



STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951

September/Oktober Copa-blad 5/2006



FOKUS på STOMI

En ung med stomi fortæller
side 4



FOKUS på STOMI

En mor med stomi fortæller
side 6



FOKUS på STOMI

Crohns sygdom
side 10



FOKUS på STOMI

Stomiskolen
side 18

FOKUS på STOMI Pasning af stomi side 20

UDVIDET NUMMER
I ANLEDNINGEN AF
INTERNATIONAL STOMIDAG 2006



INTERNATIONAL STOMIDAG
side 23

Vel mødt til stomidagen

LEDER



Henning Granslev,
landsformand

Kære medlemmer og COPA venner.

Denne udgave af COPA-bladet er udvidet med ekstra sider, da der afholdes Internationale Stomidag den 7. oktober i år. I bladet kan der læses om baggrunden til at holde denne dag. Der er også artikler om stomi, skrevet af medlemmer og fagpersoner. Bladet er udvidet fra normalt 32 sider til 48 sider og trykt i et ekstra stort oplag. Når der afholdes lokale arrangementer til Stomidagen rundt i hele landet, håber COPA, at rigtig mange interesserede vil tage et blad med hjem. Så kan man stille og roligt læse bladet, og får forhåbentligt derved ny viden om stomi.

Isommerens løb har COPA med Post Danmark sendt poser til Odessa i Ukraine. Alle kasserne er nået frem til rette person. Det er åbenbart den nemmeste løsning med forsendelse af hjælpemidler her fra Danmark. Derfor vil vi i fremtiden bruge denne løsning. Det tager kun 5-6 dage for kasserne at komme frem med post, i skærende kontrast til at sende et par EU-paller som fragtgods, der aldrig nåede frem til Odessa i løbet af ½ år. COPA var nærmest tvunget til at få godset sendt retur til Ringsted, og slutresultatet var en udgift på ca. 15.000, der derved blot var smidt ud i den blå luft.

Det siges, af skade bliver man klog, ja det er rigtigt. Stomiforeningen COPA har fået et par henvendelser om Stomikortets anvendelighed ved flyrejser. Jeg vil gerne pointere, kortet er IKKE godkendt af nogen som helst offentlig myndighed. Kortet skal blot være en hjælp til at oplyse lufthavnspersonalet ved sikkerhedskontrollen m.m. om, at personen med dette kort ønsker diskretion, når bagagen undersøges og ved evt. spørgsmål.

De nordiske lande blev enige om, at det ikke var umagen værd at kontakte lufthavnsmyndighederne eller ministerier til at få kortet godkendt. Der var ingen, der havde kendskab til at et "Stomikort" overhovedet var blevet godkendt i andre lande - selv ikke i USA. Derfor blev resultatet et kompromis, således at vores medlemmer i Norden kan tilbydes et kort med ganske få oplysninger.

COPA vil gerne på opfordring af medlem Jørgen Kirk, andre medlemmer og jeg selv give følgende råd ved flyrejser: hav altid poser m.m. i håndbagagen og ved mindste

tvivl gør opmærksom på, at det er absolut nødvendigt at have det med - vis dit stomikort - og husk, at du aldrig må have en saks med som håndbagage - dog accepteres normalt en rund saks. MEN husk også, at der er en grund til at være lidt ekstra "hysterisk" ved kontrolcheck i disse tider. Sikkerheden er jo til alles bedste.

Sekretariatet i Ringsted har også fået et par henvendelser om, at livet med stomi ikke er så "rosenrødt", som der til tider kan læses i vores medlemsblad. Stomiforeningen COPA kan da kun medgive, at der er personer med stomi, der ikke har en let dagligdag p. g. a. brok, hudproblemer eller en uheldig placering af stomien. Heldigvis løses langt de fleste problemer med hjælp fra et besøg på stomiambulatoriet hos stomisygeplejersken. Løsningen kan være at bruge et andet produkt, brokbælte eller måske en korrektion af stomien.

Det er da klart, at man absolut ikke syntes, at livet med stomi er dejligt, hvis posen lækker og/eller huden er irriteret. Senere skulle der meget gerne være fundet en løsning på problemet, måske ikke altid den mest elegante løsning, men så i hvert fald den næstbedste løsning i samråd med stomiejer, stomisygeplejersken og evt. en læge.

Ved at være medlem af COPA og deltage i COPA-arrangementer, hvor man ofte kan få et par råd og følelse af ikke at stå helt alene i verden med sine problemer, så kan livet forhåbentligt blive lidt mere positivt.

Alle vores rådgivere har på et tidspunkt følt, at deres rådgivning til en person med stomi ikke slog til. Måske har grunden været en dårligt fungerende stomi eller kemien mellem giver og modtager passede ikke rigtig. Så må og skal vi huske at sende problemet videre til de professionelle - stomisygeplejersken. COPA rådgiverne kan fortælle om dagliglivet med stomi, og om hvorledes vi selv kom tilbage på rette spor.

Det er også helt normalt, at man i den første tid efter stomioperationen har nogle dårlige og trælse dage. Et er dog givet - hvis man ikke selv accepterer sin stomi - så bliver livet med stomi ikke let og aldrig "rosenrødt". Prøv at tænke over, hvad konsekvensen var uden stomi: måske toiletbesøg 20 gange om dagen, ondt i maven, træthed, hverken lyst til at spise eller have det rart sammen med familie eller vennerne og ofte et kortere liv.

Husk dette: du kan ikke løbe eller gå fra din stomi, den løber eller går med dig. I skal være sammen, du kan ikke engang blive skilt eller separeret fra den. Med hjælp fra dig selv, din familie, venner, kolleger og gerne fra en COPA-rådgiver skulle du også meget gerne få et rigtig godt liv med din stomi.

Denne leder var om lidt af hvert. Kort sagt om, hvad hverdagen bringer i COPA, både hos Britta i Ringsted, hos lokalforeningerne, interessegrupperne og hos landsformanden. Jeg slutter nu og ønsker jer alle held og lykke med posen på maven og et vel mødt til Stomidagen. ■



Stomiforeningen COPA

• *Sekretariatsleder:* Britta Mogensen.

Sekretariatet

Sct.Hansgade 26 B, 4100 Ringsted

Tlf.: 5767 3525 Fax.: 5767 3515

Træffes mandag, tirsdag, torsdag og fredag:

10.00 - 14.00; onsdag: 16.00 - 18.00.

Foreningens gironummer: 7 09 03 31.

Hjemmeside: www.copa.dk

e-mail: sekretariatet@copa.dk

• *Landsformand:*

Henning Granslev

Bavnegårdsvej 110, Kolt

8361 Hasselager

Tlf.: 7021 3525 (KUN hverdage:

bedst 14.00-18.00) • Fax: 7021 3515

e-mail: h.granslev@mail.tele.dk

• *Vicelandsformand:*

Merete Møller

Ærtebjergvej 28, Lund

4660 Store-Heddinge

Tlf. og fax: 5650 8042

• *Lokalformænd og -grupper:*

Se bagsiden.

Medlemsbladet COPA

Copa-bladet udkommer 6 gange om året, d. 10. i ulige måneder. Næste blad udkommer 10. november; omdeles i uge 46.

Oplag Copa-blad 5/2006: 5500 stk.

Tryk: Glumsø Bogtrykkeri A/S.

• *Ansvarshavende redaktør:*

Cand.scient. Ole Vestergaard.

fax: 9849 9889 • mail: bladet@copa.dk

• *Læserbreve, indlæg og artikler:*

COPA forbeholder sig ret til at afvise/for korte eller udskyde indlæg. Manuskripter sendes via bladet@copa.dk eller med PostDanmark til sekretariatet. Sendes foto/illustrationer pr. mail, skal det være som selvstændige påhæftede filer, opløsning 300 pixels. Færdige højtopløselige-cmyk-pdf modtages også *efter aftale*.

Sidste frist for indlevering af tekst til næste nummer er 10/10.

COPA behøver ikke nødvendigvis dele meninger bragt i bladet. Eftertryk tilladt med kildeangivelse, efter indhentet skriftlig tilladelse hos COPAs sekretariat.

• *Illustrationsannoncer:*

Tilsagn: 1 måned før bladet udkommer.

Højtopløselig-cmyk-pdf sendes på CD-rom med brevpост til sekretariatet eller mail til bladet@copa.dk. Andet materiale modtages også - *efter afale*. Materialefrist og annulleringsfrist normalt 21 dage før udgivelsen. Annoncemateriale til næste nummer skal være COPA/Copa-bladet i hænde senest: 23/10.

• *Indstik:*
Med forbehold. Nærmere oplysninger om tidsfrister mv.: Redaktøren og COPAs sekretariat.

ISSN 0901 - 3849

Foreningens formål:

Vedtægternes § 4:

Foreningens formål er at varetage interesser for stomi- og reservoir-opererede samt personer med sygdomme, der kan føre til anlæggelse af stomi/reservoir.

Stk. 2. Dette søges gennemført ved:

- at udøve oplysende, rådgivende og opsøgende virksomhed.
- at virke som medlemmernes talerør over for myndighederne.
- at hjælpe hinanden med råd og vejledning og i særlige tilfælde at yde støtte i form af et humørlegat.

Copa-blad 5/2006 (september/oktober). [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 192].

Indhold:

Leder (<i>Henning Granslev</i>).....	2
COPA besøger Korsør, COPA sommererie 2006 (<i>Hening Granslev</i>).....	26
FOKUS PÅ STOMI	
En ung med stomi fortæller (<i>Stine Steffensen</i>).....	4
En mor med stomi fortæller (<i>Karin Bonnesen</i>).....	6
Crohns sygdom (<i>Arne Holte, Ann-Catrin Bratseth, Alvin Holm og Roy Andresen</i>).....	10
Stomiskolen (<i>Per Herlufsen</i>).....	18
Pasning af stomi (<i>Søren Meisner</i>).....	20
INTERNATIONAL STOMIDAG	
International stomidag (<i>Henning Granslev</i>).....	23
Oversigt, COPA aktiviteter International stomidag.....	25
Nyt fra lokalforeningerne.....	32
Gaver og arv.....	31

Se også: www.copa.dk

COPA-kontingent

Almindelige medlemmer: 225,-kr. / år

Pensionist og støttemedlemmer: 125,- kr. / år

Tilbud om rådgivning: Se under lokalforeningerne.

Rådgivning

Alle kan anmode om rådgivning - og det er gratis. Dette kan gøres ved at ringe til sekretariatet på tlf. 5767 3525 eller til en lokalformand. Telefonnumrene på lokalformændene findes på bagsiden af dette blad.

Der tilbydes rådgivning til alle - uanset om man er medlem af COPA eller ej.

Rådgivningen udføres udelukkende i henhold til patientens ønsker, og den kan foretages i hjemmet, på sygehuset eller telefonisk.

Foreningens rådgivere er alle stomi- eller reservoiropererede, og de har et afklaret forhold til deres situation om at leve med stomi/reservoir. De har været på kurser i bl.a.

samtaleteknik, psykologi og anatomi. Rådgiverne har naturligvis tavshedspligt.

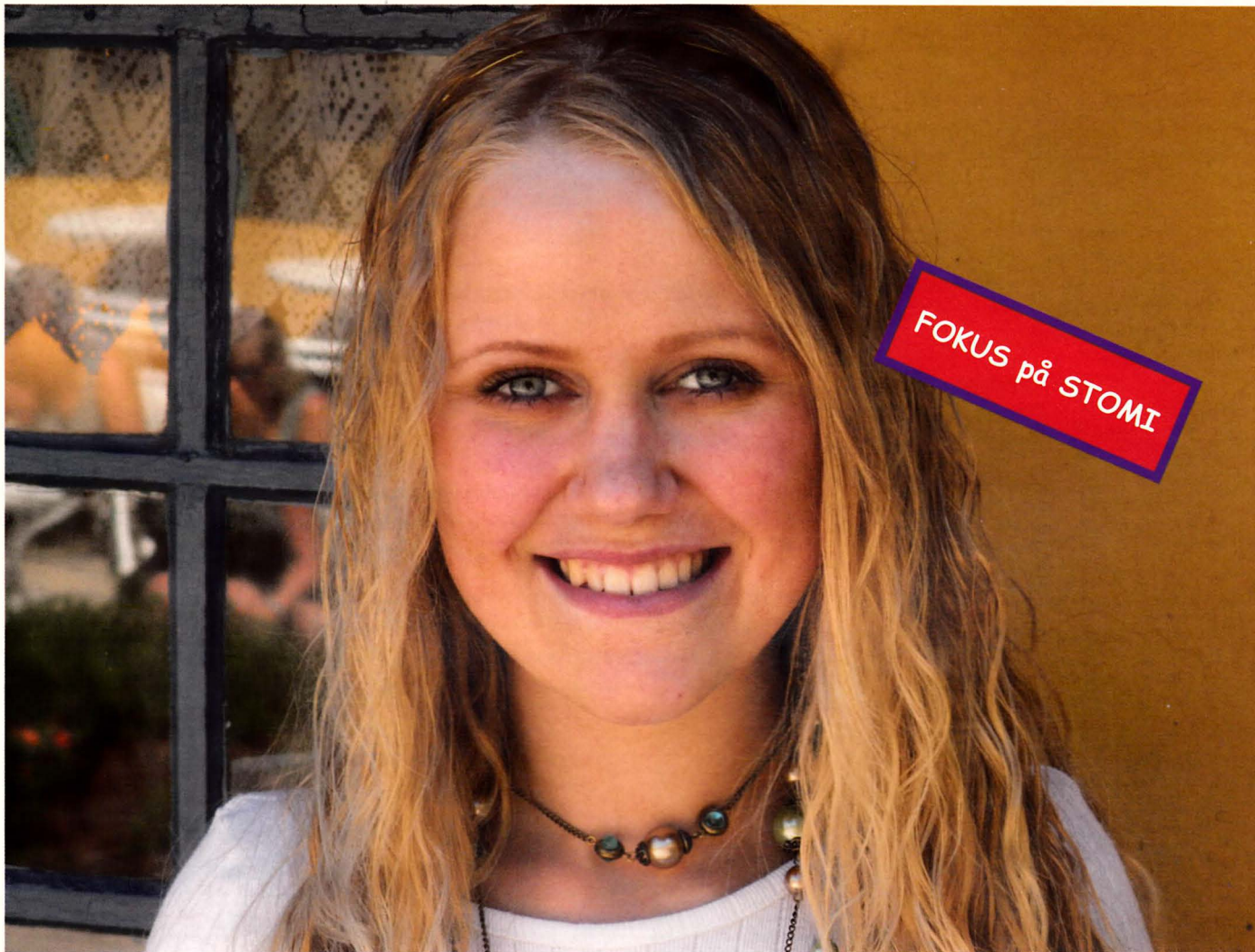
Rådgivningen vedrører kun det at leve med stomi/reservoir samt råd og vejledning af ikke-lægelig karakter. Ved specifikke spørgsmål om stomipleje og medicinske forhold bør man i stedet henvende sig til sin stomisygeplejerske eller stomi-ambulatorium.

Sekretariatet eller lokalformanden vil finde den rådgiver, der skønnes bedst egnet med hensyn til stomi/reservoir, alder og køn.

Det er ganske uforpligtende at ringe til sekretariatet eller en lokalformand, idet Stomiforeningen COPA er til for dig og din familie/pårørende.

Liste over stomiambulatorier findes i dette Copa-blad side 46 og 47.

En ung med stomi fortæller



UNG og STOMI

Af: Stine Steffensen

Jeg føler ikke at det at have stomi har så stor en betydning i mit liv, det var mere det lange forløb som selvfølgelig stadigvæk er der.

Jeg var 10 år, da blødningerne fra endetarmen begyndte. Det kom selvfølgelig som et stort chok, så jeg fik taget nogle undersøgelser på Rigshospitalet. Hvor de fandt ud af, at jeg havde morbus crohn.

Jeg var derefter på medicin, Remicade og Prednisolon - i to år - da mavesmerterne så begyndte. Jeg gik på toiletet konstant, og husker tydeligt mine besøg derude hvor jeg sad på toiletet og

samtidig kastede op på gulvet. Jeg blev opereret akut.

Da jeg fik at vide, at jeg skulle have en stomi, gik det egentlig ikke rigtig op for mig hvad det var. Min mor har haft stomi, siden jeg var helt lille, men jeg har aldrig tænkt mere over hendes sygdom.

Jeg voksede jo op med det og anså det derfor som "normalt". Jeg havde det så dårligt i den periode, at jeg var ligeglad med, hvad lægerne gjorde ved mig, bare jeg kunne få det bedre. Jeg følte ikke det var mig der lå der på operationsbordet. Da jeg vågnede op fra narkosen vidste jeg ikke, hvad der var sket. Min far fortalte mig, at jeg havde fået stomi, men jeg turde ikke løfte dynen og se den. Jeg så den først næste dag, og jeg blev utrolig chokeret. Men det kunne ikke være anderledes.

Min mor hjalp mig igennem de svære perioder, og hun hjalp også mht. hygiejnen. Det har været rigtig godt for mig. Andre unge jeg har haft kontakt til som har stomi, har ikke vidst hvad det var før de blev opereret, så det har selvfølgelig været sværere for dem at komme igennem denne lange proces.

Det har selvfølgelig været svært i starten af puberteten mht. venner/veninder da de havde svært ved at forstå og acceptere det.

I mange perioder var jeg ikke altid oplagt til at være sammen med dem, da kræfterne ikke rigtig slog til. Det var det største problem, da der hurtigt kunne komme misforståelser. De begyndte at trække sig langsomt væk fra mig, da de

ikke forstod mine behov. Det har også været svært for dem at forstå, da jeg ikke selv kunne sætte ord på det.

Skolen har været svær at passe i perioder, da kræfterne heller ikke helt slog til der. Da jeg gik i folkeskole vidste mine klassekammerater, at jeg fik stomi. Det var meget svært for dem at forstå, så vi valgte at få Per Herlufsen, stomisygeplejerske på Hvidovre hospital, til at holde foredrag for min klasse. Efterfølgende havde de meget nemmere ved at forstå mit sygdomsforløb.

Jeg går ikke til nogen sport i min fritid. Jeg tror sagtens jeg ville kunne det, men føler at lektierne fylder for meget.

Det er intet problem mht. tøj. Jeg kan selvfølgelig ikke gå i små toppe som andre unge der viser lidt mave, men det har jeg det fint med. Jeg kan heller ikke gå i lavtaljede bukser, da posen så vil komme til syne. Jeg skjuler min stomi godt, da jeg helst vil ses som ligestillet. Men det

at være med på "moden" føler jeg ikke er noget problem..

Det har været svært at finde en kæreste, der har kunnet acceptere min sygdom, i starten at mit sygdomsforløb. Men det har ikke været noget jeg har gjort til et problem. Hvis fyren ikke kan acceptere mig som jeg er, er han ikke det værd! Min nuværende kæreste har intet problem med det, for som han siger: "Det er ikke den jeg har forelsket mig i, men dig." Han føler mere medlidenhed med mig, men det skælder jeg ham tit ud over. Jeg føler ikke selv der er noget galt med mig, så jeg ønsker heller ikke at andre skal føle at jeg er anderledes.

Mht. sexliv var det meget svært i starten. Jeg følte mig flov over det, følte jeg havde en dårlig krop og ikke kunne tilfredsstille min kæreste på netop det punkt, men som årene er gået har jeg lært at acceptere mig selv og min stomi.

Jeg skal begynde på Social- og Sundhedsskolen på Nørrebro Runddel her til august 2006 hvor jeg skal tage

Grundforløbet, og derefter er planen Pædagogisk Grunduddannelse. Der hele skulle gerne ende med pædagog. Jeg har planer om at læse videre til noget inden for psykiatri, men nu må vi jo se hvad fremtiden bringer.

Efter jeg blev opereret, skrev jeg i gæstebogen og forummet på COPAs hjemmeside. Jeg følte mig alene med alle de ubesvarede spørgsmål om det at være ung med stomi. Jeg kom i kontakt med et par unge på min alder, og det har hjulpet mig utrolig meget. Jeg håber at der vil være flere unge der vil give sig til kende. Måske sidder netop du og føler dig alene omkring dette?

Kontakt COPAs kontor eller en lokalformand, hvis du vil være med til at oprette eller deltage i noget for unge, det kan jo startes op lokalt, hvis der er ønske om det. ■

STOMI/BROK

Specialfremstillede støttebandager og undertøj

- *Optimal pasform*
- *Korrekt placering af stomibul*
- *Holder et brok effektivt på plads*
- *Giver god støtte*
- *Komfortabel i brug*
- *Ingen generende sømme*
- *Hurtig levering*
- *Fremstilles i Danmark*



GARMENTS

– soft as silk, strong as steel

Rekvirer brochure på:

Tlf.: 64 46 13 30

Fax: 64 46 18 30

E-mail: info@stomibandager.dk

Eto GARMENTS ApS · Bredgade 16 · 5592 Ejby · Tlf. 64 46 13 30 · Fax 64 46 18 30
E-mail: sales@eto-garments.com · www.eto-garments.com · www.stomibandager.dk

En mor med stomi fortæller

Karin Bonnesen er gift og har en søn på 4 år. Hun er uddannet fra Danmarks Designskole og arbejder tre dage om ugen på et grafisk bureau. Sideløbende kører hun bybonnesen.com som er Danmarks første on line shop med specialdesignet tøj/lingeri til stomiopererede. Hun er desuden medlem af "Morgensdagens Heltinder", som er et netværk for kvindelige innovatører og ideudviklere. Her er hendes historie.

FOKUS på STOMI

MOR og STOMI

Af: Karin Bonnesen

Blødninger og ondt i maven

Et par år før jeg blev gravid, så jeg tilfældigt TV udsendelsen Lægens Bord en aften. En ældre dame skulle opereres og have en stomi. Jeg tænkte: Godt at det ikke er mig, der skal have en stomi. Tænk at skulle leve med en pose på maven – hvor tarveligt.

Jeg begyndte at bløde fra tarmen i 4. graviditets måned, hvilket jeg ikke tænkte så meget over, men da blødningerne fortsatte, begyndte jeg at blive bekymret. Jeg genkendte symptomerne, da en af mine brødre fik konstateret colitis ulcerosa 10 år tidligere og var indlagt på Hvidovre Hospital i meget lang tid.

Min mand Jesper og jeg valgte, at jeg skulle føde på Hvidovre Hospital i tilfælde af komplikationer pga. min alder - 40 år. Hvidovre Hospital har udover en fødeafdeling også en neonatal afdeling. Det er ikke alle hospitaler, der har det.

Da jeg efterhånden blødte meget fra tarmen og samtidigt begyndte at få rigtig ondt, kontaktede jeg fødeafdelingen på Hvidovre Hospital. Jeg mødte op på afdelingen tidligt en morgen, fik fat i en jordemor og fortalte hende om mine blødninger og antagelser. Det blev taget meget alvorligt og på trods af mavetarm medicinernes protester, fordi de ikke havde tid, sørgede jordemoren for, at jeg blev undersøgt på mavetarmmedicinsk ambulatorium samme dag. Pga. min graviditet blev kun den nederste del af tyktarmen undersøgt. Jeg syntes, at det gjorde temmelig ondt og var glad for, at min graviditet gjorde, at man ikke kunne



Karin Bonnesen holder Johan for første gang.



Alle tre sammen.

undersøge hele tyktarmen. Jeg havde betændelse i tyktarmen, som kunne tyde på, at jeg havde colitis.

I stedet for at indlægge mig, foreslog lægerne, at jeg skulle møde op på medicinskambulatorium tre gange om ugen. Jeg var selvfølgelig super glad for den ordning, kunne nyde min graviditet, selvom jeg ikke kunne gå så meget ud. Jeg planlagde mine udflugter i forhold til, hvornår jeg havde spist og været på toilettet.

Ugerne gik og jeg blev stille og roligt dårligere. Jeg fik meget høje doser af medicin uden, at det havde en synlig effekt. På det tidspunkt havde jeg også stiftet bekendtskab med forskellige alternative behandlinger for mavetarmsygdomme, som blev markedsført som de

rene mirakelkure. De skulle selvfølgelig prøves af, men de havde heller ikke nogen virkning på betændelsen. Det var svært at acceptere, at der ikke var noget at gøre og, at vejen frem - kun gik ned ad bakke.

Det var egentlig ret mærkeligt, at der ikke var noget, der virkede - bare en lille smule. Jeg havde levet meget sundt - løbet, redet, svømmet og dyrket fitness. Jeg havde spist masser af spinat, gulerødder, frugt, magert kød og alle mulige andre sunde ting. Okay - jeg havde, i mine helt unge dage, drukket lidt til festerne, danset i røgfyldte lokaler, spist en burger dagen derpå, nydt en flødeskumskage om søndagen og måske 100 g chokolade om lørdagen, men jeg har helt sikkert levet 1000 gange sundere end en almindelig gennemsnitsdanske. Alligevel blev jeg syg.

