

Workshop:
Patientskoler til prostatakræftpatienter
Herlev/Gentofte, 14.10.2021

Hvad kan PROPA byde ind med?

v. Tonny Clausen, PROPA Landsformand

Prostatakræftforeningen PROPA arbejder for.....



- At udbrede **viden og information** om sygdommen
- At sikre **ensartede behandlingsmuligheder** af høj standard over hele landet
- At **fjerne tabuer** i forbindelse med sygdommen og i stedet støtte kommunikationen mellem patienter ved at oprette lokalforeninger og personlige netværk overalt i landet
- At bruge den samlede viden om og erfaring med alle aspekter af sygdommen og dens behandling, til at påvirke politikere, myndigheder, læger og øvrige behandlere til at **forbedre vilkårene** for patienter og deres pårørende

Nyttige værktøjer

til prostatakræfttramte og pårørende





Få viden om prostatakræft, så du er klædt på til at takle livet med sygdommen bedst muligt

Sådan virker PROPAs prostataguide

Vælg de emner og spørgsmål, du gerne vil vide mere om, og tilføj dem til din guide. Så får du et samlet overblik over det, du gerne vil vide mere om. Det er let, enkelt og overskueligt.

LAD MIG KOMME I GANG MED AT LAVE MIN GUIDE

Find ProstataGuiden her:
<https://prostataguide.dk/>

Udvikler din prostatakræft sig? Hjælp dig selv og din læge med at holde øje med dine symptomer

For 9 ud af 10 med avanceret prostatakræft spredte kræften sig til knoglerne.

Jo bedre, du kan sætte ord på, hvordan du har det, jo bedre kan din læge hjælpe dig.

Derfor giver Prostatakræftforeningen PROPA dig her to redskaber, der lærer dig symptomerne at kende og giver dig hjælp til samtalen med lægen.

Brug redskaberne og bliv klædt på til at tage styringen over kræften, så du fortsat kan nyde livet.

SamtaleGuiden

Bliv klædt på til samtalen med lægen



SamtaleGuiden gør det lettere for dig at huske, hvad du gerne vil tale med din læge om – og få det sagt til lægesamtalen

SymptomLog

Få overblik over dine symptomer



Registrer dit humør og helbred med SymptomLog – en let måde at holde øje med, hvordan du har det



Hvad siger **statistikken** om avanceret prostatakræft?



Hvordan ved jeg, at jeg får den **behandling**, der passer til det stadie, min sygdom er i?



7 symptomer, du skal være opmærksom på, når du har avanceret prostatakræft

Find Guiden her:
<http://www.niudafti.dk/>

INFORMATIONSFILM

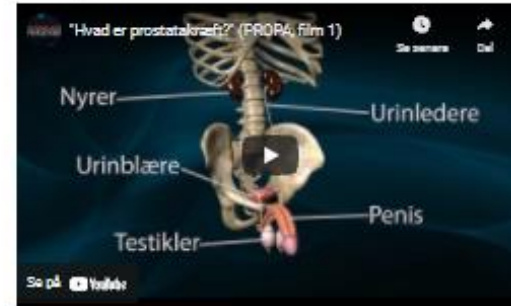
6 informationsfilm om prostatakræft

Filmene er lavet med faglig støtte fra Peter Iversen, Klinisk Professor Emeritus, tidl. Urologisk Klinik, Rigshospitalet; Lisa Sengeløv, Ledende overlæge, Afd. for Kræftbehandling, Herlev Hospital og Julie Midtgaard, Psykolog, Seniorforsker, Universitetshospitalernes Center for Sundhedsfaglig Forskning.

Find informationsfilmene her:
<https://propa.dk/informationsfilm-arkiv/>

Hvad er prostatakræft?

