

Mediefokus på prostatakræft

Forskellige valg i kampen mod prostatakræft

Knogleskørhed og prostatakræft



Nr. 4 oktober 2014

PROPA NYT udgives af Prostatakræftforeningen.

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@adslhome.dk
Birthe Olsen, Maglekæret 20 B,
2680 Solrød Strand,
tlf. 56 87 08 34 / 60 71 74 26
e-mail: bo@propa.dk

Næste blad udkommer

den 15. februar 2015

Stof til februar-bladet 2015 bedes sendt til Werner Klinth Jensen senest den 2. januar 2015.

På www.propa.dk kan medlemmer se tidligere numre af PROPA NYT

Fotos: Jørgen Jørgensen Fotografi © m.fl.
Grafiker: Dorte Hansen
Tryk: KLS Grafisk Hus
Oplag: 4.500



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.

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

Indhold

- 3 Mediefokus på prostatakraft
- 4 Jørgen Skov in memoriam
- 4 Prostatakræftprisen 2015
- 6 Forskellige valg i kampen mod prostatakraft
- 10 Knogleskørhed og prostatakraft
- 12 7000 mænd taler ud om prostatakraft
- 14 Indkaldelse af ansøgninger om støtte til kompetenceudvikling
- 15 "Vi cykler sammen" samlede 10.000 kr. til PROPA
- 16 Nærvær, god tid og tillid
- 18 Opråb til de praktiserende læger i Nordjylland
- 19 Donation fra bryggeriet "Hornbeer"
- 20 Familier løb for prostatakræften over hele landet
- 23 Kort nyt
- 24 Kort mødeoversigt
- 26 Mødekalendar
- 33 Prostatakræftforeningen PROPA Landsbestyrelse og suppleanter
- 33 Regionsbestyrelser og lokalgrupper
- 35 Udvalg
- 36 PROPAs landsmøde den 18. april 2015



Forsidebillede:

En gruppe når i mål ved familieløbet på Skjoldenæsholm Golf Center

Foto: Gert Christensen

Mediefokus på prostatakraft



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

Efteråret rinder på hæld efter en dejlig og solrig sommer.

I september, der jo er den internationale prostatakraftmåned, har PROPA afviklet 4 temamøder rundt om i landet. Deltagelsen i møderne har varieret fra 50 til 120, og indlæggene har alle været meget spændende og som sædvanligt af høj kvalitet. Ved møderne blev emnet "Brugerinddragelse", der jo er et gennemgående tema i PROPA i 2014, behandlet ud fra flere forskellige og interessante vinkler. Emnet er også højt på Sundhedsministerens prioriteringsliste.

PROPA har også fremlagt foreløbige resultater fra den store nordiske spørgeundersøgelse om "Livet med prostatakraft". Det er den største undersøgelse af den art, der nogensinde er foretaget. Undersøgelsen er gennemført af KOMPAS Kommunikation og finansieret af medicinalfirmaet Astellas. I alt indgik der 6916 besvarelser fra de 4 nordiske lande, heraf 1784 fra Danmark. 91 % af de danske besvarelser kom fra PROPA medlemmer, dvs. at over halvdelen af foreningens medlemmer har svaret. Det er meget flot, og på foreningens vegne vil jeg gerne sige en stor tak for det! Det store antal besvarelser er jo meget væsentligt for undersøgelsens tyngde.

Undersøgelsen er gennemført i et samarbejde mellem patientforeningerne i de fire nordiske lande samt med førende nordiske eksperter inden for prostatakraft – i Danmark professor Michael Borre.

Der er udsendt enslydende pressemeddelelser i de nordiske lande omhandlende nogle af spørgeundersøgelsens hidtidige resultater. I Danmark er omtale bragt i 59 nyhedsmedier med en skønnet

annonceverdi på over 3 millioner kroner – den mest omfattende eksponering omkring sygdommen, PROPA nogensinde har haft. Lignende eksponeringer har fundet sted i de andre nordiske lande.

Den danske pressemeddelelse er gengivet her i bladet samt på PROPAs hjemmeside www.propa.dk i boksen "Ny undersøgelse kortlægger den hyppigste kræftform hos mænd"

Fremover vil vi ved hjælp af såkaldte krydstabuleringer kunne uddrage mange flere spændende resultater fra den meget omfattende undersøgelse.

Et af de slående resultater fra undersøgelsen er også, at sygdommen i op mod halvdelen af tilfældene er blevet opdaget ved et besøg hos lægen i anden sammenhæng!

PROPA ønsker en intensivering af arbejdet for tidlig opdagelse af prostatakraft – ikke at forveksle med PSA screening! Der er nye, lovende metoder på vej – metoder, der bør indføres så hurtigt som muligt. De anvendes allerede rutinemæssigt i visse andre lande. Dette harmonerer meget fint med regeringens udspil i pjecen "Jo før - jo bedre" omkring ekstra midler til tidlig opdagelse af kræft.

PROPA vil i samme forbindelse igen deltage i "Lægedagene" i Bellacentret i november måned for derved at få de praktiserende læger i tale og understrege vigtigheden af at tage prostatakraftens tidlige faresignaler alvorligt – herunder de familiære dispositioner for sygdommen. Det kan desværre ikke gøres ofte nok!

Vi vil gerne supplere foreningens ledelse med en person med viden og erfaring inden for det sundhedspolitiske område. Sidder du inde med en sådan baggrund, og vil du hjælpe os med at søge at påvirke den politiske dagsorden inden for vor sygdoms behandling, opfordrer jeg dig til at henvende dig til mig.

Tak til alle, der har ydet en indsats i foreningen i det forløbne år. Tak til medlemmerne og til I, som har deltaget i foreningens møder og derigennem vist interesse for vort arbejde.

Rigtig godt nytår til alle!

Jørgen Skov in memoriam

Jørgen Skov, Næstformand, Propa, Region Fyn, døde i august 2014 af sin prostatakræft. Diagnosen var et tilfældigt fund ved en udredning af et andet problem. På diagnostidspunktet havde kræften spredt sig til lymfekirtler, lever og lunger. Sygdomsforløbet strakte sig over nogle år. Han blev aktiv i Propa, da han fik sin diagnose.

Jørgen blev født i 1942, han tog som ung real- og handelseksamen i fremmede sprog og tog

tillægseksaminer i engelsk, matematik og regnskab. Han var sergent indenfor kontrol og varsling i flyvevåbnet. Hans erhvervskarriere førte ham til Rejsebureauer (Bennett, Gislev), Micro Matic, Thrige-Titan mm. Han boede 1 år i Hong Kong udstationeret af Nordisk Fjer. Hans erhvervskarriere sluttede i Air Alpha Maintenance. Jørgen havde mange, meget forskellige fritidsinteresser, bl. a. var han medlem af Rotary i mange år, havde flycertifikat, var engageret i politik og var domsmand.

Jørgen havde været gift og fik en søn. Han lyste op, når han talte om ham og de 2 børnebørn. Han var som yngre en udadvendt glad mand med perioder af tungsind. Kræften ændrede balancen, det blev sværere at bevare det gode humør. Jeg har kendt Jørgen i 25 år og husker ham som en trofast og pålidelig mand, der aldrig svigtede sine venner. Et ord var et ord, også når vi fik lidt øl eller vin. Jeg savner ham.

*Niels Einer-Jensen
Formand, Propa, Region Fyn*

Prostatakræftprisen 2015

Landsbestyrelsen indkalder herved forslag til uddeling af prostatakræftprisen 2015. I kriterierne for tildeling af prisen hedder det:

- Kandidaten/kandidaterne skal have ydet en dokumenteret og anerkendelsesværdig indsats inden for pleje af prostatakræfttramte.
- Kandidaten/kandidaterne må ikke være ansat (aflønnet) af PROPA eller sidde i PROPA's Landsbestyrelse.

Skriftligt begrundet forslag til kandidater bedes sendt til:

Landsbestyrelsen
c/o Prostatakræftforeningen PROPAs sekretariat
Jernbanegade 23 B
4000 Roskilde
senest den 31.12.2014

Prisvinder 2014, Therese Hornstrup, omgivet af en del af fodboldholdet, FC Prostata, som hun er en energisk og utrættelig leder af.
Foto: Jørgen Jørgensen



Forskellige valg i kampen mod prostatakræft



Af Henrik Jakobsen,
overlæge, Urologisk
afdeling, Herlev Hospital
og
Henriette Lindberg,
overlæge, Ph.d.,
Onkologisk afdeling,
Herlev Hospital

Prostatakræft kan, når diagnosen stilles, præsentere sig i flere former. Der er fra patient til patient forskel på hvor hurtigt sygdommen vokser og udbreder sig. Det skyldes forskelle i de ændringer i arvmassen i prostatacellerne, som har ført til udvikling af sygdommen. Og der kan være forskel i udbredelsen af sygdommen i kroppen. Hvis sygdommen er lokal, dvs. kun findes i prostata eller kun har gennemvokset prostatas ydre afgrænsning (kapslen) i let grad, er sygdommen potentielt helbredelig. Er sygdommen derimod spredt til større dele af lymfeknuderne i bækkenet eller bughulen, eller til knoglerne, er sygdommen uhelbredelig. Trods dette vil patienten ofte kunne tilbydes behandling, som forlænger livet.

Da ydermere mange mænd med alderen udvikler kræftceller i prostata, som vokser særdeles langsomt, vil der være en større gruppe, som blot skal observeres uden behandling.

I det følgende kan du få overblik over de forskellige aspekter af de mange behandlingstilbud.

Helbredende behandling

Prostatakræft udvikler sig oftest meget langsomt, og tilbud om helbredende behandling gives til patienter med prostatakræft uden spredning, som har lang forventet levetid. Årsagen er, at har man andre sygdomme (fx svær hjertesygdom, kompliceret sukkersyge etc.) kan der være stor risiko for at dø af disse sygdomme inden en prostatacancer når at udvikle sig uden behandling. En operation eller strålebehandling for prostatakræft hos i øvrigt svært syge patienter ville derfor indebære en risiko for unødige bivirkninger til behandlingen uden en samtidig gevinst i form af forlænget liv. Det samme gør sig gældende hos mænd i

høj alder. Forventet levetid uden kræftsygdommen indgår derfor altid i lægens vurdering af behovet for behandling - til gavn for patienten.

Radikal prostatektomi

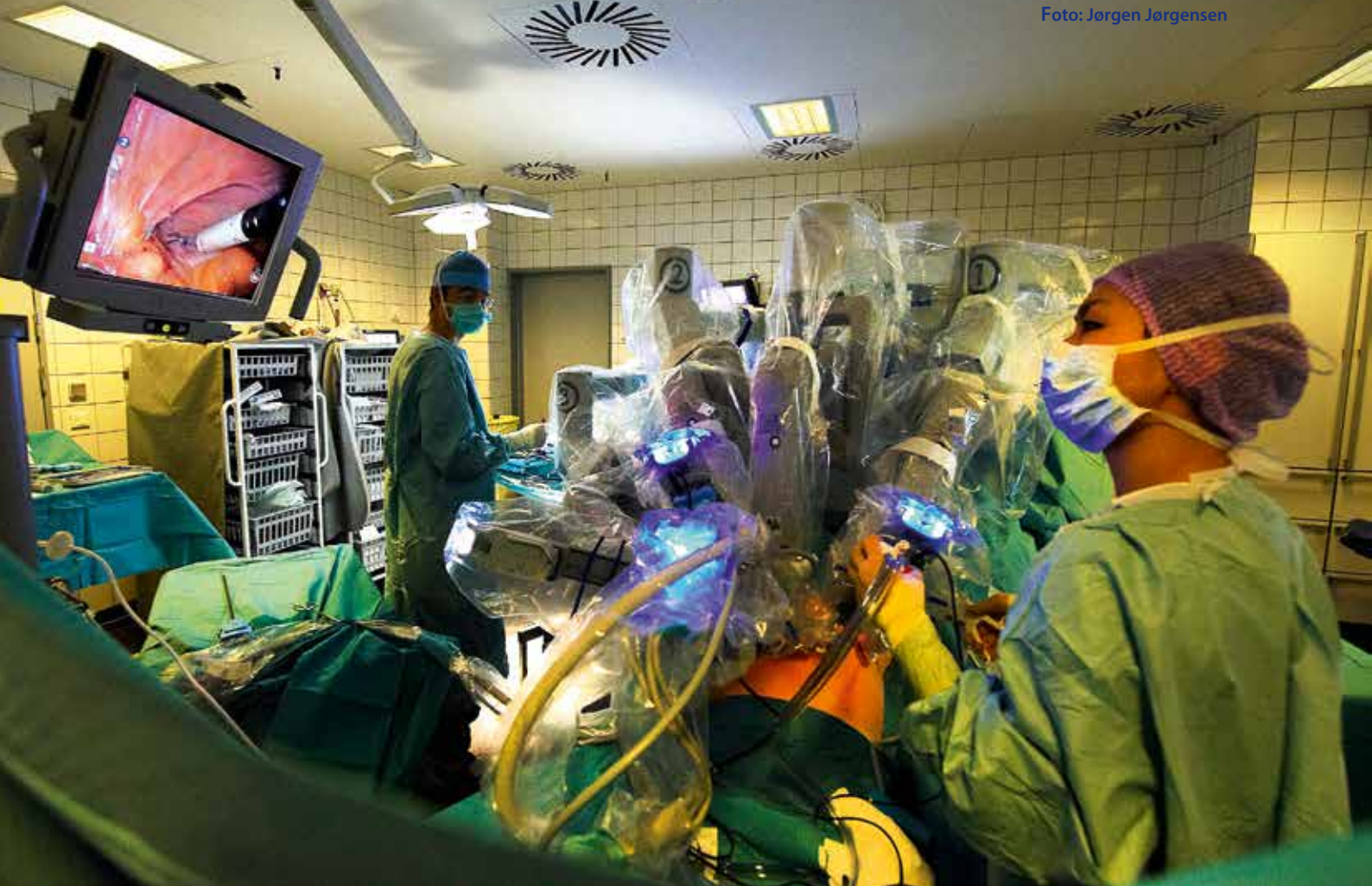
Ved operationen fjernes prostata og sædblæserne. Hvis der er større risiko for spredning af sygdommen fjernes også lymfeknuderne, som ligger i området omkring prostata i bækkenet. Operationen blev indtil for få år siden udelukkende foretaget som et "åbent indgreb" igennem et ca. 10 cm langt lodret snit mellem skamben og navle. I dag udføres de fleste af indgrebene i Danmark som robotassisterede kikkertoperationer. Fordelene

Åben prostatektomi – foto: Jørgen Jørgensen





Robotassisteret operation
Foto: Jørgen Jørgensen



ved operation i robot er ringe risiko for blødning og blodtransfusion, få eller ingen smerter efter operationen, hurtig udskrivelse og kort rekonvalescens, mindre risiko for utæthed ved sammenbygning mellem blære og urinrør, og mindre risiko for ardannelse og forsnævring samme sted.

