STOMIFORENINGEN COPA - STIFTET 1951

Januar/Februar Copa-blad 1/98

I dette nummer bl.a.:

Rådgivere på kursus i Sønderborg

.....se side 4

Farvel til et gammelt år og goddag til et nyt

LANDSFORMANDEN SKRIVER

Af: Flemming Lejbølle, landsformand

Når dette nr. af Copa-bladet udkommer, har vi sagt farvel til det gamle år og goddag til et nyt.

Der har været nok at se til i det forløbne år, men så er det glædeligt at konstatere medlemsfremgang og god aktivitet mange steder i lokalafdelingerne. Vores sekretær Britta Mogensen er efterhånden blevet godt kendt med arbejdet og har styr på tingene, så det er virkelig dejligt.

I slutningen af '97 er vores nye pjece om urostomi udkommet. Pjecen er gennemset af sygeplejersker fra Aalborg Nord, som arbejder med urostomi, og de økonomiske midler er søgt hjem fra Kræftens Bekæmpelse.

Rådgiverkurset i Sønderborg bød på gode oplæg. Lena Thomsen, formanden for FS22 (Faglig sammenslutning for stomisygeplejersker beskæftiget med pleje af patienter med stomi) sagde noget om vores kropsbillede. Det billede vi har af vores krop formes i vores inderste indre - det er måden, hvorpå vores krop fremstår for os selv. Vores kropsideal dannes af de idealer, vi møder i medierne gennem film, reklamer m.m. og gennem vores idoler. Vores egen kropsrealitet er måske ganske anderledes, og både idealer, realiteter og opdragelse er med til at præge den måde, hvorpå vi ønsker at præge vores krop overfor andre. Hvis det lykkes os at have en fremtoning, der er succesfuld, virker det tilbage på vores opfattelse af os selv. Hun sagde endvidere, at jo større harmoni der er mellem ideal, realitet og fremtoning, jo mere vil man opleve sig i harmoni/lykkelig. Vi bombarderes med den holdning, at skønhed er lig med lykke, og at normalitet - hvad det så ellers er - er lig med lykke. En stomioperation kan meget let påvirke ens kropsopfattelse i negativ retning så man får en følelse af mindreværd, fordi ens krop er forandret. Det kan opleves som tab af kontrol over ens tilværelse og give en ændret adfærd, så man isolerer sig og trækker sig tilbage fra det sociale liv. Det er naturligvis utrolig vigtigt at lære at acceptere sin nye krop, så en stomioperation ikke kommer til at trække skygger ind over hele ens selvopfattelse.

Såvidt rådgiverkurset, som naturligvis også havde mange andre spændende indslag.

I marts 1995 var der en tur til Israel for stomiopererede og deres pårørende.

Undertegnede var rejseleder og stomisygeplejerske Kirsten Bach fra Horsens var med for at sikre kvalificeret hjælp, hvis nogle skulle få problemer. Det blev alle tiders tur med masser af gode oplevelser og et dejligt fællesskab.

Nu har vi besluttet at arrangere en lignende tur i efteråret 1998. Der er fra den 18. til 27. september, altså i alt 10 dage med seks overnatninger i Jerusalem og tre ved Genesareth sø. Prisen inkluderer indenrigsflyvning i Danmark, halvpension, alle udflugter, entreer, drikkepenge m.v. og er knap 10.000 kr . Vi vil forsøge at nedbringe dette beløb ved at søge penge hos forskellige fonde. Programmet er helt færdigt i det nye år og kan fås på sekretariatet eller ved henvendelse til mig.

Til slut ønsker jeg alle i COPA et godt Nytår. ■

HUSK COPA-KONTINGENT 1998

COPA kontingent 1998

- betal venligst senest 25. februar

I januar udsendes girokort til betaling af kontingent for 1998.
Kontingentet er uændret 200 kr for almindelige medlemmer og 100 kr for pensionist- samt støttemedlemmer.