Min: 10:23



Lokaliseret prostatakræft

Min: 13:02



Lokal avanceret prostatakræft samt spredning til bækken

Min: 10:55



Spredning af prostatakræft til lymfekirtler og knogler



Vælg et af følgende foredrag, du vil lytte til:



Michael Borre

Michael Borre, professor, overlæge dr. med., Ph.d., AUH:

Video 1.1: *Prostatakræft og udredning heraf (I)*

Video 1.2: *Behandling af lokaliseret prostatakræft (II)*

Video 1.3: *Behandling af spredt prostatakræft (III)*



Gedske Daugaard.

Gedske Daugaard, professor, dr.med., Onkologisk Klinik, Rigshospitalet:

Video 2.1: *Prostatakræft, der har spredt sig: Medicinske behandlingsmuligheder – nu og i fremtiden (I).*

Video 2.2: *Prostatakræft, der har spredt sig: Medicinske behandlingsmuligheder – nu og i fremtiden (II).*



Peter Genter

Peter Genter, psykolog, rådgivningsleder v. Kræftens Bekæmpelse, Herlev:

Video 3.1: *Den psykiske belastning af kræftpatient og pårørende. Værdien af mental robusthed, og hvordan patient og pårørende selv kan arbejde med dette. Betydning af kost, motion og sund levevis i øvrigt.*

Video 3.2: *Kræftens Bekæmpelses muligheder for hjælp og støtte til prostatakræftfratte og deres pårørende.*



Morten Høyer

Morten Høyer, professor, ledende overlæge, Dansk Center for Partikelterapi, Aarhus Universitetshospital:

Video 4: *Hvad er partikelterapi, og hvilke patienter kan få gavn af denne nye behandlingsform, nu og fremover?*



Tonny Clausen

Tonny Clausen, landsformand for Prostatakræftforeningen PROPA:

Video 5: *I PROPA er prostatakræft noget, vi taler om! Hvordan PROPA gennem åbenhed og dialog hjælper og støtter prostatakræftpatienter og deres pårørende.*

Find videoseminarerne her :
<https://propa.dk/videoseminar/>

PODCASTS

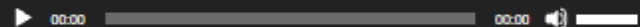


Find podcasts her:
<https://propa.dk/podcast/>



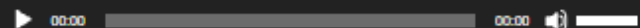
ROADTRIP MED INKONTINENS

Hør Claus fortælle om sin kamp mod den ufrivillige vandladning, der ramte ham. Hør, hvordan han først lærte at leve med det – og til sidst også fandt måder at bekæmpe sin inkontinens på. Og det hele begynder på et roadtrip i USA med familien sammen med en gammel drøm om at stå ved Jimi Hendrix' grav...

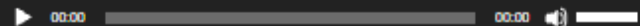


RADIOAKTIV – OM IMPOTENS

Hvad er det værste, der kan ske for en mand? Året er 2007 og Hans Jakob skal til en konsultation på Rigshospitalet. Lægen sidder bag sit bord og studerer hans journal. "Nå", siger lægen og klapper journalen sammen: "lad os komme i gang". Hans Jakob ved ikke, at de tilbyder en behandling på Herlev Hospital, som måske kan redde hans potens...

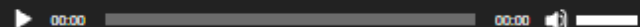


Telefon-interview med Else Olesen, sexolog og sygeplejerske:



INTIMITET I PARFORHOLDET

I 2015 blev Lars opereret for prostatakkræft. Og Lars og Lajla måtte eksperimentere for at redde deres sexliv. I podcasten fortæller Lars og Lajla, hvordan de kom igennem den store krise efter operationen. De overvejer, hvad der gik tabt, og hvad der holdt dem sammen. Og hvordan intimitet, nærvær og sex spiller sammen...





Find Patientstøttegruppen her:
<https://propa.dk/stoettepersoner/>

Medlemmer af Patientstøttegruppen

Alle medlemmer kan frit kontakte nedenstående personer for råd og vejledning. Klik på + og læs støttepersonens personlige erfaringer med sygdommen.

