

# Fréttabréf Stómasamtakanna

1. tbl. 35. árg.

Þorri 2015

Blað 152

## Fræðslufundur 5. febrúar **Kynning á nýjungum**

Stómasamtök Íslands efna til fræðslufundar fimmtudaginn  
5. febrúar kl. 20 í húsnæði Ráðgjafarþjónustu  
Krabbameinsfélagsins að Skógarhlíð 8, 1. hæð.

Ragnheiður Þórisdóttir viðskiptastjóri hjúkrunar- og  
lækningavörudeildar hjá Medor  
kynnir nýjar stómavörur frá ConvaTec.

Húsið opnað kl. 19:30.  
Kaffiveitingar og spjall á eftir.

## Fræðslufundur 5. mars **Fundur með CCU-hópnum**

Stómasamtök Íslands og CCU-hópurinn efna til fræðslu-  
og spjallfundar fimmtudaginn 5. marz kl. 20 í húsnæði  
Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins  
að Skógarhlíð 8, 1. hæð.

Fundarefni ekki ákveðið að svo komnu máli,  
en fylgist með á vefsíðu okkar.

Húsið opnað kl. 19:30.

## Ráðgjafarþjónusta Krabbameinsfélagsins

# Aukin þjónusta við fólk á öllum aldri

Ráðgjafarþjónusta Krabbameinsfélagsins tók til starfa árið 2007. Þar er boðið upp á fræðslu, upplýsingar, ráðgjöf og stuðning við fólk, sem hefur greinst með krabbamein og við aðstandendur þess. Starfsmenn eru þrír: Sigrún Lille Magnúsdóttir hjúkrunarfræðingur, sem jafnframt er forstöðumaður þjónustunnar, Auður E. Jóhannsdóttir hjúkrunarfræðingur og Gunnjóna Una Guðmundsdóttir félagsráðgjafi. Krabbameinsfélagið rekur Ráðgjafarþjónustuna, einkum með stuðningi frá velunnurum. Fréttabréfið náði tali af Sigrúnu og lagði fyrir hana nokkrar spurningar.

*Hver var aðdragandinn að stofnun Ráðgjafarþjónustunnar?*

Frá árinu 1995 hafði fólk tök á að fá faglega símaráðgjöf. Sú þjónusta var töluvert mikið notuð en greinilegt var að fólk hafði þörf fyrir meiri þjónustu. Mikill vilji var hjá Krabbameinsfélaginu til að koma til móts við þessa þörf og því var Ráðgjafarþjónustunni komið á fót.

*Hvernig hefur aðsókn verið og hverjir notfæra sér þjónustuna?*

Aðsókn hefur verið vaxandi undanfarin ár. Þeir sem nýta sér þjónustuna eru fólk á öllum aldri. Flestir þeirra eru nýgreindir með krabbamein, eru í meðferð, hafa lokið meðferð eða eru að greinast á ný. Aðstandendur er stór hópur notenda en einnig eru margir aðrir svo sem heilbrigðisstarfsfólk og aðrir. Mörg dæmi eru um það að fólk er að leita eftir stuðningi og ráðgjöf, jafnvel tveimur árum eftir að það hefur lokið meðferð og ekki enn fundið jafnvægi í lífinu. Þá má geta þess að við höfum boðið upp á hópa fyrir ekkjur og ekkla, sem nýta sér stuðningsviðtöl, djúpslökun og ráðgjöf um félagsleg réttindi.

*Er fólk bent á þessa þjónustu á sjúkrahúsumum?*

Í langflestum tilfellum er fólk bent á þjónustuna við greiningu krabbameins. Bæklingur er afhentur og einnig liggur hann frammi á meðferðardeildum og víðar.

*Eru dæmi þess að fólk leiti til ykkar fyrir aðgerð?*

Fjölmörg dæmi eru um að fólk komi til okkar fyrir aðgerð. Þá er algengast að fólk er að leita eftir upplýsingum um rétt sinn, en einnig hvað beri að hafa í huga við þessar breyttu aðstæður. Margir velta fyrir sér næringu og hreyfingu. Ekki má gleyma því að styðja fjölskylduna í þessum breyttu aðstæðum.

*Parf að panta tíma eða getur einstaklingur gengið beint inn af götunni?*

Opíð er virka daga kl. 9-16. Á þeim tíma getur fólk komið til okkar án þess að gera boð á undan sér en öruggast er að panta tíma. Þjónustan er fólk að kostnaðarlausu, að undanskildum lágmarkskostnaði á sum námskeið.