Afhængigt af sygdommens udbredelse kan lægen forsøge at bevare det væv, som nerverne til svulmelegemerne ligger i. Dette væv ligger meget tæt på prostata, og er der stor risiko for kræft i kanten af eller uden for prostata, må dette væv også fjernes med rejsningsproblemer til følge.

Udvendig strålebehandling af prostata

Strålebehandling er en lokal behandling, hvor ioniserende stråler beskadiger cellernes ar-

vemasse og medfører celledød, enten umiddelbart eller senere, når cellen skal dele sig. Udvendig strålebehandling mod prostata er især fordelagtig, hvis der er risiko for at efterlade prostata-væv ved en prostatektomi og betragtes som standardbehandling, hvis kræften er vokset udenfor prostata. Lodtrækningsforsøg har vist, at behandlingen er mest effektiv, hvis der gives høje doser til prostata. Strålebehandlingen kan gives som udvendig strålebehandling alene eller i kombination med indvendige strålebehandlinger (brachyterapi). Lodtrækningsforsøg har også vist, at for patienter med høj risiko for tilbagefald er strålebehandling i kombination med hormonbehandling mere effektiv end hormonbehandling alene. Behandlingseffekten følges med PSA måling.

Indvendig strålebehandling af prostata

Ved brachyterapi forstås indvendig strålebehandling af prostata. Der findes i Danmark to behandlingsprincipper.

Lav-dosis brachyterapi:

Små radioaktive korn indføres i prostata i fuld bedøvelse ved hjælp af lange nåle, som stikkes igennem huden i mellemkødet. Kornene forbliver i prostata resten af livet og placeres, så hele prostata og et mindre område lige uden for prostata bestråles. De indlagte korn dræber langsomt kræftcellerne, og PSA værdierne falder gradvist, men bliver aldrig nul. Det skyldes, at der fortsat er levende normale prostataceller til stede. Metoden kan ikke anvendes til alle. Den er begrænset til mindre prostatakirtler, til mænd uden væsentlige vandladningsproblemer (som kan blive mere udtalte efter brachyterapi) og til sygdom, som ikke er for aggressiv.

Bestrålingsudstyr



Høj-dosis brachyterapi:

Som navnet siger, gives højere stråledosis, og dermed kan mere aggressiv sygdom behandles. Man kombinerer udvendig og indvendig strålebehandling. Der startes med 23 udvendige behandlinger og afsluttes med to brachybehandlinger med en uges mellemrum. Behandlingen foregår under fuld bedøvelse. Via midlertidigt placerede nåle i prostata, ført ind via mellemkødet, indføres i en kort periode radioaktivt materiale, som fjernes igen. Nålene fjernes og ugen efter gentages behandlingen.

Fordelene ved begge behandlinger er, at risikoen for inkontinens er mindre end ved operation. Ulemperne er at allerede tilstedeværende vandladningssymptomer kan forværres og risikoen for rejsningsproblemer er stor. Endvidere kan det ikke undgås, at der gives en vis stråledosis på det omkringliggende væv, mest naturligvis ved høj-dosis behandlingen.

I Danmark tilbydes begge behandlinger. På Herlev Hospital behandles patienter med lav-dosis brachyterapi og på Aarhus Universitetshospital behandles med høj-dosis brachyterapi.

Overvågning uden behandling

Aktiv overvågning (Active surveillance)

Mænd, som diagnosticeres med ikke-aggressiv sygdom, har ofte en meget ringe risiko for at blive syge eller dø af cancersygdommen, og er derfor i stor risiko for overbehandling. Derfor tilbydes aktiv overvågning til mænd fra 60-65 års alderen, såfremt udbredelsen af svulstvævet er begrænset til få vævsprøver, såfremt andelen af svulstvæv i de enkelte vævsprøver er begrænset, og såfremt sygdommens aggressivitet målt ved Gleason score er lav. PSA værdierne skal tilsvarende være under en vis grænse. Aktiv overvågning medfører mange kontrolbesøg med PSA-måling, fingerundersøgelse af prostata og nye vævsprøver efter 1-2 år. Hvis der konstateres en udvikling i sygdommen, vil patienten kunne tilbydes aktiv behandling.

Watchful waiting

Ved watchful waiting forstås regelmæssig observation af mænd med lokaliseret prostatakræft, hvor enten høj alder eller tilstedeværelse af anden sygdom gør, at helbredende behandling ikke bør tilbydes. Sygdomsudviklingen vil være så langsom, at patienten med stor sandsynlighed dør af andre årsager. Udvikler sygdommen sig alligevel, vil man tilbyde medicinsk behandling på et passende tidspunkt. Som i tilfældet ved aktiv overvågning, tilrettelægges et passende opfølgningsforløb. En del af besøgene kan foregå hos egen læge.

Behandlingsmuligheder ved måleligt PSA efter prostatektomi

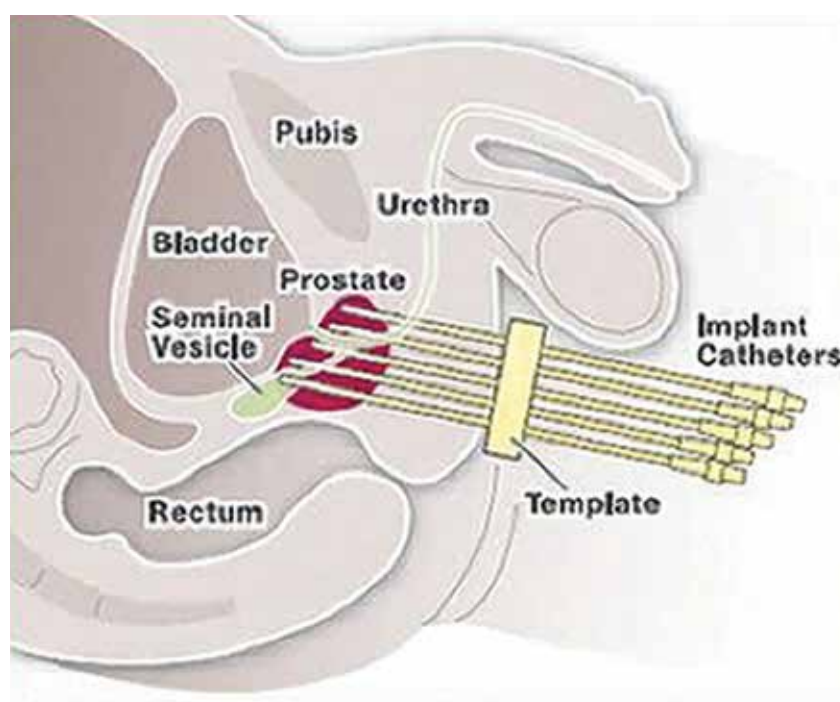
Udvendig strålebehandling mod prostatalejet

Hvis prostata er fjernet ved en prostatektomi bør PSA ikke kunne måles i blodet efter operationen. Hvis PSA fortsat kan måles i blodet, efter prostata er fjernet, er det tegn på resterende tumorstof. Behandlingstilbuddet vil ofte være hormonbehandling, som påbegyndes afhængigt af PSA niveau og stigningshastighed. Hvis PSA er umåleligt efter prostatektomien og senere bliver måleligt, er det tegn på et PSA tilbagefald. Ved at give udvendig strålebehandling mod området, som prostata lå i før operationen, er det i nogle tilfælde muligt at helbrede sygdommen. Strålebehandlingen bør påbegyndes, når PSA er 0,2 µg/L. Det er ikke muligt at påvise lokaliseringen af det PSA producerende væv, før PSA er mere end 1-2 µg/L.

Behandlingsmuligheder ved prostatakræft med lymfeknudespredning i bækkenet

Udvendig strålebehandling af prostata, sædblæserne samt lymfeknuderne i bækkenet kombineret med 3 års medicinsk kastrationsbehandling. Opgørelser fra udenlandske centre tyder på, at man hos visse patienter kan opnå langvarig sygdomskontrol med lokalbehandling, hvis der kun er spredning af kræften til få lymfeknuder i bækkenet, men det er aldrig kontrolleret med lodtrækningsforsøg. Patienter med spredning til 1-2 bækkenlymfeknuder kan derfor vurderes med henblik på udvendig strålebehandling mod både prostata og bækkenlymfeknuderne i kombination med hormonbehandling. Behandlingseffekten følges med PSA måling. Alternativet vil være hormonbehandling, typisk anti-androgen behandling.

Indlæggning af radioaktive korn ved HD brachyterapi



Behandlingsmuligheder ved prostatakraft med sygdomsspredning i øvrigt

Påvirkning af kræftcellernes vækst med hormonbehandling

Hvis kræften har bredt sig til områder i prostatas omgivelser eller lymfeknuderne i bækkenet, kan behandling med antiandrogen overvejes.

Prostatakraft, som har bredt sig til knoglerne og/eller til lymfeknuderne uden for bækkenregionen, betegnes "metastaserende prostatakraft". Den primære behandling er kastration. Herved falder mængden af mandligt kønshormon (testosteron) i blodet til meget lave værdier. Dette kan opnås ved at foretage en operation, hvor testiklerne (eller ofte blot indholdet i testiklerne), fjernes. Inden for få dage opnås "kastrationsniveau" af testosteron. Alternativt kan benyttes forskellige medicinske behandlingsprincipper med depotinjektioner fx hver 3. eller 6. måned. Mandligt kønshormon virker som væksthæmmer på prostataceller, og når cellerne ikke længere stimuleres af testosteron, dør mange celler eller går i dvaletilstand. PSA falder, og evt. symptomer, fx smerter i knoglerne eller besværet vandladning, reduceres eller forsvinder. Sygdomsudviklingen bremses og i mange tilfælde øges patientens levetid.

Ved udbredt sygdomsspredning kan tidlig supplement med kemoterapi (docetaxel) være en mulighed

Foreløbige resultater fra et lodtrækningsforsøg tyder på, at patienter med udbredte knoglemetastaser eller spredning til de indre organer kan leve betydeligt længere med sygdommen, hvis de bliver behandlet med docetaxel allerede når kastrationsbehandlingen påbegyndes.

Når PSA tallet før eller siden stiger under kastrationsbehand-

lingen, selvom testosterontallet er lavt, er det et udtryk for at sygdommen ikke længere kan holdes i ro af kastrationsbehandlingen. Det er den fase, hvor sygdommen er blevet kastrationsresistent. Selvom sygdommen er kastrationsresistent, fortsætter kastrationsbehandlingen livslangt og tillægges andre behandlinger, afhængigt af almentilstand, symptomer og sygdomslokalisering. Der findes seks forskellige behandlingsmuligheder, som alle er vist at kunne være livsforlængende og evt. symptomlindrende i den kastrationsresistente fase: Sipuleucel-T, Abirateron, Radium-223, Docetaxel, Enzalutamid og Cabazitaxel.

Sipuleucel-T er en behandling, hvor patientens egne immunceller præpareres til at genkende og udrydde prostatakraftceller. Præparatet gives som en infusion i en vene. Effekten af Sipuleucel-T er undersøgt med lodtrækningsforsøg hos kastrationsresistente patienter uden sygdomssymptomer og i god almentilstand. Behandlingen er godkendt af det europæiske medicinagentur, men er endnu ikke tilgængelig i Europa.

Abirateron er et hormonpræparat, der blokerer for dannelsen af testosteron. Enzalutamid er et hormonpræparat, der blokerer for bindingen af testosteron i prostata- og prostatakraftceller. Begge præparater gives som tabletter. Effekten af begge hormonpræparater er undersøgt med lodtrækningsforsøg hos kastrationsresistente patienter uden eller med kun beskedne sygdomssymptomer, i god almentilstand og for abirateron kun for patienter uden sygdomsspredning til de indre organer. Effekten af præparaterne er også undersøgt med lodtrækningsforsøg hos kastrationsresistente patienter, der tidligere havde fået behandling med Docetaxel.