Sammen med kontingentet er der mulighed for at give en gave til COPA.

Alle beløb - store som små er meget velkomne!

B.M.

Gaver og arv

Frank Hansen.....	200,00 kr
Bebs Larsen.....	100,00 kr
Hans Jørgen K. Lund.....	25,00 kr
Aage Munch.....	100,00 kr
Kirsten Aagaard.....	50,00 kr
Poul Vejgaard.....	150,00 kr
Emma Jensen.....	200,00 kr
Yrsa Maria Stenalt.....	50,00 kr
Emma Jensen.....	200,00 kr
Karen Søndergaard.....	25,00 kr
Erling Veile.....	25,00 kr

COPA takker på det hjerteligste

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.

Lokalformænd og -grupper:
Se bagsiden.

Medlemsbladet COPA
COPA-medlemsblad udkommer 6 gange om året, d. 10. i ulige måneder.
Næste blad udkommer 10/3-1998.
Oplag: 5000 stk.
Tryk: Glumsø Bogtrykkeri A/S.
Ansvarshavende redaktør:
Cand.scient. Ole Vestergaard,
Postboks 38, 4100 Ringsted,
fax: 57 67 67 01.

Læserbreve, indlæg og artikler:
Manuskripter skal sendes til sekretariatet. Sidste frist for indlevering til næste nummer er 10/2-1998. 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: 18/2-98.
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 1/1998 (januar/februar). [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 144].

Indhold:

Farvel til et gammelt år og goddag til et nyt *(Flemming Lejbølle)* 2
Rådgivere på kursus i Sønderborg *(Henning Granslev)* 4
Hvor lang er en tyndtarms meter? *(Kirsten og Frede Jensen)* 6
Glade børn *(Gitte Poulsen)* 8
Madkemi og madkultur *(ny bog af Orla Zink & Gert Almgreen-Hansen)* 10

Læserne skriver
Urostomimøde i Odense *(Jytte Wittchen* 12
Mindeord, Inga Robinson *(Marianne Hemmingsen)* 12
Vi deltager igen i 98 *(Viola og Helmer Rasmussen)* 12

COPA-personlige 13

Nyt fra lokalforeningerne 14

Mødekalender 23

Rådgivning

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.

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.

Liste over stomiambulatorier findes i Copa-blade med lige numre.

Rådgivere på kursus i Sønderborg

- hvor lang er en sønderjysk hotel meter?

REFERAT

Af: Henning Granslev

I weekenden den 24. til 26. oktober blev der holdt rådgiverkursus på Scandic Hotel i Sønderborg. Her mødtes 28 rådgivere for at dygtiggøre sig i nogle af de emner en rådgiver bør have kendskab til.

Fredag aften, efter middagen, startede programmet med frivillig psykosocial rådgivning ved Marie Thurah Nielsen fra Kræftens Bekæmpelse i København.

Herefter var der underholdning af den irskfødte folke- og visesanger Rod Sinclair. Mellem sangene og viserne fik vi fortalt lidt om Irland's folkevisehistorie. Det var en ganske hyggelig aften.

Lørdagens emne var kropsopfattelse ved sygeplejerske Lena Thomsen fra Aalborg. 'Hvorfor får man en stomi'? blev fortalt af overlæge T. Bremholm Asmussen, Sønderborg Sygehus.

Efter frokosten og travetur til havnen, for de som havde lyst, var der oplæg til gruppearbejde om kommunikation. Dette emne blev fremlagt af Marie Turah Nielsen og Ib Kiær, begge fra Kræftens Bekæmpelse.

Om eftermiddagen var det muligt at se forskellige stomiplejeartikler. Forhandler Kjærulff havde lavet en lille udstilling med de mest gængse og de nyeste stomiposer. Personale fra Kjærulff besvarede ved standen spørgsmål fra de interesserede kursusdeltagere.

Lørdag aften, efter middagen, skulle der arbejdes. Sygeplejerske Kirsten Bach, Horsens Sygehus, talte om rådgiverens rolle på sygehuset. Efter indlægget blev der naturligvis tid til hyggeligt samvær.