Region Hovedstaden

- + Torben Wendelin, Frederiksværk - tlf. 4057 9175
- + Claus Finne Jepsen, København N - tlf. 6122 5936
- + Roman Sumczynski, Fredensborg - tlf. 4848 3283 eller 6150 3283
- + John Pedersen, Smørum - tlf. 4160 0947
- + Ole Corlin Green, Rønne - tlf. 3034 4454
- + Erik P. Hansen, Østermarie - tlf. 2629 2222 ell. 2144 1402

Region Sjælland

- + Poul Erik Andersen, Næstved - tlf. 2087 4391
- + Peter Ludvig Ladegaard, Køge - tlf. 2243 5445
- + Svend Erik Bodi, Bjæverskov - tlf. 2464 1139
- + Jonna Kjær, Næstved - tlf. 2127 6241 - PÅRØRENDE

Region Syddanmark

- + Eske Brun, Faaborg - tlf. 2147 9488
 - + Jan Cort Hansen, Odense - tlf. 2810 6100
-

ÅBEN FACEBOOK SIDE



Intimitet i parforholdet



Mangelende intimitet kan skabe barrierer i parforholdet. Ofte trækker manden sig fra al seksuel aktivitet, fordi han ikke kan få rejsning, mens kvinden føler sig ensom og frustreret. Åben kommunikation mellem par er alfa og omega. Herigennem får parret ofte en forståelse af, at intimitet og nærhed betyder mindst lige så meget som selve rejsningen, og manden og kvinden kan finde frem til måder, hvorpå de kan have en velfungerende seksualitet til trods for de udfordringer, de har.

De fleste kan hjælpes, og der findes mange behandlingstilbud til rejsningsbesvær. Desværre oplever jeg tit, at mænd med prostatakræft har fået mangelfuld information om de tilbud, der findes. Bed om at blive henvist til en specialist. Så snart du kommer i de rigtige hænder, kan det gå stærkt. Vejen til succes er nogle gange kortere, end du tror. Intimitet er vigtigt – for uanset alder kan der gå ild i gamle huse.

Sexolog og sygeplejerske, Else Olesen

Hos PROPA tager vi **ALLE** emner op
Læs mere på www.propa.dk



PROPA Prostatakræftforeningen

@propa.dk · Nonprofitorganisation

Følger

Startside Om Billeder Mere ▾

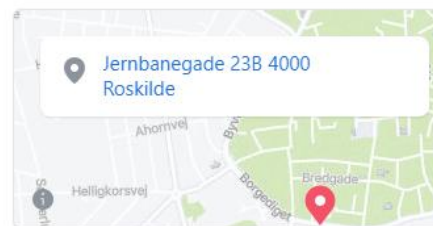
Synes godt om

Besked



Om

[Se alle](#)



PROPA er en landsdækkende patientforening for prostatakræftpatienter og deres pårørende. PROPA's mål er at udbræde viden og information om



Opret et opslag

Billede/video

Tjek ind

Tag venner



PROPA Prostatakræftforeningen

7. oktober kl. 09:44 ·

LEJRE/ROSKILDE: Sving ketsjeren – og lev længere! Kom og sving ketsjeren sammen med os

Der spilles badminton hver mandag kl. 11:30-13:30 i Ostedhallen. Lejre Kommune støtter PROPA Badminton – og støtter op om vore aktiviteter.

På mandag den 11. oktober 2021 gør vi lidt mere ud af det.... Se mere

Find facebook siden her:

<https://www.facebook.com/propa.dk>

LUKKET FACEBOOK SIDE



- Kun for mænd
- Kun for PROPA medlemmer

ARTIKELSAMLING

Find artikelsamlingen her:
<https://propa.dk/artikelsamling/>



Landsmøde 2021 – materiale

25. august 2021 | Om PROPA

Materiale til Landsmøde 2021:
PROPA's ordinære Landsmøde 2021 foregår den 4. september på Cornwell Kæge Strand, Strandvejen 111, 4500 Kæge. Hent materiale til Landsmødet på nedenstående link:
Program for Landsmødet.
Følgende:



Biopsi af prostata gennem mellemkødet

24. august 2021 | Behandling

Bivirkninger og senfølger Patient

Biopsi af prostata gennem mellemkødet. Af Martin Mørk Mortensen, speciallæge i Urologi, overlæge og PhD, Regionshospitalet i Holstebro. En der rejst mistanke om prostatakræft vil en del af undersøgelsen være en biopsi af



Ny podcast om nærvær og sex

6. juli 2021 | Bivirkninger og senfølger
Livsstil, Pårørende, Patient, Psyken, Støtte

NVHICD Podcasts om at leve med prostatakræft. PROPA's nyeste podcast – denne gang om NÆRVÆR & SEX – er ude nu. Her Lars og Laja fortæller om, hvordan de kommer igennem



Hvor bliver MR-scanningen af?

27. maj 2021 | Behandling, Diagnose
Sundhedsvæsenet

MR-scanningen – hvor bliver den af? Af Britt Nørbak, Foto Privat. Alle danske regioner har givet håndslag på at tilbyde patienter MR-scanning i forbindelse med diagnosticering af prostatakræft. Forskellige forhindringer har



Når forskning gør en forskel

24. august 2021 | Behandling, Forskning

Når forskning gør en forskel. Af Britt Nørbak, Foto Privat. MR-scanninger kan både reducere antallet af biopsier med 25-50%, mindske overdiagnostikering med ca. 50% og forbedre diagnosen og dermed prognosen for de



Hvorfor så store regionale forskelle på brugen af MR-scanning?

27. maj 2021 | Bivirkninger og senfølger
Diagnose, Patient, Psyken

Min Historie: Hvorfor så store regionale forskelle på brugen af MR-scanning? Af Paul Ø. Andersen, PROPA medlem. Min historie dækker de sidste 2 år af mit liv, hvor prostatakræft har fyldt meget.



Arv og øvrige dispositioner for prostatakræft

Om arvelighed og betydningen af arv og miljø, gener, livsstil, ernæring og fysisk aktivitet.



Urininkontinens hos mænd

Om anatomen, symptomer og mulige behandlingsmetoder.



Fra patient til patient: Tidlig prostatakræft – hvad nu?

Information til nydiagnosticerede prostatakræftpatienter, som skal vælge behandling.



ET GODT LIV – selv med prostatakræft

Om prostatakræftforeningen PROPA – og hvad vi kan gøre for den prostatakræft-ramte mand.



Pas på dig selv, mand!

Om prostatas funktion, symptomer, arvelighed, undersøgelse, diagnose og behandling.



Fra patient til patient: Hormonbehandling ved prostatakræft

Information til nydiagnosticerede om hormonbehandling.



At være pårørende til en prostatakræftpatient

Om prostatakræftforeningen PROPA – og hvad vi kan gøre for den pårørende til en prostatakræftpatient.



Rejsningsproblemer (erektile dysfunktion)

Om bivirkningen ved forskellige prostatakræftbehandlinger – og mulig behandling af problemet.