Turen til hospitalet begyndte at blive meget uoverskuelig. Jeg var bange for, at jeg ikke kunne nå hen til et toilet, hvis jeg pludselig skulle få mavekramper i bussen. Jeg tilbragte efterhånden de fleste timer på sofaen og spiste riskiks morgen, middag og aftenen. Jeg havde ikke overskud til at gøre rent, lave mad eller gå ud. Selvom jeg næsten intet spiste, voksede min mave, helt som den skulle.

Kejsersnit

Jeg kom til kontrol om fredagen - en fredag som alle andre fredage - bortset fra, at det skulle blive sidste gang, at jeg kom til kontrol i lang tid. Betændelsen var blevet meget værre, jeg var blevet alt for tynd og afkræftet, derfor blev jeg indlagt med det samme. Der blev planlagt akut kejsersnit og operation af tyktarmen til mandag morgen.

Jeg vidste godt, at det havde været et spørgsmål om tid, før jeg skulle indlægges, alligevel kom det som et stort chok - også for Jesper. Jeg havde et eller andet sted håbet på, at ingen opdagede, hvor dårlig jeg egentlig var. Jeg tænkte meget på, hvordan det hele ville påvirke vores barn. Scanninger viste heldigvis, at det var en forholdsvis stor dreng og at han tilsyneladende havde det godt.

Weekenden brugte Jesper og jeg til at forberede os på alt, det der skulle sker. Jeg fik et enkeltværelse, hvor der også var plads til, at Jesper kunne sove. Der var mange praktiske ting, der skulle koordineres. Lægerne var på standby hele weekenden i tilfælde af, at jeg skulle blive dårligere og havde brug for en akut operation. Jesper og jeg var begge bange for, at jeg måske ikke kunne vente til om mandagen med en operation. Jeg prøvede med Jesper under armen at gå nogle korte ture på gangen, for at holde mig lidt i gang. Det var en meget mærkelig weekend - utrolig kaotisk.

Tidlig mandag morgen blev jeg, som den første patient, kørt ned på operationsstuen. Jeg havde aldrig prøvet at blive lagt i fuld narkose og var ikke sikker på, at jeg ville vågne igen. Narkoselægen syntes, at det var synd for mig hvis jeg blev lagt i fuld narkose fra starten. Han lagde derfor en epidural anæstesi i ryggen, så jeg kunne følge med under kejsersnittet. Der var en euforisk stemning på stuen, hvor de to operationshold skulle koordinere hele operationsforløbet.

Johan

Vores dreng kom til verden som en sund og forholdsvis stor dreng på trods af, at han blev født to måneder for tidligt. Jeg havde fået at vide, at børn født ved kejsersnit kunne være meget slappe og ikke ville græde. I det øjeblik Johan blev trykket ud, af to læger, satte han i et kæmpe vræl. Det var et stort øjeblik. Børnelægen rakte Johan ned til mig sekunder efter, så jeg kunne se ham. Jeg kunne ikke røre mig på operationslejet pga. diverse slanger og drop. Han

var bare så lille og fin, tårene stod på spring ud af mine øjne. Jeg fangede Jespers øjne, men turde ikke se på ham for længe. Jeg var meget tæt på at bryde i en ukontrolleret gråd. Jesper forlod operationsstuen sammen med børnelægen og Johan, som han kom til at hedde. Han skulle hurtigt hen på neonatal afdelingen for at blive lagt i en varm kuvøse.

Det næste hold læger stod og trippede i kulissen. Nu var det deres tur. Jeg fik masken på og nåede kun at tælle til to. Operationen gik helt efter bogen, som en af lægerne udtrykte det. Senere på dagen bliver jeg kørt ned på neonatal afdelingen liggende i min seng for at holde Johan for første gang. Helt sikkert et af de lykkeligste øjeblikke i mit liv.

Dagene efter operationen havde jeg ikke så mange kræfter og havde fået en kørestol stillet til rådighed. Det var meget frustrerende ikke at kunne hjælpe Jesper med at skifte og bade Johan. Efter

tre dage kunne jeg begynde at gå uden al for mange smerter. Jeg pendlede mellem de to afdelinger og lærte efterhånden både at vaske, bade og klæde Johan på efter Jespers anvisninger.

Jeg blev udskrevet fra kirurgisk sengeafsnit efter to uger og fik derefter lov til at bo på neonatal afdelingen, hvor der var en stue ledig. Johan lå stadigvæk på stue sammen med de andre små børn, men vi kunne være sammen hele dagen og det nød vi begge to.

Da Johan og jeg havde været på hospitalet en måned, kunne jeg ikke holde ud at være der længere. Jeg ringede til Jesper temmelig ked af det og stortudende. Min plan var at forlade neonatal afdelingen med Johan under armen. Jesper overtalte mig til at sove sammen med Johan én nat på udslusningsstuen. Nogle af sygeplejerskerne



Johan 4 år i Tivoli.

havde helst set, at det blev endnu flere dage. Jeg havde brug for at komme hjem, være mor og dét i mine egne omgivelser. Vi trængte bare til at få ro og fred, til at gøre tingene på vores egen måde og i vores eget tempo.

På det tidspunkt tænkte jeg ikke særlig meget over, at jeg havde fået en stomi. Jeg havde travlt med at være mor. Jeg havde fået at vide, at jeg godt kunne få en J-pouch operation senere. Stomien var altså kun midlertidig, og derfor var jeg heller ikke så ked af det. Det var ikke definitivt på det tidspunkt.

J-pouch operationen blev udskudt mange måneder, da jeg fik nogle lungeproblemer, smerter i bugspytkirtlen og var indlagt et par gange. Da der var gået et halvt år siden den sidste indlæggelse og jeg havde taget på i vægt, blev jeg endelig indstillet til J-pouch operationen.

J-pouch operationen

Da jeg vågnede efter operationen, havde jeg det rigtig dårligt. Jeg kan faktisk ikke huske særlig meget. Jeg kastede op i flere timer, fik blodtransfusion, da jeg havde mistet meget blod under operationen. I løbet af de næste par dage fik jeg mere blod, og heldigvis fik jeg det meget bedre. Efter 10 dage blev jeg udskrevet og nåede som ønsket lige hjem til påske.

Da jeg havde været hjemme et par dage, begyndte jeg at få ondt i maven. Jesper kørte mig på Hvidovre hospital. Han kunne køre turen med lukkede øjne.

Blondetrusse fra egen kollektion.



Efter utallige undersøgelser og scanninger fandt man til sidst ud af, at jeg havde en byld i lille bækkenet og derfra en fistel ind til J-pouchen. Der var altså et hul i J-pouchen. Kirurgerne besluttede at dræne bylden med en tynd slange gennem lysken – plus et ekstra dræn op i numsen. To poser mellem benene skulle blive mine faste følgesvende de næste seks måneder. Udover betændelsen i maven, havde jeg også fået bylder i operationsåret. De blev skåret op et par gange, fordi det ikke lukkede sig, som det skulle - nedefra, derefter kom arret til at ligne en tosporet motorvej – øv.

Tøjprojekt

Det var temmelig upraktisk at gå rundt med to dræn mellem benene, så de løse bukser blev fundet frem. Jeg havde ikke lyst til at gå i hospitalstøj, som fik mig til at se og føle mig endnu mere syg. De gange jeg fik lov til at komme hjem, opdagede jeg, hvor dårligt mit ”gamle” tøj sad. Mine T-shirts og skjorter var ikke længere lange nok og buksernes talje for lave. Under- og badetøj var for småt, så stomiposen enten hang fornedet eller blev ”skåret” over. Posen på maven var konstant mere eller mindre synlig eller til besvær, og mit tøj var ikke længere særligt behageligt at have på. Jeg havde ellers altid fortrukket bukser med lav talje, men det kapitel var slut nu. Det måtte være muligt at klæde

Cadigan i blondestrik fra egen kollektion.



sig feminint – og ikke ligne et telt, fordi ar og stomi skulle skjules.

Mine sengekammerater havde mange af de samme tøjproblemer. Vi udvekslede ideer til hvilket tøj, der ville være ideelt for os og hvor man muligvis kunne købe det. På det tidspunkt begyndte jeg at overveje mulighederne for at designe og producere mit eget tøjmærke. Tøjet skulle primært henvende sig til kvinder, som har stomi. Tøjet kunne derudover med fordel også bruges af kvinder med overvægt, operationsar, smerter, oppustethed eller graviditet. Helt afgørende for mærket skulle være, at der i designet var taget hensyn til posen på maven. Jeg tegnede de første skitser ind imellem alle mine undersøgelser og operationer, så det blev en længere proces.

Rigshospitalet

Jeg tabte 12 kilo, selvom jeg drømte om store bøffer, massere af bearsnaisesovs og kæmpe bagekartofler, så forsvandt appetitten, når maden blev serveret. Efter 4 måneder opgav kirurgerne - udskrev mig til medicinsk sengeafdeling med den begrundelse, at de var helt sikker på, at det ikke var bylden/fistlen, der var årsag til, at jeg havde det så dårligt. Den medicinske overlæge overflyttede mig samme dag til reumatologisk afdeling på Rigshospitalet, så jeg kunne blive undersøgt for om jeg skulle have en overordnet autoimmun sygdom. Det havde jeg heldigvis ikke. En aften fik jeg pludselig meget ondt i maven efter at have spist en lille pose gulerødder. Det var tarmslyng. Næste dag blev jeg opereret og overflyttet til mavetarmkirurgisk sengeafdeling.

Jeg lå et par måneder på afdelingen, mødte mange nye læger, som alle havde deres egen teori om grunden til, at jeg var meget tynd og havde mavesmerter. Desværre havde dræneringen ikke været tilstrækkelig og J-pouchen var ødelagt. Jeg var fuldkommen knust og chokeret over, at jeg skulle have en blivende stomi. Det var meget svært at

kapere, fordi J-pouchen måske kunne have været reddet, hvis man havde opereret og fjernet bylden/fistlen lige efter, at den var blevet opdaget. Ved operationen fjernede kirurgerne J-pouchen, der var drejet 180 grader om sig selv, bylden/fistlen og ca. 20 cm tyndtarm - endetarmen lod de være tilbage. Denne gang blev jeg dræneret ordentligt - et stykke dræn på størrelse med en haveslange stikkende lige ud af maven.

Et nyt liv

Jeg har senere fået fjernet endetarmen og endnu en fistel, som opstod, da man fjernede J-pouchen. Derefter er det heldigvis kun gået fremad. Jeg skal sørge for at drikke rigeligt og tage kode-insaft - hver dag. At være indlagt sammenlagt i ni måneder kræver, at man selv har et vist overskud. Jesper har været en uundværlig støtte og jeg havde ikke klaret det uden ham. Når jeg var langt nede og jeg ikke følte, at jeg blev hørt af lægerne, tog han over og talte min sag. Jeg har haft mange sjove, pudsige og positive oplevelser på hospitalerne, men de oplevelser der nær havde kostet mig mit liv - har alligevel gjort det største indtryk. Det har især været hårdt at skulle undvære Johan, ikke at have kræfter til at være mor og i længere perioder kun se ham en enkelt time om dagen. Johan har på trods af sin svære start klaret det godt og er i dag en glad og sund dreng.

Jeg er en person som elsker udfordringer og at få en stomi, er nok en af de større. Det har ikke været et problem for mig at lære alle de praktiske ting omkring stomien, som f.eks. at skulle skifte pose/plade. Jeg har opfundet min egen uautoriseret måde at kombinere ring, pose og plade på. Det fungerer rigtig godt og jeg er, så at sige, aldrig bange for, at der skal opstå lækage. Jeg var fast besluttet på, at stomi-posed og arrene på maven ikke skulle forhindre mig i at være smart klædt på og har fået en super chance for at hjælpe andre stomipatienter med mit tøjdesign. Lige nu findes der trusser, bukser, nederdele, toppe, cardigans og T-shirts i butikken, men flere designs er på vej. Jeg håber, at så mange som muligt vil udbrede nyheden om butikken, så flere kvinder i målgruppen bliver opmærksomme på, at man sagtens kan være smart, selvom man har stomi. Jeg har en lille stand i forbindelse med den internationale stomidag, der i Københavns området bl.a. afholdes lørdag den 7/10 1200-1600 som et åbent hus arrangement i Østerbro Medborgerhus. ■

Vi giver dig en tryk hverdag



Fuldt sortiment i stomihjælpemidler og dag til dag levering. Vore sygeplejersker kan rådgive og vejlede dig.



86 109 109

www.danpleje.dk



DANPLEJE

SYGEPLEJEARTIKLER & HJÆLPEMIDLER

Vi giver dig en tryk hverdag



Fuldt sortiment i stomihjælpemidler og dag til dag levering. Vore sygeplejersker kan rådgive og vejlede dig.



86 109 109

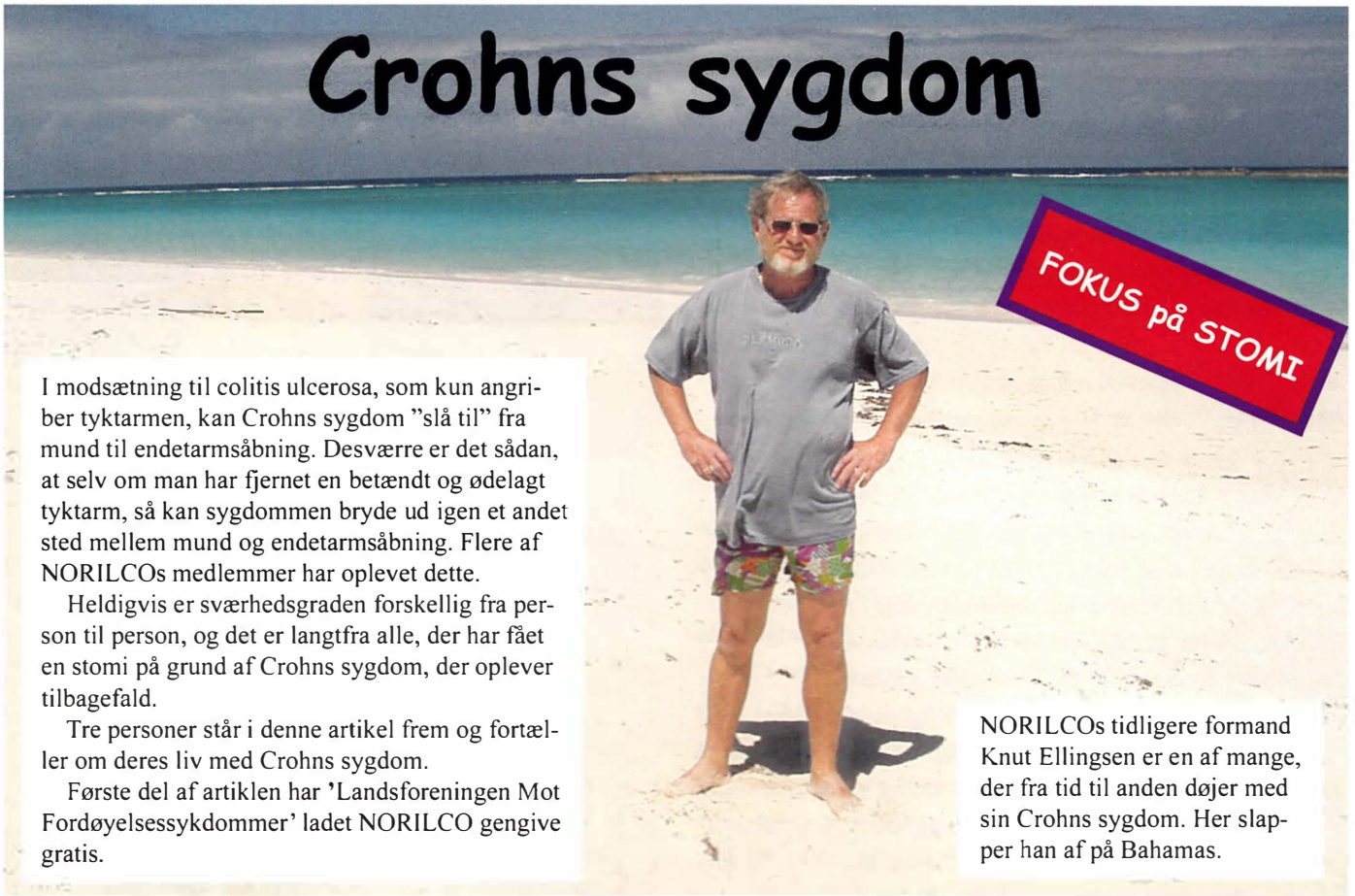
www.danpleje.dk



DANPLEJE

SYGEPLEJEARTIKLER & HJÆLPEMIDLER

Crohns sygdom



FOKUS på STOMI

I modsætning til colitis ulcerosa, som kun angriber tyktarmen, kan Crohns sygdom "slå til" fra mund til endetarmsåbning. Desværre er det sådan, at selv om man har fjernet en betændt og ødelagt tyktarm, så kan sygdommen bryde ud igen et andet sted mellem mund og endetarmsåbning. Flere af NORILCOs medlemmer har oplevet dette.

Heldigvis er sværhedsgraden forskellig fra person til person, og det er langt fra alle, der har fået en stomi på grund af Crohns sygdom, der oplever tilbagefald.

Tre personer står i denne artikel frem og fortæller om deres liv med Crohns sygdom.

Første del af artiklen har 'Landsforeningen Mot Fordøjelsessygdommer' ladet NORILCO gengive gratis.

NORILCOs tidligere formand Knut Ellingsen er en af mange, der fra tid til anden døjer med sin Crohns sygdom. Her slapper han af på Bahamas.

Med tilladelse af NORILCO (COPAs søsterforening i Norge) bringes her en artikel om Crohns sygdom. Artiklen har været bragt i NORILCO-NYTT 2/2006. Tekst og foto første del: Arne Holte. Artiklen er med Arne Høltes tilladelse oversat til dansk.

Crohns sygdom

Crohns sygdom er en kronisk betændelse, der kan forekomme i hele fordøjelseskanalen.

Årsagen er ukendt. I halvdelen af tilfældene er både tyndtarm og tyktarm angrebet, i en fjerdedel af tilfældene begrænser sygdommen sig til tyndtarmen og i en fjerdedel af tilfældene begrænser sygdommen sig til tyktarmen. I sjældne tilfælde kan Crohns sygdom også angribe slimhinder i mund, spiserør og mavesæk.

I mavesækken æltes og blandes maden med mavesaften som hermed starter fordøjelsen (i mundhulen er madens æltning med spyt også en start på fordøjelsen o.v.). Rytmiske sammenrækninger fører indholdet gennem maveporten til tolvfingertarmen, blodet og lymfekar. Resten går videre til tyktarmen som optager væske – så der til sidst kun er 100-200 g afføring at afgive pr. døgn – via endetarmen (rektum) og endetarmsåbningen (anus).

Forekomst

Crohns sygdom findes over hele verden, men er mest almindelig i Vesteuropa og USA. I Norge optræder 200 nye tilfælde om året, der fordeler sig på alle alderstrin. Crohns sygdom rammer typiske personer i den erhvervsaktive alder (20 – 40 år), lidt flere kvinder end mænd får sygdommen. I ca. 10% af tilfældene rammer sygdommen børn under 15 år. Sammenlignet med colitis ulcerosa indebærer Crohns sygdom langt flere indlæggelser og anden kontakt til sundhedspersonale.

Kendetegn (symptomer)

De vigtigste symptomer ved aktiv Crohns sygdom er diaré, som kan være blodig og med slim, mavesmerter, feber og forringet almen velbefindende. Smerterne opleves typisk som mavekneb nederst i bugen, men fortager sig som regel efter toiletbesøg. Nogle får stærke vedvarende smerter nedad i højre

side af bugen, som kan forveksles med blindtarmsbetændelse. Der kan optræde bylder i tarmvæggen, som tømmer sig på ydersiden af tarmen. På den måde dannes kanaler (fistler) mellem tarmåbningen og naboorganer, eventuelt gennem bugvæggen, som vanskeligt heles.

Crohns sygdom kan inddeles i tre kategorier, alt efter hvor alvorlig sygdommen er.

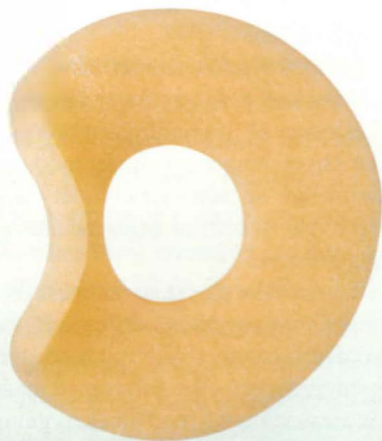
Ved let grad er der som regel bare en tendens til løs og hyppig afføring samt meget luft i tarmene. Der er ikke feber og almentilstanden er normal.

Ved moderat grad (der er den almindeligst forekommende) er sygdommen begrænset til den nedre del af tyndtarmen (ileum) og øverste del af tyktarmen (kolon). Der er mindre diaré og mindre tab af næringsstoffer sammenlignet med den svære grad. Almentilstanden er lidt påvirket; vægten holder sig normal. Forsnævninger kan dannes i tarmen, særlig hvor tyndtarmen går over i tyktarmen.

(fortsætter side 12)

LÆKAGE? BEHOV FOR HUDBESKYTTELSE?

LILLE



- ✓ Ekstra tykkelse -maksimal beskyttelse for at forebygge lækage. Kan moduleres ned i folder og fordybninger.
- ✓ Kan anvendes som blød konveksitet til stomier i hudniveau.
- ✓ Forlænger bæretiden

**Eakin Cohesive™
Lille**
Varenummer - 839002

STOR



- ✓ Til brug hvor et stort område af huden er irriteret eller hudløs.
- ✓ Kan anvendes sammen med dyb konveks bandage for en bedre tætning.
- ✓ Maksimal hudbeskyttelse specielt for urostomiopererede.

**Eakin Cohesive™
Stor**
Varenummer - 839001

SLIMS



- ✓ Passende til stomiopererede med lettere uregelmæssig stomi og til dem som har behov for at skifte bandage regelmæssigt.
- ✓ Kan bruges sammen med bandage med forudstanset hul for at få præcis tilpasning til stomien.
- ✓ Ideel til brug sammen med konveks bandage.

**Eakin Cohesive™
Slims**
Varenummer - 839005

Alle Eakin Cohesive ringe™ er utrolig modulerbare, nemme at bruge og tilpasse rundt om din stomi. De giver højeffektiv hudbeskyttelse, forebygger lækage og forlænger bæretiden på stomibandagen.

Ingen tilklipping Ingen svien Ingen irriterende pasta.



EAKIN COHESIVE - DEN FLEXIBLE LØSNING



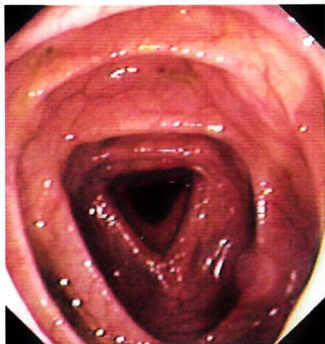
Kontakt venligst Inge-Lise Sørensen ApS. for yderligere information og gratis prøver
Tlf. 49 21 00 44 • Fax. 49 21 02 57 • www.ils.dk • Email: info@ils.dk
Badevej 2, 3000 Helsingør

Ved svær grad er der som regel mere end 10 afføringer i døgn, feber, hurtig puls og stærkt påvirket almentilstand. Tab af blod, væske og vigtige salte (elektrolytter) fører til udtørring og afmagring. Betændelsen kan medføre fortykkelse af tarmvæggen med forsnævring, som hæmmer eller forhindrer tarmens indhold i at komme videre. Det ses som udspilet bug med stærke smerter og udpræget ømhed ved tryk på bugvæggen.

Hvordan stilles diagnosen?

Ved let grad af sygdommen er forandringerne i blodprøverne og forandringerne ved røntgen- og kikkertundersøgelser så ubetydelige, at det kan være svært at stille diagnosen.

Ved moderat grad udføres de samme undersøgelser som ved svær grad. Ofte er de sygelige forandringer lokaliseret til den nederste del af tyndtarmen og den øverste del af tyktarmen (regional enterocolitis, tarmkatar). Blodforandringerne er mindre udtalt end ved svær grad.



Billede 1 Billede af indersiden af en rask tyktarm ved kikkertundersøgelse. Bemærk den blege, rødbrune farve af slimhinden. Synlige blodårer viser, at slimhinden ikke er fortykket og betændt.



Billede 2 Crohns sygdom ved kikkertundersøgelse. Bemærk den røde, betændte slimhinde med de hvide (fibrinbelagte) noget større sårområder.

Ved alvorlige tilfælde ses blodmangel (anæmi), øget sænkingsreaktion og CPR samt nedsat indhold af protein og elektrolytter i blodet.

Røntgenundersøgelser af bughulen viser ofte tegn på forhindringer i tarmgennemgangen.