*Þið eruð líka með símaráðgjöf?*

Símaráðgjöfin eru sú eina sinnar tegundar á landinu. Hjúkrunarfræðingur eða félagsráðgjafi er við símann alla virka daga kl. 13-15. Hægt er að hringja gjaldfrjálst í síma 800 4040. Einnig má senda tölvupóst á [radgjof@krabb.is](mailto:radgjof@krabb.is).



*Auður, Una og Sigrún  
hjá Ráðgjafarþjónustu  
Krabbameinsfélagsins.*

Algengar spurningar eru: Hvert leita ég, ef ég finn fyrir einkennum? Hvert fer ég í krabbameinsskoðun? Hvernig á ég að tala við börnin um krabbamein? Hverju á ég rétt á í minni stöðu?

*Nú koma saman hjá ykkur ýmsir hópar. Geturðu nefnt dæmi um það?*

Á vegum Krabbameinsfélagsins eru starfandi ellefu stuðningshópar krabbameinssjúklinga og aðstandenda þeirra. Flestir þeirra eru með fasta fundi eða viðveru hjá Ráðgjafarþjónustunni. Af stuðningshópunum má nefna Stómasamtökin, Kraft, Styrk, Brjóstaheill – Samhjálp kvenna, Nýja rödd, Lungnahópin, Stuðningshóp kvenna með eggjastokkakrabbamein, Góða hálsa, Fríska menn, Ristilfélagið og Framför.

Stuðningshóparnir bjóða upp á jafningafræðslu og stuðning. Þeir sem veita þessa fræðslu hafa hlotið þjálfun í því að styðja fólk í veikindum. Stuðningsnet Krafts sér um og heldur utan um stuðningsnetið. Jafningjastuðningur er máttugur og mikilvægur fyrir þá, sem eru að gæinast með krabbamein og aðstandendur þeirra.

*Hvað geturðu sagt okkur um samstarf ykkar og stuðningshópanna?*

Mörg verkefni Ráðgjafarþjónustunnar eru í samvinnu við stuðningshópana. Ber þar fyrst að nefna „Kastað til bata“ og „Karlarnir og kúlurnar“.

Kastað til bata er samstarfsverkefni Brjóstaheilla – Samhjálp kvenna, Krabbameinsfélagsins og styrktaraðila. Þetta er tilvalið fyrir konur sem lokið hafa meðferð við brjóstakrabbameini. Þær æfa sig í flugkasttækni og stunda veiðiskap og útiveru til að styrkja sig á sál og líkama og njóta samvista við félagamenn með svipaða reynslu.

Karlarnir og kúlurnar er samstarfsverkefni Framfarar, Góðra hálsa, Frískra manna, Krafts, Krabbameinsfélagsins og styrktaraðila. Karlarnir fara saman á golfvöllinn, en það er líður í endurhæfingu fyrir þá sem greinst hafa með krabbamein.

Allir stuðningshóparnir koma að átaksmánuðunum mars (mottumars) og október (bleiki mánuðurinn) með fræðsluerindum, örráðstefnum og málþingum.

*Eitthvað að lokum?*

Við erum stöðugt að breyta og bæta með því að bjóða upp á nýjungar í námskeiðum og fræðslu. Það er vilji okkar, að við séum til staðar fyrir fólkið í landinu, þegar þörf er á.

# Umbúðir sem ég get mótað með fingrunum

- þetta kalla ég byltingakennda nýjung!



Umbúðirnar fast hjá Eirbergi, Lyfju og öðrum útsölustöðum um land allt.



Vilt þú líka finna muninn og fá að vita meira um það sem er kallað **Moldable Technology?**

**MEDOR**

Reykjavíkurvegi 74, 412-7011



## **Stómasamtök Íslands.**

Stofnuð 16. október 1980.

Formaður: Jón Þorkelsson, símar 565 2434 og 696 4395, jon@hyggir.is

Aðrir í stjórn: Sigurður Jón Ólafsson ritari, Eva Bergmann,

Inger Rós Jónsdóttir fulltrúi ungliða og Kristján Freyr Helgason gjaldkeri.

Sími samtakanna er 847 0694. Vefsíða: [www.stoma.is](http://www.stoma.is) Netfang: [stoma@stoma.is](mailto:stoma@stoma.is)

Stómasamtök Íslands eiga aðild að Krabbameinsfélagi Íslands og Öryrkjabandalaginu.

## **Fréttabréf Stómasamtakanna.**

Ritstjóri: Sigurður Jón Ólafsson, sími 551 6366, [sjo@centrum.is](mailto:sjo@centrum.is)

Brot og pökkun: Ásta Lilja Kristjánsdóttir