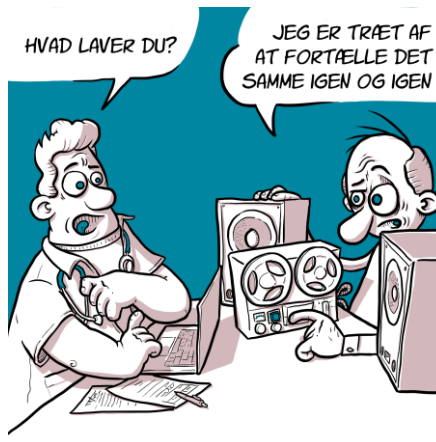
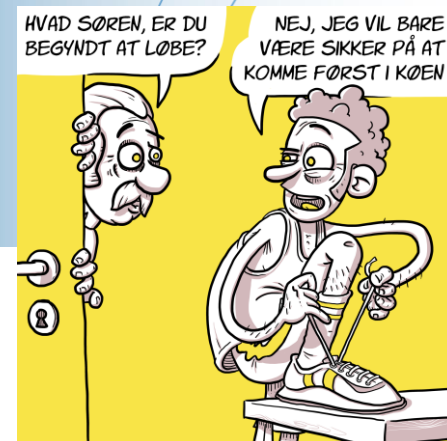
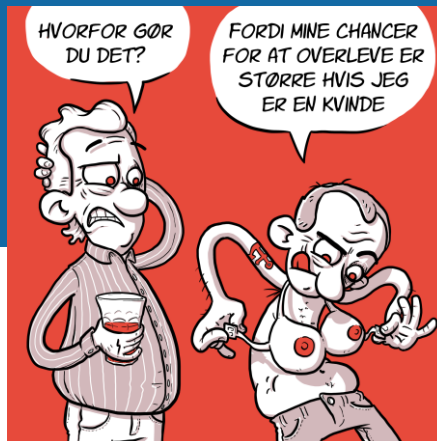


Ernæring og fysisk aktivitet ved prostatakræft

Vejledning og gode kostråd til prostatakræftpatienter samt motivering til øget fysisk aktivitet.

PROPA Cartoons kampagne

Det vi **ikke**
taler om
...



Cartoon postkort



Det vi **ikke**
taler om
...

“

Pårørende til pårørende

Det vi **ikke**
taler om
...

"Har I også en taske skiftetøj og bleer med, hver gang I skal ud af huset?", "Hvad gør I så, når han har vildt lyst, i stedet for?", "Jeg ved aldrig, hvad jeg skal sige, når folk siger, at alle mænd jo får prostatakræft." Det er eksempler på samtaler, der kan finde sted, når vi pårørende mødes med hinanden.

Det er nyttigt at tale sammen, og det afhjælper følelsen af at være alene med de følelser, der er forbundet med at være pårørende til en mand med prostatakræft. Vi udveksler erfaringer om, hvordan vi bedst muligt støtter vores mænd i forhold til deres sygdom. Jeg kan tale om det uden, at de andre synes, at jeg lyder helt åndssvag. Det er virkelig rart. Selvom vi er ramt forskelligt, er vi på en måde i samme båd. Det er bare noget andet end at tale med veninder og familie om det.

Eva, Pårørende i PROPA

Hos PROPA tager vi **ALLE** emner op
Læs mere på www.propa.dk

Cartoon udstilling



Ønsker I PROPAs udstilling på jeres sygehus –
kontakt os på sekretariat@propa.dk

Temadag om Prostatakræft på din afdeling

Interesseret i tilsvarende arrangement, send os en mail på sekretariat@propa.dk



[Læs hele artiklen fra PROPA Nyt her](#)

TEMADAG på Urinvejskirurgisk Ambulatorium i Vejle

Af Lone Stephansen, Afdelingssygeplejerske, Urinvejskirurgisk Ambulatorium Vejle Sygehus

Prostatakræftforeningen PROPA i Vejle var inviteret med på temadag 2. januar 2019 på Urinvejskirurgisk Ambulatorium Patienternes Kræftsygehus Vejle

Traditionen tro holdt Urinvejskirurgisk Ambulatorium på Vejle Sygehus lukket den 2. januar 2019. Dagen blev i stedet brugt på en temadag, hvor ambulatoriets 12 sygeplejersker var samlet for at drøfte sygepleje til patienter med prostata cancer. Sygeplejerskerne ønsker at klæde vores patienter bedst mulig på til at kunne leve med deres prostata cancer sygdom.

Gennem dialog og involvering ønsker sygeplejerskerne at blive endnu bedre til at matche den enkelte patients ønske og behov for hjælp til at kunne leve bedst muligt med sin cancer sygdom.