Sygdom i tyndtarmen påvises især ved hjælp af røntgenundersøgelse. Røntgen er især god til at afsløre forsnævring og fistler. Ultralydsundersøgelser kan kortlægge fortykkelser i tarmvæggen. Computertomografi (CT) er den mest pålidelige metode til at påvise fortykkelser og byller i tarmvæggen, fistler og perforationer.

Med kikkertundersøgelse (kolonoskopi) kan man se, om der er sygelige forandringer i slimhinden i tyktarmen og den nederste del af tyndtarmen (billede 1 og 2). Vævsprøver (biopsi) fra tarmslimhinden har typiske forandringer ved Crohns sygdom, og kan være med til at underbygge en korrekt diagnose.

Sygdommens forløb

Crohns sygdom har gode perioder og dårlige perioder. Hyppigheden af tilbagefald afhænger af sygdommens sværhedsgrad og den forebyggende behandling.

Symptomer andre steder i kroppen

Hos 10-15% af patienter med Crohns sygdom findes sygelige forandringer udenfor mave-/tarmkanalen. Ledsmarter kan opstå i alle led, som håndled og knæled og i rygsøjlets små led. I nogle tilfælde er leddene hævede. Øjenbetændelse kan optræde alene eller sammen med ledgenerne. Der kan opstå hudforandringer, der minder om knuderosen – ses oftest hos kvinder. Sygdommen kan give leverpåvirkninger og årebetændelse. Nyresten ses hos mennesker med Crohns sygdom lidt hyppigere end hos resten af befolkningen. Ved langvarig Crohns sygdom er der en lille øget risiko for kræft i tyktarmen.

Hvordan opstår Crohns sygdom?

Årsagen til Crohns sygdom er ukendt. Der er en arvelig tendens (genetisk disposition). Crohns sygdom kan optæde sammen med andre arvelige sygdomme i knogler og led (Bechterew). Infektioner (virus og bakterier) har været mistænkt, uden en årsagssammenhæng er bevist.

Mæslingevirus som mulig årsag er ikke dokumenteret. I tarminholdet findes en række bakterier, som kan trænge igennem en betændt tarmslimhinde. Dette kan give forværringer eller komplikationer. En tuberkulose lignende bakterie (mycobacterium paratuberculosis) er påvist i tarmslimhinden og tilhørende lymfekirtler hos nogle patienter med Crohns sygdom, men dette bakterieangreb er ikke bevist som en årsag til sygdommen.

Crohns sygdom smitter ikke.

Man kan se forandringer i kroppens forsvarsevne (immunforsvar), hvor der bliver dannet antistoffer mod egne tarmceller og bakterier i blodet - uden det er påvist som en udløsende årsag til sygdommen.

Der er ikke påvist, at mennesker med Crohns sygdom oftere skulle lide af overfølsomhed (allergi) mod stoffer i omgivelseren eller tilført med maden. En sammenhæng med tobaksrygning er usikker. Det er rapporteret, at Crohns sygdom oftere bryder ud hos rygere sammenlignet med resten af befolkningen; det er påvist, at rygere ofte har langvarige tilbagefald og større risiko for komplikationer end ikke-rygere.

Behandling


En medicinsk behandling ved Crohns sygdom i udbrud er ikke helbredende. Den har til formål at dæmpe symptomerne og sygdomsaktiviteten og at bekæmpe komplikationer og underernæring. Elektrolytter, vitaminer og væske gives direkte som drop (total parenteral ernæring). Den medicinske behandling er typisk kortikosteroider, der modvirker betændelsesforandringerne i tarmen. Prednison eller prednisolon er førstevalgs præparater ved Crohns sygdom i svær grad. Hvis ikke det er muligt at tage dem som tabletter, kan man få hydrokortison intravenøst. Behandlingen bør startes af en specialist i fordøjelsesygdomme – og bør kun være for et begrænset tidsrum.

Ved svær grad af sygdommen kan foruden en behandling med kortikosteroider anvendes cellegifte i en kort periode. I perioden er der løbende kontrol ved hjælp af blodprøver. Smerter kan nødvendiggøre smertestillende medicin. Bylder og fistler behandles normalt ki-

(fortsætter side 14)

Corsinel

 Coloplast

 Jo, du kan!

Corsinel kompressionstrusse til dig, der har brok

- mange har brug for ekstra støtte ...

Generne ved et brok varierer fra at opleve tyngdefornemmelse til smerter og forringet kropsharmoni. **Corsinel** kompressionstrusse er lavet af et blødt, komfortabelt materiale, der giver optimal støtte. Du kan altså bevæge dig langt friere ...

Derfor kan vi roligt sige: Jo, du kan!

Optimal kompression

Corsinel består af 50% elastan og 50% polyamid, som gør kompressionen mere fleksibel end traditionelle brokbandager. Den øverste del støtter om brokket. Den nederste del er lavet af et blødt materiale, som gør trussen let at tage af og på. Flexibiliteten gør, at trussen er behagelig at have på hele dagen.



Et bredt sortiment til mænd og kvinder

Corsinel kompressionstrusse sortimentet består af mange varianter, der tilgodeser forskellige behov hos både mænd og kvinder med brok.

Det er vigtigt at prøve de forskellige modeller, så du kan vælge den model, der passer dig bedst.

Prøvningen foretages nemt af fagpersonale f.eks. din stomisygeplejerske. Du er også meget velkommen til at kontakte Coloplast Danmark A/S på telefon 4911 1213. Vi formidler gerne kontakt til prøvetagning.



 Coloplast

Coloplast Danmark A/S
Møllevej 11-15
DK-2990 Nivå
www.coloplast.dk



Alvin Holm fra Moss har fået stomi på grund af Crohns sygdom.

rurgisk, og da sammen med antibiotika. Betændelse i tyndtarmen kan hos nogle patienter med Crohns sygdom dæmpes med diætkost, og mange har glæde af en kost med nedsat fedt; dette er dog omdiskuteret.

Bivirkninger ved medicinsk behandling

Sulfapræparater (en type antibiotika) giver desværre bivirkninger i form af en overfølsomhedsreaktion hos 10%. Det betyder, at man må stoppe med sulfapræparater. Bivirkningerne optræder som kløende udslæt, varmfølelse og feber. Man føler endvidere et generelt ubehag. I alvorlige tilfælde giver sulfapræparater halsbetændelse med feber. Da skal læge omgående kontaktes og sulfabehandlingen afbrydes. Har man fået sulfapræparater i længere tid uden bivirkninger, er det meget lidt sandsynligt, at man får bivirkningsreaktionerne. Personer med allergi får lettere overfølsomhedsreaktioner af sulfapræparater. Mænd kan blive "sterile" under en sulfapræparatbehandling, men frugtbarheden bliver normal, når behandlingen slutter.

Sulfapræparater kan gives uden risiko til gravide. Da graviditet i sig selv kan forværre Crohn sygdom, er det ofte bedst at fortsætte med sulfapræparatbehandlingen under graviditeten. Dog gives ikke sulfapræparater i den sidste uge før fødslen og under amning, da noget af medicinen går over i modermælken.

Sulfapræparater kan hos nogle give maveubehag og kvalme. Dette modvir-

kes ved at tage sulfapræparaterne som såkaldte enterotabletter (overtrukne tabletter der først opløses i tarmen o.v.), eller ved at tage almindelige tabletter sammen med mad. Maveubehag og kvalme kan dog være forbigående bivirkninger. Hvis man tidligere har haft en allergiske reaktion med sulfapræparater, skal man ikke mere have dem. Man kan da skifte over til et "5-ASA-præparat". Disse præparater har færre og sjældnere bivirkninger, dog kan nogle give diaré. Nogle får kvalme eller mavekneb. Behandling i lang tid med kortikosteroider kan give "måneansigt", ødemer og vægtstigning, forhøjet blodtryk og forhøjet sukkerindhold i blodet. Der kan også opstå knogleskørhed, især hos kvinder efter overgangsalderen. Børn kan få hæmmet vækst.

Kosttilskud

Kosttilskud er vigtigt, når store dele af tyndtarmen er betændt eller opereret væk. Der kan indtræffe diaré med tab af næringsstoffer, elektrolytter, kalk og D-vitamin (der skal bruges til dannelse af knoglevæv), jern og B12-vitamin (til dannelse af blodlegemer) og A-vitamin (vigtig for synet). For at formindske fedtudskillelsen, bør tilførslen af fed animalsk mad, som kun optages lidt i tarmen, erstattes med letoptagelig fedt fra fisk. Søg vejledning hos en diætist. Hvis ikke kosttilskuddet kan tages gennem munden sammen med hyppige små måltider, kan det være nødvendigt at

give det som drop eller gennem et tyndt rør (sonde) til tarmen. Sondemad kan i nogle tilfælde tages hjemme under kontrol/vejledning af sundhedspersonale.

Kirurgisk behandling

Kirurgisk behandling er nødvendig, hvis tarmpassagen er stoppet, eller der er gået hul på tarmen (perforation, fistel).

Kirurgisk behandling vil også være nødvendig i de tilfælde, hvor medicinsk behandling ikke virker. Man bortopererer da det syge tarmstykke – de to raske ender tarm sammensluttes. Nogle bliver så alvorligt syge, at næsten hele tyktarmen må bortopereres. Stomi bliver da resultatet, men med nutidens stomihjælpemidler vil det fungere godt. Kirurgi er ikke en garanti mod spredning af sygdommen. Man bestræber sig på at fjerne så lille et stykke tarm som muligt, for at bevare tarmfunktionerne så intakte som muligt. Fistler og bylder (abcesser) er ikke farlige, men kan give mange gener. Desuden er de meget langvarige og gror meget langsomt. De sidder typisk i eller i nærheden af endetarmsåbningen.

Fistelforgreninger kan være korte eller lange og gennem disse gange kan væske og/eller pus trænge til overfladen. I sjældne tilfælde kan en fistelforgrening bane sig vej til urinblæren og være årsag til vedvarende og hårdnakkede urinvejsinfektioner.

Endnu sjældne kan man - hos kvinder - se en fistelforgrening til vagina, det medfører udfåd og irritation. Fistler behandles ved en operativ gennemskæring i længderetningen, så den kan gro/lukke fra indersiden. Den kan også behandles ved, at man lægger en elastik omkring, så der ikke opstår abcesser. Når elastikken fjernes, kan der igen opstå problemer med fistlen. Det er vigtigt, at du snakker med din læge om de besværligheder du har; din læge kan give dig råd om hvilke muligheder og behandlinger der passer i dit tilfælde. Der er temmelig gode udsigter for et langt liv på trods af Crohns sygdom.

Opfølgning

Det langvarige sygdomsforløb og de mange behandlingsmuligheder betyder jævnlig kontrol. Det er derfor vigtigt at have faste aftaler med en specialist i fordøjelsessygdomme. ■

Lever godt med pose på maven

Navn: Elin Johansen
Alder: 53 år
Crohns sygdom



Elin Johansen kan lide at pynte sig, og hun fortæller, at hun har et godt liv med pose på maven.

Hverken friluftsliv, besøg på restaurant eller karriere er noget problem. Det er muligt at leve et ligeværdigt liv med pose på maven, siger Elin Johansen, der er rådgiver i NORILCO; hun gør hermed hverdagen lettere for andre i samme situation. Elin Johansen bor i Balangen og er 53 år.

Maj 2006 var det 23 år siden hun blev opereret og fik pose på maven.

Morbus Crohn er navnet på den sygdom, som satte Elin "helt ud" i mange år, inden hun endelig fik den rigtige diagnose. Efter mange års betændelse var tyktarmen så ødelagt, at der ikke var nogen vej tilbage. Den da 30-årige erhvervsaktive kvinde blev stomiopereret.

Både godt og skidt

Det er tirsdag formiddag, og der er hjemmehygge på Ringvejen 1, nær Balangen centrum. På TV ruller OL-discipliner over skærmen. Elin Johansen lader sig ikke påvirke af vanskeligheder, selv om hun har fået at vide, at hun skal have pose på maven. Livet skulle egentlig smile til moderen med to børn og hustruen Elin på 30 år. Hun er midt i sit liv. At få en sådan diagnose er et tungt slag for en ung kvinde, der ligesom andre kvinder er interesseret i, hvordan tøj sidder på kroppen.

–"Det var både godt og skidt at få diagnosen", siger Elin og opfatter hurtigt, at hun må give en nærmere forklaring.

–"Godt fordi jeg så længe havde været syg. Jeg havde "klippekort" hos både læge her i Balangen og på sygehuset. Der var gået mange år med problemer med maven - til denne endelige diagnose. Med diagnosen fik jeg noget at forholde mig til. Samtidig er det ganske brutalt at få at vide, at du skal have fjernet en stor del af tarmen, og at du skal gå med pose på maven resten af dit liv".

Skræmmende

Sønnerne var 10 og 11 år da moderen blev syg. Elin fortæller, at der ikke er noget svar på hvorfor man får Crohns sygdom eller colitis ulcerosa. Elin indrømmer, at det først var en skræmmende tanke.

–"Det var tungt og vanskeligt. Jeg vidste meget lidt om sygdommen. Jeg kendte heller ikke andre, som havde Crohns sygdom. Derfor havde jeg ingen at spørge". Da Elin blev opereret på "Universitetssykehuset Nord-Norge" i 1983 havde hun været syg i fire år. –"Jeg fik meget lidt information fra sundhedsvæsenet. Jeg vidste derfor intet om, hvordan mit liv skulle blive efter operationen. Da jeg blev spurgt, om jeg ville kontaktes af en NORILCO-rådgiver fra Tromsø, sagde jeg straks ja tak - og jeg fik mange gode råd.

Ikke synligt

Den 53 årige kvinde er slank, smuk og kan lide at pynte sig. Hun taler om et handicap, som ikke er synligt for andre. Derfor er det godt, at man har et kort (stomikort) der giver adgang til at tage ekstra bagage med i flyet – og man kan hurtigt komme ind på et handicaptoilet, hvis det skulle være nødvendigt. Men lige præcis de ting har ikke været Elins største bekymring.

–"For mig har det været vigtigt at have et åbent forhold til familien om sygdommen – og sygdommens konsekvenser. Det var hårdt at skulle se på maven efter operationen – se på det" - og hun peger på posen, der nu aflaster tidligere toiletbesøg.

–"Det var også hårdt for børnene, min

mor og resten af familien. Men jeg lagde vægt på at være meget åben om, at jeg havde pose på maven. Det tror jeg betød, at familien hurtigt vænnede sig til situationen.

Medlem af NORILCO

De bekymringer Elin havde, med hensyn til ikke at kunne gå i stramtsiddende tøj, er væk. Nu tager Elin det tøj på, som hun selv bestemmer – og som passer til hendes krop.

Elin er aktiv i NORILCO – "Norsk Forening for Stomi- og Reservoaropererte". Hendes vigtigste budskab til andre som skal have en stomi: –"Man kan leve livet fuldt og normalt; der er ingen begrænsninger selv om man får en pose på maven."

Elin er en af to rådgivere i en NORILCO-lokalforening (Ofoten). –"Vi er to rådgivere; en mand og en kvinde. Vi ser, at stadig flere havner i samme situation. Som rådgiver er det vigtigt først og fremmest at lytte, svare på spørgsmål og give gode råd. Videregive den erfaring, vi selv har opbygget gennem mange år. Jeg kan ikke kun fortælle, at man bare skal se lyst på livet. Alle er i forskellige situationer, det er ikke muligt at komme med en standardopskrift på, hvordan livet bliver med en stomi. Men det er fuldt ud muligt at leve med en pose på maven".

Livsglæde

–"Jeg føler selv, at min sygdom og mit handicap ikke har lagt nogen dæmper på livsglæden. Måske tværtimod. Man sætter pris på livet på en anden måde end tidligere. Jeg tror, jeg lever ganske som jeg ville have gjort uden pose på maven. Det eneste jeg ikke gør er, at tage på telttur. Men det gjorde jeg heller ikke tidligere". Elin smiler.

NORILCO i Ofoten har 36 medlemmer. Elin tror der er flere med stomi eller reservoir i regionen.

–"Det er vores mål at nå ud til flest mulige – og på vores møder få berørt alle emner. På møderne kommer vi hinanden ved, vi har det godt sammen", siger Elin. Hvordan håndterer I jeres sygdom på møderne? –"Der er megen galgenhumor – og "mye skjitprat", slutter Elin. ■

Tekst og foto: Ann Catrin Bratseth

En omgængelig ung mand i Moss

Navn: Alvin Frode Holm
Alder: 34 år
Crohns sygdom



Hej – jeg er Alvin Frode Holm. Selv om jeg er født i Arendal for næsten 35 år siden, betragter jeg mig i dag næsten som indfødt i byen Moss. Jeg er meget interesseret i fodbold og i Moss fodboldklub specielt. Jeg er gift og har tre drenge, tre, otte og ti år gamle. Da jeg i mine yngre dage boede i "Sørlandet" spillede jeg fodbold for Jerv i Grimstad. Jeg har en uddannelse indenfor landbrug og transport.

I fodboldklubben Moss FK er jeg ansvarlig for kiosken, og jeg har også - sammen med tre andre - ansvar for klubbens hjemmeside som journalist/fotograf. Udover familien og fodbold bliver der ikke tid til meget andet. Bortset fra IT og fotografering, som er to andre hovedinteresser. Jeg fik diagnosen morbus Crohn i 1991. Da havde jeg været meget syg i længere tid, og jeg var ude og inde af Moss Sygehus flere gange. Jeg fik fistler, som måtte opereres i 1996. Jeg fik da fortalt, at det nok var nødvendigt med en stomi – men indtil videre undgik jeg det. I juni 2004 fik jeg meget ondt og store problemer, som viste sig at være en blyantstykt indsnævring på tyktarmen. Jeg blev indlagt og opereret – udskrevet, men det blev ikke bedre. Min kone ringede til sygehuset og efter en ambulance, og så var jeg igen på

Moss Sygehus. Min CRP (C-reativt protein o.v.) var 450 – noget ganske uhørt. Årsagen viste sig at være, at der slap afføring fra tarmen ud i bughulen. Operation igen var en kendsgerning – desværre.

Med ringe udsigt til at overleve, var der kun én ting at gøre: stomi. Men det vidste jeg ikke på daværende tidspunkt. Operationen foregik søndag 20. juni 2004, og det var et chok at vågne op med pose på maven. Et chok var det selvfølgelig også for min familie, men al ære for min kone – hun har taget det meget fint. Hun var med på sygehuset og lærte, hvordan posen skulle skiftes. Lidt ækelt – ikke så rart måske? I de første uger derhjemme kom en hjemmesygeplejerske og hjalp os; nu tager jeg selvfølgelig mig selv af det hele. Jeg har lige nu en sag kørende hos NPE, "Norsk pasientskade erstatning". Der har jeg klaget over dårlig opfølgning efter første operation, da resultatet 8 år efter blev stomi og fare for eget liv. Har netop fået et negativt svar. Jeg har ikke krav på erstatning, de mener det er en helt normal komplikation (med mikroskopiske lækager fra tarm til bughule) - det var ikke sjældent nok – en helt normal komplikation?

Jeg overvejer for tiden - sammen med min advokat – om jeg skal fortsætte klagesagen, at anke til Patientskadenævnet og herefter domstolene. Men i så fald skal jeg selv betale advokatomkostningerne, hvilket er meget vanskeligt på grund af min økonomiske situation. Det er en håbløs situation for mig. Men ellers har jeg et godt liv. Jeg har haft lidt lækage, der stort set er sket i sengen om natten. Stomien fungerer godt bortset fra, at den er større end normalt (prolaps). Jeg venter på svar fra kirurgen om, hvad der skal gøres ved dette. Eftersom jeg blev opereret akut, blev stomien placeret temmelig højt på maven. Det synes jeg er direkte dumt, fordi det gør, at jeg ikke kan gå i vandet med almindelige badeshorts, for slet ikke at tale om badebukser. Jeg ville gerne kunne hoppe i vandet som alle andre, men det er vanskeligt, når jeg må bade i T-shirt foruden badeshorts.

Jeg overvejer sammen med en anden stomiopereret at starte en NORILCO-lokalforening her i Moss Kommune.

Moss er et godt sted at bo, jeg trives

godt i Moss FK og ikke mindst med mit ansvar for kiosken, der hedder "MKF-Bua". Kiosken er åben om aftenen 5-7 dage om ugen. Der sælges pølser, sodavand, vafler, chokolade o.s.v.

Alt er alligevel ikke OK i Moss. På Moss Sygehus nedlagde man stomiklinikken 1. marts 2006. Derfor sendte jeg følgende brev til alle, jeg troede kunne hjælpe med til at beholde stomiklinikken i Moss:

De har sikkert set mig før på Melløsstadion i forbindelse med "Moss Fotballklubb's" kampe. Dette brev drejer sig om, at ledelsen på Sygehus Østfold har besluttet i nærmeste fremtid at nedlægge den vigtige afdeling, "Stomipoliklinikken på Moss Sygehus, noget der vil gå ud over stomiopererede patienter i alle aldersgrupper.

Jeg er selv stomiopereret, blev det i juni 2004, hvor det var ved at gå helt galt med mig. Men det gik heldigvis godt, med resultatet blev desværre en stomi.

Både jeg og andre stomiopererede i Moss og omegn er afhængige af "Stomipoliklinikken", hvor vi får svar på det, der bekymrer os samt får kontrolleret vores stomi og ikke mindst: en stomisygeplejerske at snakke med, det er vigtigt for mange.

Min stomisygeplejerske Grete Huseby, der er en af to i hele Østfold, har forgæves forsøgt at overtale sygehusledelsen til at opretholde hendes stilling i Moss. Men desværre til ingen nytte, der er ikke mere plads til hende i Moss. Nu må hun arbejde på "Stomipoliklinikken" i Sarpsborg. Det betyder, at jeg og andre stomiopererede i Moss og omegn må rejse dertil i forbindelse med kontrol og lignende. Det betyder faktisk, at sengeliggende patienter på Moss Sygehus helt mister dette tilbud, noget som er tragisk for de patienter som har brug for det – og ikke mindst: trygheden. Især ældre patienter med stomi vil få problemer med transporten frem og tilbage til Sarpsborg.

Det forstår jeg ærlig talt ikke. "Stomipoliklinikken" i Moss er kun åben en dag om ugen, d.v.s. hver tirsdag. Grete Huseby pendler mellem Moss, Sarpsborg, Frederikstad og Halden, tror jeg.

Hilsen Alvin Frode Holm

Tekst og foto: Alvin Frode Holm

Thank you Crohn

Navn: Roy Andresen
Alder: 50 år
Crohns sygdom



Tekst og foto: Roy Andresen

Jeg hedder Roy Andresen, født i 1956 og levede 15 år uden bekymringer i Oslo. Det var omkring denne alder jeg begyndte at få smerter i maven samtidig med en meget uren hud. Jeg var hos flere læger, og alle sagde, det var normalt med voksevækst og uren hud i den alder. I 1975 kom jeg til en ny læge som lyttede til mine bekymringer; men jeg var på vej ind i militæret, så denne læge skrev et brev til militærlægen. Han limede konvolutten til og bad mig overdrage den ved mit fremmøde.

Det resulterede i to timers militærtjeneste. Jeg fik aldrig at vide, hvad der stod i brevet, men militærlægen så på mig og sagde, "du har det ikke godt, Andresen". Derefter blev jeg indkaldt til undersøgelse på centralsygehuset i Akershus. Her fandt man nogle polypper i tarmen, og lægen sagde til mig, at mine klager over ondt i maven kun var for at slippe for militærtjeneste, og jeg kunne være glad for, at han ikke ville rapportere det videre. Disse ord satte sig fast i mig, så da jeg senere virkelig begyndte at få store smerter og bløde, ville jeg ikke til læge.

Jeg gik med det i syv år, med mange smerter, blod, slim, hovedpine og stort væggtab. I april 1982 blev jeg far til en lille dreng. I december 1983 blev jeg indkaldt til kontrol hos bedriftsundheds-

tjenesten, mit første lægebesøg siden vinter 1976. Her opdagede de hurtigt, at min blodprocent var meget lav og blodsænkningen meget høj. Jeg fortalte den kvindelige læge om min oplevelse, og nogle dage efter lå jeg atter på sygehus. Denne gang var der ingen der talte om, at jeg snød. De konstaterede straks morbus Crohn.

Efter måneder ud og ind af sygehuset tabte jeg mig meget (vejede 45 kg) og alle forsøg med piller, blodrensning og andet havde ingen virkning. Derfor blev jeg 1. august opereret og fik pose på maven. Og jeg skal love for, at det var som at få livet tilbage. Jeg var godt forberedt, idet sygehuset fortalte mig om stomi og lod mig gå med en pose på maven inden operationen. Efter operationen fik jeg tilbudt besøg af en person, der også havde stomi, og selvfølgelig ville jeg gerne det (jeg troede jo jeg var den eneste med stomi). Reidar kom, vi talte sammen i flere timer, han fortalte mig det jeg havde brug for at høre, så det var muligt at leve med posen.