Radium-223 er en knoglesøgende isotop, der udsender alfa-stråler med en meget kort rækkevidde. Præparatet gives som en infusion i en vene. Effekten af radium-223 er undersøgt ved et lodtrækningsforsøg hos kastrationsresistente patienter med symptomgivende knoglemetastaser.

Docetaxel og Cabazitaxel er to kemoterapeutika med samme virkningsmekanisme. Begge præparater gives som en infusion i en vene. Effekten af Docetaxel er undersøgt med et lodtrækningsforsøg hos kastrationsresistente patienter uden eller med symptomer af sygdommen. Effekten af Cabazitaxel er undersøgt i et lodtrækningsforsøg hos kastrationsresistente patienter, der tidligere havde fået behandling med Docetaxel.

Patienter med et PSA tilbagefald efter prostatektomi eller strålebehandling mod prostata starter ofte kastrationsbehandling, inden der er påviselig spredning af sygdommen. Ved udvikling af kastrationsresistens, hvor der fortsat ikke er påviselig spredning af sygdommen, er der ingen standardbehandlingsmuligheder.

Andre behandlingsmuligheder ved prostatakraft

Udover de beskrevne potentielt helbredende eller livsforlængende behandlinger, findes der forskellige understøttende og symptomlindrende behandlinger. Alle disse behandlinger betragtes som standardbehandlinger, da de er baseret på resultater fra lodtrækningsforsøg eller vurdering af det bedst mulige alternativ ud fra den foreliggende viden. Udvikling af nye behandlinger er en vigtig del af arbejdet med prostatakraft og der er mulighed for at blive tilbudt behandling i forsøg i alle faser af sygdommen på såvel urologiske som onkologiske afdelinger.

Knogleskørhed og prostatakræft



Af Mads Hvid Poulsen,
Læge, Ph.d. Urinvejs-
kirurgisk forsknings-
enhed, Urologisk
Afdeling, Odense Uni-
versitets Hospital
Fotos: Jørgen Jørgensen

Knogleskørhed, også kaldet osteoporose, rammer både mænd og kvinder. Mænd med prostatakræft er i en øget risiko for at udvikle knogleskørhed, hvis de er i kastrationsbehandling, og derfor er det vigtigt at kende til sygdommen.

Knogleskørhed

Knogleskørhed er en tilstand med nedsat knoglemasse og ændret knogleopbygning, hvilket øger risikoen for knoglebrud. Tilstanden medfører i reglen ikke nogen symptomer, før svindet i knoglemassen er så omfattende, at der opstår knoglebrud. De hyppigste brudsteder er underarm, ryg og lårbenshals, men brudene ses også i underben og overarm samt bækken og ribben. Brudene sker ofte, selvom belastningen af knoglen kun er beskeden, f.eks. ved fald, eller i forbindelse med at man går eller ved mindre løft.

Knogleomsætning

Vores knogler nedbrydes og opbygges gennem hele livet. Denne fornyelsesproces udbedrer småskader og sikrer, at knoglerne hele tiden er tilpasset den belastning, de udsættes for. Cellerne, som nedbryder knoglen, kaldes osteoclaster; de opløser knoglens overflade, hvorefter andre celler, kaldet osteoblaster, danner ny knogle.

En lang række faktorer kan forskyde balancen mellem nedbrydning og opbygning af knoglerne.

Hvis nedbrydningen øges mere end opbygningen, vil knoglen svækkes, hvilket øger risikoen for, at den brækker. Med alderen nedbrydes knoglerne mere, end de opbygges, men også en lang række faktorer, herunder blandt andet livsstilsfaktorer som rygning og alkohol foruden visse sygdomme, f.eks. leddegigt og forhøjet stofskifte, og mange lægemidler, kan påvirke balancen i negativ retning.

I 20-30 års alderen når vores knogler deres maksimale knoglemasse. I årene derefter aftager knoglemassen med omkring en procent om året. Denne proces er normal hos både mænd og kvinder.

Knogleomsætning og prostatakræft

Ved kastrationsbehandling, hvad enten denne er foretaget med medicin eller operation, formindskes mængden af det mandlige kønshormon testosteron, hvorved prostatakræften bremses. Hos mænd omdannes testosteron i nogen grad til det kvindelige kønshormon østrogen. Når man fjerner testosteron hos mænd, mistes derfor de positive effekter af testosteron og østrogen på knoglerne. Under-

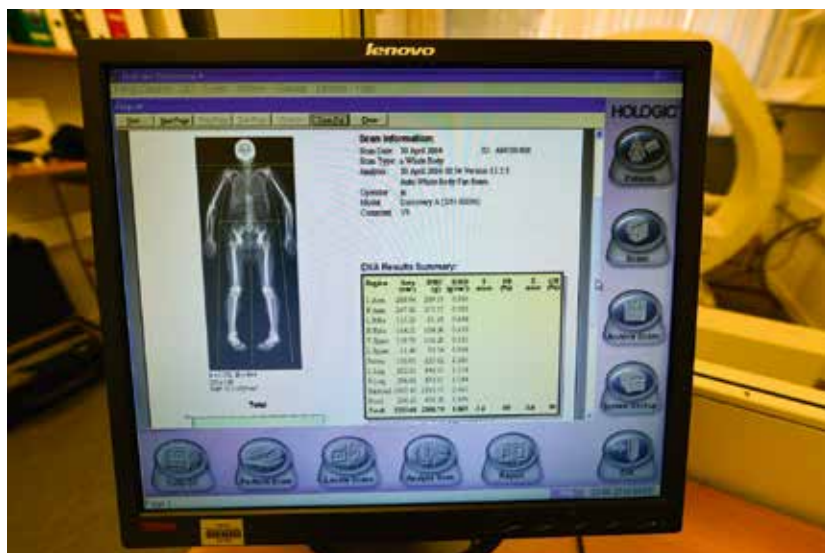
søgelser har vist, at kastrationsbehandlingen medfører et tab af knoglemasse på mellem 2 og 8 % det første år. I de efterfølgende år aftager knoglemassen med omkring 1-3 %. Konsekvenserne af dette er, at kastrationsbehandlingen medfører en øget risiko for knogleskørhed og knoglebrud, samt de følger dette medfører.

Undersøgelser

Diagnosen knogleskørhed stilles ved hjælp af en DXA-skanner, som findes på de fleste større hospitaler i Danmark. Skanneren bestemmer mængden af knogle i hoften og ryggen ved hjælp af røntgenstråling. Undersøgelsen tager 15-20 minutter, og stråledosis er mindre end ved et normalt røntgenbillede af lungerne og således beskeden. Efter skanningen sammenlignes mængden af knogle hos den undersøgte person med den mængde, man typisk finder hos unge raske mænd. Resultatet af sammenligningen afgives som en såkaldt T-score.

En T-score på nul svarer således til, at mængden af knogle er den samme, som man ville forvente at finde hos en rask ung mand.

DXA skanning af skelettet





- Er T-scoren -2,5 eller lavere har man knogleskørhed.

Diagnosen knogleskørhed kan dog også stilles, hvis man får et såkaldt lavenergibrud i ryggen eller hoften. Lavenergibrud optræder, når man brækker en knogle på trods af, at man kun har belastet knoglen minimalt, f.eks. ved at falde på stuegulvet. Har man kræft, herunder også metastaser i knoglerne, kan der dog også opstå spontane knoglebrud dér, hvor kræften sidder, og da taler man som oftest ikke om knogleskørhed.

Behandling

Ikke-medicinsk behandling

Knoglerne har behov for kalk og D-vitamin. Særligt mælkeprodukter indeholder kalk, men man kan også finde kalk i mange andre fødeemner. D-vitamin dannes, når man udsættes for sollys, men vi får også vitaminet fra kosten – specielt fra fede fisk. Hvis man har et rimeligt dagligt indtag af kalk, f.eks. i form af 2 glas mælk og en ostemad, har man normalt ikke behov for ekstra kalk, men indtager man ikke tilstrækkeligt med kalk, kan det

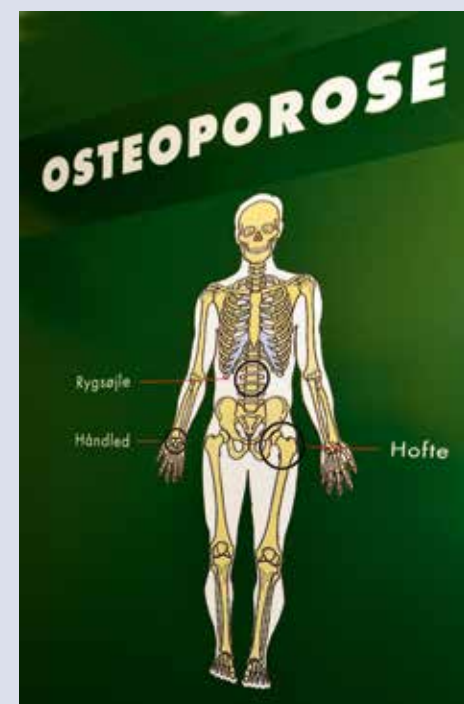
være en god ide at tage et kosttilskud.

Medicinsk behandling af knogleskørhed

Behandlingen af knogleskørhed hos mænd med prostatakræft, der er kastreret, følger standardbehandlingen for mandlig osteoporose. Knogleskørheden kan behandles med såvel tabletter som indsprøjtninger, og i alle tilfælde suppleres med tilskud af kalk og D-vitamin (med mindre man med sikkerhed får tilstrækkeligt med kalk i kosten). Førstevalget til den medicinske behandling er bisfosfonatet alendronat. Det er en tabletbehandling, som gives en gang hver uge. Hvis denne behandling ikke tåles, eller hvis der er bivirkninger til behandlingen, kan behandling med injektioner af zoledronsyre eller denosumab overvejes. De gives henholdsvis årligt eller halvårligt. Alendronat kan ordineres af ens praktiserende læge, mens en sygehuslæge kan ordinere zoledronsyre og denosumab. Det vil også være den læge, der ordinerer medicinen, som varetager eventuelle bivirkninger til behandlingen.

Bivirkningerne er oftest ubehag i maven, ømhed i musklerne eller leddene, feber, udslæt mv.

En brochure om knogleskørhed og prostatakræft findes på hjemmesiden www.propa.dk. Denne artikel er en forkortet udgave af indholdet i brochuren.



7000 mænd taler ud om prostatakræft



Af Jens Ingwersen,
direktør for Prostatakræftforeningen
PROPA

Hvert år får mere end 22.000 mænd i Norden diagnosen prostatakræft, og i samme periode mister 5.461 nordiske mænd livet i kampen mod sygdommen. En ny undersøgelse blandt næsten 7.000 prostatakræftpatienter i Norden – den største af sin slags nogensinde – giver nu et nyt og unikt indblik i livet med sygdommen, behandling og bivirkninger samt de konsekvenser, sygdommen har for patienternes livskvalitet.

Denne undersøgelse kortlægger nu mændenes egen oplevelse af det at leve med sygdommen under temaerne diagnose, bivirkninger, behandling, livet med prostatakræft og sexliv.

Livsglæde trods snigende sygdom

Der er ikke altid klare symptomer på prostatakræft i det tidlige stadie af sygdommen. Derfor opdages prostatakræft ikke altid, mens sygdommen stadig kan helbredes. Det kan være årsagen til, at næsten halvdelen af de patienter, der har deltaget i undersøgelsen, har opdaget deres sygdom tilfældigt, da de var til lægen i en anden sammenhæng. Prostatakræft opdages derfor i nogle tilfælde først, når sygdommen er så fremskreden, at helbredende behandling ikke længere er en mulighed. Undersøgelsen viser

til gengæld positive resultater i forhold til prostatakræftpatienternes opfattelse af livet med sygdommen. Næsten halvdelen af patienterne reagerede på sygdommen ved at ville kæmpe og overvinde kræften. Samtidig har en stor del af patienterne et stærkt fokus på at leve i nuet og få mest muligt ud af livet, mens de stadig kan. Pårørende spiller en afgørende rolle for patienterne, og langt de fleste synes, at de får støtte af og har en god dialog med deres familie og venner.

Betydelige bivirkninger ved behandling

De nordiske patienter oplever dog en del bivirkninger i forbindelse med behandlingen af prostatakræft. Rejsningsbesvær er den hyppigst oplevede bivirkning. Men undersøgelsen rapporterer også om inkontinens, træthed og hedeture. Hver femte har udviklet bryster eller fået nedsat muskelstyrke som følge af behandlingen, mens lidt færre har oplevet vægtøgning, søvnløshed, depression eller afføringsinkontinens.

Et nederlag for mandigheden

De mere negative resultater af undersøgelsen viser, at en stor del af de mænd, der er ramt af sygdommen, føler, at de har mistet noget af deres mandighed efter at have fået diagnosen prostatakræft. Rigtigt mange af de

prostatakræftpatienter, der har deltaget i undersøgelsen, er da også utilfredse med deres sexliv.

Værdifuld ny viden

"Undersøgelsen er et værdifuldt indblik i, hvordan det er at leve med prostatakræft. Den giver os en helt enestående mulighed for at se på, hvor vi kan forbedre forholdene for patienterne. Jeg er imponeret over, at så mange prostatakræftpatienter har vist deres engagement," siger Michael Borre, professor, dr.med., Ph.d. fra Aarhus Universitetshospital, der er en af Danmarks førende eksperter i prostatakræft.

