

STOMIFORENINGEN COPA - STIFTET 1951
Juli/August Copa-blad 4/97

I dette nummer bl.a.:

Med COPA i 'Den Gamle By' i Århus

.....se side 25.

Hverdagsglæder, frit valg af COPA-lokalforening og brevkasse

Af: Flemming Lejbølle

NYT FRA LANDSFORMANDEN

Hverdagsglæder

Så er sommeren over os, og det er tid til at hente vitaminer til den mørke tid. Jeg henter dem ved at gå ind i mit drivhus eller slå græsplænen, ved at lege med mine børnebørn eller snakke i telefon med min søn. Jeg henter dem ved at begive mig ud og opleve begivenheder sammen med andre, se andre steder eller snakke med andre mennesker end dem jeg ser til hverdag. De små hverdagsglæder gælder det blot om at opdage, de nye impulser fra andre gælder det om at opsøge. Det er vigtigt, at vi bliver gode til begge dele. Vort feriearrangement i Ry er et tilbud om det sidste, og jeg glæder mig til seks dage med oplevelser for alle sanser sammen med 60 andre, som også har lyst til at holde ferie sammen. Det er vigtigt at komme ud, fordi det betyder glæde ved at komme hjem, og fordi det betyder et forråd af oplevelser, som man kan tære på. At se og føle naturen og snakke rigtigt med andre giver en helt anden oplevelse af at leve end en aften i selskab med TV.

Medlemskab af en lokalforening

Efter at have fået henvendelse fra et medlem har forretningsudvalget drøftet muligheden af at være medlem af en anden lokalforening end den, man er bosiddende i. Man har vedtaget at dette kan lade sig gøre. Man skal i givet fald meddele sekretariatet det inden 1. december og vil så fra 1. januar det efterfølgende år være fuldgyldigt medlem af den ønskede lokalforening, d.v.s. have stemmeret og være valgbar. Det betyder naturligvis også, at kontingentet vil tilgå den lokalforening, man nu er medlem af.

Det skal pointeres, at man naturligvis altid er velkommen til at deltage i medlemsmøder uden for ens eget amt, det forudsætter ikke, at man flytter sit medlemskab.

Brevkasse

En del medlemmer har udtrykt ønske om, at Copa-bladet havde en brevkasse. Det har været drøftet i både forretningsudvalget og hovedbestyrelse og med Kræftens Bekæmpelse, og vi vil nu gøre forsøget.

Det vil foregå på den måde, at man indsender sit bidrag til COPA's sekretariat mærket "brevkasse". Folk fra Kræftens Bekæmpelse vil stille deres viden til rådighed og bidrage med besvarelser, og er der spørgsmål vedrørende stomi, vil en stomisygeplejerske være behjælpelig.

Det skal nu komme an på en prøve, om der er behov for en brevkasse, og om den kan være med til at formidle viden til læserne. Ofte tror vi, at vort eget problem er enestående, men i virkeligheden er det måske aktuelt for mange andre. Måske kan dine spørgsmål være det, der giver anledning til at svare på noget, som er et problem for mange andre, så kom bare frit frem.

Midt i Livet Weekend



TILMELDING Midt i Livet weekend; Hotel Vedersø Klit
5. - 7. september 1997
OBS: Forlænget tilmeldingsfrist - nu senest 18. august

Navn(e).....COPA-medl.nr.....

.....COPA-medl.nr.....

.....COPA-medl.nr.....

.....COPA-medl.nr.....

Adresse.....

- ☐ **Jeg ønsker enkeltværelse**
- ☐ **Vi ønsker dobbeltværelse**
- ☐ **Plus opredning til.....barn/børn**
- ☐ **Ønsker optagelse på venteliste ved overtegning**

OBS: Betaling først **efter** du har modtaget en opkrævning fra COPA.
Sendes i lukket kuvert til: COPA, sekretariatet, Odinsvej 5, 4100 Ringsted.

Stomiforeningen COPA
Sekretariatsleder: Britta Mogensen
Sekretariatet
Odinsvej 5, 4100 Ringsted
Tlf.: 57 67 35 25 Fax:: 57 67 35 15
Træffes mandag, tirsdag, torsdag og fredag: 10.00 - 14.00;
onsdag: 16.00 - 18.00.
Foreningens gironummer: 7 09 03 31.

Landsformand:
Flemming Lejbølle
Blomstertoften 43
Tjørring, 7400 Herning.
Tlf.:97 26 80 99 (bedst torsdag 15-17).
Mobiltlf.: 20 28 98 55.
Fax: 97 26 98 55.

Vicelandsformand:
Arne Nielsen
Rudesvej 20
7500 Holstebro
Tlf.: 97 42 21 19.

Lokalformænd og -grupper:
Se bagsiden.

Medlemsbladet COPA
COPA-medlemsblad udkommer 6 gange om året.
Næste blad udkommer 10/9-1997.
Oplag: 5000 stk.
Tryk: Glumsø Bogtrykkeri A/S.
Ansvarshavende redaktør:
Cand.scient. Ole Vestergaard,
fax: 57 67 67 01.

Læserbreve, indlæg og artikler:
Manuskripter skal sendes til sekretariatet. Sidste frist for indlevering til næste nummer er 10/8-1997. COPA behøver ikke nødvendigvis dele meninger bragt i bladet. Eftertryk tilladt med kildeangivelse, efter indhentet skriftlig tilladelse hos COPA's sekretariat.

Illustrationsannoncer:
Film mv. skal sendes til sekretariatet. Materialefrist og annulleringsfrist 21 dage før udgivelsen. Dvs. materiale til næste nummer skal være sekretariatet i hænde senest: 19/8-97. Nærmere oplysninger: Sekretariatet.
Indstik:
Med forbehold. Kun i kuverterede blade. Nærmere oplysninger om tidsfrister mv.: Redaktøren.

ISSN 0901 - 3849

Foreningens formål:

Vedtægternes § 4:

Foreningens formål er at varetage interesser for stomi- og reservoiropererede 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.
- at udgive et medlemsblad, COPA.

Copa-bladet 4/1997 (juli/august). [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 141].

Indhold:

Nyt fra landsformanden *(Flemming Lejbølle)* 2
Irrigation af colon hos colostomiopererede *(Fra:Eurostoma)* 4
Ernæringsvejledning til stomiopererede *(Fra:Eurostoma)* 7
Et sygdomsbillede *(Gunni Sørensen)* 10
Bogklub i Copa-bladet? *(Ole Vestergaard)* 10
Gaver perioden 1/1 - 31/5 1997 6
COPA regnskab 1996 14

Læserne skriver
Bukser til stomiopererede *(E.J.)* 12
Ferierejse? *(Svend Åge Jacobsen)* 12
Efterlysning! *(Eva Pedersen)* 12
En lille historie *(onkel Jan)* 12
Sangfinder *(Svend Åge Jacobsen)* 12

Nyt fra lokalforeningerne 18
Mødekalender 30

Rådgivning

København:
Åbent første onsdag i hver måned mellem kl. 13.30 - 15.30.
Sted:
Strandboulevarden 55,2100 Kbh.Ø.
Tlf.: 35 25 77 00.
(Aftale om tid til en samtale mellem kl. 09.00 - 16.00).

Helsingør:
Åbent anden onsdag i hver måned mellem kl. 17.00 - 19.00.
Sted: Sygehuset Øresund, plan 2, afd. 23, Esrumvej 145 Helsingør.
Forespørgsler uden for åbningstid:
Tlf.: 42 22 06 16 eller 48 29 23 32.

Århus:
Åbent anden onsdag i hver måned mellem kl. 16.00 - 19.00
(Dog ikke juli).
Sted:
Langenæs Allé 21, 8000 Århus.
Tlf.: 86 14 02 33.
Aftale om tid til en samtale kan ske i åbningstiden.
Udenfor åbningstiden:
Tlf.: 86 28 11 24 el. 86 42 69 79.

Liste over stomiambulatorier findes på side 31.

Irrigation af colon hos colostomiopererede

Af: L. Belloni, stomiplejecentret og I. Bonaglia, alm. kirurgisk afdeling, Azienda Institute Hospital, Cremona, Italien

FOKUS på IRRIGATION

Fra EUROSTOMA, nummer 18 (1997) s. 10-11. ConvaTec har givet Copa-bladet lov til at gengive artiklen.

Til trods for en kraftig forbedring i kvaliteten af stomiprodukter, er kontrol over tarmfunktionen en kilde til meget stor bekymring hos alle, der beskæftiger sig med stomiopererede, herunder kirurger, stomisygeplejersker og fabrikanter af stomiprodukter. Irrigation af colon kan være en løsning på problemet med manglende kontrol.

Proceduren giver velbefindende og sikkerhed for de stomiopererede og letter deres sociale reintegration betydeligt og forbedrer derved deres livskvalitet. Irrigation af colon er på ingen måde en ny metode. Lochart Mummery anbefalede allerede brugen heraf i 1927. Den blev alligevel kun en begrænset succes på grund af de vanskeligheder og risici, der var forbundet hermed, navnlig tarmperforering.

Det er i dag en opdateret og sikker teknik, der er vundet frem i de sidste 15 til 20 år med stor succes, først i de engelsktalende lande og derefter i resten af Europa.

Rationale

Irrigation betyder, at colon udtømmes ved hjælp af vand, som føres ind i stomien. Tarmafgangen standses således i 24 eller helt op til 48 timer, den tid, der går før colon fyldes. I denne periode reduceres flatulens, og de stomiopererede kan benytte en lille pose, hvilket er meget mere bekvemt for nogle.

Virkemekanismen bygger på tyktarmens normale fysiologi, hvor flydende stof fra ileum dehydreres ved absorption af vand og mineralsalte (natrium og kalium) i den ascenderende colon og derpå omdannes til fast fæces, der kun indeholder affaldsprodukter uden ernæringsmæssig værdi.

Bakteriefloraen spiller en vigtig rolle for disse forandringer og for udviklingen af tarmluft.

I gennemsnit mener man, at det tager fæces 2-3 dage at passere gennem colon, men dette kan variere afhængig af de mekaniske faktorer (peristaltik og colons længde), der kan føre til diarré eller forstoppelse.

Fæces' endelige udseende påvirkes af, hvor hurtigt den passerer gennem colon sigmoideum, og det er derfor forklaringen på, hvorfor der kun kan opnås fuldstændig effektiv irrigation ved sigmoideostomier, der bibeholder colon i sin helhed og dens naturlige passage.

Teknik

Irrigation er nu om dage blevet nemmere takket være særligt fremstillede produkter. De består af et sæt, der normalt omfatter en vandbeholder, en kegleformet spids, der indføres i stomien og en slange. Med spidsen undgår man den risiko for perforering, som man tidligere så, når man benyttede en sonde.

For at få fastslået colons retning skal patienten udføre en explorering af stomien for at gøre håndteringen nemmere, før spidsen indføres.

Der benyttes almindeligt vand fra hanen, helst lunkent vand mellem 36-37°C. Der indføres ca. 750 ml vand. Denne fase tager ca. 10-15 minutter. Der bør kun benyttes et moderat tryk, beholderen holdes lige over hovedniveau, og strømmen bør kunne justeres.

Afgangen af tarmindholdet og restvandet gennem drænet tager mellem 30-45 minutter. Irrigation af colon kan udføres på ethvert tidspunkt af dagen, men det bedste tidspunkt synes at være om morgenen på grund af mavetarmrefleksen efter morgenmaden. Irrigation udføres i gennemsnit hver 48. time.

Det er muligt at nedsætte dette til 24 timer, men det kan ikke tilrådes, i det mindste ikke regelmæssigt. I visse tilfælde kan det måske kun udføres hver tredie dag, og til tider kun lejlighedsvis under visse omstændigheder. Størst succes opnås ved at udføre irrigationen regelmæssigt på faste tidspunkter.

Resultater

De opnåede resultater er som regel særdeles gode, og der er mange fordele ved denne procedure. Den største fordel er kontrollen med tarmfunktionen.

Der er også den fordel, at man kan benytte miniposer, minicap's og i bedste fald et simpelt beskyttende plaster. Denne ændring skaber betydelige forbedringer i de stomiopererede velbefindende og sikkerhed, navnlig hvis de stadig deltager i sports- og seksuelle aktiviteter. Metoderne er ligeledes en fordel rent økonomisk, da patienten kun behøver at anvende en mini-pose hver 24. - 48. time.

Man bør dog ikke ignorere ulemperne, hvoraf nogle er fysiske som f.eks. mavesmerter, kvalme og ubehag under irrigationen. Undertiden er irrigation ikke effektivt fra den allerførste dag eller selv efter 24 timer, i hvilket tilfælde der benyttes en standard samlepose på grund af flatulens og tarmafgang.

Dette optræder hovedsagelig hos patienter med meget uregelmæssig afføring, hos patienter der udfører teknikken dårligt eller hvor en lang colon sigmoideum slynge ligger før stomien. Nogle løser dette problem ved at irrigere hver dag.

Sommetider hæmmes proceduren af patientens alder, tremor eller en stomikomplikation. Efter vores erfaring synes de langsigtede ulemper (hydroelektrolytiske lidelser, bakteriefloraens forsvinden), som nogle frygter, at være ubegrundede.

Andre problemer er af social art som f.eks. den tid, der skal afsættes hver anden dag, eller behovet for at indrette familielivet, så badeværelset kan være ledigt den nødvendige tid (ca. 1 time). Det er ofte en belastning for de stomiopererede at foretage irrigation uden for hjemmet, navnlig når de rejser, og på de tidspunkter, hvor deres job ikke passer til at de kan afsætte et regelmæssigt tidspunkt til at udføre irrigationen.

Disse ulemper kan medføre, at patienten afviser metoden eller ønsker at vende tilbage til de traditionelle stomiposer. De moderne materialer betyder, at irrigation ikke længere medfører alvorlige komplikationer som f.eks. perforering, der faktisk kun kan lade sig gøre efter alt for højt tryk i colon, der heldigvis manifesterer sig ved skarpe smerter, der advarer om risikoen. *(fortsættes på side 6)*

Er der lidt rynker, en lille delle vil jeg gerne her fortælle at Stomahesive i pasta form tager problemerne med storm slutter op og lukker tæt og forhindrer hermed den mindste læk.

STOMAHESIVE til grøfter og folder så ved vi - at posen holder.

STOMAHESIVE PÅ BANEN I MANGE ÅR DET BRUGES BÅDE TIL HUD OG SÅR.

Stomahesive i 25 år du har passet hud og sår du var den allerførste i dag, måske den største men et er sikkert, Stomahesive du gav mange et bedre liv.

Hvis du vil holde din hud hel og i live så vælg STOMAHESIVE.

Når min hud er rød og irriteret eller ganske massereret er Stomahesive min tro der giver huden lidt til-trængt ro.

Med 25 år på bagen er STOMAHESIVE stadig sagen.

En 25 årig stærk jubilar ConvaTec i STOMAHESIVE har. Den plejer huden, som tiden går med den man kun positive oplevelser får.

For 25 år siden kom ConvaTec med ny viden. En plade i miljø'ets ånd fik terapeuten i sin hånd stomister fik et bedre liv de bruger nemlig STOMAHESIV.

25 år til hverdag og fest STOMAHESIVE er stadigvæk bedst.

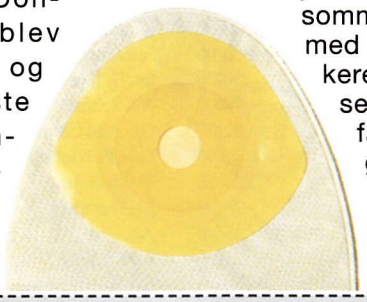
Hvad er skønt
Hvad er kønt
Hvad er tyndt og uden lige
1/4 århundred har bevist at navnet er STOMAHESIVE.

Udpluk fra "rim" konkurrence, ved ConvaTec's stomisymposie maj 1997.

STOMAHESIVE
Hudens velvære gennem 25 år!

BALANCE

I 1972 blev den første hudbeskyttelsesplade til stomiopererede - **STOMAHESIVE** markedsført af ConvaTec. Stomahesivematerialet blev hurtigt udbredt over hele verden og i 1997 er det ubetinget det bedste hudbeskyttelsesmateriale nogensinde. På alle ConvaTec's stomiprodukter anvendes **STOMAHESIVE** som hudklæber.



Lodtrækning

I anledning af **STOMAHESIVE's** 25 års jubilæum trækker vi lod om 10 dejlige sommergaver. Udfyld venligst kuponen med navn og adresse. Kuponen er frankeret og skal være indsendt til ConvaTec senest den 11. august 1997. Vinderne får direkte besked, samt offentliggøres i COPA-bladet i september.