Jeg fik bevilliget tre uger på rekreation fordi min kone er dagplejemor, og derfor er der ikke meget ro at få derhjemme. På disse uger kom kiloene hurtigt tilbage – og jeg har dem stadig og flere til. Forår 1985 blev jeg opereret for fistler ved endetarmsåbningen, måtte sidde i grøntsagsvand og indføre saltvandskompres i såret, for at det skulle heles indefra. Det gik godt – også på tre ugers campingferie i Sverige.

Efter den sommer har jeg ikke været syg en eneste dag på grund af Crohns sygdom. Jeg bliver dog hurtig slap, slidt og trætt. Det er nok noget med, at kroppen ikke får de næringsstoffer den skal, når tyktarmen er fjernet. Men hellere det end gensyn med årene fra 70'tallet.

Jeg har nu været medlem af NORILCO siden 1986 og med alle de venner jeg har fået, må jeg bare sige: Thank you Morbus Crohn.

PS: Jeg har en søster der også har Crohns sygdom. Hun har – modsat mig – mange problemer... ■

STOMI- PRODUKTER

Kirudan -et godt sted at handle

Vi leverer fra førende
producenter bl.a.:

**Coloplast,
ConvaTec, Dansac,
B.Braun Medical,
Hollister, Eakin,
Welland Medical,
For Life**

Fuldt sortiment i
stomiprodukter og
sygeplejeartikler



Produktrådgivning



Konkurrencedygtige
priser



Hurtig og diskret levering



Klientafdeling med
sygeplejersker
og specialuddannet
personale



Direkte tlf. til bevillingsafdelingen

Tlf. 3637 9130

Se vores vareoversigt på

www.kirudan.dk

Kirudan A/S er et landsdækkende handelsfirma.
Vi er én af Danmarks førende leverandører
indenfor hospitals-, læge- og sygeplejeartikler.
Har du spørgsmål vedrørende stomi, ring
venligst til vor kundeservice på 3637 9130.

Stomiskolen - et tilbud til stomiopererede

Stomiskolen er et projekt i Stomiambulatoriet, Gastroenheden, på Hvidovre Hospital som er økonomisk støttet af Sundhedsministeriet. Denne artikel beskriver nogle af tankerne og erfaringerne med projektet.

PATIENTUDDANNELSE

Af: Per Herlufsen, stomisygeplejerske, Stomiambulatoriet, Hvidovre Hospital

Baggrund

Patientuddannelse i form af såkaldte patientskoler har været et kendt og brugt undervisningsredskab indenfor sundhedsvæsenet igennem mange år. Men hvad er patientuddannelse? Ifølge Det Nationale Begrebsråd for Sundhedsvæsenet er Patientuddannelse/patientundervisning:

"Sundhedsrelateret aktivitet, hvor en professionel eller en uddannet patient, underviser patienter."

Hvilket formål er der med patientuddannelse? Ifølge Det Nationale Begrebsråd for Sundhedsvæsenet er formålet med patientuddannelse:

"Formålet er at give patienten viden til at forstå sin sygdom og situation, handlemuligheder til at få størst mulig kontrol over sit liv og følelsesmæssig støtte til at mestre følgevirkningerne af sin sygdom".

Skoleformen hvor undervisningen er målrettet en speciel sygdom, som f.eks.

Astmaskole, Diabetesskole, IBD-skole m.m. har især været brugt som undervisningsredskab til de forskellige patienter med en nyopdaget kronisk sygdom. Indholdet på de forskellige skoler er meget forskelligt, forstået på den måde, at en IBD-skole i København ikke nødvendigvis har haft samme indhold som en IBD-skole i Nordjylland. Det er op til de enkelte arrangører af skolen/kurset at fastlægge hvilket indhold skolen skal have. Ligeledes har der været mange forskellige udbydere af skolerne som f.eks. industrien, sygehuse & patientforeninger. Effekten af disse skoler har ligeledes været meget svær at gennemskue, da der findes meget få gode undersøgelser af dette.

Sundhedsstyrelsen har for nylig gennemført et projekt sammen med Gigtforeningen, om en patientskole som bygger på et patientuddannelseskoncept fra Stanford University. "Living a Healthy Life with Chronic Conditions". En patientuddannelse som er målrettet mennesker som har en kronisk sygdom. Denne kroniske sygdom kan være gigt, astma, morbus Crohn eller andet. Denne

patientskole har ikke noget indhold rettet mod en bestemt sygdom men sigter mod mere generelle ting som det at leve med en kronisk sygdom kan medføre, som træthed, smerter m.m. Effekten af indholdet på dette skoleforløb er nøje undersøgt i såkaldte lodtrækningsforsøg, hvor der ses en positiv effekt når man følger det planlagte program. Læs mere om dette på Sundhedsstyrelsens hjemmeside eller gigtforeningens hjemmeside: www.sst.dk

Som nyopereret stomipatient er det meget vigtigt at man bliver i stand til selvstændigt at håndtere en livslang tilstand (stomioperation), og selv kan tage aktivt medansvar. Her er patientuddannelse/patientundervisning et vigtigt redskab til at ruste den stomiopererede til at tage del i dette ansvar, og blive "en kompetent patient". Dette til gavn for såvel den stomiopererede som sundhedsvæsenet.

De kortere indlæggelser har medført mange fordele som færre komplikationer, hurtigere restitution og givet nye udfordringer i stomiplejen. Det har f.eks. medført at der er kortere tid under indlæggelsen til at oplære de stomiopererede patienter i de praktiske færdigheder, og processen med psykosocial tilpasning ikke altid er kommet så langt ved udskrivelsen. Dette kræver at plejetilbudene organiseres på en anden måde som f.eks. hjemmebesøg og mere patientuddannelse i form af f.eks. en stomiskole.

Med ønsket om at udvide og optimere de tilbud der er til nyopererede stomipatienter i Gastroenheden på Hvidovre Hospital, blev projektet om at oprette en stomiskole en realitet. Projektet er finan-



Dagens oplægsholder og deltagerne, i gang med at prøve kræfter med de praktiske øvelser til emnet om 'stomi & fysisk aktivitet'.

Fotograf: Per Rasmussen, Hvidovre Hospital.

sieret af Sundhedsministeriets pulje som hedder "Mennesker først" og projektet afvikles i 2005 +2006. Denne artikel beskriver nogle af erfaringerne.

Stomiskolen

Et af målene med at oprette dette projekt var at finde ud af hvilket indhold en stomiskole kunne have. For at få inspiration til dette læste jeg en masse litteratur om patientskoler, samt undersøgelser, som beskrev hvilke områder stomiopererede synes påvirkede deres livskvalitet.

I Norge findes der ved Nordlands-sykehuset Bodø, et "Mestringskurs for personer som har stomi og bekkenreservoir samt deres pårørende". En vigtig inspiration var ligeledes alle de tilbagemeldinger som jeg fik på det oplæg jeg havde med til et COPA- møde i lokalforeningen København/Frederiksberg.

Efter flere måneders planlægning var udkastet til indhold, undervisningsform m.m. klar.

Der blev sendt invitationer ud til alle dem der havde fået anlagt en permanent stomi indenfor det sidste år på Hvidovre Hospital. Alle deltagere skulle minimum have haft deres stomi i 3 mdr. Der kunne deltage 15 stomiopererede/pårørende på hvert hold og der blev oprettet henholdsvis et dagshold og et aftenhold. Tilslutningen var heldigvis meget stor blandt de inviterede.

Der var kursus 1 gang om ugen, af 3½ time varighed hver gang, 3 uger i træk. Undervisningen fandt sted i undervisningslokaler på hospitalet, deltagerne betalte selv transport frem og tilbage til undervisningen.

De emner der blev taget op, var følgende: Hudpleje i hverdagen, Bandagevalg i hverdagen, Sport & fysisk aktivitet efter en stomioperation, Arbejde & fritidsaktiviteter, Stomi & seksualitet.

Selve undervisningsformen bestod af et oplæg på ca. 10 minutter til hver af de ovennævnte emner. Herefter blev emnerne diskuteret, og der blev udvekslet erfaringer i relation til de enkelte emner. Dette foregik enten i små grupper, eller i den store gruppe hvor alle deltog. Til

emnet omkring fysisk aktivitet, var der ligeledes praktiske øvelser.

Alle oplæggene til emnerne blev holdt af en der selv var stomiopereret, og som havde haft sin stomi i lang tid. Typisk en stomiopereret som også havde gennemgået en uddannelse som patientrådgiver hos COPA eller CCF, samt havde erfaring med at stille sig op og holde foredrag for en gruppe. Disse oplæg var selve omdrejningspunktet på kurset. Det var intentionen at det skulle være en person med erfaring i det at leve med en stomi, som holdt de forskellige oplæg, så deltagerne kunne se en stomiopereret der var kommet godt i gang med de samme aktiviteter som før stomioperationen. En ide taget fra de patientskoler som Sundhedsstyrelsen afholder med patientforeningerne, hvor underviserne også er patienter.

Meget af den information omkring livet med stomi, som man som stomiopereret modtager på sygehuset af stomisygeplejersken og andet plejepersonale, kan være svært at huske i mængden af diverse informationer. Ligeledes kan det også være svært at relatere det til en selv da stomien enten ikke er anlagt endnu, eller kun har været anlagt i ganske kort tid. Derfor er en vis repetition nødvendig efter selve udskrivelsen.

Min rolle på kurset, var primært at være kursusleder, ordstyrer i diskussionerne og stille nogle spørgsmål til deltagerne/oplægsholderne. Jeg havde lavet en ganske kort skriftlig beskrivelse af de enkelte emner. Det skriftlige materiale blev udleveret og gennemgået som afslutning indenfor hvert område.

Hvad siger deltagerne?

Tilbagemeldingerne fra deltagerne har været meget positive. Især fremhæves det at være sammen med andre stomiopererede at have haft stor værdi. De fleste siger at de har fået mod på nye ting som de endnu ikke havde prøvet, som f.eks. svømmehal, rejser, pga af an-



*Deltagere diskuterer et af dagens oplæg.
Fotograf: Per Rasmussen, Hvidovre Hospital.*

dres gode erfaringer og tips. De oplever det positivt at der er et bestemt emne der diskuteres, og ikke bare et tilfældigt. Blandingen af kvinder og mænd, unge som ældre, deltagernes forskellige årsager til stomianlæggelsen er ligeledes godt modtaget.

Det, at oplægsholderne selv er stomiopereret, har haft en utrolig effekt på deltagerne, da tingene er sagt på en anden måde end fra en professionel.

Endnu mangler en komplet opgørelse af deltagernes evalueringer. Den vil blive færdig sidst på året. Her vil der ligeledes udkomme en rapport om projektet, som bl.a. vil indeholde en guide til at komme i gang efter, hvis andre i Danmark skulle have lyst til at etablere en stomiskole. Rapporten vil også indeholde forslag til yderligere forbedringer.

På Hvidovre Hospital er planlægningen af nye hold allerede i gang. Du kan læse mere på Hvidovre Hospitals hjemmeside <http://www.hvidovre-hospital.dk>

Til slut vil jeg sige en stor tak til de der deltog i projektet både oplægsholdere og stomiopererede samt pårørende.

Jeg vil ligeledes opfordre deltagerne til at skrive om deres erfaringer med stomiskolen f.eks her i bladet. Hvis nogle skulle have interesse i litteraturreferencer til projektet og/eller til denne artikel, kan de kontakte mig på:

Per.Herlufsen@hh.hosp.dk

Pasning af stomi



KLINISKE PROCEDURER

Af: Søren Meisner

Artiklen har været bragt i Ugeskrift for Læger (UFL nr. 7, 11. februar 2002). Med tilladelse fra UFL og forfatteren videregives artiklen her i dette Copa-blad, hvor der sættes fokus på stomi i anledningen af den internationale stomidag 7. oktober 2006. På grund af tekniske problemer er billedillustrationerne (fig. 3, 4 og 5) her i Copa-bladet meget små og uskarpe. Det beklager vi. I UFL nr. 7, 11. februar 2002 kan du se billederne i en tydelig stor størrelse.

I Danmark er der ca. 10.000 mennesker med stomi. Personer med tyktarmsstomi (kolostomi) udgør hovedparten, ca. 7.500. Der er ca. 2.500 med tyndtarmsstomi (ileostomi). Urin-stomi eller urostomi forekommer hos ca. 500. Ordet stomi betyder munding eller mund og bruges om en operativt skabt forbindelse mellem et organ og huden.

At gennemgå en stomioperation er en ret pludselig, markant ændring af

livssituationen og stiller meget store krav til den enkelte. Denne ændrede livssituation involverer ændringer i forholdet til samlever, familie, pårørende, venner og kollegaer. Arbejds- og fritidsliv påvirkes ligeledes. At gennemgå en stomioperation kan indebære, at patienten kommer i krise.

Det er nødvendigt, at personale, der har med stomiopererede at gøre, har en grundig viden om alle aspekter i plejen af stomi og personen med stomi. »Pasning af stomien« spiller selvsagt en central rolle, idet optimal stomifunktion er helt nødvendig for at opnå en tilfredsstillende livskvalitet. Det efterfølgende er en generel beskrivelse af selve plejen af stomien eller »pasningen af stomien« efter udskrivelse fra sygehus.

Indikation, forberedelse og instruktion af patient

Pasning af stomi bør egentlig ses i en større sammenhæng, eller man kan sige, at »stomiplejen« blandt mange områder også omfatter pasning af stomi (Fig. 1).

Redskaber og utensilier

Der findes i dag et meget stort udvalg af stomibandager og tilhørende hjælpemidler. Valget for den enkelte patient bør ske i samarbejde med en stomisygeplejerske eller tilsvarende ekspert på området. Der tages individuelle hensyn, og ikke sjældent skal valg af bandage og hjælpemidler ændres løbende, grundet ændringer ved selve stomien eller hos den stomiopererede. Stomibandagen skal passe til det enkelte menneske med hensyntagen til de i Fig. 2 anførte forhold.

Forberedelse til skiftning af stomi

1. Praktisk indretning af stedet, hvor skiftningen skal foregå.
2. Tingene, der skal bruges ved skiftningen, skal være ved hånden:
 - Stomibandagen
 - Hjælpemidler (saks, pasta, bælte, plejemidler mv.)
 - Vand (badeskål, håndvask, bruser) Frottévaskeklud eller andet blødt materiale til afvaskning
 - Håndklæde
 - Blødt toiletpapir
 - Affaldsposer
 - Afhængig af den enkeltes behov kan der være brug for specielle ting ved skiftningen.

Fremgangsmåde (procedure)

Ileostomi- eller urostomipose tømmes (ved kolostomi anvendes som regel ikke-tømbare poser).

Den brugte stomibandage løsnes forsigtigt oppefra og nedefter.

- a. Hold igen på huden med den ene hånd, så trækket ikke bliver for kraftigt.
- b. Dup evt. med lidt fugtet vat på området mellem hud og klæber.

Patient/pårørende Sygdommen, operationen, indlæggelsen

Operationer	Operations- og stomityper, komplikationer
Stomiplejen ^{*)}	Hygiejne, hudpleje, plejemidler, komplikationer
Hjælpemidler ^{*)}	Bandager, tømning, skift af stomi, affald, lugt
Medicin	Ernæring, kost, motion, lægemidler
Profylakse	Hud- og stomikomplikationer, væskebalance, obstipation, diaré, lugt, lyd
Seksualitet	Rådgivning, henvisning til specialist
Socialt	Job, aktiviteter, tøj, rejser, sport
Ressourcer ^{*)}	COPA, hjemmesygeplejen, egen læge, socialrådgiver, socialforvaltningen, hjemmehjælp, rekreation
Opfølgning	Hjælp og vejledning, kontrol for sygdom

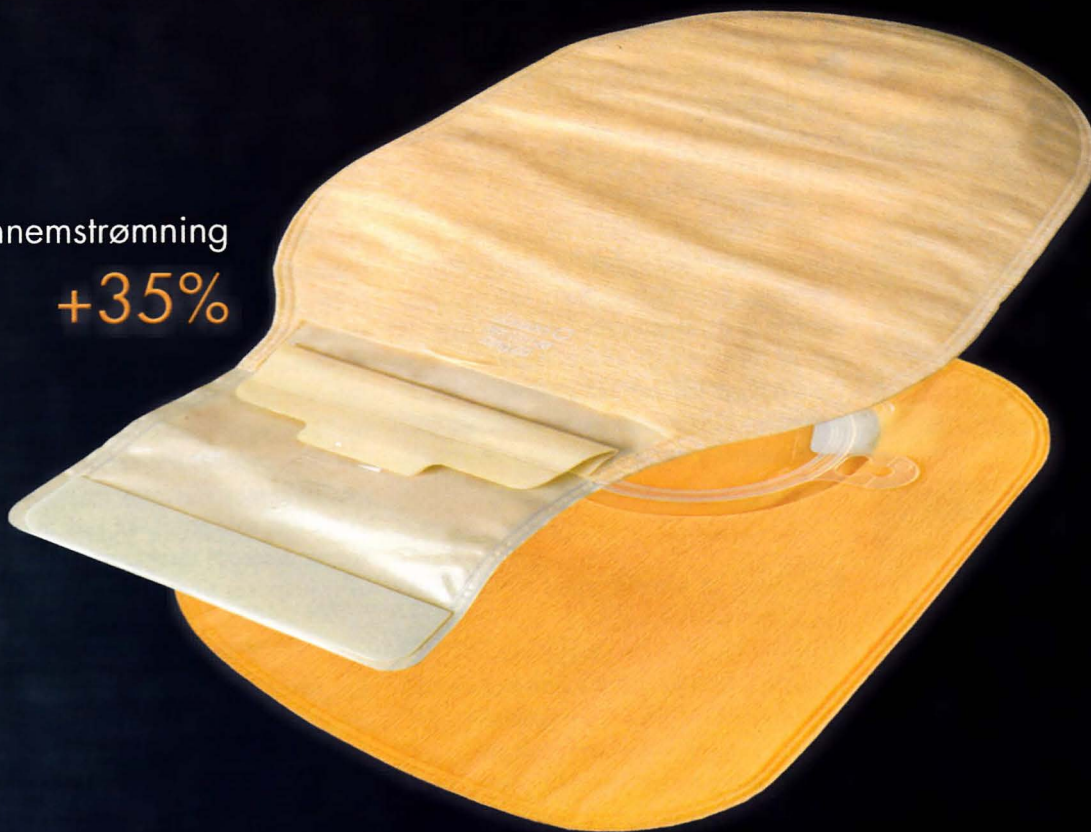
Fig. 1 Emner i stomiplejen [*) angiver området "pasning af stomien"].

(Fortsætter side 22)

Dansac sætter **igen** en ny filterstandard!

Luftgennemstrømning
+35%

Lugtfiltrering
+25%



Balance

Fordelene med det forbedrede Dansac Nova filter:

- Minimal risiko for ballon-dannelse af posen
- Ingen blokering af filteret
- Ingen afføring gennem filteret
- Med indbygget bakteriefilter
- Minimerer vacuum i posen
- Fjerner lugt

Ja, jeg ønsker at prøve det forbedrede Dansac Nova filter

Colostomi Ileostomi
En dels produkt To dels produkt
Stomidiameter : _____ mm.

Navn: _____
Adresse: _____
Post nr. _____ by: _____
Tlf. : _____

Sendes til:

Dansac & Hollister Danmark • Lille Kongevej • 3480 Fredensborg
Tlf.: 4846 5036 • Fax: 49138575 • dk.salg@dansac.com • www.dansac.dk

NOVA

dansac 
Dedicated to Stoma Care

3. Den brugte stomibandage lukkes sammen og lægges i affaldsposen.
4. Stomien tørres med blødt toiletpapir.
5. Ved urostomier lægges en lille gazesvamp over stomien for at opsuge urin og undgå urinsivning under vask af huden og under klæberen.
6. Huden omkring stomien samt selve stomien vaskes ren med lunkent vand.
7. Huden duppes tør.
 - a. Lad huden lufttørre helt, inden ny bandage sættes på.
8. Observer huden.
9. Tilpas stomibandagens hulstørrelse nøjagtigt svarende til stomiens diameter i hudniveau.
 - a. Brug evt. en papskabelon.
10. Den klargjorte stomibandage sættes på.
 - a. Sæt bandagen på nedefra og opefter.
 - b. Kør med en finger hele vejen rundt om stomien for at sikre, at klæbefladen hæfter helt omkring stomien.
11. Ryd op - affaldsposen lukkes og smides væk med det øvrige affald.

(Se endvidere [Fig. 3](#), [Fig. 4](#) og [Fig. 5](#)).

Ved skiftning af stomibandager er proceduren principielt den samme, uanset om det drejer sig om en ileo-, kolo- eller urostomi. Eventuelle hår kan fjernes/klippes med en saks, brug af barbering frarådes. Undgå hyppige bandageskift, men skift bandage i

tide («bæretid» kan variere meget afhængig af produkt, stomitype, evt. hudproblemer eller komplikationer). Observer, om der er tegn på, at klæberen inde omkring stomien er opløst - vend bandagen og vurder, om der er behov for hyppigere bandageskift. Observer huden nøje - sekreters påvirkning af huden er hyppigst årsag til hudproblemer - hvis der er tvivl om hudens tilstand, anbefales konsultation hos stomisygeplejerske. Lidt blødning fra stomien kan forekomme i forbindelse med afvaskning - dette er helt normalt og ufarligt.

I forbindelse med oplæring af patienten i stomipleje og skift af stomi kan pårørende medinddrages i det omfang, den stomiopererede ønsker dette. Generelt må det anbefales, at ægtefælle/partner i vid udstrækning er med, når der informeres og undervises.

Pasning af stomi med irrigation

Princippet ved irrigation er, at tyktarmen regelmæssigt tømmes mekanisk med et vandlavement gennem kolostomien. Målet for irrigation er, at den stomiopererede er kontinent med afføring mellem skylningerne. Foretages hver dag, hver anden eller tredje dag, alt efter behov for opnåelse af kontinens. Bedst egnet er enløbede sigmoideostomier. Ud over kontinens er fordelene anvendelse af mindre bandage (prop), undgåelse af hudproblemer, mindre luftafgang, færre lugtgener og større velbefindende. Af ulemper nævnes tidskrævende procedure (op til 45 minutter), adgang til toilet. Irrigation kan påbegyndes fra ca. ti dage efter operationen, men oftest tilrådes oplæring i almindelig stomipleje først. Oplæring i

irrigation sker oftest ved instruktion hos stomisygeplejerske.

Efterfølgende kontrol

Stomioperationer er indgreb med en betydelig morbiditet (komplikationer) relateret til grundsygdommen, den operative behandling og den supplerende onkologiske behandling. Det er derfor af stor betydning, at alle, som arbejder med stomipleje, kender til disse komplikationer. Stomikomplikationer inddeles som regel i tidlige (perioperative) og sene (efter udskrivelsen). Får man som stomiopereret mistanke om, at der er opstået en senkomplikation, eller opstår der stomiplejeproblemer, som egen læge, hjemmesygeplejerske mv. observerer, er *det meget vigtigt snarest at henvise til professionel rådgivning og vejledning*. Dette kan som regel ske ved, at den stomiopererede direkte henvender sig til eller henvises til et stomiambulatorium.

De mest almindelige sene stomikomplikationer

Hudproblemer

Som følge af hyppig lækage, forkert bandage, forkert skifteteknik, arvæv ved stomi, lav stomi, parastomalt hernie, prolaps af stomi.

- Toksisk irritativ dermatit
- Pseudoverrukøs epidermal hyperplasi
- Folliculitis
- Pyoderma gangraenosum
- Svampeinfektioner
- Fosfatudfældning ved urostomier
- Allergisk kontakteksem.

(fortsætter næste side)

Stomiens konstruktion	Stomiens funktion	Kroppen	Patientens tilstand	Aktivitets niveau
Type	Aktivitetsniveau	Hudtype	Alder	Arbejde/toiletforhold
Kolo-/ileo-/urostomi	Kost/drikke	Hudkontur	Syn	Fritid
Placering	Medicin	Allergi/hudsygdomme	Almen tilstand/ernæringstilstand	Sport
Højde	Påklædning	Ar	Psyke	Sex
	Afføringens konsistens og mængde	Evt. stomi-komplikationer	Handicap	Rejse

Fig. 2 Individuelle hensyn vedrørende stomi.

Parastomalt herni

Ses som en frembuling omkring stomien.

- Kosmetiske gener, bandageringsvanskeligheder, smerter.

Prolaps

Fremfald af tarm (intermitterende/permanent).

- Kosmetiske gener, bandageringsproblemer; ved meget store prolaps kan der være risiko for inkarceration (ødem - iskæmi og nekrose).

Retraktion

Stomien er trukket tilbage i eller under hudniveau

- Huden omkring stomien er trukket ind
- Lækage og hudproblemer.

Stenose

Forsnævring af tarmens lumen i hud- eller fascieniveau.

- Forstyrret stomifunktion (obstopation, ileus eller urostase)
- Årsager: Iskæmi/nekrose, infektioner, for lille hul i bugvæggen, forskydning af lagene i bugvæggen, recidiv af sygdom (morbus Crohn).