Kursusdeltagere lytter og arbejder.

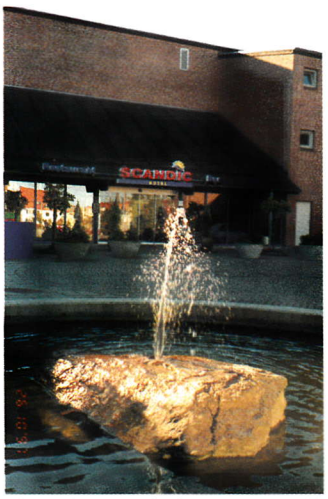
Sønderborg havn

Søndag fortalte og forklarede Kirsten Bach om forskellige stomiformer og om hudpleje. Weekendens sidste emne var besvarelse af de spørgsmål, som arbejdsgrupperne tidligere havde fået udleveret.

Alting får en slutning, også dette kursus. Efter en god frokost skiltes rådgiverne og tog hjem til deres respektive lokalafdelinger, med en god portion viden og information i bagagen, til arbejdet som rådgiver for COPA.

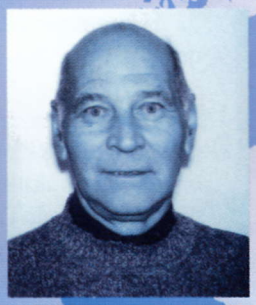
Hotellet og forplejningen var fin. Beliggenheden var m.h.t. natur i top. Men, der stod i oplysningen, at der kun var 500 m fra station til hotel. Det passer nu ikke helt. En dansk meter er i hvert fald ikke så stor som en sønderjysk. Jeg mener, der var mindst 1 km. Men pyt. Jeg havde kørelejlighed, så min bagage var ikke tung for mig. ■

Der var også tid til underholdning. Rod Sinclair sang og fortalte om Irlands folkeviser.



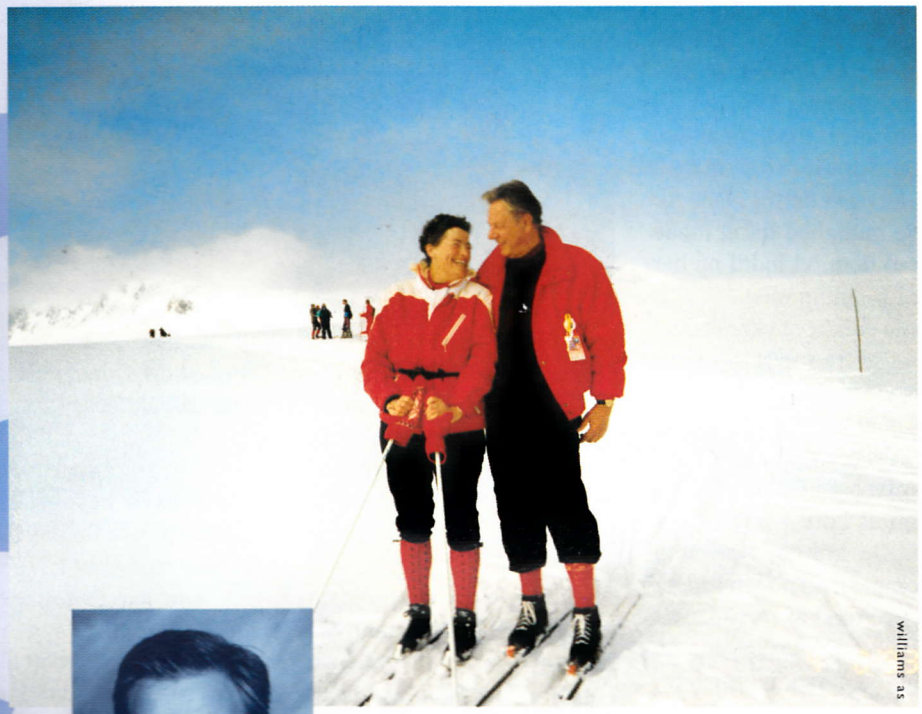
Scandic i Sønderborg ligger 500 sønderjyske meter fra stationen.