ConvaTec
A Bristol-Myers Squibb Company

Jeg ønsker at modtage nyt vedrørende stomi fra ConvaTec.
Udfyld venligst nedenstående:

☐ Colostomi ☐ Ileostomi ☐ Urostomi

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr.: _____

By: _____

Underskrift: _____ Evt. tlf.: _____

POST

Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen

ConvaTec
A Bristol-Myers Squibb Company

Jægersborgvej 64-66
+++ 0838 +++
2800 Lyngby

Fokus på irrigation; fortsat fra side 4:

Indikationer

I øjeblikket mener vi, at irrigation rent principielt bør drøftes med alle egnede colostomiopererede. Metoden kan ikke benyttes ved alle former for stomier, navnlig dem, der udføres på en meget kort colon (transversal colostomi eller højresidig colostomi) eller det er kun sjældent muligt i disse tilfælde.

De bedste resultater opnås selvfølgelig ved terminale colostomier efter operation af rectum (Miles eller Hartmann) og eventuelt ved dobbeltløbende colostomier, selv om de kræver en mere fintfølende teknik.

Irrigation kræver, at patienten undervises af en stomisygeplejerske. Det er normalt nok med 3-5 lektioner for at sikre, at patienten kan klare det selv. Vi begynder som regel proceduren, mens patienterne stadig er på hospitalet, 8 - 10 dage efter operationen.

Efter udskrivelsen ses patienterne normalt ambulant i de første 2-3 måneder, og muligheden for yderligere irrigation vurderes efter konsultation med stomisygeplejersken, da de første resultater sommetider kan være langt fra perfekte. Man bør ikke foreslå irrigation til ældre patienter, hvis de er svage, har et dårligt helbred eller ikke kan klare sig selv, da de ikke vil kunne udføre den korrekt.

Visse stomier er uforenelige med metoden, f.eks. dem, der udføres på højre halvdel af colon og også dem, der har lokale komplikationer (hernie, stenose, prolaps), hvilket gør det vanskeligt at indføre spidsen.

Den bør også undgås ved nogle lidelser i colon som f.eks. divertikelsygdom, colitis på grund af strålebehandling og kronisk granulomatøs colitis.

De teknikker og produkter, der blev opdateret i 1970'erne, har gjort irrigation til den metode, man vælger for at kontrollere tarmfunktionen hos colostomiopererede, og dette har medført dalende interesse for operationsteknikker inden for kontinente colostomier.

Af vores colostomiopererede, der regelmæssigt udfører teknikken, har 87% valgt mini-poser eller minicap's fremfor de traditionelle poser.

Ca. 83% opnår fuld kontinens i 40-48 timer i vores gruppe, selv om der rapporteres om svigt hovedsagelig på grund af nervøsitet, ængstelse, kostproblemer eller begrænsninger i tid og plads, der medfører at metoden opgives.

Til trods for det store antal personer, der benytter metoden, er der ikke konstateret alvorlige komplikationer. Der er ikke rapporteret om perforeringer i den statistik, der er ført i de seneste 10 år.

Desværre overses denne procedure stadig i visse stomisteder. Irrigation bør dog vælges til aktive patienter, da det sætter dem istand til at vende tilbage til et helt normalt liv.

Gaver

Perioden 1/1-31/5 1997

Emma Jensen	200,00	Cora Flenstrup	25,00	Annie Sofie Sparby	50,00	Jørgen Bjerregård	30,00
Agnes Jensen	50,00	Fru Müller	50,00	Berit Mathiasen	50,00	Brita Ireland	20,00
Gotfred Appel	50,00	Johs. Thomsen	100,00	Jørn Pedersen	50,00	Gert Pløger	100,00
Helga Hansen	25,00	Erik A. Friis Olsen	25,00	Annette Sørensen	50,00	Anna-M- Christensen	50,00
Jette R. Hansen	50,00	Olaf Petersen	50,00	Lis Zahavi	25,00	Kristian Sørensen	50,00
Helga Jørgensen	50,00	T.E. Larsen	50,00	Jytte Kristensen	50,00	Lilly Marie Rasmussen	50,00
Karen Sørensen	100,00	Bende Christensen	25,00	Grethe H.M. Hansen	50,00	Erik Johs. Hansen	100,00
Hans T. Rasmussen	100,00	Ove Jensen	100,00	Mary Skødt	50,00	Erik Reske	100,00
Ida V. Klattrup	100,00	Edith Pedersen	20,00	Tove Backer	100,00	Carl Th. Petersen	25,00
Sigrid Jensen	20,00	Else Mullan	100,00	Kirsten Hasselriis	100,00	Bent Lykke Andersen	100,00
Kaj Jensen	30,00	Birte Christensen	50,00	Jan Jensen	50,00	Merete Gertsen	100,00
Benned Hansen	50,00	Bent Friis	50,00	Sv. B. Kjærsgaard	100,00	Peter Petersen	50,00
Lydia Christiansen	100,00	Dorthe Schmidt	50,00	Nis Schmidt	50,00	Carsten G. Jensen	20,00
Lillian Jensen	25,00	Hanne Kiær	100,00	Gunhild Conradsen	50,00	Niels Erik Nielsen	50,00
Lauritz K. Pedersen	25,00	Kirsten Smedemark	25,00	Lars E. Nielsen	50,00	Jeanette Pedersen	200,00
Ejner Jensen	50,00	Emmy Hansen	25,00	Gerda Serup	50,00	Annie-Lise Larsen	25,00
Søren Chr. Christensen	50,00	Børge Hansen	25,00	Lis Hammer	25,00	Henning Pedersen	100,00
Ejnar Poulsen	100,00	Tove Bjerregaard	25,00	Anonym	100,00	Henning Beck	100,00
Mary Kock	25,00	Erna Danielsen	25,00	Lise Schou	50,00	Gudrun Elise Fornæs	25,00
Pia Groth	100,00	Elly Stenberg	50,00	Eskild Nielsen	100,00	Erling F. Pedersen	50,00
Aage Emil Severinsen	50,00	Lillian Bødtker	50,00	Lis S. Christensen	100,00	K.M. Stillinge	100,00
Solveig Høymann	100,00	Edly Iversen	50,00	Steen Nerup	300,00	Eva Clemmensen	100,00
Otto J. Henriksen	100,00	Knud Hansen	50,00	Mogens Jensen	100,00	Inge Lissau Jørgensen	25,00
Annelise Jørgensen	100,00	Esther Johansen	50,00	Børge Nielsen	50,00	Erling Frost	50,00
Birgit Christensen	100,00	Lillian Bach Andersen	50,00	Ruth Lis Pedersen	25,00	Jytte Hansen Brande	50,00
Otto Simonsen	50,00	Alfred Larsen	50,00	Elly Schytt	50,00	Knud Hornstrup Hjerm	100,00
Arnold Petersen	100,00	Peter Jørgensen	100,00	Litta Porter	50,00	Ellen Buschardt	100,00
Hollister A/S	100,00	Inge Gjesing	100,00	Hans Otto Jørgensen	50,00	Kirsten Christensen	50,00
Helga Tvede	25,00	Else Nedergaard	50,00	Hans Arne Madsen	50,00	Falbe Hansen	100,00
Bernhard Jørgensen	50,00	Hans Jørgen Holt	50,00	Leif Andersen	50,00	Inge Olsson	150,00
Bente Emdal	50,00	Jørgen Larsen	50,00	Jens Chr. Birkemark	100,00	Cecilie Marg. Vestbo	50,00
Gunnar Didriksen	50,00	Britta & Ove Frigast	25,00	Inga Vestergaard Andersen	50,00	Paul Sølver	100,00
Anton Magnus Hansen	50,00	Mona & Willy Henriksen	50,00	Ejnar Pade	100,00	Jacob Valentin	100,00
Bodil Pedersen	50,00	Rita Nørskov Nielsen	25,00	Inge Olsson	100,00	Marie Pedersen	100,00
Ester Sørensen	100,00	Erik Sørensen	50,00	Inge-Lise Sørensen	300,00		
Marie Hansen	100,00	Maren M. Christiansen	50,00	Bruno Pedersen	25,00		
Villy Hygum Olesen	100,00	Peder Christensen	25,00	Kate Holme	50,00		
Charlotte Andersen	10,00	Børge Nybroe	25,00	Grethe Nielsen	50,00		
Nancy Fjeldvig	20,00	Inger Spelling	50,00	Max Holmberg	50,00		

COPA takker på det hjerteligste.

Ernæringsvejledning til stomiopererede

Af Dolf de Ridder, ernæringsekspert, Hjemmeplejeorganisationen, Bruxelles, Belgien.

FOKUS på KOST

Fra EUROSTOMA, nummer 18 (1997) s. 14-15. ConvaTec har givet Copa-bladet lov til at gengive artiklen.

Denne artikel ser på, hvordan råd om ernæring kan bruges til at hjælpe patienter med en stomi. Generelt set kan mange af de problemer, der knytter sig til stomier, reduceres eller helt undgås, hvis disse patienter kan fastholde deres legemsvægt, sørge for at få tilstrækkelig med væske og lære at tilpasse deres livsstil. Ved forskellige stomier skal der tages forskellige ernæringsmæssige hensyn, som det fremgår af tabel 1 (se næste side).

Legemsvægtens betydning

Da ændringer i vægten kan påvirke selve stomiens diameter, er det bedst at fastholde en konstant og normal legemsvægt. Overvægtige stomiopererede, der ønsker at tabe sig, bør gøre dette i et langsomt og konstant tempo. De bør ikke tabe over 1 kg om ugen, så huden, det underliggende væv og stomien kan tilpasse sig.

For undervægtige patienter kan det resultere i en retraheret stomi, hvis de tager for hurtigt på i vægt. Hvis det kan lade sig gøre, bør vægten bringes op på normalen, før stomien anlægges.

Afføringsmønstre

Efter stomien er anlagt, kan der gå nogle få uger eller endog måneder, inden afføringen stabiliserer sig. Før man begynder at tage laksativer i denne periode, bør man omhyggeligt kontrollere, at patienten spiser regelmæssigt og en velafbalanceret kost, indtager tilstrækkeligt med væske og sørger for at få passende motion.

De fødevarer, der ikke gav nogen problemer før operationen, tåles generelt godt efter operationen.

Patienterne bør opfordres til at notere hvilke fødevarer der medfører hvilke problemer.

Ileostomi

Ud over en velafbalanceret kost har ileostomiopererede behov for at indtage mindst 2-2.5 l væske om dagen. Man kan undgå omfattende og uønsket fortynding af tarmindholdet ved at spise noget tørt samtidig med væskeindtagelsen, f.eks. en tør kiks. Eller væsken kan jævnes som en suppe.

Med dette for øje er det også en god ide at opfordre patienterne til at spise mindre og hyppigere måltider med masser af fibre som f.eks. kogte grønsager og blød frugt

Ileostomiopererede har brug for mere salt end normalt - 12-15 g i stedet for det normale daglige niveau på 9 g. En saltfattig kost kan generelt ikke anbefales. Mange patienter udviser subklinisk saltmangel og gener som f.eks. sløvhed, træthed, irritabilitet, appetitløshed og vægttab. I de situationer, hvor der kan opstå ekstra vægttab, som f.eks. ved

Kjærulff

Mogens Kjærulff A/S - Ørkebyvej 6 - 5450 Otterup. Tlf.: 64 82 15 35
Mandag-Torsdag: 8.00-16.00. Fredag: 8.00-15.30. Lørdag: Lukket

Stomiafdelingen tilbyder:

- Forhandling af alle kendte produkter og samarbejde med alle de førende producenters eksperter.
- 20 års erfaring med stomiprodukter. Særlig bevillingsafdeling, som kan vejlede såvel bruger som personale.
- Gratis brochure- og prøvemateriale sendes gerne.
- Levering direkte til bruger fra dag til dag.
- Informationsmøder kan arrangeres efter aftale.

Mogens Kjærulff A/S er et landsdækkende firma, som forhandler et bredt udvalg af varer inden for læge- og hospitalsartikler, hjælpemidler og bandager - herunder stomiartikler. Vi betjener dagligt mange stomikunder og forstår betydningen af en god personlig service. Vi følger løbende med i udviklingen inden for fagområdet.

diarré, opkastning, stor transpiration, feber eller meget varmt vejr, skal salt- og væskereserverne bringes tilbage til det nødvendige niveau hurtigst muligt med saltholdig grønsags- eller kødsuppe. En enkel peroral rehydrerende drik kan tilberedes ved at man opløser en teske salt og en teske sukker i et glas vand. Sommetider kan lægen beslutte at give disse patienter et ekstra tilskud af vitamin B12 og K. Forstoppelse kan skyldes en uafbalanceret kost, særlige fødevarer, misdannelser, brok eller stomikonstriktion. Smerter, kramper, oppustet mave, kvalme og opkastning kan optræde.

Hvis stomien ikke fungerer ordentlig, består behandlingen af skyldning af ileum med en fysiologisk saltvandsopløsning og ved fjernelse af synlige obstruktioner. Forskellige kombinationer af faktorer kan medføre forstoppelse som f.eks. utiltrækkelig væskeindtagelse til trods for en fiberrig kost, lavt saltforbrug, at man ikke tygger maden ordentlig, at man spiser mad, der ikke er blevet skåret fint nok ud, at man spiser for hurtigt eller for meget, nervøsitet, træthed og stress.

Ileo-analt reservoir

Anal irritation kan godt opstå hos disse patienter ved hyppige afføringer eller en særlig type mad. Hos patienter, der har hyppige og tynde afføringer, er leversalte et middel til at gøre dem tykkere på. Spisning sent om aftenen og store måltider kan øge trangen til afføring om natten og medføre irritation. det kan også her tilrådes, at væskeindtagelsen ledsages af tør mad eller at væsken jævnes i passende grad.

Colostomi

Disse patienter har brug for en normal fiberrig kost med masser af væske, mindst 2 l om dagen. Navnlig ældre colostomiopererede kan lide af forstoppelse - også før de fik en stomi. Efter operationen optræder der hyppigt forstoppelse. Når stillestående føde begynder at fermentere i tarmen, kan der pludselig opstå diarré paradoxa, hvor det ofte besluttes, helt forkert, at mængden af den indtagne føde skal begrænses. En regelmæssig, velafbalanceret kost hjælper med at forebygge.

Eventuelle problematiske fødevarer

FLATULENS	LUGT	FORSTOPPELSE	ANAL IRRITATION
artiskokker	bælgplanter	asparges	alkohol
bælgplanter	B-vitaminpiller	champignion	citrusfrugt
champignion	champignion	chips	fed mad
citrusfrugt	fisk	jordnødder	hindbær
hvidløg	hvidløg	majs	jordbær
krydderier	krydderier	mandler	jordnødder
løg, porrer	løg	müsli	krydderier
nødder	melon	popcorn	popcorn
rosiner/dadler	porrer	porrer	æbler
skalotteløg	skalotteløg	sejt kød	
sodavand, øl	æg	surkål	
spirer			
tyggegummi			

Urostomi

Disse patienter har også brug for en kost, der omfatter masser af væske. Der bør også lægges vægt på en tilstrækkelig indtagelse af kalium som f.eks. kartofler og frugt.

Læger ordinerer undertiden et ekstra kaliumtilskud til urostomiopererede.

Urinen er ofte alkalisk, hvilket giver øget risiko for hudirritation eller urinvejsinfektion. Urinens ph bør ideelt set ligge på mellem 5 og 7.

Tranebærsaft er den "cocktail", der kan bidrage til at øge urinens ph og derfor hjælpe de urostomioprerede.

Livsstilsomskoling

Med hensyn til en patients livstil kan det også være nødvendigt med omskoling for at sikre regelmæssig motion, rygeophør, afslapning og forbedret socialisering. Det er også en god ide at se nærmere på patienternes kostmønster. I et informationshæfte til patienter, som jeg skrev sidste år, sagde jeg følgende: "Giv dig god tid til at spise. Forbered alt, før du sætter dig. Spis langsomt, tag små bidder og forsøg at spise uden at drikke, så du stimulerer spytproduktionen, fordøjelsen og tarmens velbefindende. Den gyldne regel er at tygge maden grundigt, indtil smagen er absorberet, og det gode i munden forsvinder med næsten ingen trang til at synke. Så kan du drikke lidt vand eller anden væske fra tid til anden".