"Prostatakræft er den mest udbredte kræftform blandt mænd. Alligevel får sygdommen langt fra den opmærksomhed, den fortjener. Denne undersøgelse skal hjælpe med at løfte informationsniveauet og nedbryde de tabuer, der typisk hænger sammen med prostatakræft, behandlingen og konsekvenserne af denne. Det har de næsten 7.000 patienter, der har deltaget i undersøgelsen fra hele Norden, ydet et afgørende bidrag i forhold til. Det er første gang nogen-sinde, at prostatakræftpatientforeningerne i Norden går sammen om en fælles, nordisk undersøgelse blandt mænd med sygdommen. Vi er utrolig stolte af resultatet," siger K.B. Madsen, formand for PROPA, prostatakræftforeningen i Danmark.

Resultater fra den nordiske prostatakræftundersøgelse

Prostatakræftpatienter om diagnose

- 49% opdagede deres sygdom tilfældigt ved et besøg hos lægen i en anden sammenhæng
- 44% er ikke klar over, at prostatakræft kan være arveligt

Prostatakræftpatienter om bivirkninger ved behandling

- 80% har oplevet rejsningsbesvær
- 38% har lidt af inkontinens
- 31% har oplevet træthed
- 29% har haft hedeture
- 22% har udviklet bryster
- 21% har fået nedsat muskelstyrke
- 16% har taget på i vægt
- 14% har oplevet søvnløshed
- 13% har lidt af depression
- 11% har lidt af afføringsinkontinens

Prostatakræftpatienter om behandling

- 48% var indstillet på at kæmpe og overvinde sygdommen, da de fik stillet diagnosen prostatakræft
- 88% foretrækker at diskutere behandlingsmuligheder med lægen og derefter træffe beslutning om behandlingsform i fællesskab
- 36% har ikke modtaget information om ny forskning og behandlingsmuligheder
- 68% vil gerne have mere information om sygdommen
- 23% oplever det som et problem, at de i deres sygdomsforløb har mødt mange forskellige behandlere
- 18% ved ikke, at de har ret til en anden læges vurdering af deres behandlingsmuligheder
- 55% oplever i lav grad eller slet ikke, at behandlingen har negativ indvirkning på deres livskvalitet

Livet med prostatakræft

- 67% tænker mere på at leve i nuet og nyde livet, mens de kan
- 46% tænker mere på at udleve deres drømme
- 40% mener, at hver eneste ekstra dag tæller
- 87% mener, at de håndterer deres sygdom godt
- 72% føler sig forberedt på at leve resten af livet med sygdommen
- 63% føler, at de har mistet noget af deres mandighed efter at have fået diagnosen
- 85% bliver støttet følelsesmæssigt af deres familie
- 71% får støtte af deres venner
- 51% føler, at de er blevet tættere med deres partner/kone efter at have fået diagnosen
- 85% taler – ud over lægen – mest med deres partner/kone om sygdommen

Prostatakræftpatienter og sexliv

- 60% er ikke tilfredse med deres sexliv efter at have modtaget behandling for prostatakræft
- 87% har haft problemer med evnen til at få erektion
- 79% har svært ved at fungere seksuelt
- 39% mener, at deres manglende lyst er frustrerende
- 36% mener, at deres manglende lyst er et stort problem
- 33% er bekymrede for, at det også frustrerer deres partner/kone

Artiklen fortsættes næste side

- Prostatakræft er den hyppigste kræftform blandt mænd
- I 2011 levede 187.180 mænd med diagnosen prostatakræft i Danmark, Sverige, Norge og Finland (prævalens)
- Fra 2005 til 2011 er der i gennemsnit blevet tilføjet 22.725 nye tilfælde (incidens) af prostatakræft hvert år i de fire nordiske lande
- Fra 2005 til 2011 døde 5.461 mænd fra de fire nordiske lande i gennemsnit hvert år på grund af sygdommen. Det svarer til 15 dødsfald om dagen

Fakta om undersøgelsen

Undersøgelsen er med sine 6.916 respondenter den største nordiske undersøgelse blandt mænd med diagnosen prostatakræft.

Undersøgelsen er gennemført i perioden september 2013 til april 2014 i fire nordiske lande med henholdsvis 2.804 respondenter fra Sverige, 1.784 fra Danmark, 1.222 fra Norge og 1.106 fra Finland. Undersøgelsen er foretaget af det danske kommunikations- og analysefirma Kompas Kommunikation og udviklet i samarbejde med de fire nordiske patientforeninger:

- PROPA, Danmark
- Prostatacancerförbundet, Sverige
- PROFO, Norge
- PROPO, Finland

samt førende medicinske eksperter inden for prostatakræft Michael Borre (Danmark), Göran Ahlgren (Sverige), Sophie Fosså (Norge) og Antti Rannikko (Finland).

Respondenterne er primært rekrutteret via patientforeningerne – på onlinebannere og brevinvolutioner, via papirspørgeskemaer på hospitaler og klinikker samt via annoncering. 86% af respondenterne er medlem af en patientforening, resten er ikke – de to respondentgruppers svar adskiller sig ikke nævneværdigt. I gennemsnit har respondenterne haft diagnosen prostatakræft i 5,9 år.

Undersøgelsen er sponsoreret af medicinalfirmaet Astellas Nordic.

Kilder: Den nordiske undersøgelse blandt prostatakræftpatienter, NORDCAN, Prostatakræftforeningen PROPA.

Indkaldelse af ansøgninger om støtte til kompetenceudvikling

Prostataskræftforeningen PROPA stiftede i 2010 en fond, der bl.a. kan uddele stipendier til uddannelse af særlige faggrupper. I fundatsen hedder det således:

”Fonden kan uddele stipendier til enkeltpersoner til udvikling af kompetencer inden for faggrupper, der specielt arbejder med prostatakræft med henblik på at forbedre pleje, omsorg og livskvalitet for patienter og deres pårørende.”

Fondsbestyrelsen har besluttet at indkalde ansøgninger om stipendier fra personer, der opfylder ovennævnte krav. Stipendiernes størrelse er på 10.000 kr.

Ansøgningerne skal stiles til:
Bestyrelsen for Prostatakræftfonden
c/o Prostatakræftforeningen PROPA
Jernbanegade 23 B, 4000 Roskilde
og være bestyrelsen i hænde senest den 31.12.2014.

"Vi cykler sammen" samlede 10.000 kr. til PROPA

Tekst og fotos af Gert Christensen, næstformand i PROPA

Papuga A/S arrangerede i 2014, for fjerde gang, en cykeltur til Paris. 1.200 kilometer på 7 dage!

26. juli kom knap 100 cyklister til Paris, og på alle cykeltrøjerne var vort logo – meget synligt! Arrangøren Carsten Papuga havde i år besluttet at det var "PROPA Prostatakræftforeningen" der skulle have sponsoratet fra cykelturen.

Lørdag den 13. september var der arrangeret en "Vi cykler sammen dag", hvor en stor flok deltagere fra de sidste 4 års ture var mødt op.



Gert og Carsten på 'Vi cykler sammen dagen'



Programmet var socialt samvær og en cykeltur på 100 eller 60 km.

Foreningens næstformand Gert L. Christensen havde taget udfordringen op, og stillede op til de 60 km. Arrangementet blev afholdt på en smuk efterårsdag i flot sol. Efterfølgende samlede man til en lille frokost i Smidstrup Hallen.

Gert Christensen takkede de fremmødte for, at de på turen til Paris, og ved andre arrangementer, hvor de er på cyklen, udbreder kendskabet til vor patientforening.

Og så overrakte Carsten Papuga foreningen en check på kr. 10.000,-.

Held og lykke med turen til Paris næste år.

**Carsten Papuga overrækker 10.000 kr. til
PROPAs næstformand Gert Christensen**

Nærvær, god tid og tillid



Af Inger Lise Jønsson,
journalist

Patientinddragelse – Patienter tilknyttet urologisk afdeling på Aalborg Sygehus Syd kan få svar på spørgsmål indenfor 24 timer

En online patientbog, hvor kræftramte indenfor 24 timer kan få svar på deres spørgsmål, er blevet en stor succes. Det oplyste overlæge Niels Chr. Langkilde, urologisk afdeling på Aalborg Universitetshospital, da Prostatakræft-

foreningen PROPAs nordjyske afdeling med stor deltagelse 18. september holdt temamøde om brugerinddragelse på sygehuset i Aalborg.

Den elektroniske patientbog er udviklet af sygeplejerske Charlotte Bjørnes, og efter at den har været i brug i et år, er den benyttet af 90 patienter. Der arbejdes nu på at få endnu flere til at benytte den samt på at få den finansieret, oplyste Niels Chr. Langkilde.

Patientbogen har medvirket til, at patienterne og deres pårørende føler sig trygge. Det har givet dem mulighed for at blive aktive og involveret i deres sygdomsforløb og behandling.

Propas nordjyske afdeling havde indbudt tre læger til at fortælle om, hvordan brugerinddragelse

fungerer på Aalborg Universitetshospital. Det var foruden Niels Chr. Langkilde, overlæge på onkologisk afdeling, Mette Moe Kempel og praktiserende læge, Thomas Bjørnshave, Års.

Alle tre læger var enige om, at såvel patienter som pårørende har brug for den rette viden om sygdommen, før de kan træffe den rette beslutning om behandlingen.

Derfor er det i den ideelle verden ønskeligt, at der er både en urolog, en onkolog og radiolog til stede, så patient og pårørende kan få den rette information, inden der træffes beslutning om behandlingen, udtrykte Mette Moe Kempel om ønsker for fremtiden

Hun oplyste videre, at lægerne ikke sidder som ensomme ulve

Indlægsholderne: Niels Chr. Langkilde, Jens Ingwersen, Mette Moe Kempel og Thomas Bjørnshave





Der blev lyttet til læger i Aalborg

på hver deres afdeling. De samarbejder på tværs i landet i et multidisciplinært samarbejde, der skal sikre, at alle patienter behandles ens.

En god konsultation for hende skal indeholde forståelse og empati, men den skal også give håb.

Undervisning af patienter og deres pårørende om alt, der vedrører kræftsygdommen og dens behandling, er en anden vigtig ting, når det gælder brugerinddragelse.

Mette Moe Kempel var ikke afvisende overfor et brugerråd, så læger og plejepersonale kan få tilbagemeldinger om, hvad de kan gøre bedre og få fulgt op på den behandling, patienterne har fået.

- Alt, hvad patienter oplever, skal vi bruge. De ting sygehus/læger opfatter som kvalitet, er ikke altid de ting, som patienter/pårørende oplever som kva-

litet, fulgte Niels Chr. Langkilde op. Men vi tilstræber en proces, hvor det er patienten og hans pårørende, der definerer behandlingen, sagde han.

Praktiserende læge Thomas Bjørnshave udfordrede deltagerne i mødet ved at bede dem nævne tre dårlige ting ved en konsultation. Dårlig kommunikation, for kort tid og for lang ventetid, lød svaret fra deltagerne. Og da de skulle nævne tre ting til deres forventninger til en god konsultation, lød svarene: Nærvær, god tid og tillid.

Thomas Bjørnshave opfordrede deltagerne til at tage hånd om egen situation, og hvis der sker svipsere at tage det op med egen læge.

Et andet problem, han som praktiserende læge ofte bliver mødt med, er patienter, der har problemer med at forstå, de mange udenlandske læger på sygehuset.

- Jeg kunne ikke rigtig forstå, hvad lægen sagde, og han kunne heller ikke forstå mig, er en sætning, jeg ofte får i min praksis. Og jeg bruger megen tid på at samle op i de situationer, sagde Thomas Bjørnshave. Det kan give nogle meget uheldige forløb.

- Her kan jeg kun opfordre jer til at gå videre til jeres praktiserende læge og blive hjulpet videre, sagde Thomas Bjørnshave.

Mange af deltagerne spørgsmål gik netop på uheldige episoder og manglende kommunikation på sygehusene.

Deltagerne i mødet blev budt velkommen af regionsformand, Poul Erik Christensen, der takkede for det store fremmøde. Også landsformand K. B. Madsen deltog i mødet, ligesom direktør Jens Ingwersen gav en gennemgang af en stor nordisk spørgeundersøgelse blandt patienter med prostatakræft

Opråb til de praktiserende læger i Nordjylland



Af Poul Erik Christensen, Regionsformand, PROPA Nordjylland

I PROPA's mission - det PROPA arbejder for – som blev udarbejdet i foråret 2013, står der anført, "at PROPA skal arbejde for at praktiserende læger tager prostatakraftens faresignaler alvorligt". Baggrunden for dette ønske tager sit udgangspunkt i, at prostatakraft er arvelig samt at symptomerne ofte er ikke tilstedeværende. Ved systematisk kortlægning, kan det dog i mange tilfælde retfærdiggøres, at der rejses mistanke om prostatakraft.

Dødeligheden har været konstant siden 50'erne – ca. 3 mænd dør dagligt af prostatakraft – men dette tal kunne nedbringes ved en aktiv indsats i forhold til tidlig opsporing. I særdeleshed over for de mænd, som har en dokumenteret arvelig disposition.

