13 Inkontinens efter behandling for prostatakræft og metode til bækkenbundstræning

16 Motion og kost kan holde prostatakræft i ave

17 Hilsen til pårørende

18 Center for Kræft & Sundhed i København

19 Vore skandinaviske broderorganisationer

21 Det er FRIVILLIGT at arbejde FRIVILLIGT

22 Premiere i Nordjylland på PROPAs nye DVD film om prostatakræft

24 Kort nyt

25 Kort mødeoversigt

26 Mødekalendar



31 Bestyrelsesmedlemmer og suppleanter

32 Regionsbestyrelser og lokalgrupper i Hovedstadsregionen

32 Regionsbestyrelser og lokalgrupper for øvrige Sjælland

33 Regionsbestyrelse og lokalgrupper i Jylland

35 Regionsbestyrelser og lokalgrupper på Fyn og omliggende øer

35 Udvalg

36 Sønderjyske Ishockey-klub overgår sig selv

Ventetider



Af K. B. Madsen
landsformand for PROPA
Foto: Sara Skytte

Kære PROPA medlem!

Først vil jeg – noget forsinket! – ønske alle et godt og lykkebringende nytår med tak for jeres interesse og opbakning til foreningens arbejde i 2011. Et godt medlemsfremmøde til møderne er en meget væsentlig støtte, inspiration og opmuntring til det store arbejde, der udføres af ledelsen i lokalgrupper, regioner og i Landsbestyrelsen.

Landsmødet i 2011 pålagde den nye Landsbestyrelse at "igangsætte lokalarbejdet i overensstemmelse med nærværende vedtægter, således at det er fuldt implementeret ved landsmødet i 2012".

Når vi i dette blad indkalder til Landsmøde 2012 den 24. marts på Herlev Hospital kan vi meddele, at ovennævnte krav er opfyldt!

Landsbestyrelsen har beskrevet foreningens formålsparagraf i "Mission, Vision og Strategi". Det er et dokument, der løbende vil blive revideret i overensstemmelse med udviklingen i foreningen og vor omverden. Dokumentet kan læses på vor hjemmeside www.propa.dk.

I PROPAs arbejdsplaner for 2012 er der mange spændende opgaver i støbeskeen. For første gang fremlægger Landsbestyrelsen på landsmødet - i overensstemmelse med de nye vedtægter - en handlingsplan for året. Opgaverne, der bl.a. har til formål at oplyse om vor sygdom, at synliggøre PROPA og at skaffe nye medlemmer, kræver en betydelig arbejdsindsats. Vi efterlyser derfor medlemmer, der har lyst til at være med til at føre disse projekter ud i livet! Der må være mange medlemmer, der har erfaring inden for projektledelse m.m. Har I lyst til at være med til at løse opgaverne, så henvend jer gerne til et af vore landsbestyrelsesmedlemmer.

PROPA er stadig ikke tilfreds med de ventetider, prostatakræftpatienter udsættes for. Foreningen har protesteret over for Sundhedsministeren vedr. overvejelser i Kræftplan III om en filterfunktion mellem de praktiserende læger og sygehusenes urologiske afdelinger – en funktion, der vil forlænge

den hidtidige, lovede maksimale ventetid på undersøgelse på hospitalernes urologiske afdelinger fra 1 uge til mere end 3 uger. Vi kan dog i den forbindelse glæde os over Ministerens initiativ i retning af en styrkelse af overvågningen af kræftpatienternes ventetid og en indskærpelse af, at regionerne skal samarbejde om at behandle de alvorligt syge patienter til tiden. Vi må naturligvis forvente, at dette også gælder prostatakræftpatienter!

En anden alvorlig ventetid optræder imidlertid i forbindelse med nye lægemidlers godkendelse og ibrugtagning i Danmark. Nye potente lægemidler, der er godkendt i USA af FDA (Food and Drug Administration – svarende til Sundhedsstyrelsens lægemiddelafdeling i Danmark) og i Europa af EMA (Det Europæiske Agentur for Lægemiddelvurdering) og til og med er i brug i vore nabolande Norge og Sverige, er i skrivende stund endnu ikke godkendt i Danmark. Det vil formentlig tage en rum tid inden godkendelse i Sundhedsstyrelsen og ibrugtagning af disse lægemidler i regionerne finder sted på trods af, at mange alvorligt syge prostatakræftpatienter kunne have god gavn af dem. Det er ikke godt nok!

Det er meget glædeligt, at medlemstilgangen i 2011 har været så flot, at vi har grund til at håbe, at vi kan runde de 3000 medlemmer inden Landsmødet i marts måned.

PROPA er medlem af den europæiske sammenslutning af prostatakræftforeninger, Europa UOMO, der arbejder på at forbedre vor synlighed i EUs befolkning generelt, hos de politiske ledere i EU, EU parlamentarikere og hos EU kommissionen.

Derfor er det en stor glæde at kunne byde medlem af Europaparlamentet, Margrethe Auken, velkommen som "ambassadør" for PROPA! Vi er sikre på, at vor ambassadør vil kunne støtte op om det vigtige arbejde, EUOMO udfører for os alle.

Velkommen til et spændende nyt år og på gensyn den 24. marts i Herlev til endnu et informativt Landsmøde!

Landsmøde på Herlev Hospital lørdag den 24. marts 2012





Prostatakræftforeningen



Prostatakræftforeningen

Indkaldelse til ordinært Landsmøde lørdag den 24. marts 2012, kl. 09.30 – 16.30 på Herlev Hospital, store auditorium, Herlev Ringvej 75, 2720 Herlev

I henhold til gældende vedtægter indkaldes herved til ordinært Landsmøde i Prostatakræftforeningen PROPA lørdag den 24. marts kl. 9.30 på Herlev Hospital med følgende vedtægtsbestemte dagsorden:

1. Valg af dirigent, referent og stemmetællere.
2. Formandens beretning, herunder beretning for Prostatakræftfonden.
3. Fremlæggelse af årsrapport for det afsluttede regnskabsår med revisorernes påtegning til Landsmødets godkendelse.
4. Behandling af indkomne forslag. Forslag skal være foreningens sekretariat i hænde senest 6 uger før Landsmødet.
5. Fremlæggelse af aktivitetsplan og budget for indeværende regnskabsår, til orientering.
6. Vedtagelse af medlemskontingent for det kommende regnskabsår efter forslag fra Landsbestyrelsen.
7. Valg af bestyrelsesmedlemmer til Landsbestyrelsen.
8. Valg af første, anden, tredje og fjerde suppleant (oprykkende) til Landsbestyrelsen.
9. Valg af statsautoriseret eller registreret revisor.
10. Valg af et af foreningens medlemmer til kritisk revisor.
11. Eventuelt.

Ad. pkt. 4: Bestyrelsen fremlægger forslag til mindre ændringer i gældende vedtægter, blandt andet omhandlende fastlæggelse af antallet af fuldmagter, der kan medbringes af et stemmeberettiget medlem, der er til stede ved generalforsamlingen.

Ad pkt. 7: I henhold til gældende vedtægter er de 6 regionsformænd fødte medlemmer af Landsbestyrelsen. På Landsmødet er der således tale om valg af de resterende 4 medlemmer af Landsbestyrelsen, herunder 1 pårørenderepræsentant.

Ad pkt. 8: Næstformanden i en region er født suppleant for pågældende regionsformand i Landsbestyrelsen.

Efter frokost fortsættes med en række andre spændende indlæg:

- Videohilsen fra PROPAs nye ambassadør, **Margrethe Auken**, medlem af Europaparlamentet.
- Professor, dr. med. **Torben Ørntoft**, Århus Universitetshospital, Skejby, om "Identifikation af mænd med høj risiko for Prostatakræft ved brug af markører i arvemassen".
- Ledende overlæge, dr. med. **Lisa Sengeløv**, Herlev Hospital, om "Nye medicinske behandlinger til metastatisk prostatacancer".
- Overlæge, dr. med. **Kári Mikines**, Herlev Hospital, om "Bivirkninger og senvirkninger efter behandling af prostatakræft".

Dagen vil blive afsluttet med socialt samvær over en forfriskning.
Bestyrelsen håber på stor tilmelding til Landsmødet!

HDR-brachyterapi – en ny behandling af prostatakræft

Af overlæge Lise Bentzen & professor Morten Høyer, onkologisk afdeling, Aarhus Universitetshospital



På Aarhus Universitetshospital indføres om kort tid en ny type strålebehandling af prostatacancer, hvor strålingen afgives fra en radioaktiv kilde, der føres op i prostata. Denne form for strålebehandling kaldes *high-dose-rate* (HDR) brachyterapi. Ved almindelig udvendig strålebehandling kommer strålingen fra en accelerator, der afgiver strålebehandling udefra og ind mod prostata. Den udvendige strålebehandling foregår oftest under rotation af stråleapparatet omkring kroppens længdeakse. Strålerne rammer dermed en række normale væv som endetarm, nerver og blodkar under passagen gennem patientens krop, hvilket kan medføre bivirkninger. Ved den nye form for stråling afgives strålingen fra en radioaktiv kilde i prostata, og strålernes effekt svækkes i kort afstand fra strålekilden. Der er dermed teoretisk set mulighed for at øge stråledosis i prostata uden at øge stråledosis til de normale væv. I så fald øges chancen for helbredelse uden forværring af bivirkningerne.

I Herlev har urologer, onkologer og fysikere gennem længere tid behandlet prostatacancer med jod-seeds (jod-korn). Ved Herlev-metoden lægges et stort antal radioaktive jod-korn op i prostata, hvor de afgiver deres stråling i løbet af godt et år. Jod-kornene bliver liggende i prostata efter at de har afgivet deres stråling. Ved HDR-brachyterapi lægges nåle op i prostata, og når de ligger korrekt lades de med en kraftig radioaktiv kilde. Når den har afgivet sin stråling, fjernes kilden og nålene igen.

Behandling med jod-seeds er primært beregnet til patienter med tidligt stadium af prostatakræft og lav PSA, og seed-behandling gives oftest alene uden udvendig strålebehandling. HDR-brachyterapi

vil i Aarhus blive tilbudt patienter med mere udbredt prostatacancer, med høj PSA og/eller gennembrud af prostatas kapsel. HDR-brachyterapi kombineres oftest med udvendig strålebehandling. I Aarhus får patienterne 23 udvendige behandlinger efterfulgt af 2 brachybehandlinger med cirka 1 uges interval. De udvendige behandlinger gives dagligt, 5 dage per uge i løbet af 4½ uge. Da en almindelig udvendig strålebehandling består af 39 daglige behandlinger, slipper man med kombinationsbehandlingen for 16 udvendige strålebehandlinger.

Ved hver af de to HDR-behandlinger oplægges ca. 20 nåle i prostata. Oplægningen foregår i fuld bedøvelse eller i rygmarvsbedøvelse. Nålene

bliver lagt i den rette position i prostata under vejledning af ultralydskanning, hvor man med en ultralydssonde ført ind i endetarmen kan se hvordan nålene føres på plads. Nålene føres gennem mellemkødet ind i prostata. Når nålene ligger korrekt, vækkes patienten. Når patienten er vågen, foretages en MR skanning. Med MR-skanningen sikrer man den korrekte position af nålene, og baseret på skanningen laves en stråleplan, der sikrer at prostata får tilstrækkelig stråledosis og urinrøret og endetarmen får mindst mulig stråling. Forberedelse af bestrålingen varer ca. 3 timer, og i den tid ligger patienten og venter. Når behandlingsplanen er færdig kobles nålene til en after-loader, der indeholder en radioaktiv iridium-kilde. Kilden

føres op i hver af de 20 nåle og ligger med varierende varighed i bestemte positioner, hvor den afgiver stråling. Selve strålebehandlingen varer ca. 20 minutter og i den periode ligger patienten alene. Når behandlingen er afsluttet kan nålene fjernes. Under hele seancen har patienten et blærekateter, og det fjernes også på dette tidspunkt. Når patienten har vist at han kan lade vandet uden problemer, kan han tage hjem; andre patienter forbliver indlagt til næste morgen.

Brachyterapi udføres i et teamwork mellem onkologer, urologer, anæstesilæger og røntgenlæger, fysikere, sygeplejersker og servicepersonale. Læger og fysikere fra Århus har lært teknikken på tyske og engelske kræftafdelinger.

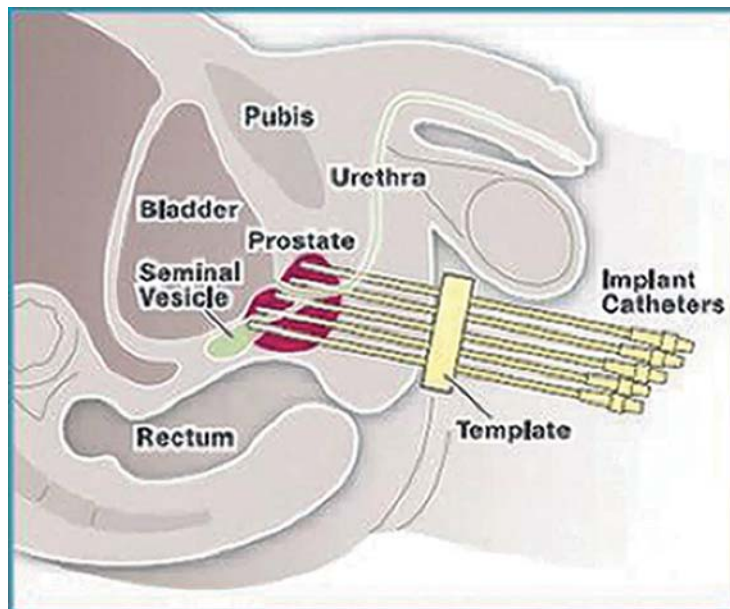
Bivirkningerne efter HDR-brachyterapi i kombination med udvendig stråling er almindeligvis milde eller moderate. Der er ømhed i mellemkødet, når patienten vækkes efter anæstesi, og der vil ofte være behov for smertestillende medicin. Der er på længere sigt risiko for påvirkning af endetarmen, hvilket kan medføre uregelmæssig afføring, øget afføringstrang og i sjældne tilfælde blødning fra endetarmen. Der er risiko for vandladningsgener med igangsætningsbesvær, slap urinstråle og hyppig vandladning. Som et specifikt problem for brachyterapi, er der risiko for udvikling af en strålebetinget forsnævring af urinrøret. Endelig kan der forekomme forringet rejsnings-evne (erektion). Bivirkninger efter HDR-brachyterapi ligner de bivirkninger, som man også ser efter almindelig udvendig strålebehandling og seed-brachyterapi. Da HDR-brachyterapi kan medføre vandladningsproblemer, anbefales behandlingen

ikke til patienter, der allerede har relativt svære symptomer fra starten.