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".

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".



Odd Magne Bekkelund, ileostomiopereret
"Med Assura føler jeg mig tryg, både når jeg cykler og står på ski."

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

Hvor lang er en tyndtarms meter?

- hos børn vokser tyndtarmen ud igen

REFERAT

Af: Kirsten og Frede Jensen

En tidlig morgen i oktober står vi på hurtigfærgen fra Skagen til Larvik og hvorfor nu det - ja grunden er, at vi skal repræsentere COPA ved en forældrekonference i Norge. Vi har selv været medlem af den norske forældreforening i nogle år, og er derfor glade for at have mulighed for at møde nogle af dem, vi indtil nu har været i forening med.

Norge er ikke et ukendt land for os, så vi fandt snart til Norsjø Hotel i den nederste del af Telemark.

De norske medlemmer havde samlet sig i Oslo for i fællesskab at køre i bus til hotellet. De ankom lige som herhjemme med nogen forsinkelse på grund af forsinkelser i lufthavnene. Men en gammel kending af forældregruppen i Danmark, stomisygeplejerske Tord Jägsten fra Sverige var kommet på samme tid som os, og vi fik en hyggelig snak om vores forældregruppe i Danmark m.v.

Ved første samling viste det sig, at formanden for forældregruppen, Lisa Bjarkø, var forhindret i at deltage og først kom søndag. Vi blev derfor budt velkommen af Anne Wetterland; vi blev ikke helt klar over hvor mange, der i sidste øjeblik havde meldt afbud, men jeg tror kun det var et par stykker, så i alt var vi ca. 36 forældre og ingen børn, idet forældregruppen i Norge aldrig har deres børn med til disse konferencer, som derved giver forældrene god tid til at snakke uforstyrret sammen.

Derimod har de en juniorklub, som er for børn fra ca. 11-15 år, som en gang imellem afholder en konference uden nogen egentlig dagsorden, men mere en aktivitetsweekend uden forældre. Vi kunne forstå, at børnene glædede sig meget til dette møde, som var lige forestående; måske var det også noget vi skulle tage op i forældregruppen her i COPA?

Det første punkt på programmet var helhedstænkning omkring stomibørn ved Tord Jägsten. Tord kom ind på, at det er forældrene, der er eksperter, og der er kun fire steder i Sverige som opererer børn. Derefter gennemgik han de forskellige stomiformer og baggrunden for stomien.

Mange misdannelser sker inden 10. graviditetsuge, hvor analatresi (atresi=medfødt eller erhvervet tillukning af fysiologiske åbninger eller kanaler, *red.*) er en misdannelse, som kan stilles meget sikkert med moderne udstyr, således at der kan gøres noget tidligere end før. Han nævnte Hirschprung, som opstår i den sidste del af tyktarmen, Crohn og Ulcerosa samt blæreextrofi (extrofi = uddrejning/fordrejning, *red.*) var også områder som blev drøftet - ja hvor lang er tyndtarmen så i Norge? - ja nogle siger 4 meter andre 5 meter, men der regnes med ca. 4,5 meter for en voksen person. Men tyndtarmen har en særlig evne til at udvikle sig, så hvis man som barn har fået taget noget af tyndtarmen, er den lige så lang som andres, når man bliver voksen.

Forældregruppen i Norge vil gerne have besøgstjeneste, således at nye forældre kan få kontakt med et andet forældrepar som har været igennem hele forløbet på sygehusene osv. Fra landskontoret blev de, der ønskede at blive kontaktpersoner, opfordret til at deltage i lokale kurser, for på den led at få indblik i hvorledes dette arbejde skulle udføres. Man havde tidligere lavet en plakat, som fortalte om forældregruppen, men gruppen mente ikke, det fungerede så godt, og man ønskede, at der fra centralt hold skulle oprettes et register med kontaktpersoner.. Kontaktpersonen må ikke blive en belastning for de nye forældre, men skulle derimod være en hjælp til at komme igennem problemerne.