Konklusion

I forsøget på at fastholde og fremme den stomiopereredes velvære kan ovenstående ernæringspolitik indikere en række praktiske spørgsmål for et procesbaseret system til stomipleje.

TABEL 1. Kostprioriteter for forskellige stomier [+ = anvendelig; - = ikke anvendelig]

	Colostomi	Ileostomi	Urostomi
Minimum 1.800 Kcal	+	+	+
Væske	1,5 - 2 liter	> 2 - 2,5 liter	> 2 - 2,5 liter
Salt	normal	12 - 15 gram	normalt
Fibre	25 - 30 gram	normal/begrænset	normalt
Grønsager/frugt	+	++	++
Tilskud	-	++	+
Højrisiko mad	+	++	+
Særlige anbefalinger	naturlig yoghurt	naturlig yoghurt/ grønsagssaft	naturlig yoghurt/ tranebærsaft

Coloplast : Systems

Vil du være med til at påvirke udviklingen af vore fremtidige produkter?

Coloplast er idag en af verdens førende producenter af stomi produkter.

En af Coloplast's målsætninger er at bidrage til en øget livskvalitet for stomi-operērede.

Vi lægger vægt på kvalitet og pålidelighed.

Dette opnås gennem udvikling af nye og bedre produkter, samt gennem forbedring af eksisterende produkter.

I udviklingsprocessen er afprøvningen af produkterne - hos jer brugere - meget vigtig. Vi har derfor jævnligt brug for stomi-opererede, der vil hjælpe os med at afprøve nye produkter.

Der kræves ingen specielle forudsætninger, alle kan deltage uanset alder, stomitype og foretrukne produkter.

Hvis du har lyst til at hjælpe med udviklingen af nye produkter, udfyld da venligst nedenstående svarkupon.

Har du spørgsmål eller ønsker du yderligere oplysninger kontakt da vor kliniske rådgiver:
Helene Bergmann, sygeplejerske på tlf. nr. 49-111341

Med venlig hilsen

Coloplast

☐ Ja, jeg vil gerne deltage i afprøvningen og udviklingen af nye produkter.

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr./by: _____

Postbesørges ufrankeret

Coloplast betaler portoen

Coloplast

Coloplast A/S
Att.: Helene Bergman
Holtedam 1
+++ 3055 +++
3050 Humlebæk

Et sygdomsbillede

KRÆFT

Af: Gunni Sørensen, Skjoldsgade 9, 9700 Brønderslev

Da vi under min mands kræftsygdom har modtaget hjælp fra mange sider, føler jeg en vis pligt til at videre bringe nogle erfaringer til andre, som måske kan have udbytte af at få kendskab til dem.

I december måned 1994 gik Gunner til læge med følgende symptomer. Afføringen var unormalt formet, den kom ud i skrueformet stand. Toiletbesøg var med noget besvær. Han havde tabt sig ca. 5 kg uden at have gjort noget særligt for det. Ellers var almentilstanden tilsyneladende normal, ingen smerter ingen træthed. Lægen lavede en akut henvisning til sygehuset, der fandt en knude ca. 11 cm oppe i tyktarm/endetarm. Der blev berammet en tyktarmsoperation fjorten dage efter. Den var absolut nødvendig, da afføringen ikke kunne passere.

Operationen forløb godt, og den blev udført af meget, meget dygtige læger og sygeplejersker. Det blev, inden operationen, stillet i udsigt, at afføringen skulle føres ud i den ene side af maven, hvilket Gunner var meget ked af. Under operationen fandt lægerne, at tilstanden så sund ud og at det ville være godt at samle tarmene igen efter at kræftknuden var skåret ud. Det forløb godt. Sygehusbehandlingen var professionel, omsorgsfuld, kærlig og god.

Efter ca. fjorten dage blev Gunner udskrevet og hjemsendt. Der var fra lægeside sørget for, at hjemmesygeplejersker kom daglig og rensede operationssårene og talte med Gunner og familien iøvrigt. Gunner havde under sin sygdom tabt sig 8-10 kg. For at få ham godt igang igen, talte jeg med lægen pr. telefon om noget til at sætte gang i appetitten. Vi blev enige om at købe "Kreuterblut" og ordinere efter forskriften på flasken. Det viste sig hurtigt, at maven ikke ville vide af alle fødevarer. Afføringen var meget tynd og hyppigheden af toiletbesøg var på 8 til 10 gange i døgnet. Dette medførte voldsomt irriterede slimhinder og det stod helt klart, at vi måtte gøre alt for at stabilisere afføringen og mindske den megen tarmluft. Irritationen af slimhinderne måtte formodes at medføre betændelsestilstande på længere sigt, så det er vigtigt at stabilisere maven. Vi satte flere forskellige følere ud til lægen, sygeplejersker, diætister på sygehuset og private kontakter. Resultatet var at Gunner tog en stor spiseskefuld "Husk" fiberkosttilskud, skyllet ned med et glas vand hver morgen. Kosten kom til at bestå af kogt mad med mange grøntsager og groft brød. Udelukket var løg, porrer, oksekød, rødvin og kål. Så den bestod af retter af kogt kylling, kalkun, fisk, yoghurt, groft brød, kogt svinekød, kartofler, grøntsager, blåbær, grød og lignende. Drikkelse bestod af 2 -3 liter Fundrik dagligt, kaffe og te.

Naboen kom med en flaske snaps, og han kom et lille smut forbi de næste dage og gjorde selskab med en lille snaps. Gunners familie blev mobiliseret og opfordret til hyppige besøg. Venner og arbejdsplads sendte gaver og blomster og besøgte os. Kolleger kom på besøg, ringede eller skrev til os. Vi tog kontakt til Kræftens Bekæmpelse og fulgte en foredragsrække der, samt havde samtaler alene med dem. Sygehuset fulgte op med kontrol. Vores private læge bistod med råd, støtte og opfølgende konsultationer efter behov.

Operationen medførte at der var store smerter forbundet med at sidde på en stol. Vi prøvede forskellige pudetyper udlånt af hjemmesygeplejen og fremstillede nogle selv. Det bedste resultat var en privat fremstillet pude. Den bestod af to sammensyede, langgående "pølser" med styroporkuglefyld, syet med en afstand, som passede så lårerne kunne hvile på dem. Den medbragte vi overalt.

Dette er i grove træk, de retningsliner vi fulgte. Privat talte vi meget sammen om sygdommen, om og om igen. Det var nødvendigt for at kunne overskue situationen, og for at kunne rumme det hele. Vi hjalp hinanden med de praktiske ting, som økonomi, kontakt til sociale myndigheder, forsikringer, fagforeninger og arbejdsplads.

I dag to og et halvt år efter er status følgende: Kræften er væk og har ikke vist sig, endnu. Vi har vænnet os lidt mere til at leve med usikkerheden på helbredsområdet. Vi har fået den indstilling at vi alle i virkeligheden lever med denne usikkerhed. Gunner har fået et nyt arbejde. Før kræften havde Gunner aldersdiabetes, den har han endnu. Humøret kan være lidt svingende, men generelt er vi ved godt mod og lever et aktivt og godt liv.

Som konklusion vil jeg sige: Da kræft er en multifaktoriel sygdom med mange årsager er det godt at gribe ind på de planer der er tilgængelige i dag. Fysisk, og måske miljømæssigt, med operation og kosttilpasning. Socialt med pleje, ekstra omsorg og opmærksomhed. Psykologisk med nærhed, opmærksomhed, samtaler og samtaler.... Måske vil lidt supplerende alternativ tankegang og behandling ikke være nogen dårlig idé, for dem som foretrækker dette.

Bogklub i Copa-bladet (I forrige nummer spurgte vi: Skal COPA have en bogklub?)

Til Copa-redaktionen,
Det var en god ide med at starte en bogklub i Copa-bladet. En fordel er unægtelig, at man får varerne tilsendt portofrit. Jeg tror det vil være givtigt, hvis I også handler andre varer end bøger, f.eks. håndklæder og forskellige toiletartikler.

H.H., Vanløse

Copa-bladet,
Jeg synes det vil være en rigtig god idé med en bogklub, og jeg håber mange vil bakke op om ideén, så der kommer en bogklub ud af det, det kú også være spændende at kunne købe andre ting end lige bøger.....

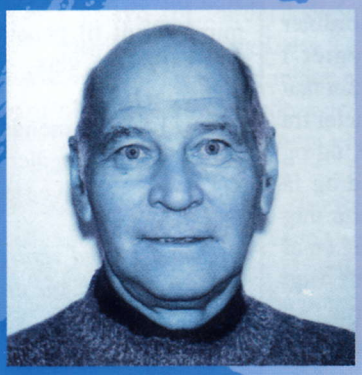
K.A., Tranbjerg

Til Copa, ...Jeg synes ideen er god, dog vil jeg se bort fra bogklubben, da jeg er ivrig låner på vores stedlige bibliotek og til Jul og fødselsdag altid får de nye bøger af børn og børnebørn. Jeg foreslår: Strømpebukser. Poserne ødelægger mange strømper.... *M.J. Allingåbro*

Kære læser,
Til trods for tre positive tilkendegivelser - som vi siger tak for - må det på nuværende tidspunkt konstateres, at interessen for den skitserede bogklub ikke er stor nok.

Ole Vestergaard, redaktør

Coloplast : Assura er udviklet for at give dig en tryggere hverdag



Helge Olsen, kolostomiopereret
"Jeg er ofte ude i naturen, og nyder at spadsere i skoven og langs markerne. Med Assura er jeg tryg og nyder livet fuldt ud".



Pia Dræby Sessingø, ileostomiopereret
"Assura gjorde min ferie på Bornholm til en fornøjelse - masser af vandre- og badeture uden problemer".





Ingrid Grenholm, uro- og kolostomiopereret
"Lige siden jeg begyndte at anvende Assura til begge mine stomier, har intet forhindret mig i at leve som tidligere".

Coloplast's mål er at udvikle sikre og hudvenlige stomiprodukter, der er med til at gøre hverdagen mere tryg og behagelig for den stomiopererede. Derfor er alle vores produkter udviklet i tæt samarbejde med danske stomisygeplejersker og stomiopererede - bedre produktudviklere findes nemlig ikke.
Et godt eksempel på dette samarbejde er Assura. Ønsker du at prøve Assura eller få mere information, så udfyld kuponen og send den til os. Så vil du hurtigt mærke, hvordan Coloplast kan hjælpe dig med at gøre din hverdag mere behagelig og tryg.

Gratis prøve

☐ Ja tak, send mig en gratis prøve på Assura-systemet.
☐ Ja tak, send mig yderligere oplysninger om Assura.
☐ Ja tak, jeg ønsker fremover at få tilsendt information om nye produkter.

Udfyld venligst nedenstående, så vi kan sende dig de rigtige prøver:
Stomistørrelse _____ mm, Stomitype: ☐ Kolostomi ☐ Ileostomi ☐ Urostomi
Jeg vil gerne prøve ☐ 1-dels pose ☐ 2-dels system (pose og plade)
Hvis børnesystem ønskes, sæt venligst kryds her ☐
Jeg foretrækker posestørrelse ☐ mini ☐ midi ☐ maxi i ☐ klar ☐ hudfarvet

I dag bruger jeg følgende mærke: _____ produktnavn: _____

Navn _____ Fødselsår _____
Adresse _____
Postnr. _____ By _____ Telefon _____

Coloplast

Coloplast Danmark A/S, Kokkedal Industripark 2, DK-2980 Kokkedal,
Telefon 4911 1208, Telefax 4911 1212

Coloplast og Assura er registrerede varemærker ejet af Coloplast A/S. © Coloplast A/S, DK-3050 Humlebæk, Danmark. Produktion: Williams as.

LÆSERNE SKRIVER

Har du et indlæg til Copa-bladet, så skriv til COPA, Redaktionen, Odinsvej 5, 4100 Ringsted. Du kan godt få dit brev anonymt i bladet, men redaktionen skal kende dit navn og din adresse.

Bukser til stomiopererede

Som stomister har vi et handicap, og i foreningsbladet og ved møder er der megen oplysning om hjælpemidler.

Der er dog et område, som jeg mener, er forsømt, - påklædning.

Selv mænd uden ølmave kender problemet, at bukserne skrider 5 cm. nedad efterhånden som man bevæger sig. Når det sker, hviler bukselinningen på overkanten af stomiposen, det medfører dårlig filterfunktion, eller at posen efterhånden løsner sig med lugtgener og poseskift til følge.

For at afhjælpe dette, går jeg ofte med seler, men den bedste løsning er mine blå bukser. Det er bukser, hvor linningen ikke er den alm. til livrem, men er skiftet ud med en meget bred og høj elastiklinning, magen til de linninger der er i en god kvalitet sportsshorts. Det er en perfekt buksetype til stomister. Formålet med mit brev er nu, at vor foreningen kan hjælpe medlemmerne meget, ved at tage kontakt til et firma, der vil producere den slags bukser. Om COPA skal forestå salget eller det skal være postordre fra systuen er ikke vigtigt, men COPA skal være igangsætter, bringe annoncer for systuen i COPA bladet, i starten gratis, for at hjælpe en produktion igang. Jeg er sikker på, at der er et marked, det er et lille specialmarked og prisen vil selvfølgelig være derefter.

Handy Wear, Silkeborg - laver specialtøj til kørestolsbrugere, mon ikke de også vil lave tøj til os ?

Det må være en indlysende foreningsopgave at arbejde med dette emne.

Med venlig hilsen
E. J.

Har *du* en kommentar? *(red.)*

Ferierejse?

Undertegnede som skulle på ferie sammen med min hustru, og nogle venner for første gang efter min operation af en colostomi. Spændt var jeg hvordan ville det gå ?

Alt gik godt, indtil en dag hvor vi skulle ud og spise om aftenen. "Her på Gran Canaria er toiletterne ikke altid til at lukke ordentlig", midt under middagen gik det galt med posen, den skulle skiftes her og nu, ud på toilettet, tænde lys, lukke døren så godt den nu kunne, ned med bukserne op med skjorten, af med posen, ned i plastposen, og så skete katastrofen, ind kom en mand, hev døren op, der stod jeg med bar mave og et fint jordbær midt på, manden flygter i rædsel og på vejen slukker han lyset, dette sad bare 2 meter fra mig, op med bukserne, ud og tænde lyset, hurtigt ind og få min pose på. Dette lærte mig at resten af ferien fik jeg en af mine venner til at holde vagt foran døren til toiletterne.

Tænk på dette når I kommer på sådanne toiletter.

Med venlig hilsen
Svend Åge Jacobsen

Efterlysning!

Der er noget jeg ikke forstår! Jeg har lige hentet en postpakke fra Kirudan, (kørt den hjem på min cykel) og den fylder en del, jeg bestiller hjem til 3 mdr. pr gang, skylleærmer, poser, og skylleagregat og diverse andet som jeg har brug for. Jeg er meget tilfreds med at handle hos Kirudan, venlig betjening (når jeg ringer) fin service, aldrig fejlleveringer. Men, hvorfor kan vi ikke få nogen økonomipakke? - der ikke fylder så meget, for eks. en plastpose med 100 skylleærmer i, i stedet for alle de æsker? Jeg bruger 1 pr. dag, der er vel ingen der nøjes med at rekvirere en pakke med 10 stk. i pr. gang ? Selv om jeg er glad for at handle hos Kirudan, tror jeg godt jeg ku´ handle et andet sted, hvis der findes noget mere handy ! kender nogen til det ?

Med venlig hilsen,
Eva Pedersen, Tårs.

Sangfinder

Undertegnede medlem, fandt i vores blad "De fire årstider" som bliver af Ballerup Kommune sendt til pensionister, disse tre små vers, som jeg vedlægger.

De er så rammende, at de passer til vores medlemmer, at man ikke skal blive slået ud af vores sygdom.

Med venlig hilsen
Svend Åge Jacobsen
Kbh. amt.

Tal ikke om nerver,
om sorg og smerte, om dårlig
mave og ditto hjerter,
thi såfremt du for meget
ved din sygdom dig hefter,
det svækker dit helbred
og så dine kræfter.

Tal ikke om det, der er
gjort hos din næste
det er jo dog sandt, selv om
det er det værste,
og hvis du rigtig vil tænke dig om,
så er du slet ikke så god og from.

Vær aldrig muggen og utilfreds.
Hvad enten du er tyve,
fyrre eller tres,
sig tak og vær glad i hver en stund,
thi glæde i hjertet
gør stærk og sund.

Kilde " De fire årstider".

En lille historie

Tiden er gået lidt for stærkt, synes jeg, der er allerede gået 3/4 år siden sidste familieweekend, der stadig står mejslet fast i erindringen.