Med en kombination af HDR-brachyterapi og udvendig strålebehandling håber vi på at opnå forbedret helbredelse af prostatacanceren med færre bivirkninger. Flere europæiske og amerikanske kræftafdelinger har haft positive resultater med denne behandling. I et engelsk forsøg testede man effekten af en kombination af HDR-brachyterapi og udvendig strålebehandling imod strålebehandling alene, og den viste at kombinationsbehandlingen gav den bedste sygdomskontrol. I det engelske forsøg

benyttede man en traditionel strålebehandling. I internationale retningslinjer for behandling af prostatacancer betragtes HDR-brachyterapi som et ligeværdigt alternativ til moderne udvendig strålebehandling.

Hvis du ønsker at læse mere om brachyterapi, eller hvis du ønsker henvisning til artikler om brachyterapi, kan du søge om emnet i de nye retningslinjer for behandling af prostatacancer på Dansk Uroonkologisk Cancer Gruppe's hjemmeside, www.ducg.dk. Retningslinjerne er skrevet for fagpersonale, men de er forståelige for lægmand.



High-dose-rate (HDR) brachyterapi af prostatacancer. Nålene forbindes til en maskine (after-loader), der kan føre en radioaktiv kilde op i prostata, hvor den afgiver stråling.

Oversættelse af tekster: Pubis: Skamben, Urethra: Urinrør, Bladder: Urinblære, Prostate: Prostata, Seminal vesicle: Sædblære, Rectum: Endetarm, Template: Skabelon, Implant Catheters: Indførningsnåle

Spis rigtigt – og hjælp dig selv



Af Karen Sloth,
journalist, Scan-PR

Prostatakræftpatienter på Vejle Sygehus får kostplan, der holder tarmen i ro og dermed giver færre bivirkninger ved bestråling.

Ved første øjekast minder rummet ikke meget om et hospital – snarere om et teknikum i en avanceret IT-virksomhed med skærme overalt – fyldt med diagrammer og scanningsbilleder som studeres af læger og fysikere. Bedre bliver det ikke, når man

træder ind i lokalet, hvor scanningerne af patienterne foregår. Her danser lysende, grønne laserstråler rundt på kryds og tværs i halvmørket.

Men det er et hospital, og stedet er Vejle Sygehus, der hører under Sygehus Lillebælts fem hospitaler.

Her har onkologisk afdeling siden efteråret 2008 strålebehandlet mænd med prostatakræft. Alene i 2011 har man haft 74 patienter, for antallet har været stigende i takt med, at det er blevet kendt, at behandlingerne kan gives på sygehuset.

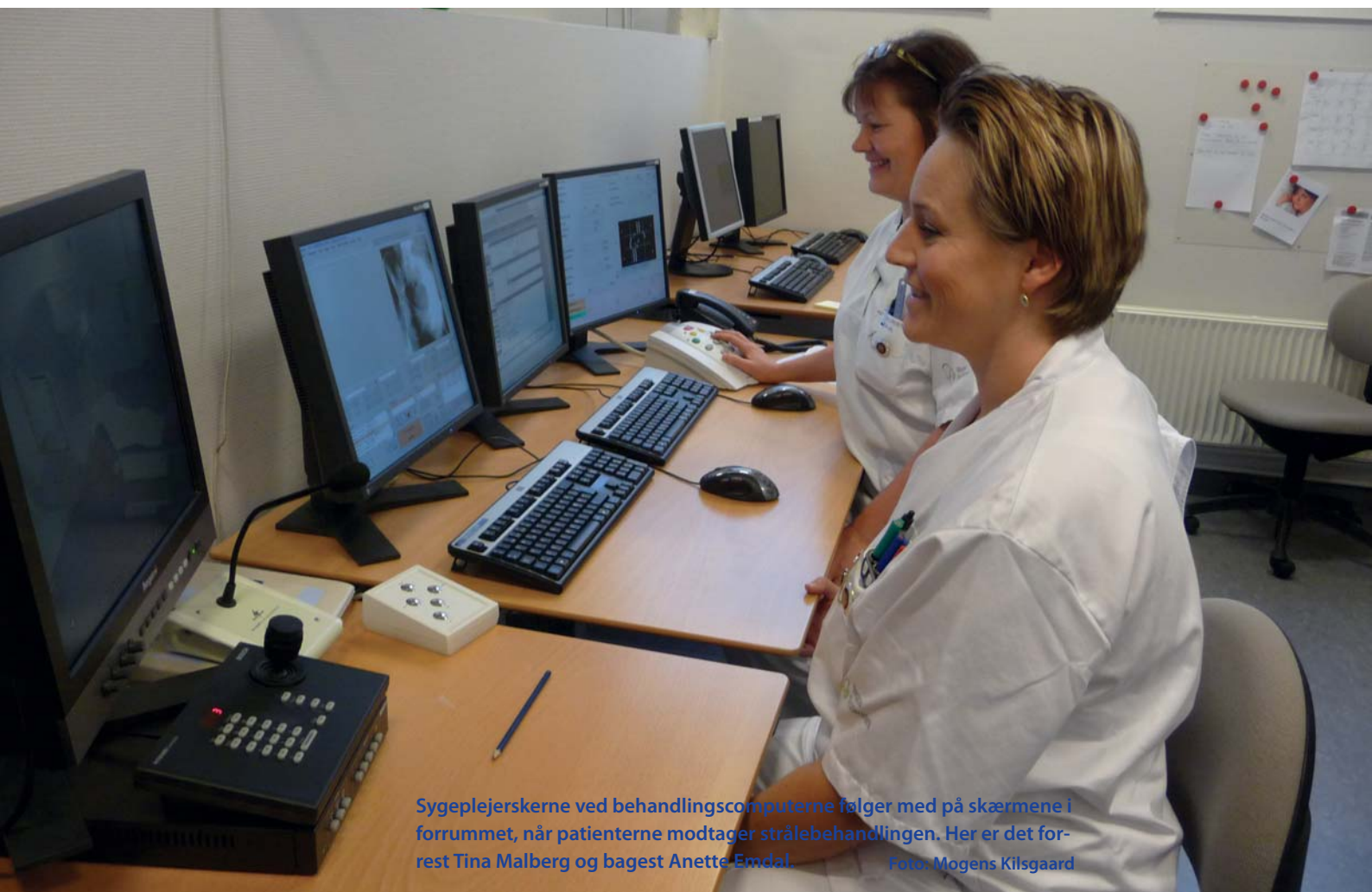
Kosten er vigtig

For at opnå færre bivirkninger har sygehuset indført en kostplan. Det er ikke direkte påvist, at den giver bedre resultater af behandlingen, men både overlæge Inge Mejlholm og sygeplejer-

ske Anne-Mette Tandrup, begge fra onkologisk afdeling, føler sig overbevist om, at den spiller ind.

- Når man strålebehandler, stilles der store krav til nøjagtigheden. Man skal ramme præcist i det syge væv, så strålerne ikke beskadiger det raske væv udenom svulsten. Den normale prostata er kun på størrelse med en kastanje og tæt på ligger både endetarmen og blæren, som af indlysende grunde helst ikke skal rammes af strålerne, forklarer Inge Mejlholm.

For at finde det præcise bestrålingssted og sikre at man rammer rigtigt hver gang, skydes der tre bittesmå guldmarkører ind i prostata inden strålebehandlingen. Desuden får patienten tre – ligeledes meget små – tatooveringer udvendigt på kroppen. Guldmarkørerne kan ses på scanningsbilledet, og sammen med



Sygeplejerskerne ved behandlingscomputerne følger med på skærmene i forrummet, når patienterne modtager strålebehandlingen. Her er det forrest Tina Malberg og bagest Anette Emdal.

Foto: Mogens Kilsgaard



Sygeplejerske Anette Emdal forklarer, hvordan man ved brug af laserstråler kan målrette strålebehandlingen med få millimeters nøjagtighed.

Foto: Mogens Kilsgaard

tatoveringerne kan man med laserstrålerne pejle sig frem til nøjagtigt det sted, der er mål for strålebehandlingen.

- På den måde sikrer vi os, at patienten ligger helt ens på behandlingslejet fra gang til gang, og vi kan ramme punktet med fem-syv millimeters nøjagtighed, siger hun.

Ro inde og ude

- Det er selvfølgelig også vigtigt, at patienten ligger helt stille under behandlingen. Det er her, kostplanen kommer ind i billedet, for kroppen skal ikke kun være i ro udadtil, men også indeni.

Derfor har vi udarbejdet en plan for, hvad man bør spise, og i særdeleshed hvad man skal holde sig fra i behandlingsforløbet med henblik på at opnå mindst mulig tarmluft og -bevægelighed, så tarmen er i ro under strålebehandlingen, forklarer Anne-Mette Tandrup.

Og planen er godt nyt for alle mænd, der kun har et skuldertræk tilovers for sunde sager såsom salat, råkost, fuldkorn og anden fiberrig mad, som de kloge ellers gerne vil have os til at spise meget mere af. De ting befinder sig nemlig på listens

minusside, fordi de sætter tarmsystemet på overarbejde og i bevægelse, og det dur ikke, når strålekanonen skal rettes mod målet.

Skrot løg og grønt

- Frikadellerne og leverpostejens skal være uden løg, æbleskræller er heller ikke godt, røgvarer, agurkesalat, krydderier, alle former for alkohol, nye kartofler, sodavand med brus, nødder, citrusfrugter og andre frugter som svesker og blommer er også blandt de ting, der skal forsages. Kort fortalt alt, der kan give luft i maven, siger hun.

Til gengæld er fisk i orden og kartoflerne ligeså, bare de er bagte eller mosedede.

- Så man skal nok blive mæt, og der er da heller ingen, der brokker sig. Tværtimod synes de fleste, at det er rart selv at kunne bidrage til et godt resultat af behandlingen. Det gælder i øvrigt også de pårørende. Mange hustruer er glade for at kunne hjælpe til med helbredelsen ved at servere den rigtige kost, siger Anne-Mette Tandrup.

I øvrigt er det også en god lejlighed til at gøre opmærksom på at stoppe rygningen, ligesom en halv times motion og rigeligt med vand anbefales.

Dejlige patienter

Både Anne-Mette Tandrup og Inge Mejlholm er i øvrigt enige om, at netop prostatapatienterne er en dejlig patientgruppe at have med at gøre.

- Stort set alle føler sig jo rask; de er som oftest fysisk vel fungerende, mange passer jobbet i behandlingsperioden, og pensionister bevarer deres fritidsinteresser og har overskud til børnebørnene. Bivirkninger ved strålebehandlingen er der

ikke mange af, og det gør det alt sammen lettere at bevare humøret og gejsten i forløbet. Vi prøver også at hjælpe til ved f.eks. at placere behandlingen om morgenen eller sidst på dagen, så den ikke griber ind i muligheden for at passe jobbet. Hen imod slutningen af strålebehandlingen kan nogle dog godt begynde at føle sig lidt trætte, påpeger de.

Faste rammer

Det kan være svært at opdage prostatakræft. Den udvikler sig langsomt og giver i mange år ingen symptomer. Et tegn kan dog være blod i urin eller sædvæske, vandladningsproblemer eller hyppig, natlig vandladning; og så bør man være opmærksom på, om andre i familien har eller har haft sygdommen, da den til dels er arvelig.

På Vejle Sygehus behandler man patienter, der af praktiserende læger er henvist til undersøgelse på de urologiske afdelinger på Sydvestjysk Sygehus eller Fredericia Sygehus. Konstaterer lægerne her, at der er tale om kræft, sendes patienterne til urologisk afdeling i Odense til yderligere undersøgelser med henblik på endelig stadielinddeling og dermed valg af behandling. Dette ligger i helt faste rammer, så ingen patienter oplever længere ventetid på behandling end strengt nødvendigt.

- Heldigvis er der i de fleste tilfælde også tale om meget langsomt voksende kræftceller, siger Inge Mejlholm.

Samtaler med patienten

Når stadiet er fastlagt, kommer de fleste i hormonbehandling tre måneder før strålebehandlingen starter. Men når strålebehandlingsforløbet går i

gang, går der kun en uge fra den første samtale med læge og sygeplejerske, til strålebehandlingen er i gang. Behandlingen begynder med magnesia, der skal sikre en tømt tarm, og der gives kostråd, så patienten er klar til CT- og MR-scanning.

CT-scanningen skal bruges til en behandlingsplan, mens MR-scanningen giver et anatomisk billede af patientens organer. De to billeder smeltes sammen og sammenholdes med biopsierne – som regel 12 – som de urologiske afdelinger har foretaget.

Når behandlingen skal beskrives, er både fysikere, røntgenlæger og onkologer med inde over beslutningsprocessen, der bl.a. er baseret på computerbilleder, der kan beskrive nøjagtigt hvilken dosis stråler, der skal gives og hvor.

Og så er vi tilbage i lokalet med laserstrålernes præcise mål...

- Der går syv dage fra første scanning, til behandlingen kan begynde. Det er nødvendigt, for at man kan sætte ind med den optimale behandling. Alle patienter følges personligt. Ingen står alene med dystre tanker.
- Strålebehandlingen foregår over 39 hverdage i otte uger. Man har "fri" i weekenden og må derfor godt forkæle sig selv med et glas rødvin fredag aften...
- Prostatakræftceller vokser langsomt, men kræver til gengæld en høj stråledosis for at blive slået ihjel.

- PSA er det tal, man måler, når prostatakræftpatienter går til kontrol eller undersøges. Det står for Prostata Specifikt Antigen.
- Prostata kaldes også blærehalskirtlen. Dens funktion er at danne sædsvæske og holde den flydende. Den kan vokse godartet med alderen.
- Væksten kan klemme om urinrøret og invitere mænd ind i det, der populært kaldes nattissernes klub og dem, der ikke længere kan skyde strålen over plankeværket, men det kan også være alvorligere årsager, der ligger bag – nemlig kræft.
- I Danmark dør der på årsbasis ca. 1200 mænd på grund af sygdommen, men i langt de fleste tilfælde kan den helbredes, og patienterne får et normalt liv. Her er det vigtigt at søge læge tidligt.
- Se mere på www.propa.dk



Overlæge Inge Mejlholm og
sygeplejerske Anne-Mette Tandrup
Foto: Mogens Kilsgaard

Ny forsøgsbehandling mod prostatakræft



Af journalist
Mai Brandi Ludvigsen,
Kræftens Bekæmpelse

Dendritcellevaccination er blot en af flere typer af kræftbehandlinger, hvor man udnytter patientens eget immunforsvar. I Danmark har behandlingen primært været afprøvet på modermærkekræft, nyrekræft og brystkræft, men nu bliver en forsøgsbehandling mod prostatakræft sat i gang på Herlev hospital.

Dendritceller er hjælpeceller i immunforsvaret. Deres opgave er at opsamle celler eller andet materiale, som ser fremmed ud – for eksempel virus og bakterier – og herefter aktivere T-cellerne, der er i stand til at dræbe fremmede celler. Dendritcellerne præsenterer altså det fremmede materiale for T-cellerne, som efterfølgende genkender og bekæmper uønskede celler.