PROPA har derfor siden midten af 2013 anbefalet, at Sundhedsstyrelsen over for de praktiserende læger indskærper ensartet opsporing for mulig

prostatacancer. Det betyder, at de skal være særligt opmærksomme på mænd i alderen 50+ og i særdeleshed spørge ind til en eventuel arvelig disposition. Mænd med en sådan disposition skal tilbydes rektal fingerundersøgelse og PSA test.

Med udgangspunkt i ovenstående tog PROPA, Region Nordjylland, i foråret 2014 initiativ til at sende en opfordring til alle praktiserende læger i området. Brevet er gengivet neden for.

Andre af PROPA's regioner har gerne villet følge op på denne aktivitet, men det har vist sig vanskeligt, at indhente adresser på alle praktiserende læger.

På det senest afholdte Temamøde i Aalborg, arrangeret af PROPA, gav praktiserende læge, Thomas Bjørnshave, udtryk for at alle, som føler sig utilfredse med lægers håndtering af patientens problemer, skal rejse kritik – alternativt gå til anden læge, for at få afklaret sin situation.

Hermed brevet:

Til den praktiserende læge i region Nordjylland. Vær opmærksom på 50+ mænd i din praksis.

PROPA er en landsdækkende patientforening for prostatakraftramte. Foreningen har 3.400 medlemmer, heraf bor 460 i Region Nordjylland.

På landsplan afholder foreningen over 100 møder om året, hovedsageligt med fagligt indhold og med god tilslutning og stor spørgelyst. De fleste møder er medlemsmøder, men nogle er åbne møder for almenheden. Foredragsholderne er anerkendte fagpersoner, ofte prostatakraftlæger fra vore sygehuse i regionen.

Der er ca. 4000 mænd, der årligt får diagnosen prostatacancer, og ca. 1.100 dør årligt af sygdommen.

Det er en kendt sag, at danske mænd ikke er gode til at søge læge, og alt for mange kommer for sent til at kunne modtage en helbredende behandling. Det gælder også prostatakraftpatienter.

PROPA er desværre blevet opmærksom på, at patienter, der har henvendt sig til deres praktiserende læge vedr. uregelmæssigheder i deres urinveje, i flere tilfælde er blevet afvist med en bemærkning om, at der ikke er grundlag for at foretage en PSA-undersøgelse, eller at PSA-tallet er fint. Efterfølgende har det vist sig, at en prostatakraft har udviklet sig, og der ikke længere har været en mulighed for helbredende behandling. Nogle er endda blevet afvist, selv om der er to eller flere pårørende i familien, der har prostatakraft.

Derfor opfordrer PROPA dig til at have skærpet opmærksomhed på følgende, idet vi samtidig henleder din opmærksomhed på vedlagte brochure om sygdommens arvelighed m.m.:

- er der konstateret prostatakraft i den nærmeste familie, bør der foretages en PSA-test.
- PSA-tallet for patienter under 60 år bør være under 3, for patienter mellem 60 og 70 år under 4 og for patienter over 70 år under 5. Er dette ikke tilfældet bør der iværksættes yderligere undersøgelser.
- er PSA-tallet efter operation over 0,2 skal patienten straks henvises til en urologisk afdeling.

Disse oplysninger m.fl. kan findes på www.nordkap.dk i henhold til praksiskoordinator, læge Thomas Bjørnshave.

På baggrund af en lang række uhensigtsmæssige patientforløb opfordrer PROPA dig indtrængende til at tage ovennævnte opfordring alvorligt.

Donation fra bryggeriet "Hornbeer"

Bryggeriet Hornbeer i Kirke Hyllinge har besluttet at donere 10.000 kr. til PROPAs oplysningsvirksomhed. Beløbet blev overrakt til landsformand K.B. Madsen af brygmester Jørgen Fogh Rasmussens hustru, Gunhild Rasmussen, ved et møde på bryggeriet den 17. september, hvor Kræftens Bekæmpelses lokalafdeling var vært.

Foto Gert Christensen





Familier løb for prostata

Pulsen var ekstra høj på forskellige naturskønne lokaliteter landet over, den 5. og 12. oktober. Her afholdt Prostatakræftforeningen familieløb, og hele 341 voksne, børn og børnebørn fik røde kinder, da de løb for at sætte fokus på den hyppigste kræftform blandt mænd. Løbet endte med en flot donation til en meget glad patientforening.

PROPA håber at kunne gennemføre familieløbet igen næste år.

"Vi er så glade for opbakningen til PROPAs familieløb. Det var et skønt syn at se familier i alle generationer løbe af sted i den smukke natur. Vi fik skabt opmærksomhed omkring

mænds sundhed og symptomerne på prostatakræft. Og vi fik samlet hele 49.000 kr. ind til PROPAs fortsatte arbejde for, at danske prostatakræftpatienter og deres familier får

den bedste behandling, opfølgning og støtte," fortæller en glad Landsformand for PROPA, K.B. Madsen. Allerede nu håber han at kunne gentage succesen næste år.



Foto: Jørgen Jørgensen

kræften over hele landet

49.000 kr. til Propas arbejde for danskere med prostatakraft og deres familier

De 341 deltagere i alle aldre støttede patientforeningen med 14.900 kr. ved deres aktive deltagelse, mens medicinalvirksomhederne Eli Lilly og Astellas tilsammen donerede 100 kr. for hver deltager, der kom i mål - børn som voksne - i alt 34.100 kr.

"Vi mænd har desværre ofte en tendens til at glemme at passe

på os selv og lytte til kroppens signaler. Hos Eli Lilly vil vi gerne opfordre mænd til at leve et sundt og aktivt liv. Derfor er vi glade for at kunne være med i PROPAs familieløb og støtte deres vigtige arbejde for danske prostatakraftpatienter," fortæller Morten Auscher, der er direktør for Men's Health hos Eli Lilly Danmark.

Katrine deltog i familieløbet på Skjoldenæsholm Golf Center.

Foto: John Lindskou Holdt





Foto: Jørgen Jørgensen

Ove Schebye, medicinsk direktør for Astellas Nordic, fortæller: "Vi er glade

for at være med til at støtte et initiativ som PROPAs familieløb, der kan bidrage til at øge mænds opmærksomhed omkring prostatakræft og

herigennem sikre endnu bedre chancer for helbredelse."

Vær opmærksomhed på kroppens forandringer

Formålet med PROPAs familieløb var at skabe opmærksomhed på den hyppigste kræftform hos mænd, prostatakræft – ikke mindst blandt de mange mænd, der går rundt med symptomer uden at søge hjælp.

"Vi håber, at vi med PROPAs familieløb kan få flere mænd og

deres familier op af stolen og ud at røre sig. Motion gavner nemlig både helbred og livskvalitet. Samtidig vil vi endnu en gang opfordre mænd til at reagere, når kroppen forandrer sig. Det kan få fatale følger, hvis man går for længe med symptomerne på prostatakræft, før man søger læge," konstaterer K.B. Madsen.

Klar til start i Hørsholm

Foto: Jørgen Jørgensen



KORT NYT

Nanoknife® til kræftbehandling

Nanoknife® er en ny, eksperimentel metode til behandling af kræft; den bruges bl.a. mod prostatakræft. I teorien er det en effektiv metode til at dræbe celler i en lokaliseret kræftknude.

Metoden er baseret på, at 2 eller flere elektroder indsættes i vævet rundt om kræftknuden, og, hvis den er stor, også i selve knuden. Derefter ledes en (ret svag) strøm mellem elektroderne. Strømmen påvirker cellernes mikrokanaler, der leder Kalium- og Natriumioner ind og ud af cellerne. Dette bevirker celledød. I princippet dør kun kræftceller, mens andre celler i bindevæv og blodkar ikke skulle tage skade. Metoden er ikke baseret på opvarmning eller brænding af cellerne. Den virker kun på kræftceller "omgivet" af elektroderne og er derfor uden effekt på metastaser. Behandlingen er kortvarig, og patienten kan tage hjem efter nogle timer. Elektroderne indsættes i prostata gennem mellemkødet (mellem pung og endetarmsåbning) under bedøvelse.

Kilde: euronews

Prostatakræft bliver ikke godkendt som arbejds-skade hos brandmænd

Mogens Jensen, pensioneret brandmand, har prostatakræft. Selv mener han, at sygdommen skyldes hans arbejde. I de første 15 år ved brandvæsenet slukkede de brande og ryddede op uden masker, og han har derfor indåndet masser af røg. Der findes dog

ikke nogen danske undersøgelser, der fastslår en sammenhæng mellem kræft og arbejdet som brandmand, og myndighederne vil derfor ikke anerkende sygdommen som en arbejdsskade. Johnni Hansen, seniorforsker ved Center for Kræftforskning i København, siger, at nogle, men langt fra alle undersøgelser peger i retning af en sammenhæng mellem det at være brandmand og kræft. Nogle af de stoffer, der findes i brandrøg, øger risikoen for kræft - men det er helt andre kræftformer, det drejer sig om; vi kender ikke årsagerne til prostatakræft.

Kilde: TV2 Østjylland

Kræfttramte mænd ignorerer tilbud om hjælp

Mænd med kræft gider ikke at skulle sidde i rundkreds og »ævle« om deres problemer. Men de vil gerne tale om dem med andre mænd i samme situation i omklædningsrummet efter en fodboldkamp, viser undersøgelse.

Den klarer jeg selv. Kræft er en feminin sygdom - noget med en »skaldet kvinde med brystkræft« - og det er ikke noget for mig at sidde og endevende mine problemer i en samtalegruppe. Dét er i vid udstrækning holdningen blandt mænd, der rammes af kræft. Derfor styrer de i stor stil uden om de tilbud om genoptræning og rehabilitering, der findes til at hjælpe kræftpatienter til at vinde fodfæste i livet igen efter at være blevet ramt af den frygtede sygdom.

Det viser en ny undersøgelse og tal fra Center for Kræft og Sundhed i København. Kun en tredjedel af de cirka 900 brugere af centret er mænd, og det til trods for at undersøgelser viser, at fysisk træning og psykosocial hjælp reducerer risikoen for såvel tilbagefald samt følgevirkninger som for eksempel depression.

Kilde: Berlingske Tidende

124 mio kr. til afprøvning af ny medicin

Hospitaler, universiteter og medicinalindustrien i Danmark sætter nu 124 mio. kr. af til at afprøve ny medicin, som ikke er godkendt, men som måske kan redde kræftsyrge patienter. Kræftpatienter, som er blevet opgivet, har tidligere måttet rejse til udlandet for at modtage eksperimentelle behandlinger. Det er Mette Heide et eksempel på. Jørgen Bøtcher, opgivet kræftpatient, siger, at det ikke tog ham lang tid at beslutte, at han gerne ville modtage ikke godkendt medicin. Ulrik Lassen, overlæge ved onkologisk afdeling på Rigshospitalet, har syv eksperimenterende forsøg i gang. Han siger, at han gerne vil op på 30. Han siger, at patienterne meget gerne vil være med i eksperimenterne. På Rigshospitalet må de afvise halvdelen af de kræftpatienter, der gerne vil være med i et forsøg. Leif Vestergaard Pedersen, direktør i Kræftens Bekæmpelse, siger, at samarbejdet kan være med til at få dansk kræftforskning til at være med helt fremme.

Kilde: TV2 nyheder



KORT MØDEOVERSIGT

Rønne	3.11.2014	Foredrag af psykolog
Nakskov	3.11.2014	Træffetid
Aalborg	3.11.2014	Erfaringsudveksling
Aarhus	4.11.2014	Samtalegrupper
Næstved	6.11.2014	Drop ind – træffetid
Nakskov	6.11.2014	Træffetid
København	11.11.2014	Prostatakræft fra A til Z
Nykøbing F	11.11.2014	Kost og kræft – viden versus myter
Aabenraa	11.11.2014	Træffetid
Vejle	12.11.2014	Træffetid
København	13.11.2014	Netværkstræf
Aalborg	14.11.2014	Patient til patient
Aarhus	17.11.2014	Arv og testamente
Tårnby	18.11.2014	Inkontinens og Kontinensforeningen
Næstved	19.11.2014	Behandling af inkontinens – kan du holde tæt mand
København	20.11.2014	Bækkenbundsøvelser
Slagelse	22.11.2014	Træffetid
Esbjerg	24.11.2014	Træffetid
Svendborg	25.11.2014	Erfaringsudveksling
København	27.11.2014	Netværkstræf
Roskilde	27.11.2014	Pårørende - julemøde
Aalborg	28.11.2014	Patient til patient
Nørresundby	1.12.2014	Julehygge

KORT MØDEOVERSIGT (fortsat)

Roskilde	2.12.2014	Julearrangement
Odense	2.12.2014	Julefrokost
Aarhus	2.12.2014	Samtalegrupper
Næstved	3.12.2014	Kvinde pårørendegruppe
Hillerød	4.12.2014	Julehygge
Næstved	4.12.2014	Drop ind – træffetid
Aalborg	12.12.2014	Patient til patient
Nakskov	5.1.2015	Træffetid
Aarhus	6.1.2015	Samtalegrupper
Næstved	8.1.2015	Drop ind – træffetid
Aalborg	9.1.2015	Patient til patient
Nykøbing F	12.1.2015	Træffetid
Aabenraa	13.1.2015	Træffetid
Frederikshavn	14.1.2015	Bruger/patientinddragelse
Vejle	14.1.2015	Træffetid
Næstved	21.1.2015	Knogleskørhed ved hormonbehandling
Aalborg	23.1.2015	Patient til patient
Nykøbing F	24.1.2015	Sundhedsmesse
Esbjerg	26.1.2015	Træffetid
Slagelse	27.1.2015	Træffetid
Næstved	3.2.2015	Kvinde pårørendegruppe
Aarhus	3.2.2015	Samtalegrupper
København	5.2.2015	Netværkstræf
Næstved	5.2.2015	Drop ind – træffetid
Aalborg	6.2.2015	Patient til patient
Aabenraa	10.2.2015	Træffetid
Vejle	11.2.2015	Træffetid
Aalborg	12.2.2015	Sex og samliv efter prostataoperation
København	19.2.2015	Netværkstræf
Aalborg	20.2.2015	Patient til patient
Esbjerg	23.2.2015	Træffetid
Slagelse	24.2.2015	Træffetid
Nykøbing F	26.2.2015	Prostatakræft fra A til Z
Aarhus	3.3.2015	Samtalegrupper
København	5.3.2015	Netværkstræf
Næstved	5.3.2015	Drop ind - træffetid
Aalborg	6.3.2015	Patient til patient
Aabenraa	10.3.2015	Træffetid
Marielyst Falster	11.3.2015	Humor i hverdagen i forbindelse med sygdom
Vejle	11.3.2015	Træffetid
København	19.3.2015	Netværkstræf
Aalborg	20.3.2015	Patient til patient
Esbjerg	23.3.2015	Træffetid
Næstved	25.3.2015	Senfølger efter prostatakræft
Slagelse	31.3.2015	Træffetid



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

Mødekalender

Hovedstadsregionen inkl. Bornholm

København

Hver anden torsdag (ingen møder
i december og januar)

fra 13. november

Kl. 16.00 til kl. 18.00

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

Emne: Netværkstræf.