Jeg var nemlig med for første gang som legeonkel (tidligere som almindelig deltager), anbefalet af Kim (min nevø) og Gitte (Kims mor), og selvfølgelig ønsket af mig selv. En stor oplevelse, tænk at få lov at være legebarn igen, og så en hel weekend.

Marianne og jeg fik om fredagen vist vores store kunst i burgerfremstilling, der kan være utrolig meget ketchup, remoulade o.s.v. på en sweatshirt XL.

Lørdag var vi ude at bowle i Madsbyparken, vi måtte dog tage hjem da nogle af børnene frøs og synes at madpakkerne var noget møj, hvilket jeg kun kunne give dem ret i.

Men tegneudstyr videofilm, slik og saftevand gjorde eftermiddagen helt hyggelig.

Lørdag aften grinede vi af "Trylle Jesper" og hans små duer og kaniner. Derefter trak børnene os op i baren, hvor vi hyggede os med lidt citrusvand og kandisstænger.

Søndagen gik med forskellige aktiviteter for de opererede og tegning for de øvrige. Sidst på formiddagen holdt vi så fernisering i vores lille Galleri Copa.

En hyggelig weekend, vi ses igen til oktober 1997, jeg håber da også at lege med nye børn.

Hilsen onkel Jan

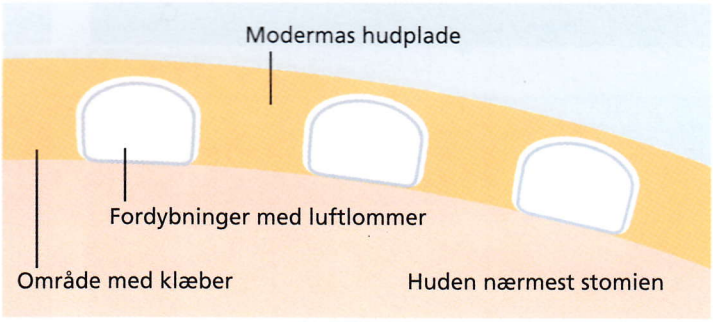
Er skånsom mod huden selv når posen tages af



Moderma™

En ny lukket stomipose

- teknologien med de små fordybninger i hudpladen tillader huden at hvile og restituere sig.
- let aftagelig- fordybningerne i hudpladen gør det behageligt at fjerne hudpladen.
- konusformet og gradueret hudplade for optimal hudpleje.
- ultra-effektivt halvmåneformet filter.
- ny anatomisk udformning, der sikrer, at posen ikke synker nedad når den er fyldt, giver forbedret diskretion og komfort.



Hollister

Hollister Danmark, Lille Kongevej, 3480 FREDENSBORG
Tel: 4846 5100, Fax: 4846 5110

❑ Ja tak, jag vil gerne prøve 5 stk. Moderma stomiposer

Vil du have løbende information fra Hollister?

❑ Ja ❑ Nej

Navn: .....

Adresse: .....

.....

Tlf: .....

Stomistørrelse: .....mm

.....
Underskrift

Send kuponen til:
Hollister Danmark
Lille Kongevej
3480 FREDENSBORG

"1997 Hollister Ltd. The Hollister and Moderma logos are trademarks of Hollister Incorporated, All rights reserved.

Regnskab COPA 1996

LOPS & BRANDT

REVISIONSPÅTEGNING

Revisionspåtegning
Vi har revideret det af bestyrelsen aflagte årsregnskab for 1996 for Stormforeningen Copa.

Den udførte revision
Vi har i overensstemmelse med almindeligt anerkendte revisionsprincipper tilrettelagt og udført revisionen med henblik på at opnå en begrundet overbevisning om, at årsregnskabet er uden væsentlige fejl eller mangler. Under revisionen har vi ud fra en vurdering af væsentlighed og risiko efterprøvet grundlaget og dokumentationen for de i årsregnskabet anførte beløb og øvrige oplysninger. Vi har herunder taget stilling til den af bestyrelsen valgte regnskabspraksis og de udøvede regnskabsmæssige skøn samt vurderet, om årsregnskabets informationer som helhed er fyldestgørende.
Revisionen har ikke givet anledning til forbehold.

Konklusion
Det er vor opfattelse, at årsregnskabet er aflagt i overensstemmelse med lovgivningens og vedtægternes krav til regnskabsaflæggelsen, og at det giver et retvisende billede af foreningens aktiver og passiver, økonomiske stilling samt resultat.

Køge, den 6. februar 1997
Lops & Brandt
Statsautoriseret Revisionsaktieselskab
Søren Windahl Pedersen
statsautoriseret revisor

Ringsted, den 21/2 1997

Flemming Lejbølle
Landsformand

Arne Nielsen
Lokal formand

LOPS & BRANDT

ANVENDT REGNSKABSPRAKSIS

Årsregnskabet er udarbejdet og opstillet efter samme retningslinier og principper, som er anvendt ved foregående regnskabsaflæggelser.

Af de anvendte regnskabsprincipper skal vi fremhæve følgende:

Anlægsaktiver:
Driftsmidler og inventar, der er aktiveret afskrives lineært med 20% p.a. over 5 år.

Værdipapirer:
Værdipapirer er optaget til anskaffelsessummen.

LOPS & BRANDT

Resultatopgørelse for perioden 1. januar - 31. december 1996

		kr.
Kontingenter	351.331	
Gaver og arv	7.000	
Kursgevinst ved udtrækning og salg af obligationer	31.996	
Tilskud, Lotto	878.957	
Tilskud, andre, jf. specifikation side 7	361.278	
Renter	45.591	
Diverse indtægter	300	
BRUTTOINDTÆGTER		1.676.453
Annonce indtægter	407.536	
Medlemsblad inkl. porto	- 432.293	
BLADET		- 24.757
Sommerlejr m.v., indtægt	92.450	
Sommerlejr, udgift	- 230.293	
SOMMERLEJR		- 137.843
Tilskud, Kræftens Bekæmpelse	175.000	
Udgifter, Kræftens Bekæmpelse	150.000	
KRÆFTENS BEKÆMPELSE (Sammenholdes med udgift sommerlejr)		25.000
Tilskud, Tipsmidlerne	50.000	
Tilskud, Handicappuljen	68.600	
	118.600	
Interessegrupper	- 100.979	
TIPSMIDLER (Sammenholdes med udgift sommerlejr)		17.621
Tilskud socialministeriet	15.000	
Udgifter til Landsformandens rejser	23.746	
FORMANDENS REJSER		- 8.746
RESULTAT AF ÅRETS AKTIVITETER		- 128.725
RESULTAT FØR ADMINISTRATIONSOMKOSTNINGER M.V.		1.547.728
Administration, lokale og andre omkostninger, jf. omstående specifikation		1.575.833
ÅRETS RESULTAT, negativt		- 28.105

LOPS & BRANDT

BALANCE PR. 31. DECEMBER 1996

AKTIVER

Note			kr.
	Postgirokonti		179.320
	Den Danske Bank, 4955-915895		19.849
	Den Danske Bank, 3532-03996-7		0
	Den Danske Bank, 3532-05959-3		0
	Obligationer, jf. omstående specifikation jf. side 9		850.132
	Tilgodehavende Kræftens Bekæmpelse		175.000
	Andre tilgodehavende		22.055
	Saldo pr. 1. januar 1996, indretning lejede lokaler	2.235	
	Afskrivninger	2.235	0
	Deposita		8.300
	Saldo pr. 1. januar 1996, inventar	24.477	
	Tilgang, netto	80.854	
	Afskrivninger	- 20.115	85.216
	Rådighedsbeløb Landsformand		10.000
	Rådighedsbeløb Odinsvej		2.252
	Rådighedsbeløb ungdom		2.000
	AKTIVER I ALT		**kr. 1.354.124**

LOPS & BRANDT

BALANCE PR. 31. DECEMBER 1996

PASSIVER

Note		kr.
	Skyldig merværdiafgift	0
	Den Danske Bank, 3532-03996-7	50.203
	Skyldig A-skat og arbejdsmarkedsbidrag	7.221
	Afsat skyldige udgifter	93.642
	GÆLD I ALT	151.066
	Forudmodtaget tilskud fra Socialministeriet vedr. 1996	0
	HENSÆTTELSER I ALT	0
	Saldo pr. 1. januar 1996	1.231.163
	Årets resultat, negativt	- 28.105
	EGENKAPITAL I ALT	1.203.058
	GÆLD OG EGENKAPITAL I ALT	kr. 1.354.124

LOPS & BRANDT

SPECIFIKATIONER

Specifikation af tilskud andre	kr.
Tilskud, Socialministeriet	278.900
Tilskud, Barnsetombola	0
Superchancen	25.486
Helsefonden	32.463
Gaver, Litauen	24.429
	361.278
Hensat til 1996	0
	361.278

Indtægt skal sammenholdes med merudgifter til PR-udstilling samt mødeudgifter inkl. kurser og egen andel af rådgiverkørsel.

Specifikation af Sommerlejren	
Sommerlejr, indtægter	92.450
Andel af tilskud fra Kræftens Bekæmpelse	25.000
Andel af tilskud fra Tipsmidlerne	17.621
	135.071
Afholdte udgifter	230.293
	kr. 95.222

Specifikation af Kræftens Bekæmpelse	
Tilskud Kræftens Bekæmpelse	kr. 175.000
Anvendt således:	
Tryksager	46.938
Rådgivning/kørsel	20.296
Rådgiver uddannelse	82.766
Sommerlejr	25.000
	kr. 175.000

LOPS & BRANDT

SPECIFIKATIONER

Specifikation af administration, lokale og andre omkostninger	kr.
Gager inkl. ATP	368.598
AER	0
COPA's egen andel kørsel	9.344
Interne tryksager	68.081
PR-udstilling inkl. håndbog	195.762
Mødeudgifter inkl. kurser	155.307
Stomidag	113.624
Landsmøde	36.657
Litauen	23.233
Midt i livet	12.975
Udgifter, Estland	0
Nordisk møde og IOA	62.619
Kontorhold og telefon	45.291
Porto	43.466
Anskaffelser (aktiveret anskaffelser kr. 80.854)	19.207
Husleje, el og varme	56.681
Rengøring m.v.	6.334
Kontingenter og forsikringer	33.590
Gebyrer og serviceaftaler	21.796
Revision og regnskabsmæssig assistance 1996	15.000
Assistance vedr. kassererskifte m.v.	10.000
Revision rest 1995	6.875
Driftstilskud, lokalforeninger	190.044
Foreningskursus	12.224
Legater	10.500
Gaver	15.453
Diverse udgifter (inkl. stillingsannonce kr. 17.890)	20.509
Renteudgifter	313
Afskrivninger	22.350
UDGIFTER I ALT	1.575.833

LOPS & BRANDT

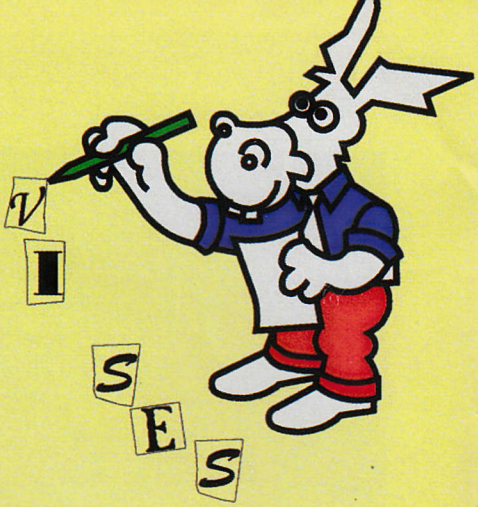
SPECIFIKATIONER

Specifikation af obligationer:

	Nom.	Primo	Tilgang/afgang	Gevinst/Tab	Ultimo
9%, DS, 2000	418.000	432.691	- 463.994	31.303	0
9%, DS, 2000	96.000	105.289			105.289
10% KD, 2002	9.000	7.189	- 2.000	693	5.882
8%, DS, 2006	453.000		475.592		475.592
9%, DS, 2.000	8.000	9.088			9.088
6% DS 1999	250.000		254.281		254.281
		545.169	272.967	31.996	850.132

Kursværdi pr. 31. december 1996 andrager i alt kr. 886.281.

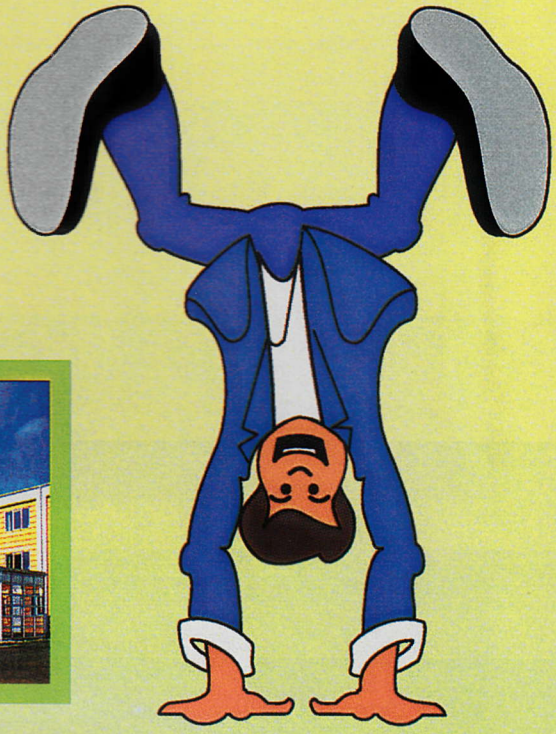
BØRNECOPAs FAMILIEWEEKEND

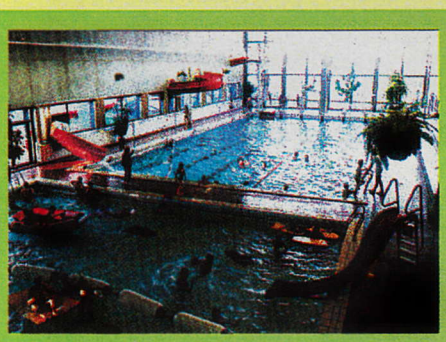


For stomiopererede børn og deres familie afholdes på:
Vejle Center Hotel i dagene fra d. 10. - 12. oktober 1997.

Disse emner vil vi beskæftige os med:

- Parforhold i familier med syge børn
- Stomi eller hvad? - Nye tiltag indenfor lægevidenskaben
- Børn med stomi og pubertet
- Børns opvækst og trivsel med/uden stomi
- Børn med Colitis Ulcerosa/Morbus Crohn -og deres muligheder







Børnene kommer på bustur til Legoland lørdag eftermiddag og søndag formiddag kommer gøgleren "Kaj Gummisko" for at lære dem kunster.
Lige ved siden af hotellet er der et stort badeland, som vi naturligvis også skal i.

Pris for hele weekenden incl. forplejning kun 200,- kr. pr. person uanset alder.

Ja tak, vi vil meget gerne deltage i familieweekenden i dagene fra d. 10. - 12. oktober 1997 på Vejle Center Hotel.