Nogle gange slår kroppens eget forsvar fejl, og kræft får lov til at udvikle sig. Med dendritcellevaccination forsøger man at aktivere patientens eget immunforsvar, så T-cellerne kan bekæmpe kræften. Det er altså ikke dendritcellerne, der i sig selv slår uønskede celler ned, men de fremprovokerer en immunreaktion, så kræftceller bliver angrebet af kroppens eget immunforsvar.

I Danmark har dette princip været afprøvet i en årrække mod blandt andet modermærkekræft, og nu vil behandlingen også blive tilbudt som forsøgsbehandling til patienter med fremskreden prostatakræft.

- Ved modermærkekræft har vi i et tidligere forsøg set, at behandlingen har givet sygdomsstabilitet hos lidt mere end halvdelen af patienterne. I dette forsøg skal behandlingen i første omgang vise, om vi i laboratoriet kan se, at patientens T-celler kan reagere mod og bekæmpe kræftcellerne. Men det er selvfølgelig også interessant, om behandlingen betyder noget for smertereduktion, sygdomsudvikling og overlevelse, siger læge Eva Ellebæk, der står bag forsøget sammen med overlæge og professor Inge Marie Svane, Herlev Hospital.

Sætter turbo på kroppens eget immunforsvar

Dendritcellevaccination er en såkaldt behandlende vaccine, der består af dendritceller, som tages fra patientens eget blod. Det sker i en særlig form for blodtapning, hvor patientens blod cirkulerer gennem en maskine i ca. fire timer, mens immuncellerne sies fra.

I laboratoriet bliver dendritcellerne opmodnet og mærket med nogle bestemte proteiner (antigener) på overfladen. I det her tilfælde overfladeproteiner, som er specifikke for prostatakræftcellerne. Herefter bliver dendritcellerne sendt tilbage i kroppen ved en indsprøjtning i låret.

- Dendritcellerne vandrer så op til T-cellerne i lymfeknuderne,



Læge og ph.d. studerende Eva Ellebæk står for forsøget med dendritcellevaccination mod prostatakræft på Herlev Hospital

hvor de præsenterer de overfladeproteiner, de er blevet mærket med. Det gør, at T-cellerne bliver aktiveret og begynder at bekæmpe celler med samme overfladeprotein – altså kræftcellerne, når de møder dem ude i kroppen, siger Eva Ellebæk.

Få bivirkninger

Behandlingen med dendritcellevaccinen gentages en gang om ugen i to ud af tre uger i de første tre måneder, og hvis behandlingen virker godt, kan vaccinationerne fortsættes. Selve vaccinen forventes ikke at give store bivirkninger, men behandlingen gives sammen med kemoterapi. Ikke kun fordi kemoterapi er standardbehandling til patienter med fremskreden og hormonresistent prostatakræft:

- Kemoterapi har faktisk vist sig at kunne have en gavnlig effekt på immunterapeutisk behandling. Det fjerner nogle af de celler, som hæmmer immunforsvaret og kan gøre det nemmere for T-cellerne at ramme kræftcellerne, fortæller Eva Ellebæk.

Da der er tale om et lodtrækningsforsøg (randomisering), vil kun halvdelen af de 40 patienter, som indgår i forsøget, få dendritcellevaccination sammen med kemoterapi. Den anden halvdel vil få kemoterapi, som er standardbehandling.

Inkontinens efter behandling for prostatakræft og metode til bækkenbundstræning



Af Hanne Ryttergaard
Fysio- og uroterapeut,
Stud. Klinisk Sexolog
www.kontinensklinikken.dk

Prostatektomi (fjernelse af prostata)

Når prostata fjernes, mister blæren sin støtte. Desuden sker der desværre ofte det, at blærens indvendige lukkemuskel beskadiges under operationen. Derfor bliver det sværere at holde på vandet, især ved fysisk aktivitet. Dette kaldes *stress inkontinens*. Vi ved ikke præcis, hvor mange mænd der får problemer med at holde på vandet efter fjernelse af prostata. Tallet varierer, fordi det afhænger af hvordan spørgsmålet om inkontinens er stillet. De seneste opgørelser viser, at mellem 5-35 % har problemer med at holde tæt, specielt det første år efter operationen. Permanent inkontinens opleves hos under 3 %.

Strålebehandling for prostatakræft

Kræft i prostata kan også behandles med stråler. Desværre kan der efterfølgende opstå problemer med blæren, urinrøret og tarmen. Hyppig vandladning og en lille blære er de mest almindelige gener efter strålebehandling. Desuden kan ses blødning ved vandladning og afføring, proble-

mer med at tømme blæren helt ved hver vandladning samt smerter og bydende afføringstrang.

Stress inkontinens eller anstrengelsesinkontinens forekommer ved fysisk anstrengelse f.eks. ved gåture, host, nys, havearbejde mm. Som regel er det ikke svært at holde på vandet, når du sidder eller ligger. Nogle kan helt undgå at være inkontinente under søvn. Men så snart du rejser dig op, presses urinen i blæren ned mod blærebunden, hvor prostatakirtelen sad og hjalp med at holde blæren lukket. Du kan risikere at lække urin samt at få trang til at lade vandet, straks du har rejst dig op. Det kan være en god idé at træne sig i at holde trangen lidt tilbage, førend du giver efter. Op træning af bækkenbunden kan i alle tilfælde mindske eller helt afhjælpe lækage samt fjerne trangen til at lade vandet når du rejser dig op. Du kan med fordel starte bækkenbundstræning før operation for prostatakræft.

Hyppig vandladning er et kendt problem efter strålebehandling af prostata. Grunden til det er strålernes virkning på blærens muskel. Strålerne gør blære-

musklens væv stift og ueftergiveligt, så blæren har svært ved at give efter, og derved at kunne indeholde den urin, som løber ned i blæren. Du oplever at få hyppig tissetrang og tisser i små portioner

Urge inkontinens eller tranginkontinens forekommer med kraftig tissetrang, som er svært at kontrollere. Årsagen kan være en lille blære og/eller en overaktiv blære. Baggrunden for denne forandring af blæren kan i dit tilfælde skyldes strålebehandling, eller den kan komme af en dårlig vane med at gå hyppigt på toiletet. Har du oparbejdet en vane med at gå på toiletet mange gange om dagen, så får du en lille blære, der har svært ved at rumme en normal portion urin. Du kan opleve at tisse i bukserne på vej til toiletet. Trangen kan blive så stor, at du ikke kan holde vandladningen tilbage. *Blæret træning*, bækkenbundstræning og evt. medicinsk behandling med blæredæmpende medicin er de vigtigste behandlinger.

Blæret træning vil hjælpe dig til at få kontrol over din blære, så den mængde urin blæren kan

indeholde øges lidt efter lidt. En forudsætning for et godt resultat er, at du træner din bækkenbund samtidig. En anden forudsætning for succes er, at du kan tømme din blære helt ved hver vandladning. Der må ikke være rester af urin i blæren, når du har været på toilettet. Du skal derfor give dig godt tid til at lade vandet, du må gerne sidde ned, hvis det føles mere afslappet. Du skal ikke presse når du lader vandet, men helst lade det løbe af sig selv. Bliv siddende lidt for at sikre dig at der ikke kommer mere. Lav 3-5 knibeøvelser inden du rejser dig fra toilettet. På den måde får du tømt urinrøret helt og undgår at dryppe, når du lukker bukserne.

Normalværdier for en blære:

- 5-7 vandladninger om dagen
- 0-1 vandladning om natten.
- Om morgenen kan blæren indeholde op til 5-6 dl.
- Resten af dagen 2-3 dl pr. vandladning
- Det anbefales, at du drikker ca. 1½ liter væske dagligt inkl. the og kaffe. Drik mest i dagtimerne og hold igen om aftenen.

Hvad opnår du ved blæret træning?

- At du kan nøjes med at gå på toilettet hver 2.-3. time
- At du højst skal op 1 gang hver nat for at tisse
- At du højst behøver at tisse 7 gange om dagen
- At du ikke tisser i bukserne på vej til toilettet

Hvad skal jeg gøre når trangen presser på?

Stå stille, knib sammen og tænk på noget andet.
Pkt. 1. Stå stille
Pkt. 2. Dæmp tissetrangen ved at knibe let sammen i bækkenbunden. Hold knibet i 20-30 sekun-

der. Så slapper blæremuskelen af, og tissetrangen forsvinder
Pkt. 3. Tænk på alt andet end vandladning og ønsket om at gå på toilettet

På denne måde kan du få trangen til at forsvinde. Det kræver stor vilje at kontrollere blæren. Du har måske længe lystret blærens signaler og rendt på toilettet hver gang den har sendt signal. Nu skal du forsøge at gøre det anderledes. Det skal være dig der bestemmer, hvornår du går på toilettet. Start med at udsætte vandladningen 5 minutter, så 10 minutter osv. til du når op på ca. 3 timer mellem hver vandladning.

Har du stråleskader på din blæremuskel, er det ikke muligt at træne, så disse skader går væk. Du skal forsøge at kontrollere din vandladningstrang, til du når ud på toilettet. Det vil formodentlig ikke være muligt at få blæren til at rumme de ovennævnte mængder urin. Du må acceptere, at du har brug for at gå lidt hyppigere på toilettet end andre.

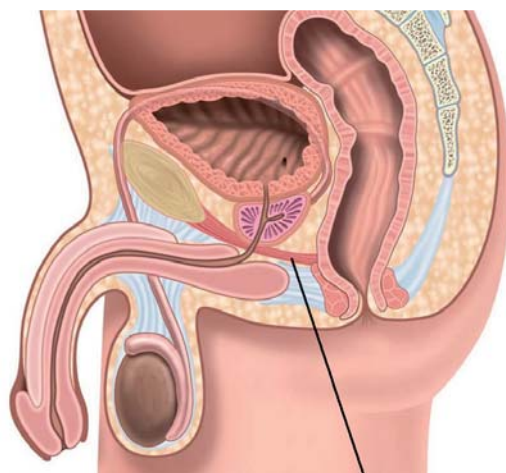
Du skal vide at træning af din blære kræver tid og tålmodighed. For de fleste tager det flere måneder, før virkningen kan mærkes. I blæret træning indgår kontrol med bækkenbunden.

Hvordan er bækkenbunden opbygget?

Bækkenbunden er de muskler der lukker bækkenet nedadtil. Bækkenbunden er med til at holde blære og tarm på plads og sikre at urinrør og endetarmsåbning holdes lukket. Bækkenbunden er små tynde muskler og en sammentrækning i bækkenbunden, er derfor aldrig noget stort og voldsomt. Det svarer til at lukke munden bare i den anden ende. Bækkenbunden har ansvaret for at lukke for urinrør og endetarm. Bækkenbunden har en vigtig funktion med at hæmme trangen til vandladning, når du kniber. Du kan få trangen til at gå væk ved at knibe sammen i bækkenbunden.

Hvordan kniber man?

Området omkring endetarmen er et godt pejlemærke for knibeøvelser. Her er bækkenbunden tykkest og derfor mærkes en knibeøvelse som en lukning af endetarmen. Du kan se at pung og penis løfter sig lidt ved et knib. Du skal ikke holde knibet længere end du kan mærke, der er muskelspænding du kan slappe af. For nogle kan et kraftigt knib holdes i 2 sekunder, for andre 8-10 sekunder. Du skal ikke mærke knibet i maven eller balderne.



Bækkenbunden

Du skal kunne trække vejret almindeligt, mens du laver dine knibeøvelser. At knibe føles lige så blødt som at "lukke munden" bare i den anden ende. Pauserne er vigtige. Det er her musklerne hviler sig og bliver klar igen.

Bækkenbundsøvelser til begyndere

1. Lig på ryggen med bøjede ben og fødderne i underlaget. Knib blødt sammen om endetarmen og fornem en lille lukning ved endetarmen, som om du skulle holde på en prut. Hold knibet i 2 sekunder. Slip igen. Hold pause i 2 sekunder. Gentag øvelsen 20 gange.
2. Lig på ryggen med bøjede ben og fødderne i underlaget. Knib hårdt sammen om endetarmen og hold denne lukning stramt i 5 sekunder. Pause i 5-10 sekunder. Gentag øvelsen 10 max. 20 gange, eller til du er træt i bækkenbundsmusklerne. Husk du skal kunne mærke du slipper knibet. Kan du ikke det, er musklen træt og du må stoppe træningen.
3. Prøv når du går at spænde med halv kraft i bækkenbunden. Det træner din muskels udholdenhed.

Du kan også lave disse øvelser, når du ligger på siden med benene bøjede. Husk at skifte mellem højre og venstre side. Du skal træne 2 gange hver dag med disse tre øvelser.

Bækkenbundsøvelser til let øvede

Sid på en stol til denne del af træningen.

1. Som opvarmning kan du lave 20 små hurtige knib. Lav dem så hurtigt du kan. Du skal ikke bruge mange kræfter, men fokusere på hurtigheden samt at du når at give

slip mellem hvert knib.

2. Knib sammen ved endetarmen og hold dette knib i 5-10 sekunder. Du skal knibe så hårdt du kan. Hold pause i 5-10 sekunder. Husk du skal kunne mærke du giver slip. Kan du ikke det, har du holdt knibet for længe. Gentag øvelsen 10 max. 20 gange.
3. Prøv når du går at spænde med halv kraft i bækkenbunden. Det træner din muskels udholdenhed.

Du kan sidde tilbagelænet på stolen, lige op på stolen eller fremadlænet når du træner. Prøv at skifte mellem disse tre siddestillinger.

Bækkenbundsøvelser til øvede

Stå op til disse øvelser.

1. Som opvarmning kan du lave 20 små hurtige knib. Lav dem så hurtigt du kan. Du skal ikke bruge mange kræfter, men fokusere på hurtigheden samt at du når at give slip mellem hvert knib.
2. Knib sammen og hold knibet i 5-10 sekunder. Knib så hårdt du kan. Hold pause i 5-10 sekunder. Gentag øvelsen 10 max. 20 gange.
3. Prøv når du går at spænde med halv kraft i bækkenbunden. Det træner din muskels udholdenhed.

Knibet og pauserne skal være lige lange. Jo stærkere bækkenbunden er, jo længere kan du holde knibet, dog højst 10 sekunder.

Kombinationstræning for let til øvede

1. Som opvarmning kan du lave 20 små hurtige knib. Lav dem så hurtigt du kan. Du skal ikke bruge mange kræfter, men fokusere på hurtigheden samt at du når at give slip mellem hvert knib
2. I liggende stilling laves 5

kraftfulde knib. Hold knibet i 10 sekunder. Pause i 10 sekunder.

3. I siddende stilling laves 5 kraftfulde knib. Hold knibet i 10 sekunder. Pause i 10 sekunder.
4. I stående stilling laves 5 kraftfulde knib. Hold knibet i 10 sekunder. Pause i 10 sekunder.
5. Prøv når du går at spænde med halv kraft i bækkenbunden. Det træner din muskels udholdenhed.