Sammenfatning

Optimal "pasning af stomi" er alfa og omega for en person med stomi. Oplæring, information og undervisning af patient og pårørende bør varetages af personale med særlig uddannelse og træning på området. Ikke-specialudannet personale bør have kendskab til stomipleje og være istand til at observere og erkende problemer, således at henvisning til stomiambulatorium kan ske hurtigt.

Reprints:

Søren Meisner, kirurgisk gastroenterologisk afdeling, H.S. Bispebjerg Hospital, DK-2400 København NV.



Fig. 3 Skift af stomi. Stomien og den omgivende hud renses med lunkent vand med en blød klud.



Fig. 4 Skift af stomi. Stomibandagen tilpasses og placeres.



Fig. 5 Skift af stomi. Stomipose "trykkes" på (her: lukket, farvet kolostomipose).

På grund af tekniske problemer er Fig. 3.4 og 5 ikke skarpe. Copa-bladet beklager: 1 Ugeskrift for Læger nr. 7, 2002 er disse tre foto skarpe og større.

International stomidag



Af: Henning Grønsløv, landsformand

IOA - Den Internationale organisation for verdens stomiforeninger - besluttede i 1992, at der skulle holdes en International Stomidag. Meningen med denne dag var, at der over hele verden skulle sættes fokus på de stomiopereredes vilkår. IOA komiteen besluttede, at den første stomidag skulle holdes lørdag den 2. oktober 1993.

IOA besluttede desuden, at der fremover hvert 3. år skulle holdes International Stomidag den 1. lørdag i oktober måned.

IOA opfordrede ligeledes de vel-etablerede stomiforeninger til at hjælpe stomiopererede i de lande, hvor dagligdagen med en pose på maven stadig var meget svær.

Hjælpen kunne være at sende overskudshjælpemidler, at give økonomisk støtte til at uddanne en stomisygeplejerske i hjemlandet eller i sponsorlandet og at starte en stomiforening.

Stomiforeningen COPA valgte sammen med de øvrige nordiske landes stomiforeninger at støtte de baltiske lande. Norge ville hjælpe i St. Petersburg,

Sverige i Letland og Danmark i Estland. Det er uvist, hvorfor Litauen blev glemt.

Fra Estland blev en sygeplejerske sendt til Danmark for at se, hvorledes en stomisygeplejerske arbejder på sit fagområde - stomipleje. COPA betalte for rejse og ophold.

Den første Internationale Stomidag blev fejret rundt i hele landet med møder i lokalforeningerne, og landsforeningen havde en temadag på Schæffergården i Gentofte. Stomiforeningen COPA havde også fået tilladelse til giro - landsind-



(Fortsætter næste side)



samling. Bidragene skulle bruges til vores projekt i Estland.

I anledning af Stomidagen blev der lavet en plakat. Ruth Rasmussen tegnede "COPA-træet". Der blev også trykt 300 stk. nummererede plakater på meget fint papir. Jeg er meget sikker på, at den plakat stadig hænger rundt i mange "COPA-hjem".

Siden 1993 har COPA-træet været på forsiden af brochuren "Kender du COPA".

I 1996 blev der i anledning af Stomidagen holdt en konference i auditoriet på Skejby Sygehus. Skuespiller Kirsten Olesen åbnede konferencen ved at læse en monolog skrevet af Gerda Iserhorst. Producenterne af stomihjælpemidler havde udstillinger om nye poser og plader m.m. Desuden var der foredrag om de forskellige stomi/reservoir og årsagerne til en evt. operation.

Den 3. Stomidag i 1999 blev Herlev Sygehus centrum for en temadag om stomi/reservoir. Her var der også relevante indlæg om stomi/reservoir fra en læge, forsker, sygeplejerske og patient. I dagens anledning afslørede kunstneren Monica Ritterband en ny COPA-plakat, der er lavet efter kunstværket i glasmosaik "Kvinde i Forår".

Stomiforeningen COPA valgte i 2002 at Stomidagen "kun" skulle holdes rundt i lokalforeningerne.

Årsagen til dette var, at der derved var mulighed for mange medlemmer, pårørende og øvrige interesserede at deltage i et arrangement tæt på deres bopæl.

I år vil dette gentage sig. Alle lokalforeningerne får herved mulighed for at vise flaget denne dag. Og igen kan flest mulig medlemmer ligeledes deltage i arrangementerne. Når der holdes en stor temadag på landsplan, vil det for

ofte helt naturligt kun blive interessant og økonomisk overkommeligt for et begrænset antal medlemmer.

Et spørgsmål er sikkert for mange - kommer der noget ud af at holde en Stomidag? Måske og måske ikke. Her i Danmark får vi som bekendt hjælpemidlerne betalt af det offentlige, og kan selv vælge det produkt, som vi ønsker. Men forhåbentligt får flere og flere personer kendskab til, hvad stomi/reservoir er, og at man sagtens kan leve et helt normalt liv med en pose på maven.

På et møde i de nordiske stomiforeninger besluttede man efter den første Internationale Stomidag, at Finland ville hjælpe i Estland (de er jo naboer). Sverige i Letland, Norge i St. Petersborg og Danmark fik så et nyt land - Litauen.

I august 1994 blev der til det årlige møde i de nordiske stomiforeninger inviteret en deltager fra hvert af de baltiske lande og St. Petersborg. Mødet blev holdt i Luleå i Sverige. Der var tolke, der oversatte til russisk - det sprog talte alle vores nye gæster.

På mødet diskuterede man, hvorledes den fremtidige hjælp fra de nordiske lande kunne ydes bedst muligt og til gavn for flest mulige af vore ligestillede venner.

Stomiforeningen COPA har været meget tilfredse med samarbejdet i Litauen. Vores kontaktperson blev læge og kirurg med speciale i mave/tarmsygdomme, Zilvinas Saladzinskas i Kaunas. COPA's forretningsudvalg og hovedbestyrelse har gennem mange år set meget positivt på projektet i Litauen. Tidligere landsformand Arne Nielsen lavede et stort forarbejde, der kunne medvirke til at give et optimalt udbytte til gavn for stomiopererede i Litauen.

Christian Stentoft og Flemming Lejbølle (også tidligere landsformænd), var også særdeles positive til at støtte vore venner i Litauen. Læge Zilvinas Saladzinskas var, og er stadig en kapacitet med stor viden og erfaring om stomi.

Zilvinas har brændt for denne sag hele tiden. Desuden er han en rar, varm og omsorgsfuld person.

Til dato har Danmark ydet økonomisk støtte i Litauen til etablering af en stomiforening, køb af en kopimaskine og en fax, til rejser og ophold for studie om stomipleje/operationer i Danmark for sygeplejersker og læge Zilvinas.

I Århus lokalforening var der et bestyrelsesmedlem, Leif Nielsen, som fortalte en god ven om COPA og Litauen. Venen David Østergaard, var selvstændig og havde firmaet, Rengørings-Compagniet, hvorfra der kunne søges om økonomisk støtte til gode frivillige formål.

Ved det nordiske møde i 1997, der blev holdt i Danmark, var Zilvinas inviteret for at fortælle om, hvorledes situationen nu var for stomiopererede i Litauen. Der var stadig en lang vej til at leve et "normalt" liv med en stomi. Hjælpemidlerne var få, og staten betalte kun for et begrænset forbrug.

Under festmiddagen fik Zilvinas overrakt en check på 20.000 kr. fra Rengørings-Compagniets Fond. Pengene skulle bruges til at lave brochurer om stomi og den litauiske stomiforening LSA. Zilvinas ville få oversat noget af materialet fra COPA-brochurerne og tilpasse det til deres egen forening. Bl.a. blev den meget omtalte brochure "Kender du COPA" komplet oversat til litauisk.

Stomisygeplejerske Kirsten Bach, Horsens Sygehus, har flere gange været en stor hjælp til at formidle sin store viden om stomipleje til vores gæster fra Litauen. Desuden har læger og sygeplejersker rundt på flere hospitaler også velvilligt åbent dørene for et besøg fra Litauen.

Stomiforeningen COPA har desuden givet økonomisk støtte til Zilvinas vedrørende deltagelse i EOA kongresser for stomiforeningerne i Europa.

I dag er det nu ikke mere nødvendigt med økonomisk støtte til Litauen. På forholdsvis få år er det efter "Murens fald" lykkedes regeringerne i de baltiske

lande at få vendt en dårlig økonomi til en rimelig sund statsøkonomi, hvor der er plads til at betale for udgifterne til bl.a. stomihjælpemidler.

Nu har vi vendt blikket til Ukraine. Her er der behov for en meget stor hjælp til de over 40.000 stomiopererede. Det er selvsagt en umulig opgave for et enkelt land at løfte denne opgave. Men mange bække små.... Stomiforeningen COPA har et par kontaktpersoner i Ukraine, som får tilsendt poser her fra Danmark. Selv om der i dag er demokratiske tilstande i Ukraine, vil der gå lang tid, før stomiopererede kan få deres hjælpemidler betalt af det offentlige. Den ukrainske stomiforening har sammen med mange andre patientforeninger fået tilpasset lovteksten, således at de kommunale myndigheder skal betale for de hjælpemidler, der er nødvendige for personer med div. handicap. MEN, de kommunale

myndigheder skriver blot eller oplyser til stomiopererede, at desværre er det ikke muligt at betale for hjælpemidlerne, da den kommunale pengekasse ikke har økonomi til dette.

Der er tidligere oplyst, at der hvert 3. år skulle holdes International Stomidag. Efter almindelige skolekunderskaber og uden hjælp fra en lommeregner, er det så helt hen i vejret at holde Stomidag i år. Det skulle have været i 2005. Men næsten alting har en begrundelse.

Det internationale samarbejde i stomiforeningerne, IOA, kom ud af trit i 2003, da SARS brød ud i Asien. Dette år skulle der have været en kongres i Bangkok. Den blev aflyst og blev herefter holdt i Portugal året efter i 2004. I byen Porto blev EOA mødet for stomiforeningerne i Europa og IOA mødet for alle verdens stomiforeningerne således holdt på samme hotel.

Det var første gang i verdenshistorien, at der blev holdt to store stomikongresser på samme tid og sted i samme år. Og tænk, det lykkedes uden store problemer. Det blev en meget flot kongres for både EOA og IOA.

Men alt skal jo gerne lægges i faste rammer. Så for at komme i trit med tidligere regler om afholdelse for Stomidagen (WOD), EOA og IOA møder, så blev den oprindelige planlagte stomidag i 2005 udsat til i år 2006. Herefter følger IOA i 2007 og EOA i 2008. Således er vi tilbage i rette spor og den rigtige rækkefølge. Så kan alle vel være glade.

Vi sætter vores lid til, at Stomidagen sagtens kan holdes i år. ■



International stomidag 2006 Oversigt aktiviteter

Tid	Sted	Emne	Arrangør
7. oktober kl. 12.00-16.00	Østerbro Medborgerhus, Århusgade 103, 2100 Kbh. Ø	Åbent hus	COPA Kbh./Fre. og COPA Kbh. amt
7. oktober kl. 14.00-17.00	Kedelhuset, Christiansgade 1, 3400 Hillerød	Åbent hus	COPA Frederiksborg amt
7. oktober kl. 14.00-16.00	Køge Sygehus, Auditoriet, 4600 Køge	Foredrag, ud- stilling, m.m.	COPA Roskilde amt
7. oktober kl. 13.00-17.00	KBs lokaler, Dania 5, 4700 Næstved	Åbent hus	COPA Storstrøm Nord
7. oktober kl. 13.30-17.00	Frisegade 7, 4800 Nykøbing F.	Åbent hus	COPA Lolland/Falster
7. oktober kl. 11.00-16.00	Salen, Nygade 2, 1.sal, 5500 Middelfart	Foredrag, ud- stilling, m.m.	COPA Fyns amt & COPA Vejle amt
3. oktober kl. 19.00	Røde Kro, Vestergade 2, 6230 Rødekro	Foredrag, ud- stilling, m.m.	COPA Sønderjyllands amt
7. oktober kl. 12.00-17.00	Kirkegade 5, 6700 Esbjerg	Åbent hus, stomimesse	COPA Ribe amt
6. oktober kl. 14.00-18.00	Århus Rådhus, Rådhushallen, 8000 Århus	Foredrag, ud- stilling, m.m.	COPA Århus amt
7. oktober kl. 12.30-17.00	Aalborg Sygehus Syd, Mødelokale 1 & 2, 2.sal, 9000 Aalborg	Åbent hus	COPA Nordjyllands amt



COPA gæster Korsør

COPA SOMMERFERIE 2006

Af: Henning Granslev

Mandag den 12. juni

Dagen oprandt til årets COPA sommerferie. Deltagerne ankom i strålende solskin til Hotel Jens Baggesen i Korsør, hvor en flot og stor frokostbuffet ventede de trætte og udmattede rejsende fra hele landet. Hvis det var stilen, ville mange helt sikkert få nogle kalorier med hjem i bagagen.

Under buffeten var der god tid til at sige go' da til både gamle og nye venner. Mæt og veltilpas kunne man tage en slapper i de lyse og store hotelværelser, inden resten af eftermiddagen kunne bruges med at gå på opdagelse ved hotellet. Meget tæt på Hotel Jens Baggesen ligger den gamle bydel, gågaden, lystbådehavnen og et stort Føtex varehus. Jeg er overbevidst om, at en del af de kvindelige gæster havde besøgt de fleste tøjforretninger i Korsør allerede inden aftenmaden. Det kunne man absolut ikke undgå at høre, når der blev diskuteret, om man nu havde set de gode tilbud

af sommertøj til absolut konkurrence dygtige priser. Stakkels mænd - dankortet længe leve.

Som noget helt nyt, inden middagen blev serveret, oplyste jeg, at fra i år ville rygepauserne være i det fri. Selv i COPA må vi vænne os til nye tider og regler. Forslaget blev straks accepteret. Aftensmenuen var dampet fisk med friskbagt brød og helstegt oksesteg med nye kartofler og bønner. Maden blev spist med stor appetit og velbehag. Maverne var fyldte, men hovederne kunne også trænge til lidt åndelig føde. Sygeplejerske Helle Laugesen fra Kirudan var sat til denne opgave. Helle fortalte om sine erfaringer fra sit tidligere job som sygeplejerske med at passe stomiopererede, om hvad Kirudan kan tilbyde sine kunder, lidt om nye stomiposer og om generelle problemer med en stomi. Kirudan kan også tilbyde at få besøg af en sygeplejerske, hvis der opstår problemer med stomien, som man ikke lige selv kan håndtere. Men det er i øvrigt også en god ide at få hjælp fra stomiambulatoriet til at løse evt. problemer.

Efter den mere generelle information

og debat mellem deltagerne var der også tid til at få en privat konsultation fra Helle. Mange benyttede sig af dette tilbud.

Da det var en meget varm og dejlig sommeraften, gik mange ud i hotellets have for at nyde en natøl og/eller pulse på en smøg.

Tirsdag den 13. juni

I dag skulle vi på heldagsudflugt. En god gang morgenmad blev indtaget, inden bussen kl. 9.00 kørte mod Dansac/Holli-ster i Fredensborg. Vi havde god tid til at køre forbi Vikingeskibene i Roskilde og gøre ophold ved Fredensborg Slot. Da vi ikke blev inviteret indenfor til formiddagskaffe, fandt vi selv på noget. Nogle travede en tur i Slotshaven og andre sad og nød en is i det gode sommervejr.

Dagens program skulle overholdes, og det var også muligt, vi benyttede nemlig ikke DSB. Vores bus ankom præcist kl. 12.15 til Dansac på Lille Kongevej i Fredensborg, hvor Ole Hahn sammen med Jonna og Pernille tog imod vores selskab.

Vi startede med at få en gang isvand og frugt tilsat en kort og saglig informa-

Der lyttes til foredrag fra Kirudan.



På besøg hos Dansac.



På besøg hos Dansac.



tion om Dansac og Hollister. Herefter ventede en overdådig frokostbuffet. Det skal lige nævnes, at bare kantinen er en oplevelse for sig selv. Den vender lige ud mod skoven, så man kan følge årets skiftende farver.

Det var svært at vælge af alle de lækkerier, men man havde vel plik, og fyldte sig kun til renden. Der skulle jo også være plads til kagen senere.

Nu er det ikke sådan, at man ikke skal bevæge sig på et sommerophold. Så efter frokost blev vi delt op i fire hold. Vi skulle på travetur i fabrikken for at se, hvorledes stomiposer og plader fremstilles. En del havde set det før. Men det er alligevel interessant at se, hvor grueligt meget og et utal af processer en stomipose skal igennem blot for senere at blive fyldt med skidt og herefter kasseret. Vi havde alle fået udleveret et kort til en lille konkurrence med forskellige spørgsmål. De, der havde øjne i hovedet, kunne så løse opgaven under rundvisningen. De dovne fik hjælp af de kvikke. Sidste punkt i besøget var kaffe/te og kage og udtrækning af præmier til de heldige, der havde svaret rigtig på spørgsmålet. Jeg fik ingen præmie, og jeg ved, at mit svar var rigtigt. Der er blevet snydt!

Under kaffepausen fortalte Jonna om [Den Orange Linie](http://www.denorangelinie.dk).

www.denorangelinie.dk der er et tilbud om at få professionelle råd og vejledning om stomi fra en sygeplejerskerne hos Dansac.

Det var blevet tid til at tage afsked med Dansac, Ole, Pernille og Jonna. Tak for et rigtigt hyggeligt og fint arrangement. Tilbage til hotellet var der servering af kølige drinks fra bussens køleskab.

Der var heldigvis tid til at få lidt koldt vand i hovedet, inden vi indtog aftenmenuen, der bestod af oksemørbrad, kartofler, spidskål og jordbærdessert. Til aftenkaffen havde jeg en overraskelse i baghånden. Jeg ville fortælle lidt om COPA, og hvad vores forening kan tilbyde de stomiopererede.

Da det var et dejligt vejr blev foredra-

get holdt ude i gårdhaven. Her kunne jeg holde øje med, hvem der stak af, inden jeg var færdig. Tænk, alle lyttede pænt på mig, eller måske sov de med åbne øjne.

Onsdag den 14. juni

Formiddagen var til egen disposition, så der var tid til at lufte dankortet i en tøjbutik eller blot gå en tur i det fine sommervejr.

Straks efter frokosten tog vi på udflugt. Første stop var ved Skælskør lystbådehavn, hvor der var afsat en times tid til at gå på opdagelse i byen. Frisk luft i lungerne skader ikke helbredet. Men der skal jo også kalorier til at holde kroppen i gang. Bussen kørte til Vilcon Hotel og Conferencegaard. Her skulle vi have kaffe og brød. Det var lidt kaotisk i begyndelsen. Der var dårlig nok plads til alle, men OK efter kort tid, havde vi alle en stol og kop til rådighed, blot ikke hr. Granslev. Der var dog en venlig person, Bennie fra Horsens, der tilbød formanden sin stol og tallerken og teske. OK, han gav mig da en ren kop til kaffen, men det er jo tanken, der tæller.

Efter kaffen kørte vi mod Sorø ad en helt ny asfalteret vejstrækning (den var lagt i kaffepausen).

(fortsætter næste side)



Foredrag om COPA i gårdhaven.



Korsør lystbådehavn.



Festsalen, Sorø Akademi.

Britta og Henning.

Gårdspladsen Sorø Akademi.





Dragsholm Slot.



Spøgelset på Dragsholm Slot.

Rundvisning på Dragsholm Slot.



Terrassen på Dragsholm Slot.



Her skulle vi på rundvisning på Sorø Akademi. På gårdspladsen blev vi modtaget af sekretariatsleder Britta Mogensen og to guider fra Sorø Akademi. Brittass søn, Peter, har taget studenterek-samen på Akademiet, så Britta ønskede et gensyn med stedet. Britta og jeg så da også senere et fotografi på væggen af Peters afgangshold - det var ikke i fest-salen, men på en af de lange gange.

Vores guide gav en meget grundig in-formation om Sorø Akademi. Skolen er Danmarks eneste tilbageværende stats-gymnasium med 130 kostelever og 325 dagelever. Oprindeligt var skolen kun drengeskole, men fra ca. 1900 blev piger optaget på skolen. Den første kvindelige student er fra 1910. Siden 1983 har piger også haft adgang som kostelever. Sorø Akademi har rod helt tilbage i biskop Absalons cistercienserkloster fra 1162. I 1586 oprettede Frederik den 2. den "besynderlige og bedre" kostskole for 30 adelige og 30 borgerlige drenge, og han skænkede samtidig skolen størstedelen af Sorø Klosters gods. Den nuværende hovedbygning er fra 1822-27. Sorø Aka-demis stiftelse er i dag en selvstændig erhvervsdrivende fond, der ejer ca. 6000 ha, størstedelen er skov. Rundvisningen startede i Vestibulen, der nu anvendes til opholdsrum i frikvar-tererne. Vi fik fremvist Spisesalen, Festsalen, Grønne Sal, Gule Sal og gan-

gene Rød og Blå m.m. Det vil være for omfattende at beskrive rundvisningen her. Men jeg kan anbefale en rundvis-ning på Sorø Akademi, hvis man skal på en tur i nærheden. Under rundvisningen kunne den gamle ånd og atmosfære næsten mærkes og fornemmes. Deltagerne udtrykte stor tilfredshed med guiderne.

Hjemme på hotellet ventede en aften-menu bestående af farseret rødtungefilet og stegt kalkunbryst med tilbehør.

Torsdag den 15. juni

I dag skulle vi også på tur om eftermid-dagen. Efter indtagelse af den flotte frokostbuffet kom bussen, og vi satte kursen mod dagens mål, Dragsholm Slot i Odsherred.

Chaufføren kørte langs Storebælt ved Musholm Bugt med en smuk udsigt over hav til den ene side og til den anden side lå et utal af sommerhuse. Turen fortsatte i det varierede nordvestsjællandske land-skab. Der var også tid til at køre gennem det fredede engareal, Vesterlyng, ved Havnsø, hvorfra man kunne se de to små øer, Nekselø og Sejerø.

Da vi ankom til Dragsholm Slot skulle vi starte med kaffe og brød inden rund-visningen. Jeg havde bestilt lagkage. MEN, der må altså være noget galt med ordet lagkage for en person på Sjælland. Når en jyde bestiller et stykke lagkage til kaffen, så er det altså ikke et stykke kage lagt på en tallerken. OK, kagen, der blev serveret, var trods alt rimelig god, og vi havde god tid til at nyde kaffen på den store terrasse ud mod slotshaven. Vi skulle også have lidt historie. Det sørgede vores guide for til et stort ug. Præsten i Svinninge Kirke, Asbjørn Hansen, samlede deltagerne i slotsgår-den og fortalte en meget fyldestgørende beretning om Dragsholm Slot gennem tiderne.

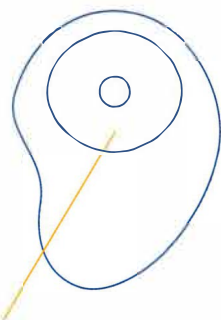
Dragsholm Slot er Danmarks ældste verdslige bygning. Det blev opført i begyndelsen af 1200-tallet af Biskop Absalon, og Roskildebispen boede der

(fortsætter side 30)

Dine private anliggender.



At have et anliggende betyder, at man tænker på det og tager det alvorligt. Man kan være nærmest utålmodig efter at finde en løsning og meget interesseret i,



Vores enestående hudplade af Stomahesive® giver en skånsom vedhæftning.

at løsningen får et positivt udfald.

Dine private anliggender er imidlertid et udtryk for det, som handler om dig selv og dit helt private liv. Det kan være at leve med en stomi og have et ønske om at kunne leve, uden at skulle tage særlige hensyn.

Det er et naturligt ønske. Men hvor kan du finde en kontakt, der kan give dig støtte og har produktløsninger, så du kan leve livet, sådan som du ønsker?

Svaret finder du ved at læse videre. Allerede i 1970'erne lancerede ConvaTec en moderne stomibandage, som i dag har flere efterfølgere, hvoraf Esteem® er én. Posens form følger kroppens linier og

bevægelser, og bandagen bliver derved mere behagelig at bære, også når du er mest aktiv. Andre nyheder er den integrerede lukning InvisiClose med dobbelt sikkerhed og et udløb, som giver en mere sikker tømning.

Avanceret og nyskabende forskning giver resultater. Stomiprodukter er vores område – vi er til for at finde løsninger til din situation, så du kan bruge energi på de andre ting, som også optager dig.

Har du lyst til at prøve Esteem®, så bestil en prøvepakke hos ConvaTec på tlf. 45 87 60 11 eller e-mail convatec.danmark@bms.com.

jævnligt indtil reformationen i 1536 - det var dog ikke den samme bisp i alle årene. Senere under svenskekrigen i midten af 1600-tallet blev slottet sønderbombet. Først i 1694 begyndte genopbygningen under Frederik Christian Adeler og hustruen Henriette Margrethe von Lente, slottet stod færdigt i 1697. Familien Adeler, der var blevet ophøjet til lensbaroni, ejede Dragsholm Slot frem til 1932, da den sidste lensbaron døde uden at efterlade arvinger, der var interesseret i at overtage slottet. I 1937 købte Johan Frederik Bøttger Dragsholm Slot og Gods, og det ejes i dag af datteren Inge Merete Bøttger.