Barnets for- og efternavn _____

Diagnose _____

Født dag/mdr/år _____ Stomitype: Colo- _____ Ileo- _____ Uro- _____ ikke stomi_____

Mors navn _____ Fars navn _____

Søskende Navn _____ Født dag/mdr/år _____
Navn _____ Født dag/mdr/år _____
Navn _____ Født dag/mdr/år _____

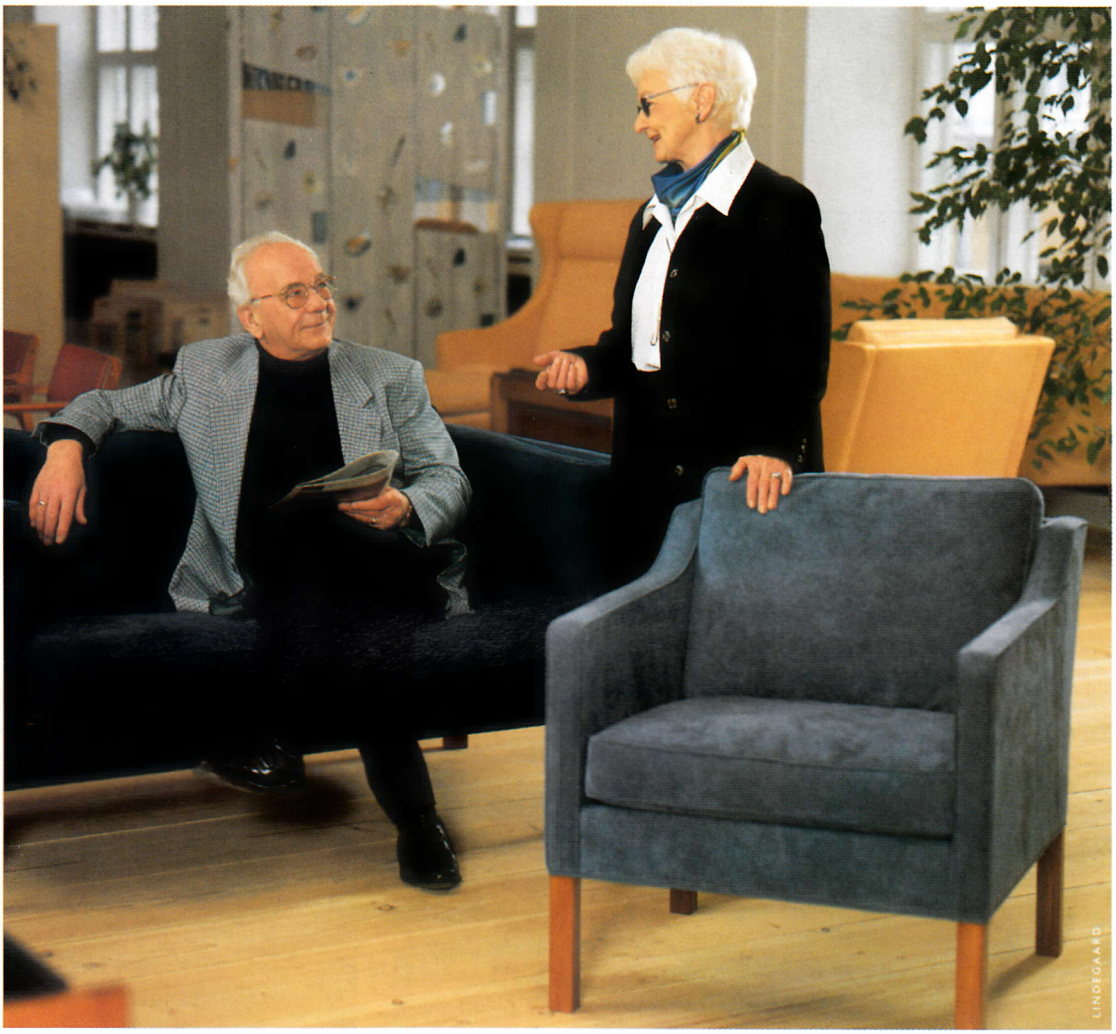
Adresse _____ Postnr./By _____

Tlf.nr.: _____ Hotelværelse: Ryger _____ Ikke ryger _____

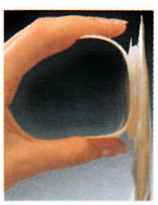
Send tilmeldingen til COPAs sekretariat, Odinsvej 5, 4100 Ringsted. Først i oktober vil I få tilsendt program, kørselsvejledning og deltagerliste.

Dansac 25 år

Vi fremstiller produkter i én- og to-dels udgaver, der intet har med møbler at gøre



Enhver producent ved, at mennesker sætter pris på at kunne vælge frit. Det gælder alt lige fra sofaer og stole til gardiner og lamper. Vores kunder har det på samme måde. På ét punkt har de dog én ting til fælles. De har en stomi. Men så hører ligheden også op. Ligesom de har forskellig smag og syn på boligindretning har de også forskellige behov og krav for stomiprodukter.



Komfort, diskretion og naturligvis sikkerhed gør Dansac Duo Soft til et naturligt valg for de mange, der foretrækker en 2-dels løsning.

For nogle tilfredsstilles deres behov bedst af en en-dels pose. Andre foretrækker et to-dels system, som Dansac Duo Soft med den unikke graduerede hudbeskyttelsesplade, der følger enhver lille fold eller ujævnhed i huden. Når du slapper af og hygger dig i din favoritsofa, sikrer den semifikserede ring på Dansac Duo Soft, at posen bevarer sin lodrette position, fordi hudbeskyttelsesplade og ring arbejder uafhængigt af hinanden.

Det stigende antal stomiopererede, der vælger Dansac´s én- eller to-dels løsninger er måske det bedste bevis på, at vi tænker og handler rigtigt. Fremstilling af stomiposer er til syvende og sidst vores speciale. Og det har det været i 25 år.

dansac

Specialister i stomiprodukter gennem 25 år

Dansac A/S, Lille Kongevej, DK-3480 Fredensborg
Tlf. 4846 5000 Fax 4846 5010

Dansac og Dansac Duo Soft er handelsmærker under Dansac A/S



NYT FRA LOKALFORENINGERNE



København/ Frederiksberg

Siden sidst

Godt foredrag

Bedre sent end aldrig og ikke glemt ved medlemsmøde den 15.3. 1997.

Ved medlemsmøde den 15.3. - hvor ca. 40 medlemmer var mødt- havde vi besøg af stomisygeplejerske Lis Balleby.

Jeg vil fra medlemmer og bestyrelse takke Lis Balleby for et rigtigt godt foredrag om stomipleje og hudpleje. Vi fik meget at vide om dette emne, som ville være til stor gavn i vor dagligdag. Endnu engang tusinde tak Lis, fordi du ville komme.

Siden sidst

Hverdagsliv i gamle dage

Arbejdermuseet den 19.4.1997.

Ikke mange medlemmer var mødt til denne tur. Men for de medlemmer der kom, blev det en rigtig hyggelig eftermiddag.

Vi fik set fra hverdagslivet i 1850 til 1950. Hvorledes en familie Sørensen, der var en arbejderfamilie boede i deres små lejligheder. Desuden kunne man få at se, at der i 1950´erne og 60èrne kom mere fart og tempo på.

Vi fik set et folkekøkken fra 1930'erne.

Efter en rundtur på 3 etager var det dejligt at slutte af med kaffe og æblekage. Herefter gik turen atter hjem.

Kom med jeres mening

Medlemsmøde den 26.8.1997.

Efter sommerferien skal vi atter mødes til hyggelig samvær i "Pilegården", Brønshøj kl. 13.30.

Jeg håber at der vil møde mange denne dag. Vi må snakke om hvorfor der ikke møder ret mange til vor arrangementer. Måske har en af jer et godt forslag, så lad det endelig komme frem. Det kan jo være svært at tilrettelægge noget, når man ikke rigtig ved, hvad det er medlemmerne gerne vil opleve.

Mød op denne dag, og kom med jeres meninger og gode råd. Så vil vi i bestyrelsen gøre alt for, at vi kan gøre noget godt for jer.

På gensyn ønskes af Grethe Nielsen, lokalformand.

HUSK
Copa-bladet returnerer indsendte foto



Københavns amt

I maj måned så vi bøgen springe ud, tulipanerne vælte op af jorden, juni måned kom endelig med den ægte, den længe ventede sommervarme. Nu har vi passeret midsommer og Sankt Hans og er kommet er lille stykke ind i juli måned. Det er endnu sommerferie for os i Copa, men allerede den første torsdag i august, helt præcist torsdag den *7. august* starter vi sensommeren og efterårets møder. Denne dag skal vi på virksomhedsbesøg til Coloplast i Humlebæk i Nordsjælland. Ved ankomsten vil en medarbejder give en kort præsentation af firmaet og dets produkter. Der vil derefter blive rundvisning af en times varighed på fabrikken. Det er utroligt vigtigt, at I tilmelder Jer så hurtigt som muligt, da der blot vil være plads til 30 deltagere. Turen, som Coloplast er den glade giver af, starter fra Valby Medborgerhus kl. *12.45* med forventet hjemkomst kl. *17.00*. For tilmelding, ring til Marianne på tlf. *4583 5258* eller til Michael på tlf. *4585 2887*.

Sviptur til Oslo

I forrige nummer af Copa-bladet bad vi om interessetilkendegivelser med hensyn til en "sviptur til Oslo", som det så smukt hedder. Vi fik da osse 12-15 interesserede medlemmer på den foreløbige liste. Inden vi arbejder videre på dette projekt er vi nødt til helt nøjagtigt at vide hvor mange og hvem, der positivt er interesseret i at deltage.

Turen til Oslo kommer til at foregå i Week-enden *5.-7. september*. Samtidig med din bindende tilmelding vil du/I få en turbeskrivelse tilsendt. Prisen for deltagelse vil være afhængig af, om man ønsker fuld forplejning eller om man selv vil vælge hvor på skibet man ønsker at indtage sine måltider, men din/Jeres pris vil være anført på førnævnte turbeskrivelse. Inden du/I beslutter Jer endeligt kan I rette eventuelle spørgsmål til de to bestyrelsesmedlemmer, der har prøvet at tage turen til Oslo. Det er Michael, der har tlf.nr. *4585 2887* eller til Jørgen, der har tlf.nr. *4656 5575* eller *4057 5578*. Disse to er parate til at besvare ethvert spørgsmål, som du evt. måtte have i forbindelse med turen til Oslo i september.

Du har måske spørgsmål vedr. pris, forplejning, indkvartering eller andre ting du gerne vil vide i forbindelse med turen

til Oslo. Tøv ikke med at ringe og stille spørgsmål eller med at tilmelde dig. Allerseneste frist for tilmelding er *4. august*.

Vi glæder os til at høre fra dig og ønsker dig fortsat en rigtig god sommer med et godt gensyn til vore førstkommende arrangementer til Coloplast og til Oslo!!

Bestyrelsen



Frederiksborg amt

Siden sidst

Bådsmandsstrædets kaserne

Lidt om udflugten til Christiania lørdag d 7.6.97.

Det var med stor glæde man kunne konstatere at det gode vejr var med os til vores sommerudflugt.

Vi var 19 medlemmer og en baby der var mødt op til rundvisningen. Vores guide var virkelig god til at fortælle om livet og beboerne derude. Hun havde selv boet på Christiania i 17 år. Til en start fik vi en del historiske oplysninger omfattende tiden før, da området hørte til Bådsmandsstrædets kaserne og efter Fristaden Christiania var en realitet. Vi fik informationen på anden sal i en magasinbygning i et malerisk rum med gamle bjælker af pommersk fyr, hvor der var indrettet galleri. Selve rundvisningen på en del af området varede omkring 1 time, og derefter var der lidt tid til overs inden vi skulle spise frokost i restaurant "Spiseloppen". Restauranten ligger i samme bygning, hvor vi havde informationsmødet, og vi fik en lækkert udseende og virkelig velsmagende platte, og vi sluttede den fælles del af besøget af med efterfølgende kaffe eller te. Efter de tilkendegivelser bestyrelsen fik, inden vi skiltes, havde det været en dejlig oplevelse.

De der havde lyst til at blive kunne derefter slentre rundt på egen hånd.

Kommende aktiviteter

Husk at reservere følgende datoer i kalenderen for kommende aktiviteter:

Lørdag d. 20.9.97:
Noget om jordstråler.
Mødet bliver holdt hos Inge-Lise Sørensen, Sundtoldvej 8c, Helsingør
kl. 14.00-17.00

Torsdag d. 9.10.97:
Besøg hos Kirudan, Nyholms Àlle 30, Rødovre
kl. 19.00.

På bestyrelsens vegne
Gisela Schjøtt

Har du spørgsmål om stomi?
Send det til Copa-bladet - mrk. brevkasse.
Så får du svar her i bladet.

Kirstine Hardam

Vi har altid førende produkter på lager!

Coloplast
dansac®
HOLLISTER
ConvaTec
biotrol pharma

A/S GRAFISK CENTRUM . HERNING

- 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 ekspeditions-omkostninger.
- Ingen grænse for mindste leverance.
- Fordelagtige priser
- Konsulentbistand



Måbjerg Skolevej 46-48 · 7500 Holstebro
Tlf. 97 42 32 33 . Fax 97 42 80 14



Fyns amt

Tag med COPA-Fyn til Sprogø

Stomiforeningen Copa Fyns amt's udflugt ad Vestbroen til Sprogø søndag den 24.08 1997.

En spændende udflugt til Sprogø, den lille ø midt i Storebælt, som gennem de seneste år nærmest er blevet verdensberømt, som bindeled mellem Vestbroen og Østbroen med tunnel.

Denne lille ø, som i Valdemar den Stores tid med en fæstning skulle bevogte sejladsen i bæltet, og i Frederik den 2.s tid blev der bygget et herberg, hvis turen over bæltet skulle blive for skrap, og atter senere blev der oprettet karantænestation og hjem for kvinder, for nu at blive midtpunkt i vor tids største brobyggeri Storebæltsforbindelsen.

Vi kører fra Dannebrogsgade Odense kl.12.00, og vi kommer til Nyborg, hvor vi kommer gennem den gamle landport, og forbi det gamle kongeslot med voldgravene, ved Knudshoved skal vi samle vor guide op, som skal følge os den spændende tur ud i Storebælt. Guiden vil fortælle os om byggeriet med mere, og inden vi får set os om, er de to timer gået, som turen dertil varer.

Herefter kører vi en køn tur forbi det gamle Holckenhavn Slot, som ligger i udkanten af byen, og vi følger landevejen sydpå, hvorfra vi har en pragtfuld udsigt over Storebælt, og i Øskendrup holder vi ind på kroen, hvor der serveres kaffe, 1/2 bolle og lagkage.

Herfra fortsætter turen til Glorup slot og gennem Svindinge til Regisse, som tidligere var en meget berømt kilde med helbredende vand. Vi kommer gennem Frørup med de mange gamle bindingsværkshuse og gennem "Æble" til Refsvindinge og forbi det statelige gods Juulskov,inden vi kører tilbage til Odense efter en uforglemmelig eftermiddag med den nye bro og de smukke gamle godser. Forventet hjemkomst ca. kl. 18.00.

Pris *incl. tur, guide og kaffebord 190.00 kr.*

Tilmelding *senest 14/8* i forbindelse med "Åbent Hus" på Kræftens Bekæmpelse i Odense til Gerda Pedersen tlf. 6611 2684 eller 6619 2684 eller Lars E. Nielsen tlf. 6618 2443 eller 3040 7743.

P.b.v.
Gerda Pedersen



Lolland / Falster

Lokalforeningen havde arrangeret en bustur ud i det blå d. 24, med endestation ved "Traktørstedet Bøgeskoven" på Stevns, hvor vi skulle spise frokost. Men, hjemme hos mig, kl. 05.45 ringer min telefon, godtnok har vi sommertid, men på det tidspunkt er ens øjne meget små. Hvem ringer nu på det ukristelige tidspunkt ?

Det var vores chauffør "Jeg er desværre på sygehuset og skal blive her hele dagen". Turen måtte aflyses. I gang med at finde telefonnumrene på alle dem der var tilmeldt til busturen, for at sige "desværre". Ringeriet til dem startede dog på et mere humant tidspunkt.

Nu er vores chauffør rask igen. På et senere tidspunkt bliver der en løvfaldstur i stedet for den aflyste tur.

Den sidste planlægning til den fælles høstfest med Storstrøm nord d. 6 september, på "Elverkroen" i Stubbekøbing, er ved at blive klar. Der sendes en invitation ud til alle medlemmer, tag selvfølgelig kone/samlever med. Det samme gælder også støttemedlemmerne. Samtidig vil der også være en aktivitetskalender med i brevet til at hænge på opslagstavlen. Bestyrelsen håber at se rigtig mange til høstfesten d. 6. september på "Elverkroen".

Nu skulle det så, ifølge Voldborg, blive sommer og endda god sommer, med den sædvanlige travlhed. Græsset skal slåes, ukrudtet skal luges væk, der skal syltes, lægges i dybfryser, komsammen med familie og venner omkring grillen, have feriegæster og selv en tur hjemmefra. Det er næsten til at tabe pusten over, men sådan er det gerne en sommer går. Pludselig er det igen sensommer og foreningslivet starter op igen. Hele lokalforeningens bestyrelse ønsker alle medlemmer og familie en god sommer.

P.b.v.
Marianne Andersen



Nordjyllands amt

Den nye bestyrelse i Nordjyllands amt

Efter generalforsamlingen som blev afholdt onsdag d. 23.april d.å. i gæstesalen i restaurant "Papegøjehaven" i Aalborg Kongres- og kulturcenter, har den valgte bestyrelse på et møde konstitueret sig således:

Lokalformand:
Flemming Jacobsen,
Støvring
tlf.: 98 37 16 30

Kasserer:
Erling Flarup,
Frederikshavn
tlf.: 98 47 90 69

Sekretær:
Grethe Ørum,
Hjørring
tlf.: 98 92 40 42

Øvrige bestyrelsesmedlemmer:
Kirsten Møhlenberg, Saltum
tlf.: 98 88 11 51

Verner Nørrevang, Aalborg
tlf.: 98 18 31 66.