Fælles for alle træningsprogrammerne

er at du skal udføre dem 2 gange hver dag. Du skal stoppe træningen når bækkenbunden bliver træt, også selv om du ikke har gennemført hele træningen. Den styrke og hurtighed du nu er ved at få indarbejdet i din bækkenbund, skal du bruge dagligt, i de situationer hvor du har svært ved at holde på vandet. Det kaldes den *funktionelle* brug af bækkenbunden.

Funktionstræning

Funktionstræning betyder, at du skal lære at knibe sammen, før der kommer belastning på din blære. Hver gang du er aktiv så øges trykket på blæren, og så skal du knibe samtidig med. Det vil sige du skal knibe mens du hoster og nyser, løfter, træner, rejser dig op og når du går en tur. I alle de situationer hvor du oplever at du ikke holder tæt, skal du være mere opmærksom på at knibe let sammen for at holde vandet inde i blæren.

Har du problemer?

Søg hjælp til din træning af bækkenbunden, vejledning omkring blærefunktion samt tarmfunktion, hvis der er noget du er i tvivl om, eller hvis din egen træningsindsats ikke hjælper. God arbejdslyst!

Motion og kost kan holde prostatakræft i ave



Af journalist
Morten Jakobsen,
Kræftens Bekæmpelse

En kost med ekstra meget fuldkornsrug kombineret med hård fysisk træning ser ud til at kunne holde prostatakræft i ro hos patienter, som har sygdommen i et tidligt stadie. Det betyder at de formentlig kan slippe for en behandling, som ofte giver mange bivirkninger. Det er den foreløbige konklusion på et pilotstudie, som Kræftens Bekæmpelse gennemfører sammen med Århus Universitet og Skejby Sygehus.

En gruppe mænd fra Århus-området er begyndt at spise meget fuldkornsrug i maden og at dyrke hård fysisk træning tre gange om ugen. De har alle prostatakræft i et så tidligt stadie, at de ikke er blevet behandlet. Normalt ville lægerne blot følge dem nøje, for at se,

om sygdommen udvikler sig til at være behandlingskrævende. Men som deltagere i det nye forsøg er målet, at den sunde mad og motionen skal holde kræften fra at vokse.

- Vi ved at nogle tilfælde af prostatakræft udvikler sig aggressivt, mens de fleste udvikler sig langsomt, og ikke når at give patienten problemer, før han dør af noget andet. Problemet er, at vi ikke kan forudse, hvem der har den aggressive form. Men vi tror, at det hænger sammen med, om man har et højt insulin-niveau i kroppen. Så ideen med projektet er at nedsætte insulin-niveauet hos deltagerne ved at de spiser meget sundt og får meget motion, forklarer lederen af projektet, cand. scient. ph.d., Rikke Dalgaard Hansen. Hun er forsker ved Kræftens Bekæmpelses institut for Epidemiologisk Kræftforskning.

Overrasket over den positive effekt

Og det ser foreløbigt ud til, at motionen og den rugholdige kost hjælper. Det såkaldte PSA-tal (Prostata Specifikt Antigen) kan være et tegn på, om en

mand har prostatakræft. Det kan måles ved en simpel blodprøve. Blandt de 11 mænd, som indtil videre har været med i forsøget, er PSA-tallet direkte faldet hos seks af dem og uændret efter tre måneder for tre af dem. Kun hos to har der været en stigning i PSA.

- Det har helt klart overrasket mig, at der har været en så positiv effekt. Om det er motionen eller den megen rug i kosten, ved jeg ikke. Men oveni har forsøget også betydet, at patienterne har fået en bedre livskvalitet. Før var de fleste lidt runde. Nu kommer de i stram T-shirt for at vise, at de har fået muskler, siger professor Michael Borre fra Skejby Sygehus.

Klarer sig bedre end andre patienter

Han er leder af Urologisk Klinik i Skejby, og har stået for at udvælge mændene til forsøget. De er valgt blandt prostatakræftpatienter, som er under såkaldt 'aktiv overvågning'. Det vil sige, at lægerne vurderer, at deres kræftsygdom ikke er fremskreden nok til, at man vil behandle med operation eller



Cand. scient. ph.d. Rikke Dalgaard Hansen,
Kræftens Bekæmpelse

Hilsen til pårørende

Af Birthe Olsen, pårørende-repræsentant i landsbestyrelsen

strålebehandling. Problemet ved begge behandlinger er, at de giver mange bivirkninger – specielt risiko for impotens og inkontinens.

- Normalt siger man, at 60 procent af en gruppe patienter under 'aktiv overvågning' vil blive henvist til operation. Så foreløbig klarer den her gruppe i forsøget sig rigtigt godt. Jeg havde ikke forventet at PSA-tallet direkte ville falde hos så mange, siger Michael Borre.

Mændene nyder, at de selv kan kæmpe mod sygdommen

Forsøget i Århus er i første omgang ment som et pilotstudie, der primært skal vise, om man overhovedet kan lave den form for 'behandling' af prostatakræftpatienter. Altså at få dem til at omlægge deres kostvaner og dyrke hård motion.

- Også på det punkt er udfaldet meget positivt. Jeg er dybt imponeret over, hvor meget ildhu mændene har vist. De deltager meget aktivt og nyder tydeligt, at de selv kan gøre noget mod den sygdom, de har. Og det er jo fantastisk, hvis vi kan udvikle en sund metode, som kan holde sygdommen i ave, så mændene dør med prostatakræft og ikke af den, siger Rikke Dalgaard Hansen fra Kræftens Bekæmpelse.

Det er meningen, at projektet nu skal udbredes til tre kræftcentre i Danmark, tre i Sverige og et på Island for at teste 'behandlingen' med rug og motion af på et stort antal mænd. Men først skal forskerne finde finansiering til projektet.



Foto: Boye Koch

Ved årsmødet i 2010 blev jeg valgt ind i landsbestyrelsen som repræsentant for de pårørende (dvs. pårørende til mænd, der har eller har haft prostatakræft og enker efter mænd med sygdommen). Min primære opgave i bestyrelsen er at få oprettet lokalgrupper af pårørende i hele landet. Det første år var lidt op ad bakke – jeg skulle nok lige ses an i den gruppe af mænd, jeg var havnet i!

Men der er håb forude! Jeg har deltaget i et antal møder i 2011 med det formål at få oprettet pårørendelokalgrupper, og jeg har allerede 3-4 aftaler i begyndelsen af 2012. Jeg føler, at der er et stort behov hos mange pårørende for at deltage i en gruppe med ligestillede – dels for i al fortrolighed at udveksle erfaringer, dels for at føle at man ikke er alene i verden med sine tanker og bekymringer, som der kan være mange af.

Et af problemerne, jeg er stødt på ved oprettelsen af en gruppe, er at finde en tovholder i gruppen, dvs. en, der tager sig af det praktiske, som f.eks. at sørge for lokale, indkalde til møde, brygge

kaffe osv. Meget ofte kan der lånes lokale hos den lokale afdeling af Kræftens Bekæmpelse. Mange kommuner har også et frivilligcenter, hvor der kan lånes et lokale, laves kaffe osv. Mødedato aftales fra møde til møde, og der sendes en mail eller et brev til alle tilmeldte om datoen. Kort før mødet sendes en påmindelse til de tilmeldte. Jeg etablerede selv lokalgruppen i Roskilde, der har eksisteret siden 2007. Som en ekstragevinst har gruppen for mit vedkommende givet flere gode private venskaber. I Roskilde mødes vi ca. 4 gange om året.

I 2011 var vi 3 "piger" fra pårørendegruppen i Roskilde, der udfærdigede oplægget til pårørende-folderen, som I måske har læst. Den kan rekvireres på PROPAs sekretariat. Jeg håber, at der i 2012 må blive etableret endnu flere lokalgrupper. Jeg vil meget gerne være behjælpelig med opstarten, hvis I ønsker det!

Har I spørgsmål, er I velkomne til at kontakte mig på tlf. 56 87 08 34 eller på email: juliesofie2003@yahoo.dk.

Center for Kræft & Sundhed i København

Af K.B. Madsen, landsformand for PROPA

Det første kommunale rehabiliteringscenter for kræft-ramte i Danmark, Center for Kræft & Sundhed, blev indviet i efteråret 2011. Centret ligger på Nørre Allé 45 i København. Det er bygget i et samarbejde mellem Kræftens Bekæmpelse og Københavns kommune efter et meget spændende arkitektonisk koncept. Centrets formål er at yde støtte og hjælp til

personer med kræft og deres pårørende, så de kan få det bedst mulige hverdags- og arbejdsliv.

Centret og dets virke er beskrevet i bogen "MOSAİK - 21 tekststykker om at komme fra kræft til kræfter", skrevet af journalist Lotte Seheim. Bogen er meget informativ og spændende og indeholder en lang række meget gribende og tankevækkende skil-

dringer af de problemer, kræftpatienter og deres pårørende har at slås med, og hvorledes Centret har hjulpet dem igennem den svære tid efter diagnose og behandling frem til et nyt liv. Bogen kan absolut anbefales! Den kan rekvireres gratis på www.kraeftcenter-kbh.dk Centeret præsenteres og fremvises ved PROPA Københavns møde den 27. februar.



Vore skandinaviske broderorganisationer

Vi har bedt vore broderorganisationer i Norge, Sverige og Finland om at fortælle lidt om deres organisation, arbejde mm. Detaljerne i deres rapporter varierer, da de selv har bestemt omfanget og karakteren af deres præsentationer.

Den norske prostatakræftforening PROFO



Prostatakræftforeningen PROFO er en patientorganisation for personer, som er eller har været ramt af prostatakræft. PROFO blev stiftet den 22. maj 2003, og har til formål at bidrage til at mænd med prostatakræft får et optimalt og ensartet behandlingstilbud og opfølgning uafhængigt af hvor i landet de bor. PROFO havde i december 2011 3200 medlemmer og ledes af formanden Ulf Lunde.

Adresse: Rådhusgata 4, 0151 Oslo, Postboks 8 Sentrum, 0101 Oslo. www.prostatakreft.no.

PROFO har etableret et tæt samarbejde med andre patientorganisationer nationalt og internationalt samt med fagligt personale og de ansvarlige sundhedsmyndigheder, for at bidrage til en større forståelse af hvad patienterne har behov for af støtte og forskellig hjælp. PROFO ønsker at være til rådighed med lokale og centrale støtteordninger for mænd med prostatakræft, og har bl. a. etableret tilbud med bemandet kontakttелефон 365 dage om året, medlemsblad, hjemmeside, medlemskongres og tilstedeværelse på omsorgscent-

rene (centre for kræftramte og deres pårørende).

Hvert år i september gennemfører PROFO en landsdækkende prostatakræftaktion sammen med PROFOs samarbejdspartnere. I den måned arrangeres møder, udstillinger og andre aktiviteter i hele landet med stor medieinteresse. I 2011 var "Prostatakammeraterne" aktionens navn, og nyt dette år var også Prostatakammeraternes campingbil, som kørte Norge rundt med informationsudstillinger, også til mindre byer og landsbyer i Norge.

PROFO er inddelt i 26 lokalafdelinger, som ledes af en hovedbestyrelse på 6 personer med stemmeret og 2 observatører. Der er også etableret fem udvalg: arbejdsudvalget, aktionsudvalget, organisationsudvalget, fagudvalget og informationsudvalget. Disse udvalg har fra 4-8 medlemmer med speciel interesse for området, og arbejder ifølge mandat fra hovedbestyrelsen.

Der bliver i øjeblikket også etableret en pårørende-gruppe, som vil være samlingspunkt for pårørende til prostatakræftramte mænd.



Tord Tangvik og
PROFO formand Ulf Lunde

PROPO

Den finske prostatakræft organisation

Stiftet	10. oktober 1997
Organisation	Præsident: Formand for bestyrelsen: Hannu Tavio Patientbestyrelse: 3 patient medlemmer + 1 urolog (formanden for den finske urolog-forening), 1 sygeplejerske og deres personlige suppleanter. Direktør (frivillig) Sekretær (uddannet sygeplejerske)
Adresse	Den finske prostatakræft organisation Pieni Roobertinkatu 9 FIN-00130 Helsinki
E-mail	Hannu.tavio@cancer.fi Irma.lehtimaja@cancer.fi
Medlemmer	I øjeblikket (september 2011) ca. 1.800 medlemmer fra hele Finland · Prostatakræftpatienter · Pårørende · Læger og sygeplejersker interesserede i prostatakræft
Formål	· At være bindeled og interesseorganisation for prostatakræftpatienter og deres pårørende · At udbrede information til medlemmerne og øge den generelle opmærksomhed om prostatakræft
Aktiviteter i 2010	· Udgivelse af PROPO medlemsblad 4 gange årligt i 4000 eksemplarer per gang · Skrivning af artikler til tidsskrifter og aviser · Opdateret udgave af hæftet "Viden om prostatakræft og behandlinger af sygdommen" og brochuren "Lad os møde prostatakræft sammen" · Afholdt 5 by-arrangementer fra nord til syd i Finland for at øge opmærksomheden om prostatakræft · Opretholdt 3 egne støttegrupper og samarbejdede med 20 uafhængige grupper i hele landet · Organiserede foredrag om patient synspunkter ved forskellige arrangementer · Fælles motions udfordringsaktiviteter med Europa Donna Finland · Arbejdede som aktivt medlem ved Europa Uomo møder, seminarer og masterclass · Deltog i Nordisk Møde

Prostatacancerforbundet i Sverige

Sverige har en befolkning på 9,5 millioner mennesker, hvoraf halvdelen er mænd. Ca. 75.000 af dem har prostatakræft. Det er den mest almindelige kræftsygdom i Sverige.

Ca. 2.500 dør af sygdommen hvert år og 10.000 får årligt diagnosen.

Prostatacancerforbundet arbejder for at flest muligt, som får

prostatakræft, skal få et længere og bedre liv. De højest prioriterede spørgsmål er muligheden for at få en ensartet behandling og kortere ventetider ligegyldigt hvor man bor. Forbundet henvender sig også til pårørende, da de også påvirkes af sygdommen. Sekretariat: Barks väg 14, 170 73 Solna. www.prostatacancerforbundet.se.

- I Prostatacancerforbundet indgår omkring 25 patientforeninger fordelt over hele landet, hvor man kan blive medlem, fortæller formanden Alf Carlsson. Disse lokale foreningers formål er at støtte både manden og hans pårørende.

Omkring 7.000 mænd, eller ca. 10 procent af alle, som har fået diagnosticeret prostatacancer,

er medlemmer i de lokale patientforeninger. Disse foreninger tilbyder i forskelligt omfang støttesamtaler, pårørendegrupper, foredrag, informationsaftener og lignende alt efter interesse, ressourcer og behov. Samtlige lokalforeninger har god kontakt med urologiske og onkologiske klinikker i nærområdet.