Dragsholm Slot blev i 1690'erne ombygget til fransk inspireret barokstil og fremstår stadig sådan den dag i dag. Ba-

Festaften, Hotel Jens Baggesen; et udsnit af gæsterne.



rokstilen er tydelig, idet slottet er kalket hvidt og håndhæver barokkens lige linjer og symmetri i bygningsværket. Det ses helt tydeligt på slottets facade, hvor alle døre og vinduer er symmetrisk placeret på trods af, at den indvendige indretning ikke lægger op til det.

Slottet rummer over 100 sale, saloner, gemakker og værelser og er i dag ramme om luksuøse slotsophold, fester, selskaber og kurser. Men har du/I blot lyst til at se slottet som ganske almindelig turist, er det anbefalelsesværdigt at give sig tid til dette.

Vi fik en super god guidning rundt i slottet af Asbjørn Hansen og så bl.a. slotskirken, fangehullet, Riddersalen, Havesalen, Rosensalen m.m. På slotsgangen hilste vi også lige på Spøgel-

sesfruen fra Dragsholm - hun holdt sig dog helt i ro - hun arbejder vel kun om natten!

Mætte af historiske indtryk kørte vi tilbage til Korsør. En del havde lukkede øjne under denne tur. Aftenmenuen var denne aften kalveculotte med grønsager og kartofler og til dessert ostetallerken.

Til aftenkaffen sad vi og diskuterede, hvad kokken ville servere til festmiddagen fredag aften. Hver dag havde buffet og aftenmenuen været en utrolig god oplevelse. Så vi var virkelig spændte.

Fredag den 16. juni

Hele dagen var til egen disposition. Mange benyttedes sig af dette, og kørte på egen hånd til div. seværdigheder, bl.a. Holmegaard Glasværk. Andre gik en tur i byen for at tilfredsstille damernes indkøbstrang og mændenes tørst med en kold fadøl på en fortovscafe.

En tur ud til lystbådehavnen og betragte Storebæltsbroen var også på hitlisten over dagens aktiviteter.

På hotellet havde hele personalet travlt med forberedelserne til vores store festaften. På slaget 18.30 fik de utålmodige og sultne deltagere lov til at tage plads ved de smukt pyntede festborde. Vores værter havde lavet en lille velkomstsang og et fint menukort, forret: roulade af parmaskinke og svampecreme på rukola salat med

Fagligt **S**elskab

Fagligt Selskab for sygeplejersker

er et selskab for sygeplejersker, der arbejder med pleje af stomiopererede.

Fagligt Selskab for sygeplejersker i stomiplejen

afholder kurser og mødeaktiviteter på landsplan for sygeplejersker og interesseorganisationer.

Fagligt Selskab for sygeplejersker i stomiplejen

udgiver det elektroniske tidsskrift *StomiNyt* og medvirker til opretholdelsen af stomiklinikker i danmatrk. På det faglige selskabs hjemmeside www.dsr./fs22 kan du blandt andet finde en opdateret oversigt over stomiklinikkerne, information om kongresser m.m.

Ønsker du mere information så kig ind på: www.dsr./fs22

Formand Per Herlufsen • e-mail: per.herlufsen@hh.hosp.dk • tlf.: 3632 3621

Bestyrelsesmedlem, ansvarshavende redaktør af *StomiNyt* Grethe Vendelbo • tlf. 9912 5310

pinjekerner, hovedret: unghanebryst med porre/spinat, langtidsbagt tomat og duches, dessert: ananassymfoni med sorbet, kokoskurve, sirup og vanilleparfait, hertil selvfølgelig vin, senere kaffe med sødt og natmad bestående af pølsebræt med hjemmebagt brød, smør og fedt.

Under middagen var der stille og rolig taffelmusik, der senere gik over til normal dansemusik for de voksne. Der blev spillet noget fra 50'erne, fra min helt unge tid (det er vel 20 år siden), og populære melodier fra nyere tid, kort sagt noget for enhver smag.

Aftenen gik hurtig i en god og hyggelig atmosfære. Ved et tidspunkt, da vi mættede og tilfredse sagde god nat, fik personalet og musikeren en stor tak for denne aften.

Lørdag den 17. juni

Dagens eneste aktivitet, var morgenbuffet. Lidt efter lidt forlod deltagerne hotellet for at rejse hjem til egen bopæl rundt i landet. Ferieopholdet var slut for denne gang. Knus og kram blev uddelt i store mængder med ønske om en god hjemrejse og for mange et på gensyn engang i fremtiden.

Jeg vil på vegne af deltagerne takke hele personalet for en fin ferieuge. Her mangede der ikke noget, gode værelser, et venligt personale, en afslappet atmosfære og masser af fortæring helt til ug. COPA var sat i centrum som gæster og vi blev behandlet som sådan, uden at krybe på knæ for os. Der var også kvikke bemærkninger og lidt venlig mobning fra begge sider.

Kun et meget lille minus. Det ville have været rart med et lille køleskab på hotelværelserne - der er sagt til rette person. Ha, ha hr. direktør Jørn, jeg kommer igen.

Tak til jer alle, kære COPA-venner og personale på Hotel Jens Baggesen.

Gaver og arv

Gaver 01/03- 31/05 2006

Kjestine Rasmussen, FRIMÆRKER.....	120,00 kr
Tove Ager.....	100,00 kr
Franch Munch Jensen.....	100,00 kr
Jan Jensen.....	75,00 kr
Peder Jørgensen.....	75,00 kr
Hans Kr. Hansen.....	25,00 kr
Else Due og Kaj Lund.....	50,00 kr
Jonna Frili.....	100,00 kr
Gerhardt Nielsen.....	100,00 kr
Marianne Hansen.....	25,00 kr
Per Windinge.....	100,00 kr
Lars H. Rasmussen.....	25,00 kr
Conny Nielsen.....	75,00 kr
Bjarne Andersen.....	25,00 kr
Helge Olsen.....	25,00 kr
S. og J. Bendtsen.....	50,00 kr
Emma Jensen.....	200,00 kr
Yanne og Asger Jensen.....	400,00 kr

COPA takker på det hjerteligste.

Efterlysning - indbetaling til COPA. Af hvem?

Hvem har indbetalt 125,- kr. på Søborg Postkontor d. 3. januar 2006?

Postkontoret har ingen oplysninger om navn og adresse. Sekretariatet kan derfor ikke se, hvem der har betalt.

Ring venligst på tlf. 5767 3525 hvis du har betalt 125,-kr. på Søborg Postkontor d. 3. januar 2006.

COPA, sekretariatet

KAREN BLOK *Specialcenter*

Forhandling og individuel rådgivning om korrekt valg og anvendelse af hjælpemidler til mennesker der

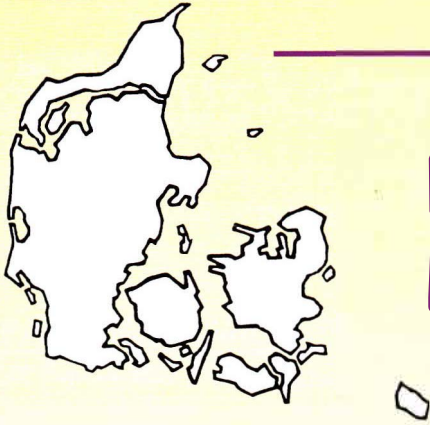
- er STOMIOPEREREDE
- er brystopererede
- har ufrivillig vandladning
- har behov for støttestrømper
- brokbælter efter mål
- overtræksposer efter ønske

Forsendelse og rådgivning er gratis

Kontakt sygeplejerske/konsulent
Karen Blok



KAREN BLOK *Specialcenter*, Gammel Havn 1, 7100 Vejle
Tlf: 75 84 00 22 • Fax: 75 84 03 22 • e-mail: karenblok@karenblok.dk • www.karenblok.dk



NYT FRA LOKALFORENINGERNE



**København/
Frederiksberg**

Lokalformand:
Peter Sørensen,
Århus Plads 6, 2.th.
2100 København Ø
Tlf.: 3538 9148
E-mail: nepe@privat.dk

**Yderligere
kontaktperson:**
Grethe Nielsen
Enigheds-Allé 17
2700 Brønshøj
Tlf.: 3828 0382

Kommende arrangement

HUSK

Jubilæumsfesten

lørdag den 30/9 kl. 12.30 –17.30

Annonceret i sidste blad.

Tilmelding *senest søndag 17/9* til enten Peter Sørensen telefon 3538 9148 [mail nepe@privat.dk](mailto:nepe@privat.dk) eller Grethe Nielsen telefon 3828 0382.

Kommende arrangement

Banko torsdag den 9/11 kl. 14.00 -18.00

Mødested Pilegården Brønshøjvej 17, 2700 Brønshøj. Indgang ligger inde i gården. (Bus 2 A kører til døren, bus 5A + 350S holder på Brønshøj Torv ca. 5-10 minutters gang derfra.)

Endnu en gang skal vi have bankospil med flotte præmier. Pris pr. plade 10,00 kroner.

Foreningen vil beværte med en kop kaffe/te med brød i pausen, øl og vand kan købes på Pilegården.

Tilmelding *nødvendig senest 01/11* til enten Peter Sørensen 3538 9148 [mail nepe@privat.dk](mailto:nepe@privat.dk) eller Grethe Nielsen 3828 0382, der er telefonsvarer på nummeret, så læg evt. navn og telefonnummer så ringer vi tilbage.

P.b.v., Peter Sørensen

Numsen på maven

Regnar Skelmosen har sendt denne bemærkning til

Copa-bladet:

-"Når du nå har rumpen på magen".



Kommende arrangement

Fælles arrangement

**COPA København/Frederiksberg
og COPA Københavns amt
lørdag 7/10 kl. 12.00-16.00**

Åbent hus International stomidag

"Living Life to the Full. "Lev livet fuldt ud."

Østerbro Medborgerhus, Århusgade 103, 2100 Kbh. Ø tæt ved Nordhavn station, og buslinierne 19-3A-18-40.

Der er elevator på stedet. Lokalforeningerne for COPA-Københavns amt og COPA-København/Frederiksberg kommune inviterer alle med og uden stomi der har lyst til at høre nærmere om livet med stomi, til åbent hus. Der vil være repræsentanter for begge lokalforeninger til stede der kan fortælle om, hvad vi tilbyder både lokalt og på landsplan.

- Foredrag fra en stomiopereret der har gennemført 24 dages havsejls fra Spanien til Caribien to måneder efter operationen. Foredraget starter klokken 13.00.
- Der vil være en stomisygeplejerske fra Hvidovre Hospital der kan besvare spørgsmål omkring stomipleje.
- Der vil være COPA stande med rådgivere, der kan komme med gode råd og tips til, hvordan man kan leve et normalt liv med en stomi.
- Der vil være mulighed for at få en ungdomsgruppe op at stå.
- Der vil være et udsnit af hjælpemidler fra forskellige producenter, så man kan se en del af mangfoldigheden.
- Der vil være en stand fra ByBonnesen.com ved Karin Bonnesen, der designer tøj til blandt andet kvinder med stomi/brok eller generende operationsar.
- Der vil være mulighed for at sidde og tale med andre stomiopererede.
- Der vil blive serveret kaffe / te og kage.

Vi glæder os til at se jer.

Marianne Hemmingsen & Peter Sørensen



Københavns amt



Lokalformand:

Marianne Hemmingsen
Spurveskjul 1
2830 Virum
Tlf. 4583 5258

Yderligere kontaktperson:

Carina Christiansen,
Sønderlundsvej 21, st.tv.
2730 Herlev
Tlf.: 4491 6199

Kommende arrangement

Jubilæumsfest

Lørdag den 4. november 2006

Den 7. november er det 25 år siden vi blev "skilt" fra København/Frederiksberg, og det vil vi markere på festlig vis for lokalforeningens medlemmer og støttemedlemmer med middag, underholdning, musik og dans.

Vi mødes i:

Brønshøjs Nye Selskabslokaler

Præstegårds Allé 19-21

2700 Brønshøj

Hele arrangementer begynder kl. 17.30 og slutter kl. 01.30

Pris 125,- pr. person. Max antal 40 personer.

Tilmelding *senest torsdag den 21. september* - tilmeldingen er bindende.

Ulla: 3678 6056

Marianne: 4583 5258.

PS: Vi ønsker COPA-København/Frederiksberg til lykke med deres 25 års jubilæum.



Kommende arrangement

International stomidag 7. oktober

Abent hus

Se under lokalnyt for COPA-Kbh./Frb. (forrige side) som vi vil markere dagen sammen med.



Ingen teaterforestilling i år

På grund af jubilæet er der ikke teaterforestilling i år.

Men er der nogen, der har lyst til at overvære endnu en fantastisk forestilling med Birkerød Drama-og Musikforening, så håber vi, at kunne gentage successen næste år.

P.b.v. Marianne Hemmingsen

Bornholms amt



Lokalformand:

Christian Stentoft
Thorkildsvej 78, 3700 Rønne
Tlf.: 5695 2133

I skrivende stund, og jeg er sent på den som sædvanlig når det gælder deadline til COPA-bladet, så har den værste sommervarme lagt sig, eller skal vi sige bedste, for det har jo været en vidunderlig sommer med sol fra morgen til aften, og en masse gode sommeraftner i haver, på terrasser og altaner.

Men nu er det så blevet august, og sensommeren tager sin begyndelse. Os på solskinsøen Bornholm oplever jo som regel en herlig august og september også, hvor havet omkring os er med til at holde på varmen, så derfor kan vi med sindsro endnu glæde os til nogle gode dage.

Siden sidst

Dejlig skovtur og Petanque-spil

Siden sidst jeg havde lidt med om, hvad det er vi går og laver, så har vi haft en dejlig skovtur med medbragt mad og drikke. Også den lørdag skinnede solen fra en skyfri himmel. Vi startede med en lille gåtur, så spiste vi den medbragte mad som vi skyllede ned med øl og brændevin, og på grund af varmen også en masse vand. Efter indtagelsen af dette var der nogle af os der "slog mave", og andre igen valgte at gå endnu en tur i det herlige skovområde. Vi var ved Hareløkkerne. Når vi igen mødtes kørte vi til Hotel Bolsterbjerg, hvor vi drak kaffe med lagkage ude på terrassen. Ja, vi havde en rigtig hyggelig formiddag/eftermiddag sammen.

Men, der er plads til mange mange flere på vores ture rundt omkring på øen, og selvfølgelig også til de aktiviteter der fra nu af skal foregå inden døre.

Endnu et arrangement udendørs skal løbe af stablen, nemlig det årlige Petanque-spil med efterfølgende grill. Det er et arrangement, hvor undertegnede ikke har deltaget, da det har ligget på en lørdag, hvor jeg har et andet fast tilbagevendende arrangement i den lokale idrætsklub. Så i år var man enige om at flytte Petanque-spillet og grillen til efterfølgende lørdag. Men desværre kommer jeg heller ikke med i år (personlige grunde). Jeg er dog ret sikker på, at I har haft en dejlig lørdag uden mig.

Kommende arrangementer

Læs i udsendt aktivitetskalender


Ellers byder efteråret jo på en medlemsaften, bowling, banko, andesteg og julefrokost. Det kan I læse nærmere om på aktivitetskalenderen, som er sendt ud til jer ved årets begyndelse.

Vi ses. P.b.v. Inge Skovgård P.



Frederiksborg amt

Lokalformand:
Gisela Schjøtt, Birkemosevej 30
3550 Slangerup
Tlf.: 4733 4434



Fyns amt

Lokalformand:
Poul Erik Andersen
Mullerupvænget 12
5230 Odense M
Tlf.: 615 8512

Yderligere kontaktperson:
Dorte Hansen
Lahns-gade 84 C, st.
5000 Odense C
Tlf.: 6590 6106



Kommende arrangement

International Stomidag lørdag 7. oktober 2006

Åbent hus, Kedelhuset, Hillerød

kl. 14.00 - 17.00

I anledning af den internationale stomidag, vil der være åbent hus i Kedelhuset i Hillerød fra kl. 14.00 til 17.00. Adressen er Christiansgade 1, 3400 Hillerød. Kedelhuset ligger ved siden af den bygning, hvor vi afholdt generalforsamlingen. Der vil være lidt til ganen og forhåbentlig også noget af interesse at se og høre på. Vore rådgivere vil selvfølgelig også være til stede, i det omfang det kan lade sig gøre.




Kommende arrangement

International stomidag 7. oktober

Se under lokalnyt for COPA, Vejle amt side 41 som vi vil markere dagen sammen med.



Kommende arrangement

Julemøde 2. december

Næste arrangement bliver julemødet, der vil finde sted lørdag den. 2. december, så læg allerede nu dagen ind i kalenderen. Nærmere omtale i næste udgave af COPA.

Kommende arrangementer

Rådgivning - anden onsdag i måneden

Brugerbutikken har fået nye åbningstider

Ændring af tiderne for den åbne rådgivning i Brugerbutikken på Hillerød Sygehus.

Brugerbutikken er åben:

mandag-onsdag fra kl. 10.00-18.00.

Torsdag fra kl. 1000-2100.

Fredag lukket.

Man er velkommen til at kontakte vagten i Brugerbutikken i nævnte tidsrum. Den vagthavende i dagtimerne kan formidle kontakt til COPA og også udlevere brochurer, men ønsker man specielt at tale med en COPA-rådgiver, vil vi være til stede den anden onsdag i måneden fra kl. 17.00-18.00.

P.b.v.

Gisela Schjøtt



Lolland / Falster

Lokalformand:
Marianne Andersen
Mejerivej 4, 4892 Kettinge.
Tlf.: 5487 3100




Kommende arrangement

International stomidag 7. oktober

Lørdag den 7. oktober er det internationale stomidag.
I den anledning inviteres til åbent hus fra kl. 13.30 til 17.00 i Frisegade 7, Nykøbing Falster.

Da vi samarbejder med alle interesserede er alle hjertelig velkomne. Der bydes på kaffe, lagkage, hjemmebag, øl, vin og snacks. Mette W. Martinsen fra Coloplast kommer og præsenterer deres produkter. Vi vil også invitere Svane Apoteket i Nykøbing.

Så mød op, så vi kan få en god dialog og hyggeligt samvær.



Siden sidst

Hestevognstur med ubudne gæster

Søndag d 18.juni havde vi arrangeret en hestevognstur rundt om Maribosøerne. Bestyrelsen var lidt spændte på, hvor stor interessen var for sådan en tur, men vi kunne have sparet os vores bekymringer, for der var en meget fin opbakning. Vi blev en hel vognfuld.

Vi mødtes kl. 13.00 ved Engestofte. Humøret var højt og det var vejret også. Vel ombord gik det i adstadigt tempo derud af (sikkert styret af Jette og Egon Larsen) forbi pumpestationen ind gennem skoven og op til Søholt hovedbygning.

Her var der lejlighed til at strække benene i barokhaven og beundre de høje hækge af avnbøg, som er det eneste, der er bevaret af det oprindelige anlæg.

Vel ombord igen, gik turen rundt om avlsgården, som er et imponerende bygningskompleks med flotte gamle kobbertage. Her gik tankerne tilbage til tiden, hvor der har været et leben på sådan en stor herregård, men tilbage til nutiden.

Vi fortsatte turen til Skelnæshytten, hvor vi skulle indtage vores medbragte kaffe/te og kage. Vi blev bænket omkring det lange bord, og dem der havde for meget delte gavmildt ud til alle. Vi nød det gode vejr, snakken gik lystigt og selvom vi sad i skoven nær søen, så var der ingen myg, men vi skulle blive klogere lidt senere. Efter en hyggelig time og et besøg på det meget omtalte muldtoilet, gik vi ombord igen for at vende næsen hjemad.

Vi havde ikke kørt ret længe, før vi fandt ud af, at vi havde fået ekstra passagerer ombord, nemlig myg i massevis. Vi kom

hinanden ved på udturen, men på hjemturen kom vi hinanden meget mere ved. Der blev klasket til højre og venstre uanset hvor myggen sad. Vores formand, Marianne, havde placeret sig midt i vognen og var konstant i "skudlinien", men undertegnede og sikkert flere fik også en del "minder" med hjem. Uanset mange myg så nød vi hjemturen gennem skoven i fulde drag, for det er jo et pragtfuldt område.

Vi tog afsked med myggene, da vi kom ud til landevejen, men Jette nåede da på det nærmeste at blive ædt op af myg, da hun skulle lukke et skovled. Hun er god til at styre en hest, men hun beviste også, at hun kan danse. Turen fortsatte og vi endte samme sted, som vi startede. Her sagde vi farvel til hinanden (mæt af oplevelser og myggestik) og på gensyn til sommerfesten den 19. august.

Vi havde haft en rigtig dejlig og spændende dag, for man oplever naturen på en helt speciel måde. En anden ting man oplever på sådan en tur er, at alle mennesker vi mødte vinkede, smilede og råbte hej til os.

Jeg tror der er nogle medlemmer der nu sidder og fortryder, at de ikke deltog, for der er trods alt et helt år til vi arrangerer en ny sommertur.

Kommende arrangementer

Sommerfest og julefest

I skrivende stund har vi ikke afholdt vores sommerfest, men efter tilmeldingen at dømmes, så tegner det til at blive en succes. Mere herom i næste blad.

Selvom det stadigvæk er sommer, må vi jo se i øjnene, at den ikke varer ved, og at julen nærmer sig med hastige skridt. Bestyrelsen er gået i gang med de indledende forberedelser. Mere herom i næste blad.

P.b.v.

Lizzi Christiansen



**HUSK AT MELDE FLYTNING
DIREKTE TIL COPA.**

Du kan få flyttekort på posthuset.



Ringkøbing amt

Lokalformand:

Niels Smed Christensen

Tværvej 4

790 Thyholm

Tlf.: 9787 5290

Kommende arrangementer

Kontakt lokalformanden

Kontakt venligst lokalformanden vedrørende kommende arrangementer COPA-Ringkøbing amt.



Nordjyllands amt

Lokalformand:
Jørgen Dresfeldt
Viktoriagade 17, 1.th., 9400 Nørresundby
Tlf.: 4050 0990

Yderligere kontaktperson:
Irene Bertelsen
Tinsoldaten 23,9230 Svenstrup
Tlf.: 9838 0713


Siden sidst

Udflugt til Rhododendronparken

Sct. Hans dag tog COPA Nordjylland på tur til bl. a. Rhododendronparken i Brønderslev. Så sent på sæsonen var de fleste af rhododendronerne dog afblømtret, men det forhindrede dog heldigvis ikke de 25 deltagere i at indtage et dejligt måltid mad på Restaurant Hedelund.

Efter middagen drog vi videre til Lønstrup i det dejlige, danske sommervejr (fint solskin med truende regnskyer i det fjerne). Efter en lille rundtur i Lønstrup tog vi til Lønstrup Lysgalleri, hvor pigerne købte løs, medens mændene stod i små grupper og snakkede.

Efter indkøbene gik vi ind i produktionshallen, hvor vi fik vores kaffe og lagkage, mens værtsparret demonstrerede og fortalte om lysteøbningens kunst, bl. a. at det ikke burde være nødvendigt at skære lysene til, når de var brændt halvt ned. Derefter kørte vi ud til Mårup Kirke, hvorfra der også var en flot udsigt til Rubjerg Knude med det tilsandede fyr. Derefter var det på tide at vende næsen hjemad. Vi skulle jo aflevere deltagere både i Hjørring, Brønderslev, Frederikshavn, Aalborg og Hobro, så det blev en køretur på 550 km for nogle af os, men det var alle kilometerne værd.

Kommende arrangement


International stomidag 7. oktober

Åbent hus mødelokale 1 og 2 på Aalborg Sygehus Syd

I anledning af den internationale stomidag har COPA Nordjylland åbent hus i mødelokale 1 og 2 på 2. sal på Aalborg Sygehus Syd lørdag den 7. oktober kl. 12.30 – 17.00.

Der vil være sygeplejesker fra Stomiklinikken (Aalborg Sygehus Syd) og Urologisk Ambulatorium (Aalborg Sygehus Nord) til stede, ligesom Kirudan kommer og viser os det nyeste indenfor stomiprodukter. Og naturligvis vil der også være repræsentanter fra COPA Nordjylland.

Der vil blive serveret kaffe, te og diverse forfriskninger, så kom og få en uforpligtende snak.



Kommende arrangement

Julestue 2. december

Dette års julestue har vi planlagt til lørdag den 2. december 2006 kl. 13.00 på Skalborg Kro, så I kan godt sætte kryds i kalenderen. Nærmere oplysninger i næste nummer.