Forud for temadagen havde sygeplejerskerne i ambulatoriet interviewet 8 patienter med prostata cancer. Der var spørgsmål omkring diagnosticering af sygdommen, medinddragelse og involvering i forbindelse med behandling og opstart af hormonsættende medicin, information og oplevelsen af bivirkninger i forbindelse med behandling, udfordringer i forbindelse nedsættelse og evne til seksuelt samvær.

Disse interviews gav et billede af, at der generelt er en meget stor tilfredshed i den behandling, som patienterne oplever at få på Urinvejskirurgisk Ambulatorium. Men de fandt også frem til, at information omkring bivirkninger og disses

indvirkning i hverdagen samt den situation, man som menneske kommer i, når man får stillet diagnosen prostata cancer, er områder, som de ønskede at arbejde videre med på temadagen.

For at skabe plads til yderligere dialog med patienter, der har erfaring med at leve med prostata cancer, blev formand for PROPA Lokalgruppe Vejle Henning Martinussen kontaktet og var behjælpelig med at finde 3 medlemmer fra PROPA til at deltage 2 timer på temadagen.

Rundt om bordet gik dialogen livligt mellem de 3 gæster og de 12 sygeplejersker. Der blev stillet spørgsmål, drøftet problemstillinger samt

udvekslet erfaringer om livet med diagnosen prostata cancer.

På urinvejskirurgisk Ambulatorium vil vi gerne sige TAK til vores 3 gæster fra PROPA for deres velvillighed i at dele deres erfaringer med os og på den måde være med til at forbedre og styrke sygeplejen til såvel vores "kendte" som "nye" patienter med prostata cancer.

Som sidegevinst er vi ligeledes meget glade for at have fået en update på, hvordan Prostatakræftforeningen PROPA kan være med til at hjælpe patienter med prostata cancer og betydningen af, at vi som sygeplejersker er med til at formidle om foreningens tilbud.

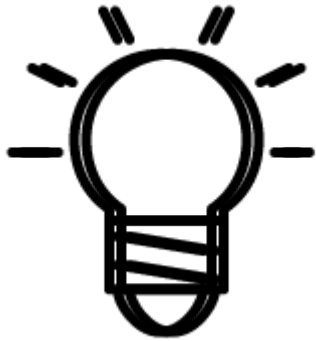


Nye PROPA værktøjer hører du om på Facebook



Følg os på
FACEBOOK

PROPA skal blive bedre til at hjælpe jer....



Idéer?



Spørgsmål?



Ønsker?

Reklameindslag...

Teaterforestillingen 'En lille smule ubehag'
kommer på landsturné i 2023.

DATO	SPILLEBY	SPILLESTED
9. – 20. jan.	Aarhus	Teater Svale
21. jan.	Odsherred	Odsherred
22. jan.	Ålborg	Teater
25. jan.		Teater
27. jan.		Århus
28. jan.		Århus
29. jan.	Helsingør	Helsingør Teater
30. jan.	Holbæk	Holbæk Teater
1. feb.		
2. feb.		
3. feb.	F.	Ny
4. feb.	Ålborg	Vording

"En
lille smule
ubehag"

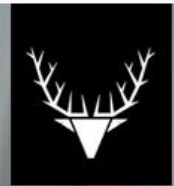
6. feb.	Esbjerg	Musikhuset
8. feb.	Århus	Bovbjerg Fy
9. feb.		Teater M
10. feb.		Teater
12. feb.		Århus
13. feb.	Vejle	Teater
15. feb.	Haderslev	Møllen
16. feb.	Haderslev	Møllen
17. feb.	Roskilde	
18. feb.		Teater
20. feb.		Plant
23. feb.		Team Teat
25. feb.		Team Teatret

Bag om forestillingen



Trailer

PROPA
Prostatakræftforeningen



Hey hallo...hallo du!



0:02 / 1:45



www.propa.dk