Mens brystkræft har stor opmærksomhed i samfundet, taler betydeligt færre om prostatacancer, men en ændring er på vej, mener Alf Carlsson.

- Det er vigtigt at vi taler mere åbent om sygdommen. Der er ikke grund til at skamme sig over prostatakræft. Behandlingskvalitet og ventetider varierer forskellige steder i landet, men vi deltager i arbejdet med de nye nationale retningslinier for

behandling, som er under udarbejdelse. Her har åbenhed og patientforeningerne en vigtig rolle, fortsætter han.

De nationale retningslinier for behandling indebærer blandt andet, at der skal etableres et antal regionale kræftcentre. Den landsdækkende cancerstrategi viser indhold og retningslinier, som skal forbedre behandlingen. Seks behandlingsregioner vil blive etableret i Sverige; og i Sydsverige er man nået længst med samarbejdet og behandlingsprogrammerne. Prostatacancerforbundet medvirker i disse spørgsmål sammen med de andre kræftforbund.

Prostatacancerforbundet gør sig til talsmand for de prostatakræfttramte, men må konstatere at man egentligt ved for lidt om de syge.

- Derfor gennemfører vi i begyndelsen af 2012 en spørgeskemaundersøgelse blandt vore medlemmer, siger Alf Carlsson. Vi vil vide mere om hvordan det er at have sygdommen og leve med den. Han håber at Prostatacancerforbundet kan præsentere resultaterne i den internationale prostatacancer-måned i september 2012.

Et vigtigt problem for fremtiden er manglen på urologer og onkologer. I 2030 regner man med at omkring 130.000 vil have fået diagnosen prostatakræft, altså næsten dobbelt så mange som i dag. Det simple resultat er, at der er behov for både flere urologer og flere penge. Prostatacancerforbundet har foreslået hvordan uddannelsen af kommende specialister i urologi kan foregå.

Det er FRIVILLIGT at arbejde som FRIVILLIG!

Af Niels Bjerrum, medlem af PROPA

I Danmark, såvel som i resten af verden, er der et stort behov for frivillig arbejdskraft. Frivilligt arbejde er med til at danne netværk på tværs af alder, politisk, religiøs og samfundsmæssig status.

Et stort antal frivillige bakker op omkring dette arbejde og yder en uvurderlig indsats for foreninger og andre samfundsgrupper. Vel at mærke helt ulønnet!

Uden alle de frivilliges store indsats, ville samfundets mange gode tilbud til omsorg, velfærd, forenings- og idrætsaktiviteter slet ikke kunne eksistere.

Hvem udfører frivilligt arbejde? Det er der heldigvis rigtig mange, der gør. Det er især kvinder i alle aldre, men også mange

mænd. Mændene er bare mere synlige som ledere, især inden for idrætsforeninger og mere teknisk krævende arbejdsområder.

Vi vil gerne opfordre mændene til at tage nye frivillige udfordringer op og yde en indsats inden for eksempelvis patientforeninger. Her ligger der en stor opgave, som mange mænd tøver med at løse. Så kom ud af busken og engager dig i det frivillige arbejde der ligger med bl.a. oplysning om mænd og kræftsygdomme.

Der følger et vigtigt ansvar med frivilligt arbejde. Der skal gode råd og vejledning til, og derfor bør alle frivillige tilbydes at deltage i kurser, som kan støtte dem i rollen som frivillig. Et forkert eller uklart svar på et spørgsmål kan i nogle tilfælde give katastro-

fale følger for både helbred, tillid og økonomi. Så kast dig ikke ud i frivilligt arbejde før du er klar til det.

Frivilligt arbejde

- må aldrig erstatte den professionelle hjælp
- skal alene være et supplement til samfundets hjælp
- skal give øget livsglæde for både giver og modtager
- er ikke noget man SKAL, men noget man gerne VIL
- er vejen til et betydeligt netværk
- giver grobund for et godt samarbejde
- giver løfter for gode visioner
- er respektabelt og
- kræver en holdning til tavs-hedspligt



De mange deltagere fylder godt op i Auditoriet og overlæge Niels Christian Langkilde kommenterer og besvarer spørgsmål.

Foto: Ole M. Jensen

Premiere i Nordjylland på PROPAs nye DVD film om prostatakræft

Af Ole M. Jensen, medlem af PROPA

Det var ikke filmfestivalen i Berlin, der ventede forude, men alligevel indtog et talstærkt og forventningsfuldt publikum pladserne i Auditoriet på Sygehus Syd i Aalborg sidst på eftermiddagen den 28. november 2011.

Ikke mindre end ca. 90 deltagere – hvoraf de fleste naturligvis var prostatapatienter – var mødt frem til den spændende fremvisning af den nye film.



Velkommen til alle

Poul Erik Christensen, regionsformand i Nordjylland, bød forsamlingen velkommen og bød særlig velkommen til overlæge Niels Christian Langkilde fra Sygehus Nord, som efter fremvisningen kommenterede DVD'en og besvarede spørgsmål.

Formanden takkede samtidig Niels Christian Langkilde, fordi han altid beredvilligt stiller sig til tjeneste, når vi har brug for det! Det er for PROPA en helt uvurderlig hjælp.

Også de to ildsjæle, sygeplejerskerne Helle Bech Jørgensen og Kirsten Steffensen, blev budt specielt velkommen.

Ny DVD om prostatakræft og efterfølgende spørgsmål

Fremvisningen af den nye DVD om prostatakræft gjorde helt klart indtryk på forsamlingen, og det mærkedes tydeligt, at man var meget imponeret over, så godt DVD'en var disponeret. Man får en yderst saglig introduktion til hvad prostatakræft er, hvordan den diagnosticeres, hvilke behandlingsmuligheder der findes, afhængigt af sygdommens udbredelse, ligesom DVD'en klart gør rede for hvilken hjælp, man kan få fra PROPA.

Efter referentens opfattelse en utrolig god og oplysende film, der gør, at man føler sig mere tryk og betydeligt bedre rustet til at takle de problemstillinger, man evt. måtte stå overfor.

Overlæge Niels Christian Langkilde kommenterede efterfølgende filmen og besvarede beredvilligt og sagligt de mange forskelligartede spørgsmål. Salen kvitterede med et stort og velfortjent bifald.

En ekstra lykønskning i anledning af tildelingen af PROPA prisen

Regionsformand Poul Erik Christensen bad herefter afdelings- sygeplejerske Helle Bech Jørgensen og projektsygeplejerske Kirsten Steffensen om at træde frem på podiet.

I modtog PROPA prisen 2011 på Den Europæiske Prostatadag den 15. september.

Den Nordjyske bestyrelse vil imidlertid gerne takke jer endnu engang for jeres kæmpe indsats for prostatakræftpatienterne i det daglige, og alle i salen her er dybt imponerede over, at i gavmildt har delt ud

af jeres viden – og holdt foredrag for os.

Formanden udtalte stor respekt for prismodtagernes indsats og nærvær til gavn for patienterne og ønskede endnu engang tillykke med prisen. Deltagerne kvitterede også her med et stort og velfortjent bifald.

Der var herefter hyggeligt samvær med snacks og alkoholfrie drinks. En berigende og opbyggende eftermiddag med en virkelig god stemning blev afsluttet med en tak til deltagerne for det store fremmøde – ligesom deltagerne blev ønsket god tur hjem.

Afd.sygeplejerske Helle Bech Jørgensen og projektsygeplejerske Kirsten Steffensen blev fejret i anledning af, at de har modtaget årets PROPA pris og formand Poul Erik Christensen overrakte i dagens anledning blomster til de 2 prismodtagere.

Foto: Ole M. Jensen



KORT NYT

Patientrettigheder i EU

Europa-Parlamentet har i januar 2011 vedtaget et nyt direktiv om patientrettigheder i EU. Direktivet indeholder en række oplysninger om behandling af patienter udenfor deres hjemland. De enkelte EU-lande har 30 måneder til at gennemføre de nye bestemmelser i den nationale lovgivning, så de vil træde i kraft senest den 25. oktober 2013. Europa-Parlamentets informationskontor i Danmark, Gothersgade 115, 1123 København K har udgivet en brochure om de nye regler. Endvidere kan man finde oplysninger på

www.eu-oplysningen.dk/emner/patientrettigheder

Hormonbehandling øger ikke risikoen for at dø af hjerte/karsygdomme

En ny amerikansk undersøgelse har vist at hormonbehandling af prostatakræftpatienter ikke øger deres risiko for at dø af hjerte/karsygdomme. Dette resultat adskiller sig fra flere tidligere undersøgelser, som har vist, at hormonbehandling muligvis kunne øge risikoen for hjerte/karsygdomme.

Undersøgelsen er baseret på en analyse af mere end 4.000 patienter, som er blevet fulgt over en periode på ti år. Dr. Paul Nguyen fra Harvard's medicinske fakultet i Boston, som stod for undersøgelsen, fremhæver at for størstedelen af mænd med aggressiv prostatakræft førte hormonbehandlingen til forøget overlevelse uden en øget risiko for at dø af en hjerte/karsygdom. Han påpeger, at de nye resultater bør berolige de mænd, som har behov for hormonbehandling af deres prostatakræft.

Kilde:
Prostate Cancer Foundation

Vigtig opdagelse om vækst af prostatakræftceller

Forskere hos Centenary Institute i Sidney, Australien har opdaget en mulig metode til fremtidig behandling prostatakræft, som er baseret på udsultning af kræftcellerne. Resultatet kommer fra en laboratorieundersøgelse med prostatakræftceller. Voksende celler har behov for leucin, som er en af de tyve aminosyrer, som mennesker har behov for at få i føden. Leucin føres ind i cellerne via specielle proteinpumper. De australske forskere har fundet at prostatakræftcellerne har flere proteinpumper end normale celler. I undersøgelsen har forskerne reduceret kræftcellernes optagelse af leucin på to måder. Dels ved at reducere antallet af proteinpumper, og dels ved at tilføre stoffer, som konkurrerer med leucin. Begge metoder førte til hæmning af kræftcellernes vækst.

Kilde: Cancer Research

Lovende resultater med fedtfattig kost med omega-3 fiskeolie til mænd med prostatakræft

Foreløbige undersøgelser med fedtfattig kost og et lavere forhold mellem omega-6 og omega-3 fedtsyrer tyder på en lavere risiko for udvikling og vækst af prostatakræft. Baseret på dette har forskere fra University of California, Los Angeles, gennemført en randomiseret fase 2 undersøgelse hos mænd med prostatakræft 4-5 uger før deres prostatektomi operation. I alt deltog 48 mænd i undersøgelsen. Den ene gruppe fik en kost med lavt fedtindtag og 5g omega-3 fiskeolie dagligt. Kosten havde et forhold mellem omega-6 og omega-3 på 2 (dobbelte så

meget omega-6 som omega-3). Kontrolgruppen fik en normal vestlig kost, som indeholdt 15 gange så meget omega-6 fedtsyrer som omega-3). I de udopererede prostataktier fandt man en lavere cellevækst i kirtler fra mænd, som havde fået den specielle kost i den korte periode på 4-6 uger. Man fremhæver at yderligere undersøgelser er nødvendige.

Kilde:
Cancer Prevention Research

Tilskud af vitamin E øger risikoen for prostatakræft

Langtidsopfølgning af SELECT-undersøgelsen har vist at et tilskud af vitamin E øger risikoen for at der opstår prostatakræft hos raske mænd. Projektet startede i 2001, og frem til 2004 blev 35.534 mænd involveret i undersøgelsen. Tidligere undersøgelser havde indikeret, at både vitamin E og selen skulle kunne reducere risikoen for at få prostatakræft, og formålet med SELECT-undersøgelsen var at undersøge disse påvirkninger. Mændene blev delt i fire grupper med henholdsvis dagligt at få både selen og vitamin E tabletter, kun selen, kun vitamin E og placebo.

Undersøgelsen blev standset førend planlagt i oktober 2008, da det viste sig ved en opfølgning på 5½ år at daglig dosering med selen og vitamin E enten sammen eller hver for sig ikke reducerede risikoen for at få prostatakræft. Undersøgelsen viste også to tendenser: en forøgelse i prostatakræft tilfælde hos mænd, som kun havde fået vitamin E, og en lille forøgelse i sukkersyge tilfælde hos mænd, som kun havde fået selen.

Kilde: Journal of the American Medical Association



Jørgen Jørgensen Fotografi ©

KORT MØDEOVERSIGT

Aalborg	9.2.2012	Kursus for prostataopererede (hver torsdag)
Odense	16.2.2012	Møde for pårørende
Roskilde	23.2.2012	Møde for pårørende
Hillerød	23.2.2012	Præsentation af projektet "Dit liv"
København	27.2.2012	Præsentation af Center for Kræft & Sundhed
Århus	27.2.2012	Møde for pårørende
København	1.3.2012	Møde for pårørende
Guldborgsund	1.3.2012	Prostatakræft og parforhold
Bornholm	5.3.2012	Erfaringsudveksling
Næstved	6.3.2012	Strålebehandling ved prostatakræft
Nykøbing M	12.3.2012	Nye metoder og lægemidler
Amager	13.3.2012	Fremvisning af ny film mm.
Herlev	24.3.2012	Landsmøde på Herlev Hospital
Hvidovre	26.3.2012	Fremvisning af ny film mm.
Nordvestsjælland	29.3.2012	Prostatakræft og parforhold
Bornholm	2.4.2012	Erfaringsudveksling
København	12.4.2012	Faser i udvikling af prostatakræft og beh.muligheder
Roskilde	24.4.2012	Prostatakræft og parforhold
Nordvestsjælland	25.4.2012	Senfølger og prostatakræft
Kolding	25.4.2012	Behandlingstilbud og forbedret prognose
Hillerød	26.4.2012	Dialogpakke om prostatakræft
Amager	1.5.2012	Kræft og kost
Aalborg	2.5.2012	Nye metoder og lægemidler
Århus	14.5.2012	Spis rugbrød og dyrk motion
København	16.5.2012	Inkontinens og rejsningsbesvær
Hvidovre	24.5.2012	Information og erfaringsudveksling
Hillerød	24.5.2012	Café aften om prostatakræft
Guldborgsund	24.5.2012	Inkontinens efter operation for prostatakræft
Bornholm	4.6.2012	Erfaringsudveksling

Mødekalender

Hovedstadsregionen inkl. Bornholm Bornholm

Medlemmerne mødes

**Mandagene den 5. marts, 2. april,
7. maj og 4. juni kl. 19.00**

Emne: Erfaringsudveksling

Sted: Kræftens Bekæmpelse, Haslevej 50, Rønne

Kontaktperson: Gerda Møller,
tlf. 27 50 70 47

Tilmelding: Ikke nødvendig

Hillerød

Patienter, pårørende og andre interesserede indbydes til møde om prostatakraft

**Torsdag, den 23. februar 2012
kl. 19.00 til ca. 21.00**

Emne: Hvad kan jeg gøre for at hjælpe mig selv som kræftpatient?