P.b.v. Bjarne Baarup



Storstrøm Nord

Lokalformand:
Merete Møller
Ærtebjergvej 28, Lund 4660 Store-Heddinge
Tlf./fax: 5650 8042
E-mail: eterem@compaqnet.dk

Siden sidst

Agurketid

Det kalder man det, når alt ligger underdrejet i sommervarmen/hedeølgen. Så der er ikke noget særlig spændende at berette om, når man har COPA-briller på. Forhåbentlig har alle haft en god sommer og er klar til at tage fat på efterårets aktiviteter.

Kommende arrangement

Høstfest 23. september

Høstfest på Skovfogedstedet lørdag d. 23. september kl. 13. Sidste ”salgsdag” var d. 11. september – men skulle der sidde nogen, som gerne vil med og overså fristen, så prøv alligevel at ringe til enten formand (5650 8042) eller næstformand (Jan

Bøjtrup, 5538 5836), og hør, om der er ledige stole. Deltagerprisen er kr. 150.- for medlemmer, mens ikke-medlemmer betaler kostprisen, som kommer til at ligge omkring kr. 300.- - Så hvad med at blive støttemedlem? Det koster kr. 125.- om året – det er da et godt tilbud.



Kommende arrangement

International stomidag 7. oktober

Som tidligere omtalt har vi fået lov til at låne KB's lokaler Dania 5, i Næstved. I dagens anledning er der åbent hus med lidt godt til ganen, mulighed for at tale med andre stomiopererede og besøg af en hjælpemiddelhandler, så man kan blive orienteret om det sidste nye. Det sker fra kl. 13.00 til ca. 17.00 og vi håber, I vil sætte et stort kryds i kalenderen, så vi kan hilse på rigtig mange af Jer. Det er jo i netop denne dejlige by, ca. halvdelen af medlemmerne bor, så der skulle være chance for et pænt fremmøde. Vi glæder os i hvert fald til dagen.



Kommende arrangement

Julemøde 2. december

Julemøde lørdag d. 2. december på Hotel Kirstine. Her er tilmeldingsfristen sat til *fredag d. 17. november* og ovenstående telefonnumre kan benyttes.

Vi har reserveret det lokale, der hedder Galleriet fra kl. 12.00 til kl. 17.00, og der skal kun være os, da det som regel er et stort ønske fra deltagerne. Der bliver julebuffet med efterfølgende kaffe og der skal som sædvanlig medbringes en pakke pr. deltager, værdi ca. 25.-, så det er bare at få gang i fantasien. Deltagerpris: kr. 150.- for medlemmer, ikke-medlemmer betaler kostprisen kr. 298.-

Der er reserveret plads til 20 deltagere, og da vi denne gang er i Næstved, gælder det om at være hurtig med tilmeldingen, da vi har valgt et centralt sted, så transportsituationen ikke kan afholde nogen fra at deltage. Vi glæder os meget til at se en flok juleglade og feststemte mennesker.

*P.b.v.
Merete Møller*

Ribe amt



Lokalformand:
Lona Spaanheden
Ådalen 4 E
6710 Esbjerg V
Tlf.: 4117 7051



Kommende arrangement

International stomidag 7. oktober Stomimesse

International stomidag lørdag d. 7. oktober. Fra kl. 12 til kl. 17 inviterer COPA-Ribe amt til åbent hus arrangement med stomimesse i Kirkegade 51, Esbjerg. Dagen igennem er der stande – foredrag – råd og rådgivning.

Der vil være foredrag af urolog Torben Krarup fra Sydvestjysk Sygehus og klinisk diætist Merete Espensen, der udover foredraget har en stand, hvor der gives personlig rådgivning. Foreningen "Læring for Livet" beretter om hjælp til selvhjælp, og har ligeledes en stand. Marianne Gottenborg fra Coloplast og Allan fra Welland/AstoTec viser det nyeste i stomiartikler.

Eto-Garments kommer og viser specialfremstillede stomi- og brokstøttebandager.

Andre stande er med "Colitis Crohn Foreningen", "Kræftens Bekæmpelse", "COPA" med flere, hvor der gives råd og vejledning.



Kommende arrangement

Bustur til Fredensborg 19. september

Bustur tirsdag d. 19. september til Dansac i Fredensborg.

Kommende arrangement

Julekomsammen 7. december

Julekomsammen torsdag d. 7. december, Restaurant Sydvesten, Esbjerg.

P.b.v., John Kyhl

**STØT
COPA**

Send stemplede frimærker til:

**Kjestine Rasmussen
Skibhusvej 171, 1.tv.
5000 Odense C**



Roskilde amt
Lokalformand:
 Jette Frederiksen
 Kirkegårdsvej 7
 Gundsømagle
 4000 Roskilde.
 Tlf.: 4673 0587
 www.roskilde.copa.dk

Kommende arrangement

Generalforsamling 16. oktober

Generalforsamling afholdes på

Møllebo

Nørre Boulevard 101

4600 Køge

med følgende indhold:

Kl. 18.00 Spisning.

Kl. 19.15 Generalforsamling.

Kl. 20.15 Indlæg ved firmaet Coloplast om stomiartikler.

Afslutning kl. 21.30.

Selve generalforsamlingen afholdes med følgende indhold:

1. Valg af dirigent.
2. Formandens beretning.
3. Regnskab.
4. Valg.
5. Kommende aktiviteter.
6. Indkomne forslag.
7. Eventuelt.

Tilmelding til spisning til Anni Hulstrøm på tlf. 5614 2601

senest 8. oktober:

P.b.v. Jette



Kommende arrangement

International stomidag 7. oktober

Invitation

COPA Roskilde amt inviterer til international stomidag

Sted: Køge Sygehus.

Tidspunkt: Lørdag d. 7. oktober kl. 14.00 (der er adgang til auditoriet fra kl. 13.30).

Hvor: Det nye auditorium. Der vil være opsat tydelige skilte, når du går ind ad hovedindgangen. Der er meget fine adgangsmuligheder til dette lokale med elevator.

Invitationen gælder alle medlemmer af COPA Roskilde amt og deres pårørende samt alle på medicinsk/kirurgisk afdeling som har lyst til at være med. Ligeledes er CCFs medlemmer inviteret til denne dag (Colitis-Crohn Foreningen).

Fra sygehuset deltager:

- Stomisygeplejerske Bente Carlsen, Roskilde
- Stomisygeplejerske Anne Grete Olsen, Køge
- Kirurg fra Køge Sygehus.

Program:

13.30 Dørene åbnes til auditoriet.

14.00 Kirurgen holder foredrag og viser film om bla. a.: Nye operationsteknikker i forb. med stomioperation. Efter foredraget vil der være mulighed for at stille spørgsmål.

15.00 Vore leverandører: Kirudan og Eto Garments har en stand i forhallen til auditoriet hvor de viser produkter frem og svarer på spørgsmål. Anne Grete Olsen og Bente Carlsen er til stede her, så dem har du også mulighed for at få en snak med.

Samtidig vil COPA være vært ved et lettere traktement.

Ca. 16.00 slutter vi og siger tak for i dag.

Der er gode transportmuligheder til Køge Sygehus:

Tag toget til Ølby Station og herfra bus 121 til sygehuset.

Afgang fra Ølby kl. 13.37.

Vi glæder os til at se dig

COPA Roskilde amt



**Invitation til alle stomiopererede
 Temadag med fokus på kost**

den 27. september 2006 kl. 12.30 - 17.00 på adressen:

Roskilde kongrescenter

Møllehusvej 15

4000 Roskilde



Fra kl. 15.00 - 16.00 er der foredrag om kost af Klinisk diætist Christel Christensen Holle.

Coloplast Danmark arrangerer denne temadag i samarbejde med Stomiforeningen COPA og Colitis-Crohn Foreningen.

Du vil møde COPA og Colitis-Crohn Foreningen, der giver information og deler deres erfaringer med dig.

Hele dagen får du mulighed for:

- Personlig kostvejledning af Klinisk diætist Christel Christensen Holle.
- Personlig vejledning om de nyeste stomihjælpemidler.

Besøget er gratis og er for alle stomiopererede.


Tilmelding til bestyrelsesmedlem

Tove Christiansen, tlf.: 4613 9628 efter kl. 18.00.

Sidste tilmeldingsfrist d. 26/9-2006.

Evt kan tilmelding mailes på adressen:

tove@christiansen.mail.dk



**Sønderjyllands
amt**

Lokalformand:
Jytte Holdt
Østerskovvej 2,
Simmersted, 6500 Vojens
Tlf.: 7450 6333.

Siden sidst**Det var så den sommer**

Sommerferie - ja sikken ferie med tropevarme nær de 35°C.

Først pynter man terrassen med krukke, fyldt med smukke blomster dernæst pæne hynder og til sidst køber man en ny dug til bordet (man har da lidt stil). Weber-grillen gøres ren og står klar til pølser og steak. Nu er det sommer i lille Danmark. Pølserne bliver forbrændt – steaken får for lidt eller for meget - ikke at forglemme alt det råkost - vinen er for varm og smagen kan vi diskutere. Ja vi hygger os, men der er nu meget varmt. Ny investering: en haveparasol må vi da ha.

Blomsterne i krukke får for lidt vand, og ligner noget der hører hjemme i kompostbeholderen. Dugen er overtegnet med tusch-pen (børnene skal da hygge sig) grillen er sat til sidde - nu står det på koldskål. Vi er emigreret om bag huset - i skyggen til ukrudt og gamle knækkede fliser - sidder på de gamle kasserede stole.

Det var så den sommer – de lette tøjstykker er rigtig blevet luftet og klage gør vi ikke.

Det er nu slut med ferien - vi er godt i gang med foreningsarbejdet igen. Bestyrelsen har mange ting på programmet – kom og vær med.

Siden sidst**Temadag om kost**

Coloplast Danmark arrangerede temadag ”Temadag med fokus på kost” Alle har fået skriftlig invitation angående dette møde, som blev afholdt d. 4. september.

Kommende arrangement**Temaaften om depression 26. september**

Den 26. september kl. 19.00 vil Kræftrådgivningen i Sønderjyllands amt i samarbejde med patientforeningerne: De brystopererede – KIU – COPA – PROPA – Dalyfo afholde en temaaften om depression.

Arrangementet foregår på Røde Kro, 6230 Rødekro.

Arrangementet er gratis. Der kan købes kaffe og ostemad for 45.00 kr. Forplejning bestilles ved tilmelding.

Det at få kræft er en stor fysisk og psykisk belastning.

Det er naturligt, at man oplever en tristhed og bekymring i

COPA Sønderjyllands amt fortsætter næste side)

Kirstine Hardam

Vi har altid
førende
produkter
på lager!

Coloplast

dansac

Hollister

ConvaTec

biotrol pharma

- når det gælder:

Stomi-artikler
Sårbehandlingsbandager
Inkontinens-produkter

Vi løser hver opgave individuelt og giver os altid god tid, så netop du får den løsning, der er bedst for dig!

Permanent udstilling af alle produkter

Kontortid hver dag fra:

Kl. 8.30-16.00 på
tlf. 97 42 32 33

- Portofri levering fra dag til dag.
- Ingen ekspeditionsomkostninger.
- Ingen grænse for mindste leverance.
- Fordelagtige priser
- Konsulentbistand



Måbjerg Skolevej 46-48 · 7500 Holstebro
Tlf. 97 42 32 33 · Fax 97 42 80 14
E-mail: post@hardam.dk

forbindelse med sygdommen. Følelserne kan skifte mellem optimisme, pessimisme, fortrøstning, angst, glæde og vrede og ind i mellem også tristhed, sorg og modløshed. Hvis tristheden og de mørke tanker er vedvarende, kan det være tegn på, at en depression er under udvikling.

Det er vigtigt, at man opdager en depression så tidligt som muligt - måske kan man da undgå at den udvikler sig.

Tab af kontrol over sit liv, usikkerhed, angst, træthed, smerter er nogle af de faktorer, der øger risikoen for at udvikle en depression.

En depression kan og bør behandles - både for patientens men også for familiens skyld.

Hvordan opdager man en depression og hvordan kan den behandles?

Efter oplæggene vil der være mulighed for spørgsmål og diskussion.

Sæt kryds d. 26. september kl. 19.00. Sted: Røde Kro

Sidste frist for tilmelding: d. 19. september

på telefon 7462 5150 eller via E-mail: aabenraa@cancer.dk

Anne Lise 7452 0091.



Kommende arrangement

International stomidag

Tirsdag d. 3. oktober vil vi gerne invitere dig/er til en spændende aften. Sted: Røde Kro kl. 19.00.

Vi får besøg af overlæge Søren Svane fra Sønderborg sygehus. Han vil fortælle om de forskellige former for operationer, brok og senkomplikationer. Stomisygeplejerske Anne Jørgensen fra Sønderborg sygehus vil fortælle om hendes arbejdsområde. Har du spørgsmål til Søren og Anne er du velkommen til at spørge.

Forhandler Danpleje, Århus, med konsulent Pia Jensen og konsulent Bodil Sørensen, vil fortælle om deres arbejdsplads og arbejdsområde. Inge Rodhe fra kundeservice er også tilstede denne aften. Inge vil fortælle hvad der sker fra bestilling af varer, til de bliver leveret ved døren. Det er dejligt at få sat ansigt på, hvem man taler i telefon med. Der vil samtidig være mulighed for at se nye produkter fra diverse leverandører. Konsulenter og udstilling af stomi-produkter vil være tilstede fra kl 18.30.

Kom og vær sammen med os og få en hyggelig aften. Aftenen er gratis. På grund af forplejning og borddækning er tilmelding nødvendig. Bestyrelsen glæder sig til at se dig/er.

Sæt kryds tirsdag d. 3. oktober. Røde Kro kl. 19.00.

Tilmelding: senest d. 28. september.

Anne Lise tlf: 7452 0091 eller Carl tlf: 7472 3981



Kommende arrangement

Julefrokost og banko 26. november kl. 12.00

Vi nærmer os tiden hvor vi skal holde vores jule-hygge-dag. Bestyrelsen er allerede i gang med forberedelserne - det er et stort forarbejde med hensyn til gaver til banko og sammensætning af menu, men vi gør vores bedste i bestyrelsen. Det er måske tidligt, at skrive om dette, men alle jer der vinder mange gaver skal jo ha tid til at gøre trailer klar - eller som nogen fortalte sidste år - få bilen skiftet ud med en med mere plads til gaverne (vi må håbe det hjælper).

Foreningen vil i år igen finde en flot hovedpræmie.

Anne Lise tager sig af gevinster. Man er velkommen til at medbringe en gave - men det er ikke et krav.

Günther vil igen rode med sine brikker og Christa brøler numre op, som hun plejer. Resten af bestyrelsen - Carl og undertegnede - hjælper efter behov.

Vi glæder os til at få en hyggelig dag sammen med jer. Det er dejligt at se så mange glade stomister og pårørende.

Pris for medlemmer/støttemedlemmer - incl. 3 spilleplader er kr. 125,00. Pris for ikke-medlemmer kr. 175,00.

Julefrokost på Kværs Kro, Kværsgade 9-11, 6300 Gråsten.

Dato: Søndag d. 26. november kl. 12.00.

Tilmelding senest d. 23. november.

Jytte tlf: 745 06333 Anne Lise tlf: 7452 0091.

P.b.v. Jytte Holdt

Viborg amt

Lokalformand:
Vagn Færch
Norgaardsvej 112 B
7800 Skive
Tlf.: 97 52 16 86

Kommende arrangement

Generalforsamling 18. november

Generalforsamling afholdes på Hotel Hilltop, Skive lørdag den 18-11 kl. 12.00. Sæt venligst allerede nu kryds i kalenderen. Skriftlig indbydelse med program følger senere.

Stomiambulatoriet på Thisted Sygehus, Nord Ny oplysning

Ny oplysning angående stomiambulatoriet på Thisted Sygehus, Nord - oplysninger og råd angående alt om stomi kan nu indhentes på det nye ambulatorium, der holder åbent hver tirsdag fra kl. 08.00 til 15.00; telefortid kl. 08.00 - 09.00, tlf.: 9617 6365. Gem telefonnummeret.

Der gives råd pr. telefon men ønskes personlig rådgivning kan der aftales en tid på ambulatoriet. Tilbuddet gælder alle stomiopreerede og pårørende, der gives også oplysninger inden eventuel operation.

P.b.v. Birgit

Vejle amt



Lokalformand:
Else Rasmussen
Bjolderupvej 18, 6000 Kolding
Tlf.: 7552 4512



Kommende arrangement

Fælles arrangement

COPA Fyns amt og COPA Vejle amt

International stomidag

Lørdag 7/10 kl. 11.00-16.00

Lørdag den 07.10.2006. er der international stomidag. Det vil være en dag, hvor vi gør opmærksom på os selv, og hvor vi og andre kan få nyt at vide om, hvad det vil sige at have fået en stomi, og hvilke muligheder der herefter er for at få en dagligdag til at fungere.

Vejle og Fyns amter er gået sammen om at få en spændende og god dag ud af dette og har derfor inviteret nogle mennesker til at forestå alt det officielle:

Klokken 11.00 åbner seancen ved:

Borgmester for Ny Horsens, Jan Trøjborg.

Klokken 12.00-13.00 Professor overlæge Niels Quist vil, på en spændende og humoristisk måde fortælle om stomioperationer og om, hvad der sker af nye tiltag på området.

Klokken 13.00- 14.00 holder vi en frokostpause og får lidt at styrke os på.

Klokken 14.00- 15.00 skal høre hvad diætisten, Christel Christensen Holle, vil fortælle om kost og stomi, og måske hvad vi helst skulle have spist, da vi havde pause.

Herefter er der tid til at snakke med os og hinanden og se den udstilling der også vil være. Vi slutter kl. 16.00.

Denne spændende dag foregår:

"Salen", Nygade 2 1.sal 5500 Middelfart,

ikke ret langt fra Kulturøen, for dem der er kendt på Fyn. Udover de nævnte talere vil der være firmaer til at vise deres produkter: ETO Garments, stomi, brok og støttebandager. • Stomiprodukter ved sygeplejerske/konsulent Karen Blok, Vejle. • Brochurer fra COPA.

Dette er en enestående chance for dig og dine pårørende til at opleve, hvad der sker, hvis eller når en person får en stomi. Derfor, tag din nabo og dennes nabo ved hånden og tag dem med til International stomidag den 7.oktober.

Vi glæder os til at se jer alle.

Else Rasmussen, COPA Vejle amt og

Poul E. Andersen, COPA Fyns amt.



Kommende arrangement

Generalforsamling 18. november

Vejle amt indbyder til generalforsamling, med efterfølgende spisning Lørdag d.18/11 06. kl. 11.00.

Mødet bliver afholdt på

Den gyldne Hane

Christians d.4. vej 23

6000 Kolding.

Dagsorden:

Velkomst.

Bestyrelsen aflægger beretning.

Kassereren forelægger lokalforeningens reviderede regnskab.

Bestyrelsen fremlægger aktivitetsplan for det kommende år.

Behandling af indkomne forslag. (Skal være formanden i hænde senest 8 dage før.)

Valg: På valg er:

Kassereren Kirsten Pedersen, modtager genvalg.

Bestyrelsesmedlem Hanne Westergaard, modtager genvalg.

Suppleant Jonna Jacobsen,

Revisor Bennie Rasmussen, modtager genvalg.

Revisorsuppleant Emil Larsen, modtager genvalg.

Eventuelt.

Efter mødet vil Karen Blok vise de nye ting (bla. smid i toiletet poser), og svare på spørgsmål.

Derefter vil der blive en lille pause, til diverse ting.

Ca. kl. 13.00 er der julehygge med spisning; til spisning er tilmelding nødvendig.

Tilmelding kan ske til:

Else på tlf.: 75524512 el. e.mail: elsera@stofanet.dk

Lotte på tlf.: 75893345 el email.: lwackerhagen@stofanet.dk

Tilmeldning senest: Mandag d. 13/11 06

P.b.v. Else Rasmussen



Ny COPA brochure

Når børn får stomi hvad så?

I samarbejde med Rigshospitalet, København og Odense Universitets Hospital har COPA udgivet en brochure, der henvender sig til børn, der skal have anlagt en stomi og deres forældre.

Forældregruppen skriver i et forord bl.a.:

"Når et barn skal have anlagt en stomi, er det vigtigt, at forældrene reagerer positivt og optimistisk over for barnet. Ofte kan en stomi sætte en stopper for et langt og sejt sygdomsforløb. Vores børns livskvalitet bliver ikke forringet af en stomi, blot skal vi forældre lære at acceptere den som en del af barnet. Tryghed, ro og regelmæssighed spiller en langt væsentligere rolle i barnets opvækst, end det at have en stomi".

**Brochuren kan rekvireres på COPAs sekretariat,
tlf. 5767 3525.**

Vestsjællands amt

Lokalformand:
Torben Hansen
Prinsessevænget 18, st.th.,
4100 Ringsted.
Tlf.: 5761 5623.
E-mail: torbenmichaelhansen@msn.com

Siden sidst

Sommerudflugt til Sejerø

På en pragtfuld sommerdag mødtes vi på havnen i Havnsø kl. 9.30 lørdag den 15. juli. Kl. 9.50 sejlede 40 glade medlemmer til Sejerø. På færgen var der en del folkedansere, og på deres foranledning fik vi startet sejlturen med en af vort hjemlands vemodige sange, "Jeg ser de bøge lyse øer" - rigtig hyggeligt. Vi fik også tid til en lille en til halsen.



Kl. 10.40 ankom vi til Sejerø, der var et lille stykke vej at gå, men vejret var godt og vi skulle først spise kl. 12.00 så vi havde god tid, nogle satte sig i skyggen ved gadekæret andre var oppe og se kirken som er meget flot, der blev også tid til at se en opvisning af folkedansere der var arrangeret på et plejehjem.

Kl. 12.00 var vi tilbage ved Sejerø kro, det er en rigtig gammel og hyggelig kro, hvor man får god mad og der er nok af den. Under middagen gik snakken rigtig godt og vi spillede amerikansk lotteri i en atmosfære af almindelig hygge - der er efterhånden en del der kender hinanden. Efter maden - som var rejcocktail og flæskesteg med alt tilbehør - fik vi kaffe og kage.

Vi var også på bustur hele øen rundt - øen er 12 km lang og 2½ km bred. Det var Lene, der havde fået arrangeret, det var med en god guide som boede på Sejerø; alle tiders tur. Kl. 17.00 var vi tilbage på havnen igen, og vi sejlede til Havnsø kl. 17.40. Jeg tror alle havde en god dag.

P.b.v. Torben Hansen

Sejero nord.



Sydspidsen af Sejerø.



Århus amt

Lokalformand:
Lis Lene Carstensen,
Hobrovej 92, 8900 Randers
Tlf.: 8642 6979

Rådgivning på Århus Amtssygehus indgang 1 A, 2. Sal

Lokalet til venstre for trappen/elevatoren (mellem afdeling 260 og 280)
Mulighed for en samtale med en ligestillet.
21. september kl. 16.00 – 17.30
5. oktober kl. 16.00 – 17.30
19. oktober kl. 16.00 – 17.30
2. november kl. 16.00 – 17.30

Stomiposer til Ukraine

OBS: Ved alle arrangementer i Århus amt er der mulighed for at medbringe "overskudsposer" og aflevere dem til bestyrelsen. Vi vil samle dem sammen og sørge for, at de kommer til Ukraine, hvor der er hårdt brug for dem.

Aktivitetskalender COPA Århus amt perioden 15. september 15. november

- 20. september Sammenkomst i Silkeborg
- 6. oktober Den internationale stomidag markeres i Århus Rådhusal
- 18. oktober Bowling i Silkeborg
- 19. oktober Sammenkomst i Randers

Kommende arrangement

Samvær i Silkeborg 20. september

Så er det atter tid til hyggeligt samvær i Silkeborg. Vi mødes onsdag d. 20. september kl. 19 i lokale 4 i Medborgerhuset Søvej 3, Silkeborg. COPA er vært ved en kop kaffe og kage. Vi håber at se rigtig mange til behageligt samvær med andre stomister. Ring og hør nærmere, vi glæder os til at møde jer. Kirstine Nonbo tlf. 8685 3085 er kontaktperson.

Kommende arrangement

Bowling i Silkeborg 18. oktober

Onsdag 18. oktober mødes vi hos Big Bowl. Chr. 8.s vej 7 i Silkeborg kl. 16.45 for at få tid til at finde sko, der passer, inden vi kl. 17 går i gang med en festlig bowlingdyst. Alle kan deltage, også de, der aldrig har prøvet før.

Efter spillet er der dækket op til en dejlig buffet i restauranten, så vi kan spise os mætte oven på anstrengelserne og i ro og mag fortsætte snakken.

Pris pr. person kun 50 kr.

Da vi skal bestille baner, må vi bede om tilmelding *senest onsdag d. 11. oktober:*
Kirstine Nonbo 8685 3085.