Åbent mødested for patienter og
pårørende med mulighed for at
tale med erfarne frivillige og an-
dre i samme situation.

Kontaktperson: Jens Nielsen,
tlf. 40 76 62 71

Rønne

Mandag den 3. november

Kl. 19.00 til kl. 21.00

Sted: Haslevej 50, 3700 Rønne

Emne: Foredrag ved hospitalets
nye psykolog om hvorledes kræft-
sygdomme påvirker familien.

Se annoncen i Rytterknægten.

Tilmelding: Ingen tilmelding.

Evt. spørgsmål til Flemming Vibe,
tlf. 48 25 17 75

København

Tirsdag den 11. november

Kl. 19.00 til kl. 21.00

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

Emne: Prostatakræft fra A - Z
del 1. Det er efterhånden længe
siden, vi i Københavnsgruppen
har haft en generel, opdateret
gennemgang af prostatakræft-
sygdommen og dens behandling.
Det får vi nu bl.a. af hensyn til
nye medlemmer. Overlæge **Klaus
Brasso** fra Rigshospitalets urolo-
giske afdeling foretager gennem-
gangen. På grund af emnets om-
fang bliver vi nødt til at tage det
over to møder. Det andet møde
kommer til foråret.

Tilmelding: Til Center for Kræft
og Sundhed på 8220 5805 eller på
mail: Koebenhavn@cancer.dk
senest fredag d. 7. november 2014

Tårnby

Tirsdag den 18. november

Kl. 19.00 til kl. 21.00

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

Emne: Inkontinens og Konti-
nensforeningen

Mange prostatakræftramte mænd
får som følge af deres sygdom
ofte vandladningsproblemer og
bliver inkontinente.

Læge **Margrethe Foss Hansen**
fortæller om, hvad man kan gøre
ved dette problem samt om Kon-
tinensforeningen.

Mødeleder: Jacob Løve
SundhedsCentret giver kaffe/te
og husets dejlige boller.

Tilmelding: Senest mandag den
17. november på tlf.: 32 47 00 79
eller e-mail: foredrag.sc@taarnby.dk

København

Patientmedlemmer indbydes

Torsdag den 20. november 2014

Kl. 18.30 til kl. 21.00 – Husk mødetid kl. 18.15

Sted: Kræftens Bekæmpelse, Strandboulevarden 49, 1. sal, Lokale 4.1 2100 København Ø. Der er gratis parkering ved hovedindgangen.

Emne: Bækkenbundsøvelser. Kursuset er for mænd, der ønsker at få styr på musklerne omkring bækkenet i forbindelse med inkontinens. Du skal lære nogle teknikker dertil. Evnen til rejsning kan måske også forbedres.

Kurset vil veksle mellem teori og øvelser, og der skal medbringes papir, blyant og tøj til at bevæge sig i.

Praktiske øvelser vil foregå på gulvet – medbring måtte eller hav et håndklæde eller lign. med.

Undervisningen varer 2½ time uden egentlige pauser, men der er mulighed for vand og et stykke frugt.

Underviser **Søren Ekman**, daglig leder af Gotvedskolen.

Søren Ekmans kompendium "Fra regnorm til Anarkonda" kan købes ved mødet - pris kr. 109,- og der er også en video til kr. 169,-. Det er en fordel at have købt bog eller DVD inden mødet.

Mødeleder: Jørgen Petersen.

Tilmelding: Senest onsdag den 18. november 2014 kl. 15.00 på mail: bakkenbund14@gmail.com

Betaling for deltagelse kr. 100,-.

Konto nr. til betaling oplyses efter modtagelse af din tilmelding.

Bemærk: Tilmelding efter princippet "Først til mølle". Der er begrænset deltagerantal.

Husk at melde afbud – en på venteliste kan have glæde deraf.

Brugerbetalingen refunderes kun ved afbud senest tirsdag den 17. november 2014 kl. 15.00

Hillerød

Torsdag den 4. december

Kl. 18.30 til kl. 21.00

Sted: Kræftens Bekæmpelse i Hillerød, Østergade 14, 3400 Hillerød, (OBS: Nye adresse!).

Emne: PROPA og DBO indbyder til julehygge, gløgg, æbleskiver, mv.

Vi får besøg af Bent Kværndrup, forfatter og musiklærer, som vil synge sine sange og fortælle sin historie som prostatakraftpatient. Derudover vil Vivi Riis (brystkræfteret) præsentere sine følsomme digte. Det vil blive en rigtig god aften både tankesom, reflekterende og livsbekræftende, men så sandlig også med en masse humor!!!

Mødeleder: Roman Sumczynski

Tilmelding: senest 1. december til Kræfttrådgivningen i Hillerød, tlf. 70 20 26 58

Region Sjælland

Nakskov

Mandag den 3. november

Kl. 9.00 til kl. 12.00

Sted: Vestibulen, Nakskov Sundheds- og Akuthus, Hoskiervej 17, Nakskov

Emne: Træffetid for mænd med prostatakraft – mød en repræsentant fra PROPA lokalgruppen Guldborgsund-Lolland. Få råd og vejledning i uformelle rammer over en kop te eller kaffe.

Tilmelding: Du kan frit møde op i infoen uden forudgående aftale.

Nakskov

Torsdag den 6. november

Kl. 9.00 til kl. 12.00

Sted: Vestibulen, Nakskov Sundheds- og Akuthus, Hoskiervej 17, Nakskov

Emne: Træffetid for mænd med prostatakraft – mød en repræsentant fra PROPA lokalgruppen Guldborgsund-Lolland. Få råd og vejledning i uformelle rammer over en kop te eller kaffe.

Tilmelding: Du kan frit møde op i infoen uden forudgående aftale.

Næstved

Torsdag den 6. november

Kl. 14.30 til kl. 16.00

Sted: Kræfttrådgivningen Livsrum, Ringstedgade 71, Næstved.

Emne: "Drop ind"

Træffetid for medlemmer, pårørende og andre interesserede, til en god snak med en Repræsentant fra PROPA. Prostatakraft, behandling o.m.a. – vi hjælper så godt vi kan!

Tilmelding: Tilmelding ikke nødvendig.

Nykøbing Falster

Lokalgruppen Guldborgsund-Lolland indbyder medlemmer, pårørende og interesserede til en møde.

Tirsdag den 11. november

Kl. 19.00 til kl. 21.00

Sted: Frivilligcentret i Nykøbing Falster, Banegårdspladsen 1 A.

Emne: "Kost og kræft - viden versus myter."

Der er mange meninger om, hvordan kosten påvirker vores risiko for at udvikle kræft. I aftenens oplæg vil ph.d. og forsker

Signe Benzon Larsen give en generel introduktion til, hvad kræft egentlig er. Fokus vil være på prostatakraft, som er den hyppigste kræftform blandt danske mænd. Prostatakraft er især udbredt i i-landene, og denne skævhed i forekomst antyder, at der kan være en sammenhæng mellem sygdommen og livsstilsfaktorer som eksempelvis kost.

Der serveres gratis kaffe/te.

Tilmelding: Asbjørn Rasmussen, tlf. 22 87 40 21 eller via e-mail: asseras@rasmussen.mail.dk

Næstved

Onsdag den 19. november

Kl. 19.00 til kl. 21.00

Sted: Kræfttrådgivningen Livsrum, Ringstedgade 71, Næstved.

Emne: Behandling af inkontinens / Kan du holde tæt mand!

Fysioterapeut og Uroterapeut **Heidi Kleis** vil denne aften fortælle om de muligheder der er for at blive 'tæt' efter operation (prostataktomi) eller bestråling. Heidi Kleis vil bl.a. undervise

i bækkenbundens og blærens anatomi og undervise i træningsmuligheder, så man kan blive tæt igen.

Der vil efter foredraget være kaffe/te + kage, pris for ovenstående kr. 25,-

Tilmelding: Senest mandag den 17. november på mail til pea.propa@gmail.com eller på tlf. 20 87 43 91 til Poul Erik.

Slagelse

Tirsdag den 22. november

Kl. 14.00 til kl. 15.30

Sted: Slagelse Bibliotek, Stenstuegade 3, 4200 Slagelse.

Emne: Træffetid for medlemmer, pårørende og andre interesserede med prostatakræft.

Tilmelding: Tilmelding ikke nødvendig.

Roskilde

Tirsdag den 2. december 2014

Kl. 18.00 til kl. 22.00

Sted: Frivilligcenter Roskilde, Sct. Maria Park, Frederiksborgvej 2, 4000 Roskilde

Emne: Julearrangement i lighed med tidligere år, herunder amerikansk lotteri.

Deltagerantallet er begrænset til 55 personer grundet lokalernes størrelse, så tilmelding efter først til mølle princippet. Pris pr. deltager kr. 150,00 der omfatter maden, 1 øl + 1 snaps. Yderligere drikkevarer kan købes til rimelige priser.

Tilmelding: Bindende tilmelding senest torsdag den 27. november på e-mail: roskilde@propa.dk eller SMS eller opringning på tlf. 60 71 74 26

Næstved

Onsdag den 3. december

Kl. 15.30 til kl. 17.30

Sted: Kræfttrådgivningen Livsrum, Ringstedgade 71, Næstved

Emne: Kvinde-pårørendegruppe-møde.

Tilmelding: Tilmelding ikke nødvendig.

Næstved

Torsdag den 4. december

Kl. 14.30 til kl. 16.00

Sted: Kræfttrådgivningen Livsrum, Ringstedgade 71, Næstved.

Emne: "Drop-ind"

Træffetid for medlemmer, pårørende og andre interesserede, til en god snak med en repræsentant fra Propa. Prostatakræft - behandling o.m.a. vi hjælper så godt vi kan!

Tilmelding: Tilmelding ikke nødvendig.

Nakskov

Mandag den 5. januar 2015

Kl. 9.00 til kl. 12.00

Sted: Vestibulen, Nakskov Sundheds- og Akuthus, Hoskiærvej 17, Nakskov.

Emne: Træffetid for mænd med prostatakræft i Sundhedsinfoen - Mød en repræsentant fra PRO-PA-Lokalgruppen Guldborgsund-Lolland. Pårørende er også meget velkomne. Få råd og vejledning i uformelle rammer og over en kop te eller kaffe.

Tilmelding: Du kan frit møde op i infoen uden forudgående aftale.

Næstved

Torsdag den 8. januar 2015

Kl. 14.30 til kl. 16.00

Sted: Kræfttrådgivningen Livsrum, Ringstedgade 71, Næstved.

Emne: "Drop-ind" Træffetid for medlemmer, pårørende og andre interesserede, til en god snak med en repræsentant fra Propa. Prostatakræft - behandling o.m.a. Vi hjælper så godt vi kan!

Tilmelding: Tilmelding ikke nødvendig.

Nykøbing Falster

Mandag den 12. januar 2015

Kl. 14.00 til kl. 16.30

Sted: Guldborgsund Frivilligcenter, Banegårdspladsen 1 A, Nykøbing F.

Emne: Træffetid for mænd med prostatakræft i Netværks Caféen - Mød en repræsentant fra PRO-PA-Lokalgruppen Guldborgsund-Lolland. Pårørende er også meget velkomne. Få råd og vejledning i

uformelle rammer og over en kop te eller kaffe.

Tilmelding: Du kan frit møde op i Caféen uden forudgående aftale.

Næstved.

Onsdag den 21. januar 2015

Kl. 19.00 til kl. 21.00

Sted: Kræfttrådgivningen Livsrum, Ringstedgade 71, Næstved.

Emne: Knogleskørhed i forb. med hormonbehandling.