I Norge er det ved lov fastsat, at der skal opbygges ansvarsgrupper/støttegrupper omkring børn med handicap, og dette gælder også børn med stomi, men i langt de fleste kommuner fungerer ordningen ikke. Grupperne er tværfaglige, dvs. at en lang række personer, som man kommer i berøring med som forældre til et handicappet barn, skal deltage i disse gruppemøder, men problemet er ofte, at fagfolk ikke har tid, således at der ikke kan koordineres et samarbejde.

I Norge betaler staten hjælpemidlerne, men sundhedskontoret i kommunerne er vidende om brugeren.

Forældrene blev delt i 5 grupper, som skulle diskutere bl.a. om børnene skulle være afhængige af hjælp i skolen eller børnehaven. I Norge har man en regel om, at skolen skal indrettes således, at stomibørn får deres eget toilet og et skab. Man diskuterede forholdene på sygehusene, hvor en stor del af forældrene ikke syntes, at de fik nok at vide om, hvilken operation og efterfølgende behandling deres børn skulle igennem.

Lørdag aften blev vi budt velkommen af værten på hotellet med et glas kirsebærvin og med en lille forklaring om, at netop dette område, var et område hvor man dyrkede kirsebær foruden en del andet frugt som f.eks. æbler og pærer.

Deretfer var der middag, og her har Norge tilsyneladende forandret sig i de seneste 20 år, idet der ikke var mangel hverken på agurker eller andre grøntsager, og heller ikke den norske chokoladebudding var til at stå for. Hotellet var et fremragende eksempel på en god hotelvirksomhed med gode værelser og elevator, så handicappede også kunne være der, selv om vores værelses toilet ikke lige kunne bruges af kørestolsbrugere.

Vi afsluttede vores møde med forældrene i Norge med en tak til dem for en hyggelig og lærerig weekend. ■

NY STØRRELSE

Kulfilter udviklet af højteknologiske materialer

Stærk og støjsvag 5 lagsplast

nu også

Naturess tømbar, Lille

Naturess* tømbar, Lille med indbygget kulfilter** - er endnu en nyudvikling fra ConvaTec indenfor en-delsbandagerne i ***Naturess-serien. Efter Standard størrelsen blev introduceret, har vi fået mange henvendelser fra stomiopererede der ønskede en mindre størrelse med i sortimentet. Derfor har vi nu udviklet ***Naturess* tømbar, Lille med indbygget kulfilter.**

Højteknologiske materialer og udstyr har gjort det muligt for ConvaTec at frembringe den **første** tømbare stomipose med indbygget kulfilter, som effektivt filtrerer luft og lugt dannet i tyndtarmen. Kulfilteret er resistent overfor vand, derfor kan det tåle bad og svømning.

Både på for- og bagsiden findes et ekstra lag meget behageligt materiale

Hudklæberen er fremstillet af STOMAHESIVE, som yder den bedste sikkerhed og bevarer huden hel og pæn.

Fås i følgende hulstr.:
19-50 mm, 25 mm, 32 mm, 38 mm, 45 mm, og 50 mm
Farve: Beige med filter

ConvaTec
A Bristol-Myers Squibb Company

Jægersborgvej 64-66 • 2800 Lyngby
Telefon: 45 87 60 11 • Telefax: 45 87 35 11

RING GRATIS tlf.: 8030 6011 for at bestille gratis prøver!

Balance Reklamebureau

Glade børn

Familieweekend 10.-12.oktober 1997

REFERAT

Af: Gitte Poulsen

Atter i år var der stor tilslutning til familieturen; 20 familier deltog, og vi havde en dejlig og oplevelsesrig weekend.