Præsentation af Kræftens Bekæmpelses projekt "Dit liv". Projektet er et nyt rådgivningstilbud til kræftpatienter og pårørende, der skal gøre det lettere at handle indenfor fire områder: mad, bevægelse, søvn og tanker. Oplægsholder: **Christine Paludan-Müller**, Projektleder, Kræftens Bekæmpelse. OBS. Dette møde var oprindeligt annonceret til den 19. januar 2012, men er nu flyttet til den 23. februar 2012.

Mødeleder: Roman Sumczynski

Sted: Kræftens Bekæmpelse i Hillerød, Møllestræde 6, Baghuset, 3400 Hillerød.

Tilmelding: Senest den 20. februar 2012 til Kræftens Bekæmpelse i Hillerød, tlf. 48 22 02 82

København

**Mandag 27. februar 2012,
kl. 19.00 til 21.00**

Emne: Præsentation og fremvisning af det nye Center for Kræft og Sundhed.

Kom til et åbent møde, hvor du og din partner kan lære det nye Center for Kræft og Sundhed at kende. En repræsentant for centret vil introducere de mulig-

heder, som centret kan tilbyde os som kræftpatienter.

Mødet er for både patienter og pårørende bosat i Københavns kommune.

Efter præsentationen af centret vil der blive lejlighed til at stille spørgsmål med efterfølgende uforpligtende samtale på tværs hen over bordet.

Ved mødet serveres der kaffe og the samt småkager.

Der er plads til 25 personer og **tilmelding er nødvendig**. Det sker pr. mail til tilmeldpropahr@gmail.com. Skriv hr01 i emne efterfulgt af dit telefonnummer f.eks. hr01 12345678. Det er først til mølle, og hvis der er flere end 25 tilmeldte, vil der blive lavet et tilsvarende arrangement en anden dag til de sidst tilmeldte.

Sted: Center for Kræft og Sundhed, Nørre Allé 45, 2200 København N.

Mødeleder: Jens Nielsen
tlf. 35 43 00 84

København.

**Torsdag den 1. marts 2012
kl. 19.00 til ca. 21.00**

Emne: Møde for prostatakraftpatienter og deres samlever om pårørendeproblematikken.

Oplægsholder: Birthe Olsen, pårørende-repræsentant i PROPAs landsbestyrelse. Kvinder bliver også ramt af prostatakraft. Pårørende til prostatakraftpatienter er ofte påvirket af partnerens sygdom i langt højere grad, end det erkendes. Denne aften vil de pårørende være i centrum, og der vil være mulighed for at få kontakt med andre pårørende. Vi vil drøfte, om der er behov for dannelse af en eller flere særlige pårørendegrupper i hovedstaden i lighed med f.eks. pårørendegruppen i Roskilde. Den ansvarlige for pårørendearbejdet i Hovedstaden **Christina Lohmann** deltager i mødet.

Sted: Center for Kræft og Sundhed, Nørre Allé 45, 2200 København N.

Mødeleder: Jacob Løve,
tlf. 32 51 03 90

Tilmelding: Det sker pr. mail til tilmeldpropahr@gmail.com. Skriv hr02 i emne efterfulgt af dit telefonnummer f.eks. hr02 12345678. Hvis der tilmeldes flere end 1 person, bedes det angivet i mailen.

Amager

**Tirsdag den 13. marts 2012
kl. 19.00.**

Emne: Informationsmøde for prostatakraftinteresserede. Vi viser den nye Propafilm om prostatakraft, og der er bagefter mulighed for diskussion og erfaringsudveksling. Orientering om Amager-Gruppen i PROPA, hvem vil være med? Regionsformand for PROPA hovedstaden Paul Samsøe indleder.

Mødeleder: Jacob Løve.

Sted: SundhedsCenter Tårnby, Kamillevej 4, 1.th. 2770 Kastrup

Tilmelding: Senest den 9. marts 2012 til Pia Jenfort, tlf.: 30 76 05 69 eller pr. e-mail: pje.sc.sf@taarnby.dk

Hvidovre

I samarbejde med sundhedscenter Hvidovre indbydes patient-medlemmer, pårørende og andre interesserede til møde

**Torsdag den 29. marts 2012
kl. 19.00 til ca. 21.30**

Emne: PROPAs nye film om Prostatakraft

Visning af PROPAs nye film om prostatakraft med efterfølgende indlæg af **Jørgen Petersen** fra Prostatakraftforeningen med redegørelse for filmens budskab og PROPAs arbejde.

Husk at Prostatakraft desværre er den hyppigste kræftsygdom blandt mænd. Hvordan kommer man videre med det der påvirker dig. Efter visningen af filmen kan der stilles

spørgsmål og udveksles erfaringer om hvordan behandlinger påvirker dig. Mødet er ikke kun for mænd, da den pårørende kan have stort behov for oplysning om sygdommen. Mænd er som oftest ikke gode til at fortælle om deres sygdom. Mødet giver dig mulighed for at træffe andre med kræft - tæt inde på livet, og en snak med andre i samme situation.

Ved mødet serveres kaffe / the og frugt.

Sted: Sundhedscentret, Hvidovre-vej 278, 2650 Hvidovre

Tilmelding: Gerne til Sundhedscentret, telefon 36 39 37 37 eller på sundhedscentret@hvidovre.dk

København.

Møde for alle interesserede.

Torsdag den 12. april 2012

kl. 19.00 til 21.00

Emne: Faser i prostatakræftens udvikling og behandlingsmuligheder i de enkelte faser.

Mødets formål er at give en generel opdatering på behandlingsmulighederne i de enkelte faser af prostatakræftens udvikling.

Foredragsholder er **Henriette Lindberg**, overlæge, ph.d., onkologisk afdeling R, Herlev Hospital. Henriette Lindberg har fra sit arbejde speciel erfaring med behandling i sygdommens senere faser.

Der kan købes kaffe og kage for 20 kr.

Sted: Kræftens Bekæmpelse, Kantinen, Strandboulevarden 49, København Ø. Der er gode parkeringsforhold om aftenen.

Tilmelding: Senest 9. april pr. mail til tilmeldpropahr@gmail.com. Skriv hr03 i emne efterfulgt af dit telefonnummer f.eks. hr03 12345678. Hvis der tilmeldes flere end 1 person, bedes det angivet i mailen.

Mødeleder: Paul Samsøe, tlf. 40 35 35 16

Hillerød

Patienter, pårørende og andre interesserede indbydes til møde

Torsdag, den 26. april 2012

kl. 19.00 til 21.00

Emne: Dialogpakke – Hvordan skal den praktiserende læge agere overfor patienter med risiko for prostatakræft.

Med udgangspunkt i at Region Midtjylland har udgivet "Dialogpakke om Prostatacancer" informeres om formålet med dialogpakken. Dialogpakken fortæller, hvad en praktiserende læge bør have kendskab til om diagnosticering og behandling af prostatakræft. Du kan her få kendskab til, hvad lægen bør vide for at hjælpe dig.

Oplægsholder: Jørgen Petersen.

Mødeleder: Roman Sumczynski
Sted: Kræftens Bekæmpelse i Hillerød, Møllestræde 6, Baghuset 3400 Hillerød

Tilmelding: Senest den 23. april 2012 til Kræftens Bekæmpelse i Hillerød tlf. 48 22 02 82

Amager

Tirsdag den 1.maj 2012 kl. 19.00

Emne: Møde om Kræft og kost generelt og specielt for prostatakræft.

Nina Fønns Johnsen, Kræftens Bekæmpelse, giver et orienterende foredrag om sund kost for kræfttramte og især prostatakræft.

Mødeleder: Jacob Løve

Sted: SundhedsCenter Tårnby, Kamillevej 4, 1.th. 2770 Kastrup.

Tilmelding: Senest 27. april til Pia Jenfort, Tlf.: 30 76 05 69 eller pr. e-mail: pje.sc.sf@taarnby.dk

København.

Onsdag den 16. maj 2012

kl. 19.00 til ca. 21.00

Emne: Patienter, pårørende og andre interesserede indbydes til møde vedr. inkontinens og rejsningsbesvær. Læge, ph.d. studerende **Mikkel Fode** redegør for et igangværende projekt på Herlev Sygehus med vibrationsbehandling af erektil dysfunktion og inkontinens hos opererede prostatakræft-patienter.

Fysioterapeut og klinisk sexolog **Birthe Bonde** giver oplæg og svarer på spørgsmål vedr. inkontinens og rejsningsbesvær. Birthe Bonde er bl.a. kendt som en pio-

ner i træning af bækkenbunden som behandlingsmetode.

Sted: Center for Kræft og Sundhed, Nørre Allé 45, 2200 København N.

Mødeleder: Paul Samsøe, tlf. 40 35 35 16

Tilmelding: Det sker pr. mail til tilmeldpropahr@gmail.com senest 13. maj 2012. Skriv hr04 i emne efterfulgt af dit telefonnummer f.eks. hr04 12345678. Hvis der tilmeldes flere end 1 person, bedes det angivet i mailen.

Hvidovre

Patienter, pårørende og andre interesserede indbydes til møde

Torsdag den 24. maj 2012

kl. 10.00 til 13.00

Emne: Information, erfaringsudveksling og drøftelse af emner til fremtidige møder. Vi arbejder med at få en ekstern foredragsholder.

Der er mulighed for at trække kaffe i automat.

Mødeleder: Finn Gerdes

Sted: Hvidovre Kommunes Sundhedscenter Hvidovrevej 278.

Tilmelding: Senest mandag d. 22. maj til Hvidovre Sundhedscenter på 36 39 37 37 eller mail: sundhedscentret@hvidovre.dk

Hillerød

Patienter, pårørende og andre interesserede indbydes til møde

Torsdag, den 24. maj 2012

kl. 19.00 til 21.00

Emne: Cafe-aften om prostatakræft

Når man har fået diagnosen "prostatakræft" står man selv og de pårørende med mange spørgsmål om sygdommen, dens behandling og om livet som patient.

Denne aften vil vi i mandegruppe (patienter) og kvindegruppe (på- rørende) dele erfaringer om sygdommen.

Mødeleder: Roman Sumczynski

Sted: Kræftens Bekæmpelse i Hillerød, Møllestræde 6, Baghuset 3400 Hillerød

Tilmelding: Senest den 21. maj 2012 til Kræftens Bekæmpelse i Hillerød tlf. 48 22 02 82

Prostate cancer in the US and Europe



Region Sjælland Roskilde

Torsdag den 23. februar 2012
kl. 16.00 - 18.00

Emne: Møde for pårørende til
prostatakræftpatienter

Sted: Kræftens Bekæmpelse,
Jernbanegade 16, 4000 Roskilde

Tilmelding: Til Birthe Olsen,
tlf. 56 87 08 34 eller per e-mail:
juliesofie2003@yahoo.dk

Guldborgsund

PROPA - lokalgruppen Guldborgsund & Kræftens Bekæmpelse indbyder medlemmer, pårørende og interesserede til emnemøde om prostatakræft og samliv.

Torsdag den 1. marts 2012
kl. 19.00 til ca. 21.30

Emne: Prostatakræft og parforhold - en personlig beretning: Behandlingen af prostatakræft kan have alvorlige konsekvenser for seksualiteten. Alligevel tales der kun lidt om de spørgsmål dette rejser for parforhold og livskvalitet, for emnet er både svært og tabubelagt.

Parret **Jens og Marianne** fortæller om deres liv med prostatakræft. Om at gennemleve kriser, om behandlingen og dens bivirkninger, og om den udfordring det er for begge, når behandlingen får konsekvenser for seksualiteten.

Et foredrag med små musikalske indlæg for patienter og pårørende med efterfølgende debat.

Gratis kaffe/the

Mødeleder: Asbjørn Rasmussen

Sted: Frivilligcentret i Nykøbing Falster, Banegårdspladsen 1 A.

Tilmelding: Senest den 24. februar til Asbjørn Rasmussen. Tlf. 22 87 40 21, eller e-mail: assers@rasmussen.mail.dk

Næstved

Tirsdag den 6. marts 2012 kl. 19.00

Emne: 1) Fremtidsplaner, patientgrupper til strålebehandling i regionen. 2) Udførelse af behandling / behandlingsformer og -muligheder med specielt sigte på strålebehandling ved prostatakræft. Foredrag v. overlæge **Kim Wedervang**, Stråleterapien i Næstved.

Sted: Næstved Sygehus, foredragssalen på 15. etage, Ringstedgade 61, 4700 Næstved.

Tilmelding: Til Kræftens Bekæmpelse i Næstved, tlf. 55 74 04 00

Nordvestsjælland

PROPA Nordvestsjælland indbyder prostatakræftpatienter og pårørende til emnemøde om prostatakræft og samliv.

Torsdag den 29. marts 2012
kl. 19.00 til ca. 21.30.

Emne: Prostatakræft og parforhold - en personlig beretning: Behandlingen af prostatakræft kan have alvorlige konsekvenser for seksualiteten. Alligevel tales der kun lidt om de spørgsmål dette rejser for parforhold og livskvalitet, for emnet er både svært og tabubelagt.

Parret **Jens og Marianne** fortæller om deres liv med prostatakræft. Om at gennemleve kriser, om behandlingen og dens bivirkninger, og om den udfordring det er for begge, når behandlingen får konsekvenser for seksualiteten.

Et foredrag med små musikalske indlæg for patienter og pårørende med efterfølgende debat.

Mødeleder: Bendt Larsen

Sted: Kræftens Bekæmpelse, Hasselvænget 5, Holbæk.

Tilmelding: Inden den 26. marts 2012, helst pr. email til Bent Larsen bendterik@nypost.dk eller tlf. 59 18 20 09 eller mobil 20 16 48 59.

Roskilde

Patienter, pårørende og andre interesserede indbydes til møde om prostatakræft og samliv

Tirsdag den 24. april 2012
kl. 19.00 - ca. 21.00

Emne: De fleste mænd, der bliver behandlet for prostatakræft, oplever, at det får konsekvenser for deres seksualitet. Hvordan overvinder man det at blive ramt på potensen?

Jens og Marianne, der er prostatakræftpatient og pårørende fortæller om de seksuelle problemer ved behandlingen af prostatakræft, med små indlagte musikalske indslag.

Efterfølgende er der mulighed for spørgsmål, diskussion og erfaringsudveksling.

Sted: Roskilde sygehus, Køgevej 7 - 13, indgang 24, auditorium 1.

Tilmelding: Fredag den 20. april 2012 kl. 15.00 til Kræftens Bekæmpelse i Roskilde på telefon 46 30 46 60 eller på e-mail: roskilde@cancer.dk

Nordvestsjælland

PROPA Nordvestsjælland indbyder prostatakræftpatienter og pårørende til emnemøde om senfølger og prostatakræft

Torsdag den 25. april 2012
kl. 19.00 til ca. 21.30.