Gunnar Johansen, Gistrup
tlf.: 98 31 42 08

Gem venligst denne liste over navnene på bestyrelsesmedlemmerne. Du har brug for telefonnumrene når du skal tilmelde dig et arrangement.

Sommerudflugt

Tid: *Lørdag , den 23. august*
Udflugtsmål: *Skagen*
Afgang fra:
Hobro rutebilstation..... kl. 8.30
Aalborg rutebilstation, perron 17.. kl. 9.15
Brønderslev, Statoil..... kl. 9.45
Hjørring rutebilstation..... kl. 10.10
Frederikshavn rutebilstation..... kl. 10.45

Herfra kører vi syd for Frederikshavn og ser udsigten fra Øksenbjerg udover Kattegat og Læsø.
Videre kører vi igen nordpå og nyder naturen/havet. Vi finder et godt sted til at spse vores medbragte madpakke og nyde øl/vand/kaffe. Der bliver mulighed for at købe frokostmad for dem som ikke har madpakke med.
Vi ankommer til Skagen i god tid om eftermiddagen, således at vi får mulighed for at opleve Skagen's seværdigheder "i samlet flok" og "på egen hånd". Det er planen at vi skal se og opleve Skagen Museum, Skagen by, havnen med fiskerhusene og Grenen med en tur med Sandormen. Skulle nogle have specielle ønsker om at se seværdigheder herudover i Skagen, vil disse ønsker så vidt muligt blive opfyldt.
Når vi er mætte af oplevelser kører vi til et godt spisested i Gl. Skagen og spiser middag.
Franks turistbusser fra Arden kører os, og der kan købes kaffe, øl og vand i bussen til rimelige priser.
Pris:
Prisen for denne dejlige tur er 150,- kr pr. person - beløbet dækker bustur, entré til Skagen Museum, billet til Sandormen og en god middag.
Hvem kan deltage:
Det kan medlemmer med pårørende. Så ønsker du at dele en god dag med din ven/veninde, bestiller du selvfølgelig to pladser. Reserver nu lørdag d. 23. august, tag telefonen og tilmeld dig dette enestående tilbud.
Tilmelding: Senest d. 18. august Tilmelding til: Et bestyrelsesmedlem . Navn og telefonnummer finder du her i bladet på forrige side.

Kom med til en hyggelig aften i Hjørring

Som omtalt i sidste Copa-blad afholder stomiforeningen COPA, Nordjyllands amt, et arrangement i Hjørring.
Tid: *Onsdag d. 24. september, kl. 19.30*
Sted: *Restaurant 'Svanelunden', Svanelunden 6, Hjørring, tlf. 98 91 00 77.*
COPA er vært ved et kaffebord. Alle er meget velkommen. Tag gerne et familiemedlem, en nabo og/eller ven/veninde med.

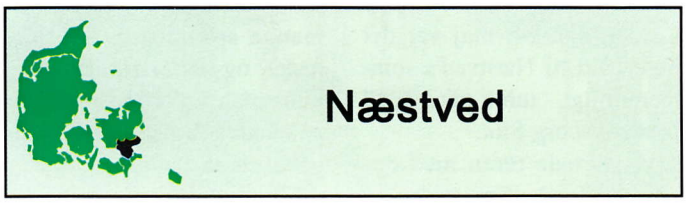
Vi har på nuværende tidspunkt ikke aftalerne helt på plads med hensyn til emne/foredrag og/eller underholdning. Vi skal nok skabe et godt indhold til en hyggelig aften. Du vil i Copa-bladet september/oktober , som udkommer d. 10 september, få nærmere oplysning herom.
Tilmelding: *Senest d. 21. september.* Husk venligst at tilmelde antal personer til et bestyrelsesmedlem. Navne og telefornnumre står her i bladet på forrige side.

Alle COPA-medlemmer ønskes en solrig og fornøjelig sommer fra bestyrelsen i lokalforeningen i Nordjyllands amt.
P.b.v.
Flemming Jacobsen

Hyggeklubben

Der afholdes ingen møder i juli og august, men fredag d. 5. september mødes vi igen i Huset, Hasserisgade 10, Aalborg.
God sommer til alle.

Flemming Jacobsen



Rådgivere:

Jytte Aarøe
Ny Vordingborgvej 67
4771 Kalvehave
Tlf.: 53 78 80 78.

Christina Hartmann (J-pouch)
Vejløvej 108A, Vejløgården
4700 Næstved
Tlf.: 53 80 06 64.

Aflyst udflugt

10 km kaffebord

Fredag d. 18. april var det meningen vi skulle besøge Kirudan - men desværre var der ikke nok tilmeldinger!

Det var bare så ærgerligt, at turen ikke blev til noget, men da vi skulle køre i bus, var det nødvendigt med et vist antal tilmeldinger. Istedet var

Vi glæder os til at betjene dig!

Stomiprodukter

• **Ring til os på tlf. 3637 9130** •

•
Betjening af erfarne og dygtige medarbejdere.
•
Bredt sortiment
- neutral produktvejledning.
•
Enkel bestilling, hurtig og sikker levering.
•
Konkurrencedygtige priser.

Kirudan

et godt sted at handle

Kirudan A/S • Nyholms Allé 30 • 2610 Rødovre
Fax. 3672 8322 • Tlf. 3637 9130
Mandag-torsdag 8-16, fredag 8-15.

Grethe og Palle så søde at lægge hus til et hyggemøde, nu havde vi jo sat dagen af. Så Grethe havde slået til igen, og lavet et kæmpe kagebord med alverdens lækkerier; uhm, det var dejligt - så vi fik en hyggelig snak alligevel.

Siden sidst

Sommerudflugt til Frederiksborg Slot

Lørdag den 24. maj var det blevet tid til Næstved's sommerudflugt - turen gik i år til Frederiksborg Slot.

Vi startede turen med opsamling forskellige steder og kørte så i samlet trop i vores egen lille lejet bus mod Hillerød.

Vi var 17 med på turen; både turen frem og tilbage til Hillerød var dejlig, og det var en meget imponerende oplevelse at se Frederiksborg Slot. Det er et utrolig smukt sted med mange spændende finurligheder, og det er fra dengang, hvor man virkelig brugte tid på håndværk - så der var meget at se på.

Vi havde hyret en guide, som var fantastisk god, og det at have en med, der kan fortælle om tingene og historien bag, det gør det endnu mere spændende.

Selvom vi brugte 2 timer på rundvisningen, så kan man slet ikke nå at se det hele på én gang, - så hvis man skulle få lyst, så kan man jo lave sin egen lille udflugt til Frederiksborg Slot., - der er ihvertfald nok at se på.

Da vi var færdige på Frederiksborg Slot kørte vi rundt for at finde et sted at spise vores medbragte madpakker, og vi fandt et dejligt sted i det fri, hvor vi kunne sidde og nyde solen.

På turen hjem gav lokalforeningen kaffe og kage på Skævinge Kro, og så fik vi besøg af Søren Stauning.

Merete havde inviteret Søren ned på kroen, og det var dejligt at se Søren. Vi fik da også lige en af Søren's mange gode og sjove historier med på vejen.

Efter at have spist lækker lagkage osv. drog vi hjemad igen efter en rigtig dejlig dag!

Tusind tak for en dejlig dag!

Mange sommerhilsner
Christina Hartmann

Søren Stauning fortæller en af sine lune historier



På sommerudflugt til Frederiksborg Slot



Mindeord

Aase Larsen, tidligere bestyrelsesmedlem i Næstved Lokalforening, døde i april måned. Aase var en humørbombe uden sidestykke. Altid parat med den helt rigtige bemærkning på rette tidspunkt. Desuden havde hun sine meninger - og udtrykte dem meget kontant - men med et glimt i øjet. Vi vidste godt, at helbredet ikke var helt efter Aases ønsker; men var overbevist om at hun via sin optimisme og stædighed kunne klare den forhindring med.

Aase var ukuelig til det sidste og nåede at fejre sin 70-års fødselsdag. Hun måtte meget mod sin vilje forsømme medlemsmødet i marts - "men vi gad nok heller ikke se en gammel kone ligge på maven et par timer" - for nu at bruge Aases egne ord, fordi hun døjede med at sidde i længere tid.

Aase deltog i bestyrelsesarbejdet og medlemsmøderne med liv og lyst, og vi vil savne hende *meget*.

Æret være Aase Larsens minde.
P.b.v.
Merete Møller, formand

Generalforsamling.

Lørdag d. 23. august kl. 14.00 holder vi generalforsamling i Futura-centeret, Ringstedgade 20, Næstved. Dagsorden i henhold til vedtægterne. Følgende er på valg:

Grethe Christiansen, Vordingborg.
Mogens Jensen, Næstved.
Lizzi Christiansen, Næstved. (suppl.)
Revisor Erik Hansen, Vordingborg.
Revisorsuppl. Per Møller, Store-Heddinge.

Vi opfordrer så mange som muligt til at møde op, så vi kan få en hyggelig eftermiddag. Der vil også være en foredragsholder til stede.

Tilmelding *senest* mandag d. 18. august til Grethe Christiansen på tlf. 53 77 24 01 eller Merete Møller på tlf. 53 70 80 42.

Høstfest

Lørdag d. 6. september (jo, det er den 6. og ikke den 11.) mødes vi med halm i træskoene på "Elverkroen" i Stubbekøbing. Vi slår os løs med sydlændingene, som er festlige folk at være sammen med, så der er noget at glæde sig til.

God mad, god musik og gode mennesker - hvad mere kan man forlange ?

I kan allerede nu reservere dagen på forhånd. Der vil i god tid blive udsendt invitation med nærmere oplysninger om tilmelding, betaling o.s.v.

Det er 5. gang vi fester sammen med Lolland-Falster, så lad os fejre dette "jubilæum" ved at møde talstærkt op !

P.b.v.
Merete Møller

Endelig en lille notits
til behagelig eftertanke:

Om at have de rigtige briller på...

Kære Crohn-klub Øst !

Da jeg iført mine læsebriller arkiverede den ko-miske annonce, undslap der mig et langt giiiisp! I den røde tekst under dyrene, var der faldet et ord ud - et lille men betydningsfuldt "til". Den korrekte tekst lyder i al sin enkelthed: "Tror du ikke, at vi skulle prøve at ringe *til* dem i stedet for ?"

Deadline var for længst overskredet, så jeg beroligede mig med at korrekturlæseren nok ville fange fejlen - men nej, det manglede "til" lyste mig muntert i møde, da jeg fik bladet. "Flovt, Fru Møller, Amatøragtigt, beskæmmende o.s.v." - rasede jeg, mens små, sorte skyer samlede sig over mit syndige hoved.

Konklusion: Jeg skulle altså have taget mine briller på, da jeg gennemså materialet til sidste blad; men når man nu *sagtens* kan læse alt på skrivebordet uden briller - bare man står op ...

Hermed undskyld til alle dem, der fandt teksten besynderlig!

Merete Møller



Ribe amt

Vi er omkring 90 medlemmer...

og vi mødes ca. 2 gange om året, med indtil en trediedel af holdet, til et medlemsmøde med en fremmed taler, sammen med generalforsamlingen - plus, at det lykkes os nogle gange at få arrangeret et virksomhedsbesøg.

Fra Sundheds- og forebyggelsesafdelingen i Ribe Amt har vi i året haft 2 foredragsholdere til at fortælle om "Sundhed, hvad er det" - foredragene er gratis.

Ved generalforsamlingen blev Karen Poulsen Johansen, Esbjerg valgt i stedet for Ellen Hennelund, Krogager, der ikke ønskede at fortsætte i bestyrelsen længere.

Af forslag til kommende aktiviteter fremkom ønsker om, besøg på Musikhuset i Esbjerg, 1/2 dags ture - udflugter - Kolding Storcenter. Bestyrelsen arbejder med sagen, der skal jo være tilmeldt et vist antal deltagere før udflugter kan være økonomisk interessant.

Angående Rådgivning vil der indtil videre blive annonceret ca. 4 gange årligt i lokale ugeaviser med telefonnummer på de COPA rådgivere der findes i Ribe. Vores "lille Gule folder" vil blive ændret lidt med næste udgave.

I-L

INGE - LISE SØRENSEN ApS

SPECIALISTER I SYGEPLEJEARTIKLER

STOMI • KOMPRESSIONSSTRØMPER • BRYSTPROTESER
SÅRBEHANDLING • BANDAGER • INKONTINENSPRODUKTER

- Rådgivning ved specialuddannede sygeplejersker
- Individuel tilpasning i eget hjem
- Levering fra dag til dag
- Intet ekspeditionsgebyr
- Fragtfri levering
- Salg til private

Sundtoldvej 8C • 3000 Helsingør • Tlf. 49 21 00 44 • Fax 49 21 02 57

Der blev snakket meget om de nye tilskudsregler, og den forvirring, der især har været af Esbjergs behandling af samme. Ved konstitueringen var alle poster genvalg.

Efter sommerferien planlægges der et medlemsmøde den 30. september eller 23. oktober med et emne som "Hvilken indflydelse kan "Fast Food", have på tarmsygdomme; noter allerede nu datoerne i kalenderen, der er som sædvanlig derudover et par stykker smørrebrød med en øl og kaffe samt hyggeaften at være sammen om, vi håber på god tilslutning, alle er meget velkomne.

P.b.v.
Hans Jensen



Ringkøbing amt

Siden sidst

Sommerudflugten 1997

Lørdag den 7 juni startede vores udflugtsbus i strålende solskin fra Rutebilstationen i Herning med medlemmer fra den sydlige del af amtet og satte kurs mod Holstebro til Kirstine Hardam, hvor medlemmer og pårørende fra den nordlige del steg på.

Første mål for dagens aktiviteter var Spøttrup borg, og på turen op igennem det skønne landskab i Salling blev formiddagskaffen serveret i strandkanten ved Nørhede strand. Spøttrup borg er fredet i klasse A og landets bedst bevarede borg fra senmiddelalderen.

I borgparken findes et fornemt anlæg med rosenhave og en af landets største samlinger af lægeurter.

Det imponerende og frygtindgydende anlæg blev færdiggjort af den sidste biskop over Viborg over Viborg Stift, til forsvar af bispestolens udstrakte jordbesiddelser i området.

I 1534, under grevefejden, skal Spøttrup være blevet angrebet og brændt af Skipper Clements bondehær. Ved reformationen i 1536 blev al kirkens gods inddraget af kongen. Spøttrup blev kongeligt len og siden solgt som herregård. Som sådan fungerede den i 350 år. 1937-41 køber Staten Spøttrup, udstykker jorden til husmænd og restaurerer volde og bygninger.

Efter en besigtigelse på ca. 2 timer gik turen videre til den kongelig privilegerede kro "Pinenhus", som ligger roligt og uforstyrret et stenkast fra Limfjorden. Lige udenfor vinduerne, i det gamle færgeleje, ligger stenhugger Sten Jensen`s vandkunst over de legendariske færger, "Pinen" og "Plagen", med den blå Limfjord og Sallingsundbroen som et smukt baggrundsrelief.

Her fik vi serveret en lækker middag inden næste stop som var "Jesperhus Blomsterpark". Jesperhus Blomsterpark ligger på Limfjordsøen Mors, som er forbundet med fastlandet via Sallingsundbroen mod øst og Vilsundbroen mod vest.

I dag er blomsterparken med sine 6 ha. ikke blot et sted hvor man kan nyde blomsternes farvepragt og dufte. Der er fuglezoo, akvarium samt sommerfugleland.

Efter endnu en kort pause ved det gamle færgeleje på Morssiden, hvor vi måtte indtage yderligere vædske på grund af varmen, fortsatte bussen hjemturen.

En god dag i samvær med hyggelige og fornøjelige mennesker var forbi. Det er kun at håbe at flere vil dele en sådan tur med os til næste år.

Bestyrelsen
Arne Nielsen



Spøttrup Borg



Færgelejet ved Sallingsundbroen

Kaffen indtages på strandkanten Nørhede Strand



Middag på 'Pinenhus', Kgl. Priv. Kro





Roskilde amt

Frivilligt arbejde

Medlemsmøde mandag den 25. august kl 19.00 på Duebrødre Kloster, Sct. Agnesvej 2, 4000 Roskilde.