Vi fornemmede hurtigt, at børnene havde set frem til denne tur. Straks de havde fået noget at spise, var der gang i legen.

Lørdag formiddag havde vi besøg af Niels Kvist (kirurg, Odense Universitetshospital) og Sanne Djursfeldt (sygeplejerske, Odense Universitetshospital). De fortalte detaljeret og forståeligt om stomi/ikke stomi ved analatresi og Mb. Hirschprung.

Inden den gode frokost var der rig mulighed for at bade i det dejlige badeland.

Lørdag eftermiddag var emnet "Når det kimer i familien" v/ psykolog Jørn Nielsen, som kom med et oplæg om familiesammensætning og status i familien. Jørn Nielsen talte om grænsesætning, og kom med flere eksempler, bl.a. at han havde oplevet familier, hvor der var et enkelt barn, der bestemte siddepladserne til middagen, sådan at der skulle rokeres omkring bordet flere gange. Eller at barnet til en høj alder nægtede at sove andre steder end i forældrenes soveværelse, dette giver jo ikke forældrene noget privatliv. Dette at nægte et barn, der er sygt, eller har været syg, noget, kan være svært men nødvendigt. Alt i alt en rigtig god eftermiddag.

Børnene var på bustur til Legoland med legetanter og en del forældre. Denne eftermiddag havde jeg indtryk af at børnene, store som små, var

(fortsættes side 9)

Det er rart, de små kan sove i soveposerne fra Kirstine Hardam, mens de store ser på videofilm givet af Lions, Randers.

Åh en dejlig svømmetur/legetur i det gode vandland.

Så går turen til Legoland - børn, legetanter samt nogle forældre.

Mon det er gennembrydning, gøgleren er ved at lære børnene?

glade. Jeg var ikke selv med, men Kims svar var: "Det var rigtig godt".

Søndag formiddag var der 3 emner, pubertet og stomi, J-pouch og utæt barndom, som I kan læse om andet steds i bladet (side 22). I disse timer havde børnene besøg af gøgleren Kaj Jørgensen fra Esbjerg. Kaj Jørgensen kom med masser af gøglergrej, så børnene kunne lære/prøve at gøgle; de gange jeg var i børnerummet, så det ud, som om det gik rigtig godt, og Kim synes bare, det var sjovt og spændende.

En stor tak til Kirstine Hardam, som havde givet dynetæpper og soveposer til børnene, samt til Lions klubben, Niels Ebbesen, Randers, for 2.000 kr til videofilm og spil.

Ligeledes en stor tak til legetanterne, som underholdt vore børn.

Jeg synes det var en rigtig god weekend. Efter evalueringsskemaerne at dømme er de fleste enige med mig.

Jeg ser frem til at møde jer næste år. ■

Legetanter får overrakt deres gaver af Lene.

Madkemi og madkultur

NY BOG

Orla Zink & Gert Almgreen-Hansen
HVAD DEKLARATIONEN IKKE FORTALTE
ASCHEHOUG. 172 sider, illustreret. Bogladepris kr. 129,00.

Mad er oppe i tiden - debatten er til tider på kogepunktet. I en ny bog, *'Hvad deklarationen ikke fortalte'* går forfatterne tæt på 200 af de mest populære dagligvarer, og analyserer hvad der rent faktisk står på emballagen, men også hvad der *ikke* står.

På trods af, at loven er meget klar, tager producenterne let på reglerne for deklaration og vildleder forbrugerne - somme tider på det groveste.

Der er behov for at råbe vagt i gevær hvis ikke manipulationen med vores madvarer skal blive så omfattende, at det til sidst ikke kan lade sig gøre at finde den oprindelige, originale smag og kvalitet igen.

Det reelle problem er uigennemskuelighed og den stigende kemi.

Jamen hvad nytter det - kan vi som forbrugere gøre noget i dette store madspil? - Ja! - Vi skal ikke give op på forhånd, vi kan som almindelig forbruger gøre noget. Vi kan være kritiske. Vi kan vælge de varer, der er gennemskuelige. Er kvaliteten i orden? Bedøm deklarationerne og vælg fra!