Kommende arrangement**Sammenkomst i Randers 19. oktober**

Torsdag d. 19. oktober er der sammenkomst i Fritidscentret i Randers kl. 14.00 til 16.30. Alle er velkomne til hyggeligt samvær og en snak om livet med stomi. Vi vil gerne bede jer tilmelde jer senest dagen før, så køber vi kager, og Lis Lene og Anna Marie sætter vand over til kaffe og te.

Ring til Anna Marie Malling Olesen 8643 4337 eller Lis Lene Carstensen 8642 6979.

Kommende arrangement**Svømmeaften i Århus 1. november**

Onsdag d. 1. november kan din lokalafdeling tilbyde pleje af krop, lemmer og hud. Kl. 18.00 mødes vi ved billetsalget i Svømmehallen, Spanien, Århus. Efter ca. 1 1/2 time med svømning, og dasen i spa bassinet, afslapning i sauna, og hudpleje med olie m.m. går vi samlet på restaurant. Her er foreningen vært ved et måltid mad inkl. drikkevarer.

Du/I skal ikke være bange for at klæde om sammen med "normale" personer. Du/I er ikke alene med pose på maven. Der vil være et par andre mænd og kvinder fra COPA, som bader og klæder om sammen med dig/Jer.

Tilmelding *senest den 24. oktober*:
Mariann Olesen 8696 3449.

Siden sidst**Dejlige oplevelser - på bustur i Midtjylland**

Søndag d. 18. juni var stomiforeningen COPA Århus amt på udflugt til Aqua i Silkeborg. Det var en dejlig oplevelse. Vi ankom 44 personer kl. 11 og blev delt mellem de 2 guider. Vi fik en interessant rundvisning. Guiderne og dyrepasseerne var dygtige fortællere. Bæverne blev vækket, så vi kunne se dem. De flød ud som sovende træstammer; men en vågnede pludselig op og greb sin kløende hale og kradsede den ihærdigst. Det så fuldstændig ud, som den gav et nummer på guitar. Minken havde 5 unger, som den havde sit hyr med. Da mor mink syntes, at de havde leget nok og ville have dem ind i huset, fik hun problemer. De ville ikke ind. Så tog hun dem i nakkeskindet og bar dem ind en ad gangen. Men de smuttede da lige så hurtigt ud igen. Vi fik at vide, at det sommetider forgik under højlydt skrigeri fra de ulydige unger. Her troede man at de vilde dyr havde mere styr på deres afkom end vi har. Vaskebjørnene fik mad, bananerne var åbenbart deres livret, de blev hurtigt pillet fra. Tænk at de er sådan nogle drillepinde at have i nabolaget. De ikke bare vælter skraldespandene og roder i dem. De er også slemme til at åbne de udendørs vandhaner, og kan finde på at gå på besøg i huse gennem kattelemmen.

Danske fisk var der også mange af, her kunne vi rigtig se hvor rig naturen er under vandoverfladen. Karperne i rørebassinet gav et ordentligt smækkys på hånden.

Så var det tid at få noget at spise. Café Aqua serverede en pragtfuld buffet med meget lækker mad, som vi nød med stor fornøjelse. Vi sluttede med ostanretning og dejlige kager til kaffen. Og så begav vi os ud på opdagelse på egen hånd. Overalt hvor vi kom, stod personalet parat til at fortælle. Vi var meget glade for hele tiden at blive gjort opmærksom på, hvor der foregik noget spændende.

Klokken 14.30 kørte bussen os videre til Himmelbjerget. Vi nød det dejlige vejr og den flotte udsigt. Nogen af os steg ned af bjerget til søen og så Hjejlen lægge ud. Så asede vi op igen og besøgte souvenir boderne og til sidst nød vi en sodavand sammen, inden vi blev kørt hjem af vores flinke chauffør.

Efter en smuk tur fra Silkeborg til Randers vendte vi næsen mod Århus. Men vi nåede kun til Skejby bakken; her pjaskede kølervæsken ud af bussen. Chaufføren måtte holde ind til siden; den bus kørte ikke længere; men han skaffede resolut taxier til os med det samme, så vi alle kunne komme rettidigt hjem. Tak for det.

Tak til alle deltagerne for hyggeligt samvær og til Aqua for en dejlig oplevelse og til chaufføren for en fin tur.

P. b. v.

Lis Lene Carstensen

Kommende arrangement

International stomidag
fredag den 6. oktober kl. 14.00 - 18.00
i Århus Rådhus, Århus

COPA Århus amt inviterer til: International stomidag,
motto: Living to the Full

Program

- 14.00** Åbning, Formand for sundhed og omsorgsudvalget Margrethe Bogner.
- 14.10** Formand for COPA Århus Lis Lene Carstensen.
- 14.15 - 15.00** Udstilling v/ forhandlere af stomiprodukter.
- 15.00** Foredrag, landsformand Henning Granslev
- emne: Stomiforeningen COPA.
- 15.30** Foredrag, overlæge Anders Tøttrup
- emne: Stomiens historie og udvikling.
- 16.00** Foredrag, stomist Mette Nielsen
- emne: "Et bedre liv med stomi".
- 16.30** Foredrag, stomisygeplejerske Dorthe Rafn
- emne: OSTOMY FORUM - International studie.
- 17.00 - 18.00** Udstilling v/ forhandlere af stomiprodukter.

Trakteмент: Kaffe eller te m/småkager i receptionslokalet.

Forhandlere på udstillingen:

**Danpleje • Kirstine Hardam • Inge Lise Sørensen •
Sahva Care • Karen Blok • Kirudan • Abena.**





Forældregruppen

Kontaktperson:
 Rolf Nielsen
 Bøgeskov Høvej 9 B
 8260 Viby J
 Tlf.: 8737 6707 Fax: 8628 7831



Kommende arrangement

Invitation til familieweekend for familier med stomi-/reservoieropererede børn eller børn med afføringsvanskeligheder

Så nærmer tiden sig for dette års familieweekend, og Vejle Center Hotel glæder sig til at se os den 13. til den 15. oktober.

I år skal vi bl.a. høre nyt om socialloven og om hygiejne.

Året weekend vil også byde på andre aktiviteter, som vi ikke vil løfte sløret for nu.

Husk, at der er stort svømmebad i tilknytning til hotellet, så det er en god ide at medbringe badetøj!

Prisen pr. deltager:

- fra 0 til 3 år er kr. 0,00
- fra 3 til 15 år er kr. 300,00
- Fra 16 år kr. 400,00.

I prisen er ophold, mad, drikkevarer (1 genstand pr. måltid) samt billet til de arrangerede udflugter.

Tilmeldingsfrist den 30. september.

Evt. spørgsmål kan rettes til:

Rolf Nielsen, Bøgeskov Høvej 9 B

8260 Viby J • Telefon 8737 6707 (efter kl. 16.30)

E-mail: pn-plantedekoration@mail.tele.dk

Forældregruppen håber på at hilse på mange nye medlemmer og på et gensyn med alle jer andre. Vel mødt i Vejle.

Mange hilsner fra Forældregruppen

PS: Husk ved tilmelding at oplyse hvis der skal bestilles diætmad eller lign. samt om de unge mennesker ønsker værelse sammen med andre unge.

Tilmelding

Ja tak, vi vil gerne deltage i familieweekenden i dagene fra den 13. til den 15. oktober På Vejle Center Hotel, Vejle/park inn Rezidor SAS

Barnets for- og efternavn.....

Barnets fødselsdag dag/måned/år.....COPA-medlemsnummer

Forældres navne.....

Adresse.....

Postnummer.....By.....

Telefonnummer.....Diagnose/stomitype.....

Søskende navn.....

Søskende fødselsdag dag/måned/år.....

Evt. bemærkninger.....

*Send tilmelding til COPA, Sekretariatet, Sct. Hansgade 26B, 4100 Ringsted **senest den 30. september** (girokort, program, kørselsvejledning og deltagerliste bliver fremsendt).*



Urostomigruppen

Kontaktpersoner:
 Ruth Træholt
 Nygade 15, 4.th.
 9400 Nørresundby
 Tlf.: 9817 1032
 Lotte Andersen
 Brovænget 10
 2830 Virum
 Tlf.: 45 85 64 56

Kommende arrangement

Møde om kost og krop den 30. september Til alle urostomiopererede og deres pårørende.

Så er det igen tid til det årlige møde for urostomiopererede og deres pårørende. Husk det er fra hele landet.

Temaet denne gang er "kost og krop". Hvad betyder kosten for vores krop, vores velbefindende og meget mere.

Vi har inviteret klinisk diætist Christel Christensen Holle. Det bliver lørdag den 30. september fra kl. 11 til 17.

Vi mødes på *Restaurant Stadion, Christmas Møllersvej 2, Odense V.*
 Tlf. 66178903.

Vi forestiller os dagen vil forløbe således:

- Vi mødes kl. 11.00.

Den første time er fri. Måske finder vi en, der har erfaring i, hvad der sker med vores tarme, når vi har fået lavet en

stomi. Ellers er der fri "snak" over bordet. Fremtidige emner til det årlige møde vil være meget vigtig for os at tale om. Husk I kan altid ringe til enten os eller Britta med alle gode ideer. Vores tlf. numre står bag på bladet. Britta, COPAs sekretariatsleder, har tlf. 5767 3525.

- Kl. 12.00

er der varm mad. Drikkevarer skal vi selv betale. Senere vil der blive serveret kaffe.

- Kl. 13.30 til kl. 16.30

er der så foredrag ved klinisk diætist Christel Christensen Holle.

Du kan f.eks. skrive "dagbog" over, hvad du spiser i løbet af en uge, tage den med og få forslag til eventuelle ændringer i din kost. Skriv det hele også mellemmåltider.

- Kl. 16.30 til kl. 17.00.

siger vi farvel og på gensyn efter en forhåbentlig god og spændende dag sammen med andre, der også har stomi.

Ruth og jeg håber dette kan have jeres interesse. Vi glæder os til at se rigtig mange i Odense den 30. september.

Tilmelding *senest 20. september:*

COPAs sekretariat, tlf.: 5767 3525 mail: sekretariatet@copa.dk

Rigtig god sensommer til alle.





*Mange hilsner
 fra Ruth og Lotte*

Inge-Lise Sørensen ApS



Som bruger af kropsbårne hjælpemidler kan der ofte opstå spørgsmål, som kræver indsigt og forståelse fra omverdenen. Hos Inge-Lise Sørensen ApS har vi gjort det til vores opgave, at servicere og koncentrere vores kræfter om at løse denne opgave, hvor du som kunde sættes i højsædet og hver opgave løses ud fra dit behov.

VI TILBYDER:

-  Kompetent rådgivning af specialuddannede sygeplejersker.
-  Individuel tilpasning i eget hjem.
-  Vi bygger på mere end 50 års branche-kendskab.
-  Levering fra dag til dag.
- Gratis forsendelse af prøver.

KOM, SE OG PRØV UDVALGET I:

- Stomiprodukter
- Inkontinensprodukter
- Sårplejeprodukter
- Brystproteser
- Speciale: brokbandager
- Hjælpemidler
- Fodtøj
- Såler/Indlæg
- Undertøj/Lingeri
- Sports/Specialbandager
- Badetøj
- Kompressionsstrømper

ELLER GÅ IND PÅ VORES HJEMMESIDE OG SE MULIGHEDERNE PÅ NET-BUTIKKEN: WWW.ILS.DK

Gå ikke over åen efter vand!

...når du har brug for kropsbårne hjælpemidler, som f.eks. stomiprodukter.

Husk! iflg. loven er der frit leverandørvalg. Du kan derfor benytte os som din leverandør.

Husk! Vi vil gøre alt for at yde den bedste betjening og du er altid velkommen til at kontakte os.

Yderligere information alle hverdage fra kl. 8.00 ring 49 21 00 44.



SPECIALISTER I SYGEPLEJEARTIKLER

**Badevej 2
 3000 Helsingør
 Tlf. 4921 0044
 Fax 4921 0257
www.ils.dk
 E-mail:
info@ils.dk**

Tlf.ekspd.:
 man-ons 8.00-16.00
 tors 8.00-18.00
 fre 8.00-15.00
 (Tidsbestilling anbefales v/måltagning)

**BEMÆRK!
 HT SERVICEBUS
 NÆSTEN TIL
 DØREN
 OG P-PLADS LIGE
 VED DØREN.**

PRODUKTINFORMATION

Nu lancerer Dansac et nyt Nova filter

Der kommer luft fra stomier, i større eller mindre grad, alt efter stomitype. Dansac Nova stomiposer er derfor forsynet med et filter for at give gasserne mulighed for at sive ud af posen.

Der er to vigtige krav til et filter:

For det første må der ikke komme lugt ud af posen. Kullet i filteret skal neutralisere de lugtende gasser på deres vej gennem filteret. Jo længere tid de er om at komme gennem filteret jo bedre rensning.

For det andet skal passagen være så hurtig at posen ikke blæses op som en ballon.

Det er to modsat rettede krav, som kræver en hårfin balance. I Dansac ser vi det som en udfordring, vi arbejder løbende på forbedringer af filteret.

Alle Dansac's filtre indeholder 100% aktivt kul, baseret på forkullet tekstil. Overfladen på det aktive filter, er afgørende for hvor meget kul de lugtende gasser møder på deres vej gennem filteret. For at udnytte det vævede grundmateriale optimalt, har vi åbnet strukturen i vævningen. Det har medført en hurtigere passage og samtidig givet en større kuloverflade i filteret.

Ændringen af det nye Nova filter har medført 25% bedre rensning at gassen samtidig med at luftgennemstrømningen er øget med 35%.

Fordelene med det forbedrede Dansac Nova filter er:

- Minimal risiko for ballon-dannelse af posen
- Indbygget bakteriefilter
- Ingen afføring gennem filteret
- Minimerer vacuum i posen
- Ingen blokering af filteret
- Fjerner lugt.

Udskiftning sker løbende og vi forventer at have nye filtre på alle Nova poser efter sommerferien.

Du kan kontakte Dansac's kundeservice på tlf. 4846 5036, hvis du vil høre mere om det nye filter eller ønsker en produktprøve.



Stomiambulatorier/Stomiklinikker

Sygehus	Telefonnummer (& evt. ringetid)	Konsultation
2100 Rigshospitalet, Stomienheden, afd. C2-12-3 2100 Kbh. Ø	35 45 24 26 (09.00 - 09.30)	Efter aftale alle hverdage
2300 Amager Hospital, Stomiambulatoriet 2300 Kbh. S	32 34 32 42	Onsdage 08.00 - 16.00 Efter aftale.
2400 Bispebjerg Hospital, Stomiambulatoriet 2400 Kbh. NV	35 31 26 96 (man.14.00-15.00. tirs-tors 08.00-09.00)	Efter aftale alle hverdage
2600 KAS-Glostrup, Stomiklinikken 2600 Glostrup	43 23 27 47 (man.-fre. 8.30-09.00)	Efter aftale alle hverdage
2650 Hvidovre Hospital, Stomiambulatoriet, 2650 Hvidovre	36 32 36 21 (man.-fre. 08.30-09.00)	Efter aftale
2730 KAS-Herlev, 13. sal, stue 9 2730 Herlev	44 88 44 88, lokal 3949 (man.-fre. 08.00-09.00)	Efter aftale
2900 KAS-Gentofte, kir.amb. D 732 2900 Hellerup	39 77 39 77 lokal 3337 (man.-fre. 08.00-09.00)	Man.-fre.: 08.00-14.00 Efter aftale
3000 Sygehuset Øresund Helsingør, plan 2 afd. 23 3000 Helsingør	48 29 23 30 / 48 29 23 18 (tors. 08.00-09.00)	Efter aftale
3400 Hillerød Sygehus, Stomiambulatoriet 3400 Hillerød	48 29 35 63 (man.,ons.,tors. 08.00-09.00)	Efter aftale

Postnr	Sygehus	Telefonnummer (& evt. ringetid)	Konsultation
3700	Bornholms Centralsygehus 3700 Rønne	56 95 11 65 lokal 2123	1. og 3. torsdag i måneden 09.00-13.00 Efter aftale
3900	Dr. Ingrid's Hospital, Kir.afd. K2 3900 Nuuk, Grønland	00 299 34 00 00 lokal 4251 (man.-fre. 12.00-19.30; lokaltid: 08.00-15.30)	Efter aftale
4000	Roskilde Amtssygehus, Kir. amb. Stomiambulatoriet 4000 Roskilde	47 32 31 60 (tirs. og fre. 08.30-09.00)	Tirs.: kl. 09.00 - 12.00 Fre.: 09.00 - 15.30, efter aftale
4200	Centralsygehuset i Slagelse, Indgang 43 Fælledvej, 4200 Slagelse	58 55 90 00 lokal 9836 (man.,tors.,fre. 08.00-09.00)	Man., tors. og fre.: 08.00 - 15.00 Efter aftale
4300	Centralsygehuset i Holbæk, Afd. A1, Stomiambulatoriet 4300 Holbæk	59 48 43 55 (tirs. 08.30-09.00)	Ons.: 08.00 - 16.00 i lige uger Efter aftale
4600	RASK, Stomiamb. Kir. ambulatorium 4600 Køge	56 63 15 00 lokal 3184 (man. + tors. 08.00-08.30)	Man. + tors.: 08.30 - 15.00
4700	Centralsygehuset i Næstved afd. 19 stuen, 4700 Næstved	55 72 14 01 lokal 4208 (man.-fre. 08.00-09.00 & åbningsdage 09.00-09.30)	Man. - tors.: 09.00 - 15.00
4800	Centralsygehuset i Nykøbing F 4800 Nykøbing F	54 88 53 23 (08.00-09.00)	Ulige uger: Tirs., ons., tors.: 08.00 - 15.00 Lige uger: Man., tirs, tors.: 08.00-15.30
5000	Odense Universitetshospital 5000 Odense C	65 41 15 27 (Hverdage: 11.30-12.00; hotline: 08.00-08.45)	Hverdage: 08.00-15.00 Efter aftale
5500	Middelfart Sygehus, Organ.kir.afd., 2.sal 5500 Middelfart	63 48 41 50	Fre: 08.00-14.00 Efter aftale
5700	Sygehus Fyn Syd, Svendborg, Stomiamb. Dagafsnit K 5700 Svendborg	63 20 20 93	Ons.: 08.30-14.30
5800	Sygehus Fyn Nyborg, Stomiambulatoriet 5800 Nyborg	63 31 28 50 og 63 31 28 56	Man.-fre.: 08.00-15.00
6000	Kolding Sygehus. Organkirurgisk afd. D 6000 Kolding	76 36 24 86 (tors.: 08.00-15.30)	Efter aftale
6400	Sønderborg Sygehus, Stomiambulatoriet 6400 Sønderborg	74 18 22 37 (hverdage 08.00-09.00 samt 12.30-13.00)	Efter aftale
6700	Sydvestjysk Sygehus, Stomiambulatoriet 6700 Esbjerg	79 18 32 17 (man.-fre. 08.00 - 09.00)	Man.-fre.: 09.00 - 15.00 Efter aftale
7100	Vejle Sygehus Stomiambulatoriet, B 120 7100 Vejle	79 40 56 34 (ons. og fre. 09.00 - 10.00)	Ons. og fre.: 08.00-16.00 Efter aftale
7400	Herning Centralsygehus, Stomiambulatoriet 7400 Herning	99 27 21 83 (tirs. 13.30-14.30 og fre. 08.00-09.00)	Tirs.: 10.00 - 18.00 Fre.: 08.00 - 15.00
7500	Holstebro Centralsygehus, Stomiklinikken, Afd. K1. 7500 Holstebro	99 12 53 10 (man.-fre. 10.00-12.00)	Tirs. og ons.: 08.00-16.00 Efter aftale
8000	Århus Sygehus, THG, indgang 11 A Tage Hansensgade 2, 8000 Århus C	89 49 75 25 (man.-fre. 08.00-09.00)	Efter aftale
8200	Skejby Sygehus, Brændstrupgårdsvej, Urostomiamb. Afd. K1, 8200 Århus N	89 49 59 70	Ons.: 08.00-16.00
8500	Grenå Centralsygehus, Sygehusvej 6, indgang A, 1.sal Stomiklinikken, 8500 Grenå	89 58 5720 (onsdag i lige uger: 08.00-8.45)	Onsdag i lige uger: 08.45-15.00
8600	Centralsygehuset i Silkeborg, Parenkym kir.afd. 8600 Silkeborg	87 22 24 30 (tirs. og ons. 08.00-08.30)	Tirs. og ons.: 08.00-15.00 Efter aftale
8700	Horsens Sygehus, Stomiklinikken 8700 Horsens	79 27 46 69 (dgl.: 08.00-15.00)	Efter aftale
8800	Viborg Sygehus, Stomiambulatoriet 8800 Viborg	89 27 21 10 og 89 27 36 11 (man. og tor. 08.00-09.00)	Man. og tor.: 08.00-15.00.
8900	Centralsygehuset i Randers, Organ.kir.amb. 8900 Randers	89 10 25 76 (dgl. 08.00-09.00)	Man.-fre.: 09.00-14.00
9000	Aalborg Sygehus SYD, Stomiklinikken, 4.sal 9000 Aalborg	99 32 25 28 (dgl. 07.30-08.30)	Efter aftale
9800	Hjørring Sygehus, Stomiklinikken 9800 Hjørring	99 64 20 71 (man.-fre. 08.00-14.00)	Man.-fre.: 08.00-14.00 efter aftale

Privathospitalet Hamlet, Stomiklinikken, H.V. Nyholms Vej 21, 2000 Frederiksberg • Tlf. 3817 0500 (hverdage 8-15) • Konsultation efter aftale

Glumsø Portoservice ApS
 Fabrikvej 6
 9490 Pandrup

"Magasinpost"

LOKALFORENINGER / GRUPPER

(Landsforeningen: tlf. 57 67 35 25)

København / Frederiksberg

Peter Sørensen *)
 Århus Plads 6, 2.th.
 2100 København Ø
 Tlf.: 35 38 91 48

Københavns amt

Marianne Hemmingsen
 Spurvevej 1
 2830 Virum
 Tlf. 45 83 52 58

Bornholms amt

Christian Stentoft
 Thorkildsvej 78
 3700 Rønne
 Tlf.: 56 95 21 33

Frederiksborg amt

Gisela Schjøtt *)
 Birkemosevej 30
 3550 Slangerup
 Tlf.: 47 33 44 34

Fyns amt

Poul Erik Andersen
 Mullerupvænget 12
 5230 Odense M
 Tlf.: 66 15 85 12

Lolland-Falster

Marianne Andersen
 Mejerivej 4
 4892 Kettinge
 Tlf.: 54 87 31 00

Nordjyllands amt

Jørgen Dresfeldt
 Viktoriagade 17, 1.th.
 9400 Nørresundby
 Tlf.: 40 50 09 90

Storstrøm Nord

Merete Møller *)
 Ærtebjergvej 28
 Lund
 4660 Store-Heddinge
 Tlf. og fax: 56 50 80 42

Ribe amt

Lona Spaanheden
 Ådalen 4 E
 6710 Esbjerg V
 Tlf.: 41 17 70 51

Ringkøbing amt

Niels Smed Christensen
 Tværvej 4
 7790 Thyholm
 Tlf.: 97 87 52 90

Roskilde amt

Jette Frederiksen
 Kirkegårdsvej 7, Gundsømagle
 4000 Roskilde
 Tlf.: 46 73 05 87

Sønderjyllands amt

Jytte Holdt **)
 Østerskovvej 2
 Simmersted
 6500 Vojens
 Tlf.: 74 50 63 33

Vejle amt

Else Rasmussen
 Bjolderupvej 18
 6000 Kolding
 Tlf.: 75 52 45 12

Viborg amt

Vagn Færch
 Norgaardsvej 112 B
 7800 Skive
 Tlf.: 97 52 16 86

Vestsjællands amt

Torben Hansen *)
 Prinsessevænget 18, st.th.
 4100 Ringsted
 Tlf.: 57 61 56 23

Århus amt

Lis Lene Carstensen
 Hobrovej 92
 8900 Randers
 Tlf.: 86 42 69 79

Forældregruppen

Rolf Nielsen
 Bøgeskov Høvej 9 B
 8260 Viby J
 Tlf.: 87 37 67 07 / Fax: 86 28 78 31

Ungdomsgruppen

Kontakt
 COPAs sekretariat.

Crohngruppen

Øst: Merete Møller
 Ærtebjergvej 28, Lund
 4660 Store-Heddinge
 Tlf.: 56 50 80 42

Vest: Frank Berthelsen
 Danasvej 9
 8450 Hammel
 Tlf.: 86 96 65 11

Familiær Adenomatøs Polypose gruppen

Sven Kjærsgaard Jensen
 Møllehaven 2 A
 6430 Nordborg
 Tlf.: 74 45 42 04

Urostomigruppen

Ruth Træholt
 Nygade 15, 4.th.
 9400 Nørresundby
 Tlf.: 98 17 10 32
 Lotte Andersen
 Brovænget 10
 2830 Virum
 Tlf.: 45 85 64 56

*) Medlem af COPA's forretningsudvalg.

**) Suppleant i COPA's forretningsudvalg.