Vi har fået en aftale med Kræftens Bekæmpelses Rådgivningscenter i Lyngby om at komme til Roskilde og fortælle om deres arbejde som konsulent for det frivillige arbejde og om hvad vi i COPA kan bruge K.B. til i vores amt.

Vi vil slutte aftenen med et kaffe-tebord.

På gensyn i Roskilde den 25. august.

Ordinær generalforsamling

Mandag den 27 oktober kl. 19.00 på Møllebo, Københavnsvej 3, 4600 Køge.

Dagsorden iflg. vedtægter.

Efter generalforsamlingen vil vi evt. se en videofilm fra sommerseminariet på Ry Parkhotel.

Siden sidst

Stort fremmøde til godt foredrag

Medlemsmøde på Duebrødre Kloster i Roskilde den 12. maj med Socialrådgiver Judith B. Delfs fra RASK i Køge. Det var en hel fantastisk aften med en så stor tilslutning, at vi måtte have fat i flere borde og stole, så alle kunde komme til at sidde ned. Tak til alle for et stort fremmøde også til Judith B. Delfs for et godt foredrag.

P.b.v.
Erik



Sønderjyllands amt

Siden sidst

Bustur til Århus med stop i Vejle

Den årlige bustur havde 30 deltagere, i år gik turen til Århus. I Vejle gjorde vi holdt hos forhandler Karen Blok, hvor vi så hendes lokaler. Karen Blok viste et nyt middel mod lugt, Anti Odor. Det neutraliserer ubehagelig lugt, hurtigt og effektivt. Rum Spray er en opløsning af et aktivt stof som effektivt fjerner uønsket organisk lugt. Det kan tage madlugt i køkken og ubehagelig lugt på badeværelset, det virker meget effektivt. Jeg har selv prøvet Rum Sprayen. Fra Karen Blok kørte vi til Restaurant Guldhornet midt i Århus by, hvor vi fik en dejlig 3-retters middag, derefter kørte vi til Den gamle by i Århus og efter et par timer i byen kørte vi hjem.

P.b.v.
Sven Kjærsgaard Jensen

Glade COPA-medlemmer, Den Gamle By i Århus



Siden sidst

Dejlige forårssange

Lokalmøde på Omsorgscenteret i Tønder den 3o. april 1997.

Vi havde en hyggelig aften med hjemmebag og kaffe, som Kirudan var vært ved. Jette Færk fra Kirudan fortalte om Kirudans historie og om, hvordan man kan bestille sine hjælpemidler enten pr. telefon eller brev. Jette fortalte om nye produkter, og at man kan få personlig råd og vejledning og eventuelt hjemmebesøg. Efter kaffen var der forårskabaret med omsorgsholdets underholdningsgruppe. Vi var også selv med til at synge nogle dejlige forårssange. Tak til hele holdet for jeres frivillige og gode underholdning. Det var dejligt at se, at så mange var mødt op - 18 personer og 9 personer underholdt.

P.b.v.
Anne Lise Hede

Forhenværende forstanderinde fortalte

Lokalmøde Humletoften, Haderslev den 2. april 1997.

Vi mødtes kl. 14.00. Der var 12 personer til stede; en del var desværre blevet forhindret

KAREN BLOK *Specialcenter*

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

- er STOMIOPERERERE
- 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

i sidste øjeblik. Jette Færk fra Kirudan var til stede og den glade giver af kaffe og kage. Forhenværende sygeplejerske og forstander fra Haderslev Sygehus var kommet for at fortælle om det gamle sygehus. Vi så videofilm lige fra rengøring til lægerne og en del af deres arbejde. Dagmar Borks far var ambulancefører, og vi så ham hente en patient i den gamle ambulance. Vi så Dagmar Bork som 5-årig indlagt på børneafdelingen. Det var meget spændende at se og høre om. Jette Færk fra Kirudan fortalte om de sidste nye produkter. Vi var alle enige om, at det havde været en hyggelig og spændende eftermiddag.

P.b.v.
Anne Lise Hede

Kommende aktiviteter i Sønderjyllands amt

Møde i september: Der vil i sidste halvdel af september blive arrangeret et møde, hvor landsformand Flemming Lejbølle er deltager. Brev herom vil blive sendt til alle.
Møde i november: Næste møde er planlagt til 11. november. Mere herom i næste Copa-blad.

P.b.v.
Sven Kjærsgaard Jensen



Siden sidst

Hvem tegner livet

Vi har haft medlemsmøde onsdag d. 16. april på Ellehøj i Vejle. Der var mødt 28 personer, for at høre foredrag af Jens Rosendal. 'Hvem tegner livet' - det gør vi jo selv for man skal tage imod sig selv som man selv er. Kirstine Hardam var vært ved kaffebordet bagefter.

Tag med i slotshave, på café og i kniplehus

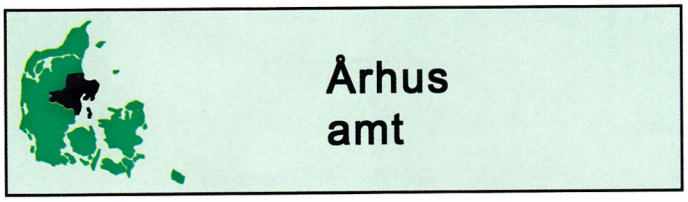
Udflugt d. 16. august
Turen går til Schackenborg Slotshave. Vi skal spise i Kniplehuset i Møgeltønder og eftermiddagskaffen får vi i Honningkagecafeén i Christiansfeld.

Opsamling:
Horsens Banegård, kl. 9.00;
Vejle Havnegade ved den gamle Tulip, kl. 9.30;
Fredericia Banegård, kl. 10.00
Kolding Rutebilstation, kl. 10.30.

Hjemkomst ?

Alt dette for en pris af 100,- kr pr. person.
Tilmelding senest 1. august til
Ulla, tlf.: 75 89 38 51
Licy, tlf. 75 85 30 58
Lis, tlf.: 75 36 28 20.

P.b.v.
Lis Obel Jakobsen



Siden sidst

Socialrådgiver som jungleører

Århus Lokalafdeling holdt onsdag den 16. april medlemsmøde i Silkeborg. Der var fremmødt 29 personer. Det var ganske flot. Traditionen tro blev mødet holdt i Rosengårdscentret.

Aftenens emne var "Livskvalitet og en tålelig tilværelse" og bistandslovens paragraf 58. Socialrådgiver Kirsten Pram fra området Syd i Århus førte tilhørerne gennem junglen i bistandslovens paragraf 58. Deltagere fik gode råd om div. muligheder for hjælp til stomiplejeartikler og om evt tilskud til forbedring i toilet/badeværelse. Kirsten var utrolig god til at besvare spørgsmål og oplyse om diverse muligheder i loven.

Livskvalitet er jo også meget forskellig fra land til land. I Afrika er livskvalitet f.eks.: En bolig, at være rask og noget at spise. Man må nok sige her i Danmark er der langt til afrikansk livskvalitet. Her i landet tæller følgende nok mere: Arbejde, bil, ferie, hus, båd, campingvogn m.m. Vi tænker nok generelt for lidt på helbredet. Det er jo først, når vi er blevet syge, vi har tid til at tænke over helbredet. Heldigvis bliver vi raske og så er vi lykkelige igen. Men, nogle af os tænker dog lidt anderledes på den fremtidige tilværelse. Det er jo helt fint. Måske blot lidt sørgeligt, at vi mennesker skal have et boldtræ i hovedet, inden vi tænker lidt mere på helbredet.

Sygeplejerske Pia Arensdorf fra Silkeborg Centralsygehus var også til stede for at besvare evt. spørgsmål om stomipleje. Conny Wagner fra ConvaTec viste nye stomiposer. Aftenens traktement blev sponsoreret af ConvaTec.

Tak til alle og tak til ConvaTec for kaffe.

Siden sidst

En karbonade så stor som en forloren hare

Den årlige forårsudflugt fandt sted lørdag den 24. maj.
Efter opsamling i Randers, Århus og Skanderborg gik turen gennem Vejle Ådal til Jelling. Her var der lejlighed til at se kirken og Runestenene. Herefter kørte selskabet til Fårup Sø, nærmere betegnet Skovdal Kro hvor vi fik en bid mad. - Jeg tror aldrig, jeg har fået en så stor karbonade til middag. Den var næsten så stor som en hel forloren hare.

Efter middagen var der tid til at få frisk luft og gå en lille tur ved søen. Herefter gik det til Egtved Pigens Grav. I et lille hus kan man læse om dette stykke Danmarks historie, der ved et tilfælde så dagens lys i februar 1921. Graven blev fundet da en gårdejer var ved at fjerne en gravhøj på sin mark. Sidste stop på udflugten var fem minutters kørsel fra Egtved Pigen. Stedet var Tørskind Grusgrav med landskabsskulpturer af Robert Jacobsen og franskmanden Jean Clareboudt.

Samlingen af disse skulpturer ligger utroligt smukt i et bakket terræn omkring den tidligere grusgrav i Tørskind. Om man kan lide udsmykningen eller ej er op til den enkelte besøgende. Men fantasien kender i hvert fald ingen grænser, når man på skiltene læser, hvad det øjet ser på i de forskellige skulpturer.

Efter at have beundret (eller andet) disse skulpturer kørte vi nordpå igen.

Hele dagen forløb fint, vi havde haft det hyggeligt og vejret var godt; ikke for varmt og ikke regn. Der var kun et uheld. Hr. Madsen var i Randers så uheldig at miste sin tegnebog ved Jelling. Kære Hr. Madsen, jeg håber det var en ærlig person, der fandt din tegnebog, så du i det mindste har fået dine personlige papirer igen.

NYT
COPA brevkasse om stomi
Har *du* et spørgsmål?
Skriv til COPA, Odinsvej 5, 4100 Ringsted, og du får svar her i bladet.

Nye tilbud til dig - svømmeaften og vitamintest

Tilbud nr. 1

Svømmeaften

Onsdag den 20. august vil vi lave en fælles svømmeaften. Der er mange stomiopererede (undertegnede inklusiv) som ikke er helt vilde med fællesomklædningen i en svømmehal.

Nu er du ikke alene med problemet. Onsdag den 20. august kl. 18.00 vil vi mødes ved svømmehallen Spanien i Århus. Det er lige overfor/ved siden af Århus Rutebilstation. Denne aften kan "de almindelige" svømmere møde posefolket. Det er meningen at få svømmeinteresserede ud af busken. Vi skal ikke være bange for at vise vores lille hemmelighed overfor andre.
Sygeplejerske Anne Back fra Århus Amtssygehus vil være til stede denne aften. - Det er faktisk Anne Mettes forslag om denne fællesaften. Efter svømning tager vi ud på Langenæs Handicapcenter for at få kaffe/the, en øl og en hyggelig aften sammen.

Det er ikke nødvendigt at købe billetter på forhånd. Tilmeldingen er af h.t. indkøb af brød, øl/vand m.m.

Du kan melde dig til Anne Mette Back på tlf. 86 49 75 25, man.-ons.-tors. mellem kl. 8.30 og 9.30. Eller til Henning Granslev tlf. 86 28 11 24, bedst mellem kl. 14 og 18.

Så, meld dig til en hyggelig fællesaften, tag telefonen og hop i vandet den 20. august.

Tilbud nr. 2

Vitamintest

Onsdag den 10. sept. i åbningstiden for rådgivning fra kl. 16 til kl. 19 kan du/I blive testet for evt. mangel af vitamin/mineral. Biopat Kirsten Nygaard Sørensen fra klinikken "Livshjulet" vil denne dag teste om du er i balance med div. vitaminer og mineraler. Det koster ikke dig noget. Kom blot, det gør ikke ondt at blive testet. - Hvis du blot er nysgerrig er du også velkommen.

Vi giver kaffe/the og brød samt alm. rådgivning ang. stomi.

Ingen rådgivning i juli

Husk, der er ikke rådgivning i juli måned, da der er sommerlukket. Men onsdag den 13. august fra kl. 16 til 19 er vi igen klar med kaffe og the samt gode råd.

Hyggeklubben i Århus

Hyggeklubben er som sædvanlig åben onsdag i de lige uger fra kl. 14 til 16.30. Husk, der er plads til alle der blot har lyst til lidt socialt samvær. Kaffe og the står parat.

Hyggeklub i Randers?

Nyt til medlemmerne i Randers.

Vi prøver om vi kan starte en hyggeklub op i Randers. Det er meningen at bestyrelsen vil bestræbe sig på at klubben kan starte engang i efteråret.

Forhåbentlig kan vi give mere information om dette i næste Copa-blad.

Vi håber I alle vil få en rigtig god sommer.

P.b.v. Henning Granslev

I DET JYSKE STOMICENTER

CMA

- med detailforretninger i Randers, Aalborg og Århus - fører vi alle de store mærker i hjælpemidler til bandagering af colostomi, ileostomi, urostomi og incontinens.
Sygeplejeartikler og bandager er det eneste, vi beskæftiger os med, så vi er altid velinformerede om det sidste nye, samtidig med at vi er fortrolige med de anerkendte produkter.
Vi klarer papirgangen for Dem, hvis De ønsker det, ligesom vi også sørger for automatisk levering pr. post.
- Og ikke mindst kan vi garantere en engageret og venlig service, hvor vi altid sætter kunden i centrum...

Vi forhandler f.eks.

- ConvaTec for ekstra sikkerhed og komfort
- COLOPLAST sikkerhed, tryghed, diskretion
- dansac® stomiprodukter

C.Mærsk Andersen's Eftf. A/S
SYGEPLEJEARTIKLER - BANDAGER
8900 RANDERS . TORVEGADE 1 . TLF. 86 42 62 62
9000 AALBORG . OSTERAGADE 3 . TLF. 98 12 24 88
8100 ARHUS C . FREDERIKSGADE 44 . TLF. 86 19 87 44



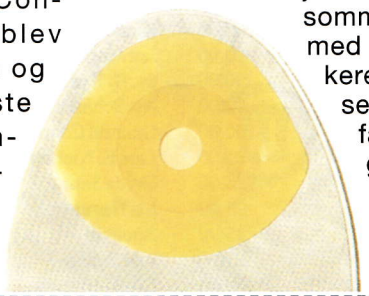
Udpluk fra "rim" konkurrence, ved ConvaTec's stomisymposie maj 1997.

STOMAHESIVE

Hudens velvære gennem 25 år!

BALANCE

I 1972 blev den første hudbeskyttelsesplade til stomiopererede - **STOMAHESIVE** markedsført af ConvaTec. Stomahesivematerialet blev hurtigt udbredt over hele verden og i 1997 er det ubetinget det bedste hudbeskyttelsesmateriale nogensinde. På alle ConvaTec's stomiprodukter anvendes **STOMAHESIVE** som hudklæber.



Lodtrækning

I anledning af **STOMAHESIVE's** 25 års jubilæum trækker vi lod om 10 dejlige sommergaver. Udfyld venligst kuponen med navn og adresse. Kuponen er frankeret og skal være indsendt til ConvaTec senest den 11. august 1997. Vinderne får direkte besked, samt offentliggøres i COPA-bladet i september.

ConvaTec
A Bristol-Myers Squibb Company

Jeg ønsker at modtage nyt vedrørende stomi fra ConvaTec.
Udfyld venligst nedenstående:

☐ Colostomi ☐ Ileostomi ☐ Urostomi

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr.: _____

By: _____

Underskrift: _____ Evt. tlf.: _____

POST

Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen

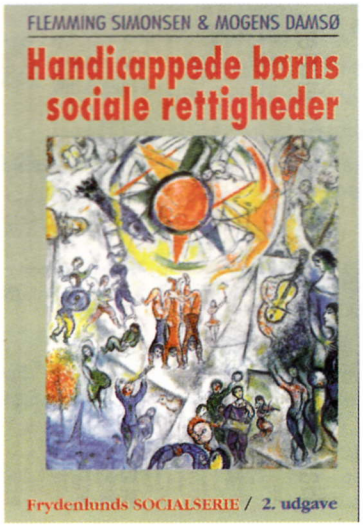
ConvaTec
A Bristol-Myers Squibb Company

Jægersborgvej 64-66
+++ 0838 +++
2800 Lyngby



Forældre-gruppen

Handicappede børns sociale rettigheder



Dette er titlen på en bog skrevet af Flemming Simonsen og Mogens Damsø, som begge er uddannede socialformidlere.

Bogen er en praktisk vejledning og hjælp til forældre for at lette adgangen til "det offentlige" og giver en samlet oversigt over den praktiske og økonomiske hjælp, som der rent faktisk er ret til i henhold til bistandsloven.