Overlæge **Tommy Lyager Storm** vil denne aften fortælle om eventuel knogleskørhed i forbindelse med hormonbehandling af kræftpatienter - behandling - forebyggelse.

Aftenen er i samarbejde med Dansk Brystkræft Organisation - DBO.

Der vil efter foredraget være kaffe + kage, pris for ovenstående

Kr. 25,00.

Tilmelding: Senest mandag

d. 19. januar på mail:

pea.propa@gmail.com eller

tlf. 20874391 til Poul Erik.

Nykøbing Falster

Lørdag den 24. januar 2015

Kl. 10.00 til kl. 15.00

Sted: Kulturforsyningen, Voldgade 1, 4800 Nykøbing F.

Lokalgruppen Guldborgsund-Lolland deltager sammen med Kræftens Bekæmpelse Guldborgsund Lokalforening i Nykøbing F. Aftenskolers & Klinik Hallands SUNDHEDSMESSE.

Vi indbyder medlemmer, pårørende og interesserede.

Spændende foredrag samt gratis te & kaffe samt smagsprøver.

Gratis adgang - ingen tilmelding!

Slagelse

Tirsdag den 27. januar 2015

Kl. 14.00 til kl. 15.30

Sted: Slagelse Bibliotek, Stenstuegade 3, 4200 Slagelse

Emne: Træffetid for mænd med prostatakræft. Pårørende er meget velkomne

Tilmelding: Ingen.



PROPA møde
Foto: Jørgen Jørgensen

Næstved

Tirsdag den 3. februar 2015

Kl. 15.30 til kl. 17.30

Sted: Kræftrådgivningen Livsrum, Ringstedgade 71, Næstved.
Emne: Kvinde-pårørendegruppemøde.

Tilmelding: Tilmelding ikke nødvendig.

Næstved

Torsdag den 5. februar 2015

Kl. 14.30 til kl. 16.00

Sted: Kræftrådgivningen Livsrum, Ringstedgade 71, Næstved.
Emne: "Drop-ind" Træffetid for medlemmer, pårørende og andre interesserede, til en god snak med en repræsentant fra Propa. Prostatakræft - behandling o.m.a. Vi hjælper så godt vi kan!

Tilmelding: Tilmelding ikke nødvendig.

Slagelse

Tirsdag den 24. februar 2015

Kl. 14.00 til kl. 15.30

Sted: Slagelse Bibliotek, Stenstuegade 3, 4200 Slagelse
Emne: Træffetid for mænd med prostatakræft. Pårørende er meget velkomne

Tilmelding: Ingen.

Nykøbing Falster

Lokalgruppen Guldborgsund-Lolland indbyder medlemmer, pårørende og interesserede til emnemøde.

Torsdag den 26. februar 2015

Kl. 19.00 til kl. 21.30

Sted: Guldborgsund Frivilligcenter, Banegårdspladsen 1 A
Emne: "Prostatakræft fra A-Z og det sidste nye fra lægevidenskaben vedr. behandling af prostatakræft."

Mød **Klaus Brasso**, overlæge, Ph.d. og speciallæge ved Rigshospitalets Urologiske afdeling. Klaus Brasso, der også er medlem af Copenhagen Prostate Center, kommer og fortæller generelt om prostatakræft samt om det sidste nye fra lægevidenskaben vedrørende behandling af prostatakræft, de sidste nye mediciner o.m.a. Klaus Brasso vil også besvare eventuelle spørgsmål af generel karakter.

Begrænset antal pladser, så tildeling sker efter først til mølle princippet.

Der serveres gratis kaffe/te.

Tilmelding: Asbjørn Rasmussen, tlf. 22 87 40 21 eller via e-mail: asseras@rasmussen.mail.dk

Næstved

Torsdag den 5. marts 2015

Kl. 14.30 til kl. 16.00

Sted: Kræftrådgivningen Livsrum, Ringstedgade 71, Næstved.
Emne: "Drop-ind" Træffetid for medlemmer, pårørende og andre interesserede, til en god snak med en repræsentant fra Propa. Prostatakræft - behandling o.m.a. vi hjælper så godt vi kan!

Tilmelding: Tilmelding ikke nødvendig.

Marielyst, Falster

Lokalgruppen Guldborgsund-Lolland indbyder i samarbejde med Nykøbing F. Aftenskoler, Kræftens Bekæmpelse Guldborgsund Lokalforening og Højskolen Marielyst medlemmer, pårørende og interesserede til et foredrag af tv-vært **Peter Kær**.

Onsdag den 11. marts 2015

Kl. 19.00 til kl. 21.30

Sted: Højskolen Marielyst (for aktive seniorer). Bøtøvej 2, Marielyst.

Emne: "Humor i hverdagen i forbindelse med sygdom".

Peter Kær tager i sit nye lattervækkende foredrag fat på mange af de finurligheder i hverdagen, der ofte vækker undren og kalder på en tanke, et smil, måske endda et grin. Med udgangspunkt i de mange informationer og udfordringer vi hver dag bliver stillet overfor, vil **Peter Kær** guide os gennem de mange sving og kurver, som livets ikke altid nyasfalterede vej byder på. I en tid, hvor grinet heldigvis ikke har foretaget samme glidetur som friværdis og aktiekurs, er der dømt tid til eftertænksomt smilehul i en grånende hverdag. Tag på tur med **Peter Kær** og find det søde med det sure.

Kaffe og kage kl.: 20.00 - 20.30
Entrépris: 100 kr. inkl. kaffe og kage

Tilmelding: Nykøbing F. Aftenskoler, tlf. 54 85 87 87.

Næstved.

Onsdag den 25. marts 2015

Kl. 19.00 til kl. 21.00.

Sted: Kræftrådgivningen Livsrum, Ringstedgade 71, Næstved
Emne: Senfølger efter prostatakræft.

Sygeplejerske og sociolog **Marianne Nord Hansen** og **Esther Zoe** - der begge har erfaring med senfølger efter kræftbehandling, fortæller denne aften om deres erfaring med emnet - og besvarer gerne spørgsmål fra salen. Der vil efter foredraget være kaffe + kage, pris for ovenstående kr. 25,00.

Tilmelding: senest mandag d. 23. Marts på mail: pea.propa@gmail.com, eller på tlf. 20 87 43 91.

Slagelse

Tirsdag den 31. marts 2015

Kl. 14.00 til kl. 15.30

Sted: Slagelse Bibliotek, Stenstuegade 3, 4200 Slagelse.

Emne: Træffetid for mænd med prostatakræft. Pårørende er meget velkomne.

Tilmelding: Ingen

Region Fyn

Svendborg

Tirsdag den 25. november

Kl. 19.15 til kl. 21.00

Sted: Kræftens Bekæmpelse, Brogade 35, 3500 Svendborg
Emne: Erfaringsudveksling for mænd med prostatakræft og deres pårørende.

Tilmelding: Pia Runge Mahler på telf. 21 75 79 33 eller pia@rantzausmindemail.dk.

Odense

Tirsdag den 2. december

Kl. 13.00 til kl. 16.00

Sted: Lokale 1, Seniorhuset, Toldbodgade 5, 5000 Odense C.
Emne: Julefrokost. Afslappet frokost (læg mærke til tidspunktet).



Foto: Jørgen Jørgensen

Maden laves i Seniorhusets kantine. Vi kan ikke lave et aftenmøde med mad, da kantine lukker kl. 15.

Tilmelding: Senest torsdag den 27. november kl. 12 på mail: odense@propa.dk (denne e-mail adresse bruges kun til tilmeldelser) eller SMS: 40 27 05 28 (ring helst ikke). Kantine behøver denne forlængede frist.

Region Nordjylland Aalborg

Fredage i lige uger
Kl. 10.00 til kl. 12.00

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

Emne: "Patient til patient" er et samarbejde mellem Nordjyske patientforeninger og Aalborg Sygehus. PROPA deltager i dette samarbejde og har træffetid for mænd med prostatakræft fredage i lige uger. Pårørende er også meget velkomne.

Tilmelding: Tilmelding er ikke nødvendig.

Aalborg

Mandag den 3. november
Kl. 19.00 til cirka kl. 21.00

Sted: Kræftrådgivningen i Aalborg, Steenstrupsvej 1, 9000 Aalborg

Emne: PROPA Nordjylland afholder erfaringsudvekslingsmøde hos Kræftens Bekæmpelse.

Har du erfaring fra din egen behandling som du vil bidrage med til glæde for andre, eller vil du høre om andres erfaringer. Så mød op denne aften.

Mødeleder: Poul Erik Christensen

Tilmelding. Senest fredag den 31. oktober til Poul Erik Christensen 98 23 61 29 / 20 15 04 41, e-mail: pec@nordfiber.dk eller Willy Larsen tlf. 40 40 26 04.

Nørresundby

Mandag den 1. december
Kl. 18.30 til ca. kl. 22.00

Sted: Ældresagens lokaler, Torvet 5, 9400 Nørresundby

Emne: Så er der julehygge.

PROPA afholder igen traditionen tro julehygge og vi sørger alle selv for underholdningen, så mød talstærkt op og medbring det gode humør. Der serveres en juleanretning til ca. 100 kr. pr person. Drikkevarer kan købes til rimelig pris.

Tilmelding: Senest søndag den 23. november til Willy Larsen tlf. 40 40 26 04 eller til Poul Erik Christensen tlf. 98 23 61 29/20 15 04 41, e-mail: pec@nordfiber.dk

Frederikshavn

Onsdag den 14. januar 2015
Kl. 19.00 til kl. ca. 21.00

Sted: Sygehus Vendsyssel, Mødelokale 1, Barfredsvej 83, 9900 Frederikshavn.

Emne: Bruger/patientinddragelse og erfaringsudveksling. Har du erfaring fra din egen behandling, som du vil dele til glæde for andre eller vil du blot høre om andres erfaringer? Patienter, pårørende

og andre interesserede indbydes til møde og foredrag af specialansvarlig overlæge **Mette Moe Kempel**. Hun vil fortælle om patient/borger inddragelse og efterfølgende deltagelse i erfaringsudvekslingen. Efter pausen bliver der lejlighed til at stille spørgsmål.

Tilmelding: Senest fredag den 10. januar 2015 kl. 12 til Poul Erik Christensen, Regionsformand, PROPA Nordjylland, tlf. 20 15 04 41, e-mail: pec@nordfiber.dk eller Willy Larsen tlf. 40 40 26 04.

Aalborg

Torsdag den 12. februar 2015
Kl. 19.00 til ca. kl. 21.00

Sted: Kræftens Bekæmpelse, Kræftrådgivningen i Aalborg, Steenstrupsvej 1, 9000 Aalborg
Emne: Sex og samliv efter prostataoperation. Prostatakræft diagnosen har stor betydning for livskvaliteten hos de fleste berørte – også ægtefællen. Behandling af sygdommen medfører ofte skader på den seksuelle lyst og evne. Er man i et parforhold rammes begge, men naturligvis på forskellig vis.

I løbet af aftenen vil emnet blive gennemgået på en uhøjtidelig måde. Forskellige behandlingsmuligheder vil blive gennemgået. Hvad kan man gøre som patient? Hvad kan man gøre som partner?



Aftenens foredragsholder er ledende overlæge **Astrid Højgaard**, Aalborg Universitetshospital.

Tilmelding: Senest lørdag den 8. februar 2015 kl. 12 til Poul Erik Christensen, Regionsformand, PROPA Nordjylland, tlf. 20 15 04 41, e-mail: pec@nordfiber.dk eller Willy Larsen tlf. 40 40 26 04.

Region Midtjylland

Aarhus

Den 1. tirsdag i hver måned
Kl. 19.30 til kl. 21.30

Sted: Hejmdal, Kræftpatienternes Hus, Peter Sabros Gade 1, 8000 Aarhus C

Emne: Samtalegrupper for prostatakræftpatienter og deres pårørende (erfaringsudveksling) – tag gerne din ægtefælle/familie med. Der serveres kaffe/te og frugt for kr. 10,-

Tilmelding: Gerne ugen før til e-mail: aarhus@propa.dk eller telefonvarer 22 38 26 24

Åbyhøj

Motion og Prostatakræft. Målgruppe: Personer, der har eller har haft prostatakræft.

Tirsdage kl. 16-17.

Sted: Tomsagervej 25, 8230 Åbyhøj. Der er gode parkeringsforhold.

Gymnastik: Vi arbejder med bevægelighed, styrke, balance, kondition og koordination samt bækkenbundstræning. Ved hjælp af disse fokusområder arbejdes hele kroppen igennem. Der trænes intensivt med varierende øvelser. Der tages individuelt hensyn, så alle kan få optimalt udbytte af træningen. Der er 7-8 deltagere på hvert hold. Der kan oprettes flere hold efter behov. Pris: 300 kr. for et halvt år.

Fysioterapeut **Isaac R. Ervandian** (tel. 40 79 12 28) eller info@physcultura.dk. Tel. 23 39 23 09.

Er man i øvrigt interesseret i motion, f.eks. cykling, så forhør nærmere.

Ole Brunsbjerg, tel. 21 24 01 99

Aarhus

Mandag den 17. november
Kl. 18.30 til kl. 21.00

Sted: Marselisborgcentret, bygning 8, P.P. Ørumsgade 11, 8000 Aarhus C. (god plads til parkering).