Tilsætningsstoffer:
Et tilsætningsstof, der er sat til en varer for at opnå en teknologisk effekt, skal mærkes med den funktion, stoffet har, samt dets kemiske navn eller E-nummer. Tilsætningsstoffer der anvendes i varer, der er fremstillet, pakket og solgt i samme forretning skal ikke deklareres på varen.

Overførte tilsætningsstoffer:
Hvis tilsætningsstoffet populært sagt ikke har nogen teknisk funktion i den færdige madvarer, skal det ikke deklareres. Det vil sige, at hvis der f.eks. benyttes et middel så krydderier ikke klumper (antiklumpningsmiddel) skal dette middel ikke deklareres, hvis krydderiblandingen indgår i f.eks. en kødret.

Pakkegasser:
Hvis der er anvendt pakkegasser, skal varen mærkes "Pakket i beskyttende atmosfære", men ikke hvilken gas der er brugt.

Bærestoffer:
Tilsætningsstoffer der bruges som opløsningsmiddel eller som bærestof for andre tilsætningsstoffer skal generelt ikke deklareres.

Tekniske hjælpestoffer:
Tekniske hjælpestoffer er stoffer, der har været brugt i forbindelse med fremstillingen af et levnedsmiddel, men som ikke er tilsat for at opnå en effekt i det færdige produkt. Det forlanges ikke, at disse skal deklareres.

Aromastoffer:
Der er ikke indført positivlister for aromastoffer. Aromastoffer skal ikke deklareres. Man skal blot skrive, at aromastoffer er anvendt.

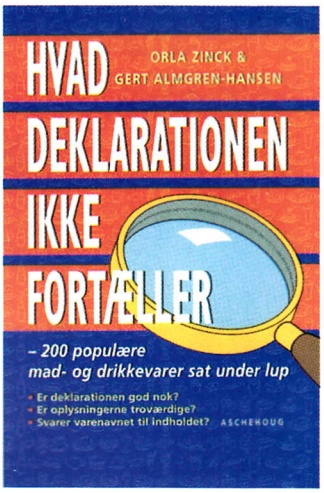
Overførte stoffer:
Farvestof i foder (f.eks. hønsefoder, for at få æggeblommerne ens gule) skal ikke deklareres.

De kemiske drikke

Kemisk Værk i Køge og andre kemiske virksomheder producerer ikke levnedsmidler. Desværre er der en udvikling i retning af, at flere og flere af vore fødevarer faktisk godt kunne være fremstillet på en kemisk virksomhed.

Drikkekoncentrater som 1:11, Bonanza, Fresh og Fun er eksempler. Det er alle produkter der indholdsmæssigt er langt tættere på den kemiske industri end på levnedsmidler. Måske burde der være sikkerhedskapsel på flaskerne.En sammenligning (se skemaet) viser, at der er meget lidt forskel på drikkene. Der kan være enkelte stoffer der er byttet ud, men grundopskriften er stort set den samme. Ud over smagsstoffer er alle drikkene bl.a. sødet med aspartam. Aspartam indeholder et stof, som de der lider af Føllings syge ikke kan tåle. Varerne skal også mærkes med "Indeholder en phenylalaninkilde", dvs. aspartam.

Udvilingen i Danmark de sidste 5 - 10 år har bevirket, at produkter som disse vinder frem, og drikkekoncentrater drikkes meget af børn. Vi "træner" på den måde vores børn til at acceptere en kunstig og kemisk fremstillet smag med det resultat, at de senere finder de rigtige varer som værende



forkerte. Hvis vi skal tage dette problem alvorligt handler det i virkeligheden om vores madkultur og vores kvalitetsopfattelse. De her (se skema) nævnte drikkekoncentrater indeholder alle aromaer. Som vist i skemaet er der i grunden ikke