Bogen beskriver - men kommer ikke med løsninger - på de kriser og følelsesmæssigt belastede situationer, som forældre og børn med sikkerhed vil komme i.

Bogen gennemgår bl.a. hvilken rådgivning man kan få, hvordan man får dækket merudgifterne og tabt fortjeneste, samt hvordan man kan få udbytte af de eksisterende dagtilbud og døgnophold.

I bogen er desuden optrykt Bistandsloven, mange nyttige adresser og diverse ansøgningsskemaer.

Bogen kan bestilles hos Frydenlund Grafisk, Hyskenstræde 10, 1207 København K. Tlf.: 3393 2212 eller Fax: 3393 2412 og koster 198 kr.

Børnecopas familieweekend

Kære børn og forældre. Se invitationen til årets familieweekend her i bladet på side 16 og send straks tilmeldingen. Vi har i år nogle rigtig spændende emner på programmet. Lørdag formiddag kommer der en læge og en sygeplejerske fra Odense Universitetshospital og fortæller om, hvordan de behandler børn med diagnoserne Hirschsprung og Analatresi. Der vil ikke blive talt så meget om operationsteknikker, men derimod om, hvordan de tackler problemer med forstoppelse og manglende evne til at holde på afføringen.

Lørdag eftermiddag kommer psykolog Jørn Nielsen, Vejle og fortæller med udgangspunkt i familier med syge børn om, hvad man kan gøre, hvis parforholdet "knirker". Et meget spændende emne - og hvem kan sige sig helt fri for lidt "knirkeri" ?

Søndag formiddag vil være delt op i 3 workshops, som hver vil køre over 2 gange tre kvarter. Der vil her være mulighed for at vælge 2 emner. Emnerne er : Børn med stomi og pubertet, opvækst og trivsel med/uden stomi, børn med Colitis og Crohn og deres muligheder.

Børnene tager på bustur til Legoland lørdag eftermiddag, lørdag formiddag skal vi alle i badeland og søndag formiddag kommer gøgleren "Kaj Gummisko". Han vil både vise hvad han kan, men også lære børnene en masse kunster.

Der vil naturligvis også være tid til at genopfriske gamle bekendtskaber, stifte nye og deltage i vores gode sociale samvær.

Med venlig hilsen
Lisbet Refer Dalsgaard



Birgit Madsen
Ekspedition



Tove Frithioff
Daglig leder



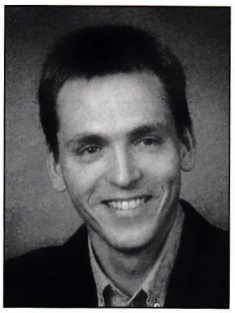
Ulla Sørensen
Sygeplejerske

Vi er til for Dem

STOMACARE er et uafhængigt stomirådgivningscenter, etableret i 1979 med det formål at rådgive og informere om bandager, hudskader og psykiske problemer.
Spørg STOMACARE, vort dygtige og venlige personale rådgiver om samtlige stomiprodukter på det danske marked. Vi leverer portofrit over hele landet fra dag til dag.
STOMACARE stiller *gratis* specialuddannet sygeplejerske til Deres rådighed.
Af vort produktsortiment kan vi nævne Biotrol, Convatec, Dansac, Dansk Coloplast, Hollister og Perma.



Any Petersen
Ekspedition



Henrik Fosdam Jensen
Lager og forsendelse

Stomacare
Vangeleddet 77 · 2670 Greve · Telefon 43 69 02 00

Mødekalender

medio juli - medio september

Har du aktiviteter, du ønsker omtalt i den gule mødekalender, så skriv til COPA.

23-7 kl. 14.00-16.00	Langenæs Allé 21, Århus. Hyggeklub.	*Århus amt*
06-08 kl. 14.00-16.00	Langenæs Allé 21, Århus. Hyggeklub.	*Århus amt*
13-08 kl. 16.00-19.00	Langenæs Allé 21, Århus. Rådgivning.	*Århus amt*
13-08 kl. 17.00 - 19.00	Sygehuset Øresund i Helsingør. Rådgivning og åbent hus.	*Frederiksborg amt*
20-8 kl. 14.00 - 16.00	Langenæs Allé 21, Århus. Hyggeklub.	*Århus amt*
20-8 kl. 18.00 - ?	Svømmehallen, Århus. Svømning og socialt samvær.	*Århus amt*
23-08 kl. 14.00	Futura - centret Ringstedgade 20, Næstved. Generalforsamling.	*Næstved*
23-8	Opsamlingssteder og tider: Se side 21 i dette blad. Sommerudflugt til Kattegat, Vesterhavet og Skagen.	*Nordjyllands amt*
25-8 kl. 19.00	Duebrødre Kloster, Roskilde. Medlemsmøde.	*Roskilde amt*
26-8 kl. 13.30	Pilegården, Brønshøj. Medlemsmøde.	*København/Frederiksberg*
3-9 kl. 1400 - 16.00	Langenæs Allé 21, Århus. Hyggeklub.	*Århus amt*
5 - 9	Huset, Hasserisgade 10, Aalborg. Hyggeklub.	*Nordjyllands amt*
5 - 9 kl. 16.00	Kvæsthusbroen.. Sviptur til Oslo/Norge.	*Københavns amt*
6 - 9 kl. 18.00 - ?	"Elverkroen", Stubbekøbing. Høstfest sammen med Lolland/Falster.	*Næstved*
6 - 9 kl. 17.30	"Elverkroen", Stubbekøbing. Høstfest.	*Lolland/Falster*
10 - 9 kl. 17.00 - 19.00	Sygehuset Øresund i Helsingør. Rådgivning og åbent hus.	*Frederiksborg amt*
10-9 kl. 16.00 - 19.00	Langenæs Allé 21, Århus. Rådgivning og vitamintest.	*Århus amt*
17-9 kl. 14.00 - 16.00	Langenæs Allé 21, Århus. Hyggeklub.	*Århus amt*
20 - 9 kl. 14.00	Inge-Lise Sørensen, Helsingør. Noget om jordstråler.	*Frederiksborg amt*
24-9 kl. 19.30	Svanelunden, Hjørring. Arrangement.	*Nordjyllands amt*

Dead-line for indlevering til næste Copa-blad: 10.august.

Næste Copa-blad udkommer 10.september. Mødekalenderen i dette blad dækker perioden medio september - medio november.

Stomiambulatorier

2300	Sundby Hospital Organ.kir.amb. 2300 Kbh. S	32 34 32 11 lokal 3212	Man.-fre.: 08.00-14.00
2400	Bispebjerg Hospital, Stomiamb. 2400 Kbh. NV	35 31 26 96 lokal 2696 (man.-fre.: 08.30-09.00)	Efter aftale
2600	KAS-Glostrup, 2600 Glostrup	43 96 43 33 lokal 5516	Man.-fre.: 08.00-16.00
2650	Hvidovre Hospital, afd.215-6 2650 Hvidovre	36 32 36 21 (man.-fre.: 08.00 - 09.00)	Efter aftale
2730	KAS-Herlev afd.107, 7.sal 2730 Herlev	44 53 53 00 lokal 633	Man.-fre.: 08.00-15.00
2900	KAS-Gentofte, kir.amb. D 732 2900 Hellerup	31 65 12 00 lokal 5865 (man.-fre.: 08.00-09.00)	Man.-fre.: 08.00-14.00
3000	Sygehuset Øresund Helsingør, plan 3 afd. 23 3000 Helsingør	48 29 23 23 (2320)	Efter aftale
3700	Bornholms Centralsygehus 3700 Rønne	56 95 11 65 lokal 2120	1. og 3. tirsdag i måneden 09.00-13.00
4200	Centralsygehuset i Slagelse, Indgang 43 Fælledvej, 4200 Slagelse	53 52 19 00 lokal 2133	Man.,tors. og fre.: kl. 08.00-15.00;
4300	Centralsygehuset i Holbæk, Stomiamb. afd. A1 4300 Holbæk	53 43 32 01 lokal 2114 eller søger 5809 (dgl. 08.30-09.00)	Efter aftale
4600	RASK, Stomiamb. Kir. ambulatorium 4600 Køge	56 63 15 00 lokal 3925 (tirs.+tors.: 13.00-13.30)	Efter aftale
4700	Centralsygehuset i Næstved afd. 19 stuen, 4700 Næstved	53 72 14 01 lokal 4208 (man.-tors.: 09.00-09.30)	Man. - tors. : 09.00 - 15.00
4800	Centralsygehuset i Nykøbing F 4800 Nykøbing F	54 85 30 33 lokal 3550	Tirs.: 12.00-16.00; Tors.: 12.00-16.00
5000	Odense Universitetshospital, ved afsnit A4, 13.etage 5000 Odense C	66 11 33 33 lokal 1527 eller selvvalg: 65 41 15 27 (man.-fre.11.30-12.00)	Efter aftale; Tirs. og tors.
5500	Middelfart Sygehus, Organ.kir.afd. 5500 Middelfart	64 41 21 21 lokal 1665	Torsdage efter aftale
5600	Fåborg Sygehus Kir.amb. 5600 Fåborg	62 61 09 01 lokal 232	Man.-fre.: 09.00-14.00
6000	Kolding Sygehus. Stomiamb. D.2. 6000 Kolding	75 53 32 22 lokal 3105	Man. og tors.: 12.00-15.00
6200	Aaberaa Sygehus 6200 Aabenraa	74 63 16 16 lokal 4025	Man.: 11.00 - 12.00 efter aftale
6400	Sønderborg Sygehus afd. K21 6400 Sønderborg	74 18 25 00	Tirs.-tors.: 08.30-14.30
6700	Centralsygehuset i Esbjerg 6700 Esbjerg	75 18 20 00 lokal 4113 (8 - 9)	9 - 15, efter aftale
7100	Vejle Sygehus Stomiamb. A16 7100 Vejle	75 72 72 33 lokal 4545 (12.00 - 13.00)	Ons. og fre.: 08.00-15.00
7200	Grindsted Sygehus, Stomiamb. 7200 Grindsted	75 32 11 22 lok. 3720 eller lok. 2005. (tirs. og tors.: 8.00-12.00)	Efter aftale
7400	Herning Centralsygehus, Stomiamb. 7400 Herning	99 27 21 83 (tirs.: 13.30-14.30 og fre.: 08.00-09.00)	Tirs.: 15.00-18.00; Fre.: 09.00-12.00
7500	Holstebro Centralsygehus, Stomiamb. 7500 Holstebro	97 41 42 00, lokal 2012 eller 2013 (man.-fre.:10.00-11.00)	Tirs.: 09.00-16.00, eller efter aftale
8000	Århus amts Sygehus 8000 Århus	89 49 75 25 (man.-tors.: 8.30 - 9.30)	Man. - tors.:08.00-15.00 Alle dage efter aftale
8600	Centralsygehuset i Silkeborg, Parenkym kir.afd. 8600 Silkeborg	86 82 16 00 lokal 2431 (tirs. + ons.: 08.00 - 08.30)	Tirsdage og onsdage. Efter aftale
8700	Horsens Sygehus, Stomiklinikken 8700 Horsens	79 27 44 44 lokal 2221	Man.: 09.00-15.30; Tirs.-fre.: 09.00-15.00
8800	Viborg Sygehus, Organkir. afd. K11 8800 Viborg	86 61 30 00 lokal 2110 (dgl.: 08.00-12.00)	Ons: 10.00-13.00. Efter aftale
8900	Centralsyghuset i Randers, Organ.kir.amb. 8900 Randers	89 10 20 00 lokal 5704	Man.: 08.30-11.00; Fre.: 09.00-12.00
9000	Aalborg Sygehus SYD, Stomiklinikken, 4.sal 9000 Aalborg	99 32 25 28 (dgl. 7.30 - 8.30)	Efter aftale
9800	Hjørring Sygehus, Organ.kir.afd. 9800 Hjørring	98 92 72 44 lokal 2071 (man.-fre.: 08.00-14.00)	Fredage efter aftale

LOKALFORENINGER / GRUPPER / KLUBBER

De anførte træffetider er kun vejledende

København / Frederiksberg
Grethe Nielsen
Enigheds-Allé 17
2700 Brønshøj
Tlf.: 38 28 03 82
Kontaktperson:
Lilly Breiding
Emdrupvænge 80
2100 Kbh. Ø
Tlf.: 39 29 24 61 (bedst efter kl. 17.00)

Københavns amt
Marianne Hemmingsen *)
Grønnevej 253, 1-3
2830 Virum
Tlf. 45 83 52 58 eller 46 56 55 75
Kontaktperson:
Carina Christiansen, Sønderlundsvej 21, st.tv.
2730 Herlev Tlf.: 42 91 61 99.

Bornholms amt
Christian Stentoft
Thorkildsvej 78
3700 Rønne
Tlf. og fax: 56 95 21 33

Frederiksborg amt
Bent H. Larsen *)
Emil Noldesvej 32
3000 Helsingør
Tlf: 49 22 06 16
(træffes bedst 17.00 - 18.00)

Fyns amt
Lars E. Nielsen
Bakkeskråningen 35
Postboks 16
5270 Odense N
Tlf.: 66 18 24 43. Mobiltlf.: 30 40 77 43
Kontaktperson:
Gerda Pedersen,
Carl Blochsvej 1, 2., 5230 Odense M.
Tlf.: 66 11 26 84 eller 66 19 26 84

Lolland-Falster
Marianne Andersen
(rådgiver og formand)
Askhavnsvej 8, Femø
4930 Maribo
Tlf.: 54 71 50 30
Rådgiver: Helmuth Hansen,
Rødeledsvej 6, 4990 Sakskøbing.
Tlf.: 54 70 51 77

*) Medlem af COPA's forretningsudvalg.

Nordjyllands amt
Flemming Jacobsen
Tyttebærvej 7
9530 Støvring
Tlf.: 98 37 16 30
Rådgiver:
Kirsten Møhlenberg, Nielsmindevej 16
9493 Saltum, Tlf.: 98 88 11 51

Næstved
Merete Møller
Ærtebjergvej 28, Lund
4660 Store-Heddinge
Tlf.: 53 70 80 42
Rådgivere:
Se under lokalnyt

Ribe amt
Frede Jensen
Langetvedvej 21
6630 Rødding
Tlf.: 74 84 71 27

Ringkøbing amt
Arne Nielsen *)
Rudesvej 20
7500 Holstebro
Tlf.: 97 42 21 19

Roskilde amt
Erik Kristjansen
Jasminvej 1
4600 Køge
Tlf.: 53 65 38 78

Sønderjyllands amt
Sv. Kjærsgaard Jensen *)
Møllehaven 2A
6430 Nordborg
Tlf.: 74 45 42 04 (bedst efter 17.00)

Vejle amt
Lis Obel Jakobsen
Overgade 5, Skærbæk
7000 Fredericia
Tlf.: 75 56 28 20

Viborg amt
Inga Vestergaard Andersen
Fårtoftevej 144
7700 Thisted
Tlf.: 97 92 15 97

Vestsjællands amt
Torben Hansen
Højbogårdsvej 43
4100 Ringsted
Tlf.: 53 61 56 23

Århus amt
Henning Granslev *)
Bavnegårdsvej 110, Kolt
8361 Hasselager
Tlf.: 86 28 11 24 (bedst 14.00 - 18.00)
Rådgiver: Lis Lene Carstensen,
Danmarksgade 9, 3.th., 8900 Randers
Tlf.: 86 42 69 79

Forældregruppen
Lisbet Refer Dalsgaard
Bredmosevej 16, Elsborg
8840 Rødkærsbro
Tlf.: 86 65 90 12

Crohn klub øst
Eva Larsen
Pærevangen 2, 1.tv.
2765 Smørum
Tlf.: 44 66 04 54 (efter kl. 17.00)
&
Marina Larsen
Lyngbyvej 293 A
2900 Hellerup
Tlf.: 31 65 65 07

Crohn klub vest
Mariann Olesen
Skyttevej 21
8450 Hammel
Tlf.: 86 96 34 49

J-pouch
Christina Berggren
Dianavænget 23, 2.th.
5250 Odense SV
(COPA's sekretariat, 57 67 35 25,
oplyser telefonnummer)

Ungdomsgruppen
Charlotte Rønneberg
Kirkegade 11, 2.dør, 10
8900 Randers
Tlf.: 86 41 89 26, bedst aften
&
Michael Jensen
Løvgårdsvej 7, st.
2830 Virum
Tlf.: 45 85 28 87