Emne: **Marianne Nord Hansen** har et langt cv, er uddannet sygeplejerske og sociolog (cand. scient.soc.). Er i dag af Danske Patienter udpeget som patient- og pårørenderepræsentant i Kræftplan III. Hun har skrevet og publiceret en række lærebøger, artikler inden for kvalitetsudvikling med et særligt fokus på de mellem menneskelige relationer i sundhedsvæsenet. Marianne har personlige erfaringer med senfølger og også som pårørende til kræftpatient. Marianne fortæller generelt om senfølger efter kræftbehandling. Derefter er der dialog og erfaringsudveksling med deltagerne.

Mødeleder: Bendt Larsen

Sted: Kræftens Bekæmpelse, Hasselvænget 5, Holbæk.

Tilmelding: Inden den 20. april 2012, helst pr. e-mail til Bent Larsen bendterik@nypost.dk eller tlf. 59 18 20 09 eller mobil 20 16 48 59.

Guldborgsund

PROPA - lokalgruppen Guldborgsund indbyder medlemmer, pårørende og interesserede til emnemøde om prostatakræft og inkontinens.

Torsdag den 24. maj 2012
kl. 19.00 til ca. 21.30

Emne: Inkontinens efter operation for prostatakræft ved fysio-uroterapeut **Heidi Kleis**, Nykøbing F.

Der vil være tid til at stille spørgsmål samt erfaringsudveksling om helbred og bivirkninger patient til patient.

Gratis kaffe/the

Mødeleder: Asbjørn Rasmussen

Sted: Frivilligcentret i Nykøbing Falster, Banegårdspladsen 1 A.

Tilmelding: Senest den 18. maj 2012 til Asbjørn Rasmussen. Tlf. 22 87 40 21 eller mail-adressen: asseras@rasmussen.mail.dk

Region Fyn Odense

Torsdag 16. februar kl. 19.00

Emne: Møde for pårørende med bestyrelsesmedlem **Birthe Olsen**

Sted: Kræftens Bekæmpelse i Odense, Vesterbro 46, 5000 Odense.

Tilmelding: Til Kræftens Bekæmpelse, Odense tlf. 66 11 32 00.

Region Midtjylland Århus

**Mandag den 27. februar 2012
kl. 18.30**

Emne: Møde for prostatakræftpatienter og deres samlever om pårørendeproblematikken.

Oplægsholder: **Birthe Olsen**, pårørenderepræsentant i PROPAs landsbestyrelse. Kvinder bliver også ramt af prostatakræft. Pårørende til prostatakræftpatienter er ofte påvirket af partnerens sygdom i langt højere grad, end det erkendes. Denne aften vil de pårørende være i centrum, og der vil være mulighed for at få kontakt med andre pårørende

Sted: Frivillighuset, Skt. Pauls Gade 25 (baghuset), 8000 Århus C.

Tilmelding: Per e-mail til tilmelding.aarhus@gmail.com eller telefonsvarer på 22 38 26 24.

Århus

**Mandag den 14. maj 2012
kl. 18.30**

Emne: Spis rugbrød og dyrk motion. Opskriften på et lavere PSA-tal. Diætist **Mette Borre**, overlæge og professor **Michael Borre** og idrætsfysiolog **Ryan Larsen** fortæller om de gode resultater, som de har opnået i et forsk-

ningsprojekt. De kommer ind på det sygdomsmæssige, kost og motionsdelen i projektet.

Sted: Frivillighuset, Skt Pauls Gade 25 (baghuset), 8000 Århus C.

Tilmelding: Per e-mail til tilmelding.aarhus@gmail.com eller telefonsvarer på 22 38 26 24.

Region Nordjylland Aalborg

Kurstilbud for prostataopererede
Torsdag kl. 14.45-16.15

Emne: Gennem styrketræning, smidighedsøvelser samt afspændingsteknikker vil vi modvirke kropslige og psykiske følger af sygdommen. Holdet starter 9. februar og har 13 mødegange. Der er mulighed for løbende optag. Vi vil specielt arbejde med bækkenbundsmuskulaturen for at fremme helingsprocessen og øge muligheden for at genoptage seksuallivet.

Pris: 525 kr.

Sted: Dannebrogsgade 43, 9000 Aalborg.

Tilmelding: Fokus Folkeoplysning, tlf. 98 12 88 44 eller info@fokus-folkeoplysning.dk

Nykøbing Mors

Patienter, pårørende og andre interesserede indbydes til møde

Mandag den 12. marts kl. 19.00

Emne: To videnskabelige protokoller:

FIRSTANA (kemoterapi) og PROPEL (strålebehandling)

To nye stoffer: JEVTANA (cabazitaxel) og ZYTIGA (abiraterone)

Ved ledende overlæge

Mats Holmberg.

Sted: Støberisalen, Holgersgade 7, 7900 Nykøbing Mors

Tilmelding: senest 9. marts til: Sven Thor Larsen, tlf. 97 72 23 43, e-mail: sventhor@mail.tele.dk eller Knud Meelsen tlf. 97 72 20 97/29 44 20 97

Aalborg

Patienter, pårørende og andre interesserede indbydes til møde

Onsdag den 2. maj kl. 19.00

Emne: To videnskabelige protokoller:

FIRSTANA (kemoterapi) og PROPEL (strålebehandling)

To nye stoffer: JEVTANA (cabazitaxel) og ZYTIGA (abiraterone)

Ved ledende overlæge

Mats Holmberg.

Sted: Vesterbro 62 A, Aalborg
Tilmelding: Senest d. 30. april kl. 12.00 til Poul Erik Christensen
Tlf. 98 23 61 29/20 15 04 41,
e-mail: pec@nordfiber.dk eller
Willy Larsen tlf. 98 17 04 03

Træffetider i Nordjylland Aalborg

"Patient til Patient" er et samarbejde mellem Nordjyske patientforeninger og Aalborg Sygehus. PROPA deltager i dette samarbejde og har

**fredage i lige uger fra
kl. 10.00-12.00**

træffetid for mænd med prostatakræft. Pårørende er også velkomne.

Sted: Forhallen i Sygehus Syd, Hobrovej 18-22, Aalborg.

Region Sydjylland Kolding

PROPA Region Sydjylland indbyder alle medlemmer, pårørende samt interesserede til informationsmøde

**Onsdag den 25. april 2012
kl. 19.30**

Emne: Foredrag ved ledende overlæge **Ulla Geertsen**, urologisk afdeling, Odense Universitetshospital: Region Syd- danmarks behandlingstilbud til patienter med prostatacancer, og læge, phd-studerende **Mads Hvid Poulsen**, urologisk afdeling, Odense Universitetshospital: Hvordan kan vi bedre prognosen for mænd med prostatakræft. Præsentation af nye forskningsresultater.

Sted: Hotel Comwell, Skovbrynet 1, 6000 Kolding

Hele arrangementet er med fri entre.

Tilmelding: Senest tirsdag den 17. april 2012 Kl 12.00 til e-mail: karl.pedersen@stofanet.dk eller tlf. 74 42 75 05/29 72 92 46



VELKOMMEN i Prostatakræftforeningen PROPA

PROPA arbejder for at:

- øge oplysningen om prostatakræft
- støtte forskning i sygdommen

Støt dig selv! Bliv medlem!

Indmeld dig på www.propa.dk eller tlf. 33 12 78 28

Bestyrelsesmedlemmer og suppleanter

Medlemmer og andre interesserede bedes så vidt muligt henvende sig lokalt

Landsbestyrelsen

Landsformand

K. B. Madsen, Baldersvej 19,
4000 Roskilde
Tlf. 46 37 41 09, mobil 40 13 15 47
e-mail: madsenkb@mail.dk

Næstformand

Svend Ejvin Jensen,
Havnevej 18, 2. tv, 4000 Roskilde
Tlf. 24 27 49 06
e-mail: svendejvin@gmail.com

Kasserer

Kaj Rotbøl,
Boesvangen 2, 7120 Vejle Ø,
Tlf. 75 81 41 96
e-mail: kr@prostatakraeft.dk

Regionsformand Hovedstaden

inkl. Bornholm

Paul Samsøe,
Høyrups Alle 28 B, 2900 Hellerup
Tlf. 40 35 35 16
e-mail: paul@paulsamsøe.dk

Regionsformand Sjælland

Svend Ejvin Jensen,
Havnevej 18, 2. tv,
4000 Roskilde
Tlf. 24 27 49 06
e-mail: svendejvin@gmail.com

Regionsformand Fyn og omliggende øer

Per Jensen, Skovløkke 3,
5700 Svendborg
Tlf. 62 22 05 06,
e-mail: pj@prostatakraeft.dk

Regionsformand Nordjylland

Poul Erik Christensen
Hammershøj 47, Øland
9460 Brovst
Tlf. 98 23 61 29,
e-mail: pec@nordfiber.dk

Regionsformand Midtjylland

Niels Erik Juul Henriksen
P.P. Ørums Gade 2, st.tv.
8000 Aarhus C
Tlf. 82 43 99 00 / 20 60 52 39
e-mail: neh@propa.dk

Regionsformand Sydjylland

Karl Pedersen, Egernevej 22,
6400 Sønderborg
Tlf. 74 42 75 05,
e-mail: karl.pedersen@stofanet.dk

Bestyrelsesmedlem

Michael Korsgaard Sørensen,
Sundhaven 10, Vindeby,
5700 Svendborg,
Tlf. 66 11 11 23
e-mail: mks@prostatakraeft.dk

Pårørende-repræsentant

Birthe Olsen, Maglekæret 20 B,
2680 Solrød Strand,
Tlf. 56 87 08 34
e-mail: juliesofie2003@yahoo.dk

Suppleanter til Landsbestyrelsen

Hovedstaden inkl. Bornholm

Roman Sumczynski,
Baunevænget 50, Nødebo,
3480 Fredensborg
Tlf. 48 48 32 83 / 25 62 28 55,
e-mail: roman@lic-mail.dk

Sjælland

Jørgen Hindhede,
Ibsgården 170, 4000 Roskilde
Tlf. 46 36 17 82 / 20 11 16 60
e-mail: privat@advogh.dk

Fyn og omliggende øer

Svend Ejlersen, Sundbrovej 76,
5700 Svendborg,
Tlf. 62 22 62 16
e-mail: ejlersen@post.tele.dk

Nordjylland

Sven Thor Larsen,
Lillerisvej 15, Fredsø,
7900 Nykøbing Mors
Tlf. 97 72 23 43
e-mail: sventhor@mail.tele.dk

Midtjylland

Egon Lambæk,
Gudenåvej 89, 7400 Herning
Tlf. 97 12 52 95
e-mail: jyttalambak@mail.dk

Syddjylland

Vakant

Pårørende-repræsentant

Inga Elsebeth Jensen,
Danmarksgade 20 1. th.
9900 Frederikshavn
Tlf. 26 29 27 47
e-mail: ingaelisabeth@youseeme.dk

Tilknyttet med særlige opgaver

Redaktør

Werner Klinth Jensen,
Klosterengen 89, 4000 Roskilde
Tlf. 46 37 12 56,
e-mail: wkj@adslhome.dk

Medicinuudvalgsformand

Carsten Lewinsky,
Landsbyvænget 1, Bårse
4720 Præstø
Tlf. 55 38 00 09,
e-mail: lewinskys@mail.dk

Sekretariatsleder

Kirsten Bak, Jernbanegade 23 B,
4000 Roskilde
Tlf. 33 12 78 28
e-mail: sekretariat@propa.dk

Regionsbestyrelse og lokalgrupper i Hovedstadsregionen

Regionsbestyrelse

Regionsformand og kasserer: Paul Samsøe, Høyrups Allé 28 B, 2900 Hellerup
Tlf. 39 61 29 14/40 35 35 16,
e-mail: paul@paulsamsøe.dk

Næstformand:

Roman Sumczynski
Baunevænget 50, Nødebo,
3480 Fredensborg
Tlf. 48 48 32 83,
e-mail: roman@lic-mail.dk

Finn Gerdes,
Strandmarksvej 46 2. th., 2650
Hvidovre
Tlf. 61 78 84 04,
e-mail: fge@hvidovre.dk

Gerda Møller
Kernehusene, Ravnsøgårdsvejen 1,
3720 Åkirkeby
Tlf. 27 50 70 47,
e-mail: kernehusene@yahoo.dk

Jacob Løve,
Amager Landevej 88, 1.tv.,
2770 Kastrup
Tlf. 32 51 03 90,
e-mail: jaconi@mail.dk

Jørgen Petersen
Jernbanealle 34,
3060 Espergærde
Tlf. 49 13 57 07,
e-mail: jobe@email.dk

Kai Nielsen, Strandhaven 136,
2665 Vallensbæk Strand
Tlf. 42 40 26 28,
e-mail: kaiverner@yahoo.dk

Lokalgrupper

Lokalgruppe Storkøbenhavn

Formand: Paul Samsøe
Høyrups Allé 28 B,
2900 Hellerup
Tlf. 39 61 29 14,
e-mail: paul@paulsamsøe.dk

Jens Nielsen
Sortedam Dossering 95A ,3. tv.,
2100 København Ø
Tlf. 35 43 00 84,
e-mail: sortedam@post9.tele.dk

Ole Kjær
Wittenbergade 31, 2300 Kbh. S
Tlf. 26 83 23 17,
e-mail: olekjar@sol.dk

Christina Lohmann
(Pårørendearbejdet)
Gråpilevej 4, 2880 Bagsværd
Tlf. 44 98 61 13/40 27 36 96,
e-mail: solilohmann@privat.dk

Lokalgruppe Nordsjælland

Formand: Roman Sumczynski
Baunevænget 55,
3480 Fredensborg
Tlf. 48 48 32 83/25 62 28 55,
e-mail: roman@lic-mail.dk

Preben Byskov
Idrætsvej 19. 3200 Helsingør
Tlf. 24 25 74 07,
e-mail: byskov@larsen-byskov.dk

Lokalgruppe Amager

Formand: Jacob Løve
Amager Landevej 88, 1tv
2770 Kastrup
tlf. 32 51 03 90
e-mail: jaconi@mail.dk

Lokalgruppe Hvidovre

Formand: Finn Gerdes
Strandmarksvej 46, 2.th.
2650 Hvidovre
e-mail: fge@hvidovre.dk

Lokalgruppe Vestegnen

Formand: Kai Nielsen
Strandhaven 136,
2665 Vallensbæk Strand
Tlf. 4240 2628
E-mail: kaiverner@yahoo.dk

Lokalgruppe Bornholm

Formand: Gerda Møller
Kernehusene, Ravnsøgårdsvejen 1,
3720 Åkirkeby
Tlf. 27 50 70 47,
e-mail: kernehusene@yahoo.dk