Emne: Om de vigtigste arveregler og testamenter. Skal vi/bør vi "bekymre" os om, hvad der skal ske med det, vi efterlader os?

Emnet er generelt, men bliver naturligvis mere nærværende jo ældre vi bliver. Inviter gerne venner og bekendte med. Ved Advokat **Thorkild Rydahl**

Tilmelding: Senest mandag den 10. november til aarhus@propa.dk. (evt. tel. 21 24 01 99)
Kaffe og kage kr. 20,-.

Region Syddjylland

Aabenraa

Den anden tirsdag i hver måned (undtagen juli og december)
Kl. 13.00 til kl. 15.00

Sted: Nørreport 4, 1. 6200 Aabenraa

Emne: Træffetid for mænd med prostatakræft. Mød tidligere eller nuværende patienter fra PROPA. Pårørende er også meget velkomne.

Tilmelding: Til Kræftrådgivningen i Aabenraa på tlf. 70 20 26 72

Esbjerg

Den sidste mandag i hver måned (undtagen juli og december)

Kl. 12.30 til kl. 14.30

Sted: Jyllandsgade 30. 6700 Esbjerg

Emne: Træffetid for mænd med prostatakræft. Mød tidligere eller nuværende patienter fra PROPA. Pårørende er også meget velkomne.

Tilmelding: Til Kræftrådgivningen i Esbjerg på tlf. 76 11 40 40

Vejle

Den anden onsdag i hver måned (undtagen juli og december)
Kl. 15.00 til kl. 17.00

Sted: Beriderbakken 9, 7100 Vejle.

Emne: Træffetid for mænd med prostatakræft. Mød tidligere og nuværende patienter fra PROPA. Pårørende er også meget velkomne.

Tilmelding: Jens Kristian Sørensen på e-mail jks@propa.dk - mobil 28 28 42 14

Prostatakræftforeningen PROPA

Landsbestyrelsen i PROPA

Landsform.	K.B.Madsen	Roskilde	40131547	madsenkb@mail.dk	
Næstform.	Gert L. Christensen	Roskilde	46360920	glc@propa.dk	Reg.form. Sjælland
Kasserer	Kaj Rotbøl	Vejle Ø	97702090/24956704	kr@propa.dk	
Best.medl.	Paul Samsøe	Hellerup	39612914/40353516	paul@paulsamsøe.dk	Reg.form. Hovedst.
Best.medl.	Niels Einer-Jensen	Odense	66191949	nej@propa.dk	Reg.form. Fyn
Best.medl.	P.E. Christensen	Brovst	98236129/20150441	pec@nordfiber.dk	Reg.form. Nordjyll.
Best.medl.	Thorkild Rydahl	Højbjerg	86279888/40451835	tr@trlaw.dk	Reg.form. Midtjyll.
Best.medl.	Jens K. Sørensen	Vejle	28284214	jks@propa.dk	Reg.form. Sydjyll.
Best.medl.	Jacob Løve	Kastrup	32510390	jacobottoloeve@gmail.com	
Pårør. repr.	Birthe Olsen	Solrød S.	56870834/60717426	bo@propa.dk	

Suppleanter til Landsbestyrelsen

Poul E. Andersen	Tappernøje	20874391	pea.propa@gmail.com	N.form. Sjæll.
Sven Thor Larsen	Nyk. M	97722343	sventhor@mail.tele.dk	N.form. N.jyll.
Asger E. Knudsen	Ikast	97125295	aek@pc-privat.dk	N.form. Midtjyll.
Mogens Kilsgaard	Esbjerg	41605555	kilsgaard@webspeed.dk	
Inga E. Jensen	Frederiksh.	26292747	ingaelisabeth@yousee.dk	
Erik Østergaard	Odense C	66137273	tryk-analyse@galnet.dk	
Lars O. Hansen	Hedehusene	40172192	loh.hansen@gmail.com	
Axel Petersen	Bagsværd	21283197	axel@petersen.mail.dk	

Tilknyttet med særlige opgaver

Direktør	Jens Ingwersen	Roskilde	33127828/29939366	jin@propa.dk
Redaktør	W. Klinth Jensen	Roskilde	46371256	wkj@adslhome.dk
Webmaster	Johnny Ejs	Hvalsø	28102479	joe@propa.dk

Regionsbestyrelse i region Hovedstaden

Formand	Paul Samsøe	Hellerup	39612914/40353516	paul@paulsamsøe.dk
Næstform.	Jacob Løve	Kastrup	32510390	jacobottoloeve@gmail.com
Kasserer	Jan Trampedach	Dragør	29718500	jan.trampedach@gmail.com
Konsulent	Jørgen Petersen	Espergærde	49135707	jb@jobe34.dk
Pårør. repr.	Maybrith Bonde	København N	26743654	maybrithb@yahoo.com

Lokalgrupper i region Hovedstaden

Lokalgruppe Storkøbenhavn

Formand	Jens Nielsen	Kbh. Ø	35430084	sortedam@post9.tele.dk
Næstform.	Jan Olesen	Frederiksberg	30548064	janolesen@kabelmail.dk

Lokalgruppe Nordsjælland

Formand	Roman Sumczynski	Nødebo	48483283/61503283	roman@lic.mail.dk
Næstform.	Preben Byskov	Helsingør	24257407	byskov@larsen-byskov.dk

Lokalgruppe Amager

Formand	Jacob Løve	Kastrup	32510390	jacobottoloeve@gmail.com
Næstform.	Jan Trampedach	Dragør	29718500	jan.trampedach@gmail.com

Lokalgruppe Vestegnen

Formand	Leif Olsen	Hvidovre	40105315	Le.olsen@hotmail.com
Næstform.	John Sckaletz	Vallensb. Strand	72588700	john@sckaletz.dk

Bornholm

Kontaktper.	Flemming Vibe	Svaneke	48251775	vir@mail.dk
-------------	---------------	---------	----------	-------------

Regionsbestyrelse i region Sjælland

Formand	Gert L. Christensen	Roskilde	46360920	glc@propa.dk
Næstform.	Jørgen Hindhede	Roskilde	20111660	privat@advojh.dk
Kasserer og påør. repr.	Birthe Olsen	Solrød S	56870834/60717426	bo@propa.dk

Lokalgrupper i region Sjælland

Lokalgruppe Nordvestsjælland

Formand	Bendt Larsen	Vipperød	59182009	bendterik@nypost.dk
Best.medl.	Svend E. Jensen	Roskilde	24274906	svendejvin@gmail.com

Lokalgruppe Guldborgsund-Lolland

Formand	Asbj.Rasmussen	Nyk. F	22874021	asseras@rasmussen.dk
Næstform.	Kjeld Larsen	Toreby L	51685830	jkl.lolla@post.tele.dk

Lokalgruppe Næstved

Formand	Hans-E. Pedersen	Tappernøje	44951303/40175303	hans-e@email.dk
Kasserer	Poul E. Andersen	Tappernøje	20874391	pejk@email.dk
Best.medl.	Erik Mogensen	Mogenstrup	30334315	toftjensen2@gmail.com

Lokalgruppe Roskilde

Formand	Jørgen Hindhede	Roskilde	20111660	privat@advojh.dk
Kasserer	Birthe Olsen	Solrød S	56870834/60717426	bo@propa.dk

Lokalgruppe Vestsjælland

Formand	Ruben H. Jensen	Sorø	31907242	ruben.hojmark@gmail.com
Best.medl.	Eske Brix	Ringsted	50461643	eskebrix@gmail.com
Best.medl.	Hans G. Andersen	Slagelse	42775785	hansgunn@mail.dk

Selvhjælpsgruppe Vordingborg

Formand	Erik Dalsby	Vordingborg	55373352	
---------	-------------	-------------	----------	--

Regionsbestyrelse i region Fyn

Formand	Niels Einer-Jensen	Odense M	66191949	nej@propa.dk
Næstform.	Jan Cort Hansen	Odense NV	28106100	jancort75@gmail.com
Kasserer	Dorthe Hartmann	Odense SV	65961662/61601662	dhartmann@ofir.dk

Lokalgrupper i region Fyn

Lokalgruppe Odense

Formand	Niels Einer-Jensen	Odense M	66191949	nej@propa.dk
Næstform.	Jan Cort Hansen	Odense NV	28106100	jancort75@gmail.com

Selvhjælpsgruppe Svendborg

Formand	Per Jensen	Svendborg	62220506	propafyn@gmail.com
Næstform.	Michael Korsgaard Sørensen	Svendborg	66111123	mks@propa.dk

Regionsbestyrelse i region Nordjylland

Formand	Poul Erik Christensen	Brovst	98236129/20150441	pec@nordfiber.dk
Næstform.	Sven Thor Larsen	Nyk. M	97722343	sventhor@mail.tele.dk
Kasserer	Willy Larsen	Nørresundby	98170403/40402604	wlarsen@hotmail.com

Lokalgrupper i region Nordjylland

Lokalgruppe Thy/Mors

Formand	Sven Thor Larsen	Nyk. F	97722343	sventhor@mail.tele.dk
Næstform.	Ole Jensen	Thisted	97925370/29800638	ojpropa@gmail.com

Lokalgruppe Vendsyssel

Formand	Poul Erik Christensen	Brovst	98236129/20150441	pec@nordfiber.dk
Best.medl.	Ole M. Jensen	Hjørring	98923683/20332484	omj@has.dk

Regionsbestyrelse i region Midtjylland

Formand	Thorkild Rydahl	Højbjerg	86279888/40451835	tr@trlaw.dk
Næstform.	Asger E. Knudsen	Ikast	97154545	aek@pc-privat.dk
Kasserer	Arne Ellerup	Åbyhøj	24465351	ellerup@stofanet.dk

Lokalgrupper i region Midtjylland

Lokalgruppe Østjylland

Formand	Ole Brunsbjerg	Hadsten	21240199	brunsbjerg@elromail.dk
Best.medl..	Thorkild Rydahl	Højbjerg	86279888/40451835	tr@trlaw.dk

Lokalgruppe Midtvest

Formand	Asger E. Knudsen	Ikast	97154545	aek@pc-privat.dk
Sekretær	Bent D. Kristensen	Herning	97123765	bdk@lc-dk.dk

Regionsbestyrelse i region Syddjylland

Formand	Jens Kristian Sørensen	Vejle	28284214	jks@propa.dk
Næstform.	Mogens Kilsgaard	Esbjerg	41605555	kilsgaard@webspeed.dk
Kasserer	Kaj Rotbøl	Vejle Ø	97702090/24956704	kr@propa.dk
Sekretær	Betty Würtz	Esbjerg	75160506/51311305	bw-skads@live.dk

Lokalgrupper i region Syddjylland

Lokalgruppe Vest

Formand	Alex Friis	Esbjerg V	60650128	alexfriis@gmail.com
Næstform.	Knud Skov-Petersen	Ribe	75420067	elseknud@stofanet.dk

Lokalgruppe Syd

Formand	Jørgen Steffensen	Løgumkl.	74643462/22370109	jsteff@webspeed.dk
---------	-------------------	----------	-------------------	--------------------

Lokalgruppe Øst

Formand	Jens Kristian Sørensen	Vejle	28284214	jks@propa.dk
Næstform.	Vakant			

Udvalg mm.

Medicinusudvalg

Formand: Marianne Cleemann, tlf. 30 89 52 44, e-mail: marianne@cleemann.org
Ole Jensen, tlf. 29 80 06 38, e-mail: ojpropa@gmail.com
Niels Ejner-Jensen, tlf. 66 19 19 49, e-mail: nej@propa.dk
Birgit Lange (litteratursøgning), e-mail: birgit@paulsamsøe.dk
K.B. Madsen
Jens Ingwersen, udvalgssekretær

Kommunikationsudvalg

Formand: Jens Chemnitz Povelsen, tlf. 51 29 03 01, e-mail: mail@jenspovelsen.dk
Ole Brunsbjerg, tlf. 21 24 01 99, e-mail: brunsbjerg@elromail.dk
K.B. Madsen, tlf. 40 13 15 47, e-mail: madsenkb@mail.dk
Gert L. Christensen, tlf. 93 95 09 20, e-mail: glc@propa.dk
Paul Samsøe, tlf. 39 61 29 14/40 35 3516, e-mail: paul@paulsamsøe.dk
Marianne Cleemann, tlf. 30 89 52 44, e-mail: marianne@cleemann.org
Johnny Ejs, tlf. 28 10 24 79, e-mail: joe@propa.dk
Werner Klinth Jensen, tlf. 46 37 12 56, e-mail: wkj@adslhome.dk
Jens Ingwersen, udvalgssekretær

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 / 29 93 93 66
e-mail: sekretariat@propa.dk
Sekretariatet er åbent mandag til fredag mellem kl. 9.30 og 15.00

PROPAs landsmøde den 18. april 2015

Prostatakræftforeningens landsmøde afholdes

- På Radisson Blu Scandinavia, Margrethepladsen 1, 8000 Aarhus C
- Lørdag den 18. april 2015 kl. 9.30 (15 års fødselsdag)

Foreningens generalforsamling afholdes om formiddagen, og om eftermiddagen vil der være faglige indlæg.

Vi håber på stort fremmøde fra medlemmerne.

I næste nummer af PROPA NYT vil der være et udførligt program samt praktiske oplysninger og tilmeldingsprocedure.

Bestyrelsen opfordrer til, at du allerede nu reserverer lørdag den 18. april til PROPAs landsmøde