Flemming Vibe
Fiskergade 11, 3740 Svaneke
Tlf. 48 25 17 75,
e-mail: viri@mail.dk

Regionsbestyrelse og lokalgrupper for øvrige Sjælland

Regionsbestyrelse

Regionsformand: Svend Ejvin
Jensen, Havnevej 18, 2.tv.,
4000 Roskilde
Tlf. 24 27 49 06,
e-mail: svendejvin@gmail.com

Næstformand: Jørgen Hind-
hede, Ibsgården 170,
4000 Roskilde
Tlf. 20 11 16 60,
e-mail: privat@advogh.dk

Kasserer: Birthe Olsen,
Maglekæret 20 B,
2680 Solrød Strand,
tlf 56 87 08 34
e-mail: juliesofie2003@yahoo.dk

Lokalgrupper

Nordvestsjælland-gruppen

Bendt Larsen, Asminderupvej 96,
4390 Vipperød
Tlf. 59 18 20 09,
e-mail: bendterik@nypost.dk

Svend Ejvin Jensen,
Havnevej 18, 2.tv.,
4000 Roskilde
Tlf. 24 27 49 06,
e-mail: svendejvin@gmail.com

Guldborgsund-gruppen

Formand: Asbjørn Rasmussen
Østre Allé 18, 4800 Nykøbing F
Tlf. 22 87 40 21
e-mail:
asser@rasmussen.mail.dk

PR-medlem: Mogens Klarskov
Bomstræde 13, 4880 Nysted
Tlf. 24 48 94 27
e-mail: mk1941@mail.dk

Eyvind Stonor, Lollandsvej 6,
Gedseby Strand, 4874 Gedser
Tlf. 54 17 01 26/21 47 35 25

Næstved-gruppen

Formand: Hans-E. Pedersen
Egernvænget 22, Brøderup,
4733 Tappernøje
Tlf. 44 95 13 03 / 40 17 53 03,
e-mail: hans-e@email.dk

Kasserer: Niels Nikolajsen
Sølunden 21, Fensmark,
4684 Holmegaard
Tlf. 44 94 22 98 / 26 12 02 98,
e-mail: nnikolajsen@dbmail.dk

Hugo Lauritzen,
Kjeld Abells Vej 6,
4700 Næstved
Tlf. 39 46 44 25 / 22 79 26 24,
e-mail: hugo.lauritzen@stofa-
net.dk

Roskilde-gruppen

Formand: Jørgen Hindhede
Ibsgaarden 170, 4000 Roskilde
Tlf. 20 11 165 60
e-mail: privat@advojh.dk

Poul Nørgaard,
Ahornlunden 9, 2.tv.,
4000 Roskilde
Tlf. 46 13 83 08
e-mail: ahorn9@live.dk

Pårørende-repræsentant:

Birthe Olsen
Maglekæret 20 B,
2680 Solrød Strand
Tlf. 56 87 08 34
e-mail: juliesofie2003@yahoo.dk

Boye Koch
Lille Højbrøndstræde 3 B
4000 Roskilde
Tlf. 40 28 47 70
e-mail: fotograf@boyekoch.dk

Sorø-gruppen

Formand: Svend Ejvin Jensen,
Havnevej 18, 2.tv.,
4000 Roskilde
Tlf. 24 27 49 06,
e-mail: svendejvin@gmail.com

Regionsbestyrelser og lokalgrupper i Jylland

Regionsbestyrelse for region Nordjylland

Regionsformand:
Poul Erik Christensen
Hammershøj 47, Øland,
9460 Brovst
Tlf. 98 23 61 29 / 20 15 04 41,
e-mail: pec@nordfiber.dk

Næstformand: Sven Thor Lar-
sen Lillerisvej 15, Fredsø,
7900 Nykøbing Mors
Tlf. 97 72 23 43,
e-mail: sventhor@mail.tele.dk

Kasserer: Willy Larsen
Åvej 24, Lindholm,
9400 Nørresundby
Tlf. 98 17 04 03 / 40 40 26 04,
e-mail: wlarsen@hotmail.com

Sekretær: Karen Hansen
Sorthøj 165, 9000 Aalborg
Tlf. 98 18 52 95,
e-mail: hansenkaren@hotmail.dk

Ole M Jensen, Lundhøjparken 2,
9800 Hjørring
Tlf. 98 97 72 76 / 98 92 36 83
sommer / 20 33 24 84,
e-mail: omj@has.dk

Pårørende-repræsentant:

Inga Elisabeth Jensen
Danmarksgade 20 1.th.,
9900 Frederikshavn
Tlf. 26 29 27 47,
e-mail:
ingaelisabeth@youseeme.dk

Regionsbestyrelse for region Midtjylland

Regionsformand:
Niels Erik Juul Henriksen
P.P. Ørums Gade 2, st.tv.
8000 Aarhus C
Tlf. 82 43 99 00 / 20 60 52 39
e-mail: neh@propa.dk

Næstformand:

Egon Lambæk,
Gudenåvej 89, 7400 Herning
Tlf. 97 12 52 95
e-mail: jytta.egon@mail.dk

Kasserer: Preben Sørensen
Ovesdal 17, 8320 Mårslet
Tlf. 86 29 35 67
e-mail: tinaogpreben@mail.dk

Erling Rosendahl
A. Andersens Vej 26,
8600 Silkeborg
Tlf. 86 81 09 05
e-mail: rosendahl@rostech.dk

Bent Daniel Kristensen,
Dalgasgade 9, 1.tv.
7400 Herning
Tlf. 97 12 37 65
e-mail: bdk@le-dk.dk

Regionsbestyrelse for region Syddjylland

Regionsformand: Karl Pedersen,
Egernvej 22, 6400 Sønderborg
Tlf. 74 42 75 05/29 72 92 46,
e-mail: karl.pedersen@stofanet.dk

Næstformand: Vakant

Kasserer: Tove Kilsgaard,
Susåvænget 39, 6710 Esbjerg V
Tlf. 40 53 55 55
e-mail: kilsgaard@webspeed.dk

Sekretær: Betty Würtz,
Sdr. Skadsvej 32, 6705 Esbjerg Ø
e-mail: bw-skads@live.dk

Lokalgruppe

Lokalgruppe Thy/Mors

Formand: Sven Thor Larsen,
Lillerisvej 15, 7900 Nykøbing M
Tlf. 97 72 23 43
e-mail: sventhor@mail.tele.dk

Næstformand: Ole Jensen,
Syrenvej 38, 7700 Thisted
Tlf. 97 92 53 70
e-mail: oletand@mvbmail.dk

Lokalgruppe Nordjylland

Formand:
Poul Erik Christensen,
Hammershøj 47, Øland,
9460 Brovst
Tlf. 98 23 61 29/20 15 04 41
e-mail: pec@nordfiber.dk

Ole M. Jensen,
Lundhøjparken 2,
9800 Hjørring
Tlf. 98 92 36 83/20 33 24 84/
sommer 98 97 72 76
e-mail: omj@has.dk

Willy Larsen,
Åvej 24, Lindholm,
9400 Nørresundby
Tlf. 98 17 04 03/40 40 26 04
e-mail: wlarsen@hotmail.com

Lokalgruppe Aarhus

Formand: Benny Christensen,
Ll. Nørrerisvej 5,
8282 Hinnerup
Tlf. 86 98 67 98
e-mail: bc@propa.dk

Preben Sørensen
Ovesdal 17, 8320 Mårslet
Tlf. 86 29 35 67
e-mail: tinaogpreben@mail.dk

Erling Rosendahl
A. Andersens Vej 26,
8600 Silkeborg
Tlf. 86 81 09 05
e-mail: rosendahl@rostech.dk

Lokalgruppe Midtvest

Formand: Egon Lambæk,
Gudenåvej 89, 7400 Herning
Tlf. 97 12 52 95
e-mail: jytta.egon@mail.dk

Sekretær:
Bent Daniel Kristensen,
Dalgasgade 9, 1.tv.,
7400 Herning
Tlf. 97 12 37 65
e-mail: bdk@lc-dk.dk

Kasserer: Kaj Bjerg,
Birkevej 18, 6973 Ørnshøj
Tlf. 97 38 61 72

Pårørende-repræsentant:
Peter Jørgensen,
Svanevej 19, 7400 Herning
Tlf. 97 22 07 63
e-mail: peter@joorgensen.dk

Egon Møller,
Søvænget 60, 7451 Sunds
Tlf. 97 14 30 14
e-mail: egonmoller@mail.dk

Lokalgruppe SYD

Formand: Karl Pedersen
Egernvej 22, 6400 Sønderborg.
Tlf. 74 42 7 505 / 29 72 92 46,
e-mail:
karl.pedersen@stofanet.dk

Næstformand: Ejnar Jørgensen
Hovedgaden 42, 6360 Tinglev.
Tlf. 74 64 34 62 / 22 37 01 09,
e-mail: ejnar@mail.dk

Niels Ole Jensen,
Varbergvej 12, 6100 Haderslev
Tlf. 86 57 15 57 / 21 75 43 50,
e-mail: karenole43@gmail.com

Pårørende-repræsentant:
Karen Jensen, Varbergvej 12,
6100 Haderslev
Tlf. 86 57 15 57 / 21 75 43 50,
e-mail: karenole43@gmail.com

Lokalgruppe VEST

Formand: Vakant

Næstformand:
Knud Skov-Petersen,
Seminarievej 109, 6760 Ribe
Tlf. 75 42 00 67,
e-mail: elseknud@stofanet.dk

Leon Østergaard Sørensen,
Tranevænget 3, 6760 Ribe
Tlf. 51 90 23 07,
e-mail: lecon@stofanet.dk

Mogens Kilsgaard,
Susåvænget 39, 6710 Esbjerg V
Tlf. 41 60 55 55,
e-mail: kilsgaard@webspeed.dk

Verner Bruun,
Jedsted Klostervej 73, 6771
Gredstedbro
Tlf. 75 43 15 31

Lokalgruppe ØST (Trekantområdet)

Sekretær: Peter U. Juhl,
Bjert Vestervang 19, 6091 Bjert
Tlf. 75 57 28 60,
e-mail: peter.u.juhl@bjert.dk

Jørgen Klitgaard,
Skolevej 5, 6640 Lunderskov
Tlf. 75 58 51 75, e-mail:
jorgenklitgaard@stofanet.dk

Jacob Andersen,
Hærvejen 279, 7323 Give
Tlf. 75 80 32 15

Regionsbestyrelse og lokalgrupper på Fyn og omliggende øer

Regionsbestyrelse Fyn

Regionsformand: Per Jensen
Skovløkke 3, 5700 Svendborg
Tlf. 62 22 05 06
e-mail: pj@propa.dk

Næstformand: Svend Ejlersen,
Sundbrovej 76, 5700 Svendborg
Tlf. 62 22 62 16
e-mail: ejlersen@post.tele.dk

Michael Korsgaard Sørensen,
Sundhaven 10,
Vindeby, 5700 Svendborg
Tlf. 66 11 11 23
e-mail: mks@propa.dk

Lokalgrupper

Lokalgruppe Faaborg

Formand: Per Jensen
Skovløkke 3, 5700 Svendborg
Tlf. 62 22 05 06
e-mail: pj@propa.dk

Lokalgruppe Odense

Formand: Viggo Breckling,
Nr. Lyndelse Vej 22, Højby,
5260 Odense S
Tlf. 65 95 91 17
e-mail: viggo@webspeed.dk

Kasserer: Dorte Hartmann,
Flintagerløkken 53,
5230 Odense SV
Tlf. 65 96 16 62/61 60 16 62
e-mail: dhartmann@ofir.dk

Erik Østergaard,
Poppelhaven 91,
5240 Odense NØ
Tlf. 40 27 05 28
e-mail: tryk-analyse@galnet.dk

Lokalgruppe Svendborg

Formand: Svend Ejlersen,
Sundbrovej 76, 5700 Svendborg
Tlf. 62 22 62 16
e-mail: ejlersen@post.tele.dk

Kasserer: Michael Korsgaard
Sørensen, Sundhaven 10,
Vindeby, 5700 Svendborg
Tlf. 66 11 11 23
e-mail: mks@propa.dk

Per Jensen, Skovløkke 3,
5700 Svendborg
Tlf. 62 22 05 06
e-mail: pj@propa.dk

Udvalg

Medicinudvalg

Carsten Lewinsky,
Landsbyvænget 1, Bårse,
3720 Præstø
Tlf. 55 38 00 09,
e-mail: lewinskys@mail.dk

Redaktionsudvalg

Formand: Karl Pedersen,
Syddjylland
Birthe Olsen, Sjælland
K.B. Madsen, Sjælland
Paul Samsøe, Hovedstaden
Kirsten Bak, Sekretariatet
Werner Klinth Jensen, Sjælland

Hjemmesideudvalg

Webmaster: Johnny Ejs,
Tølløsevej 4, 4330 Hvalsø
Tlf. 28 10 24 79,
e-mail: joe@propa.dk

Svend Ejvin Jensen,
Havnevej 18, 2.tv.,
4000 Roskilde
Tlf. 24 27 49 06,
e-mail: svendejvin@gmail.com

Alex Messerschmidt,
Degnelodden 17, 2605 Brøndby
Tlf. 43 96 01 71
e-mail: a.messer@mail.dk

Kirsten Bak, Sekretariatet,
Jernbanegade 23 B,
4000 Roskilde
Tlf. 33 12 78 28,
e-mail: sekretariat@propa.dk

Medlemskartotek og udsendelse af PROPA NYT

Alle henvendelser vedrørende medlemsregistrering og modtagelse af PROPA NYT til:
Sekretariatet, tlf. 33 12 78 28,
e-mail: sekretariat@propa.dk

Sekretariat

Prostatakræftforeningen
PROPA
Jernbanegade 23 B,
4000 Roskilde
Tlf. 33 12 78 28,
e-mail: sekretariat@propa.dk

Sønderjyske Ishockey-klub overgår sig selv

For et år siden fortalte vi om den flotte donation vi modtog fra Sønderjyske Ishockey-klub.

2011 har klubben været endnu flottere over for PROPA, idet de har doneret yderligere mere end 10.000 kr. til PROPAs arbejde.

PROPAs regionsformand i Sydjylland, Karl Pedersen, sagde i sin takketale ved overrækkelse af den nye donation i december 2011, at han fandt, at det var en god symbolik, at de unge ishokey-spillere (sammen med deres kærester, ledelse og publikum) gennem deres initiativ var med til at hjælpe en række hovedsageligt ældre mænd.

Ishockey-klubben var dog ikke de eneste, som støttede PROPA. Vi modtog i 2011 26.000 kr. fra en bisættelse og 10.000 kr. fra Kerteminde. Det totale antal givere af gaver til PROPA var 405 i 2011 sammenlignet med 108 i 2010.

Karl Pedersen modtager den store check fra de to spillere Brendan Cook og Daryl Andrews



PROPA
Prostatakræftforeningen