	Stof	Fun Light Sport	Fun Light Hindbær / Orange	Light 1:11 Æble	Fresh Orange Light Bonanza	
	Vand	•	•	•	•	•
	Frugtsaft		•	•	•	•
*	E 120 carminer		•			
	E 140 clorophyl	•				
	E 150 karamel			•		
	E 160 betacaroten	•	•		•	•
*	E 202 kaliumsorbat	•	•	•	•	•
*	E 211 natriumbenzoat	•	•	•	•	•
	E 296 æblesyre		•	•		
	E 300 ascorbinsyre	•	•		•	•
	E 330 citronsyre				•	•
	E 331 natriumcitrat	•	•	•	•	
*	E 410 johannesbrødkærnemel		•			
*	E 412 guar gummi		•			•
*	E 414 arabisk gummi					•
	E 415 xantangummi		•		•	•
	E 466 carboxymetylcellulose	•			•	
	E 950 acesulfamkalium	•	•		•	•
	E 951 aspartam	•	•	•	•	•
	E 954 saccarin			•		•
	E 956 cyklamat	•	•	•	•	•
	aroma	•	•	•	•	•

FUN Light - sport

Ingredienser:
Vand, syre (æblesyre), limefrugtaroma, sødestof (aspartam, acesulfamkalium, cyklamat), stabilisator (E 466), konserveringsmidler (natriumbenzoat, kaliumsorbat), farvestoffer (betacaroten, chlorophyl), antioxidant (ascorbinsyre).

I denne højkoncentrerede drik findes overhovedet ingen 'naturlige' stoffer' som f.eks. saft eller lignende. Alt hvad der indgår i varen er kemi. Fun Light indeholder bl.a. carboxymethylcellulose (CMC), E 466. Samme stof bruges som tapetklister.
Det kan undre, at der er behov for tre forskellige kunstige sødemidler. Dels er der naturligvis diskussionen om, der overhovedet er behov for kunstige sødemidler, men også om antallet. Nogle mener, at det er nødvendigt for at opnå en neutral smag, men der kunne også være økonomi i det. Cyklamat og saccarin er de billigste, men dem, der giver mest bismag. Drikken er ikke egnet for folk med Føllings syge på grund af indholdet af phenylalanin fra sødemidlet aspartam. Produktet er stort set kun tilsætningsstoffer, og smagen stammer alene fra aroma.
I en fjernsynsudsendelse i foråret 1997 blev det i øvrigt vist, at FUN LIGHT SPORT er velegnet til opvask af glas. Så om ikke andet, kan det da bruges til det.

den store forskel på de enkelte produkter. Regner man på drikkene, svarer saftmængden i de drikke der indeholder saft til, at der er 0,5 - 1 % saft i den drikkeklare opløsning. Eller sagt på en anden måde - ca. 2 teskefulde pr. liter. ■

RIBENA - Solbær Drikke-koncentrat

Ingredienser:
Sukker, solbærsaft, vand, solbærekstrakt, syre (citronsyre), konserveringsstof (kaliumsorbat, natriumbenzoat), antioxidant (ascorbinsyre), naturlig farvestof (drueskalsfarve).

RIBENA er nok det solbærprodukt i Danmark, der har stået som solbærdrik nummer et og den rene uforfalske sundhed, med et højt indhold af naturligt C-vitamin.
Fabrikanten oplyser ikke hvor meget solbær, der er i drikken. Det er beregnet, at der formodentlig kun er ca. 5% solbær i den færdige drik, hvilket vel næppe er særligt imponerende. Samtidig står der på flasken at 2 glas á 3 dl dagligt dækker ca. 40% af C-vitaminbehovet. De "glemmer" så bare at gøre opmærksom på, at op til 20% af dets daglige energibehov så også er dækket.
Ribena oplyser, at solbærdrikken er fremstillet af solbær fra en specielt udvalgt egn i Sydengland, hvor solbærrene er særlig rige på C-vitamin. Det lyder godt. Problemet er bare, at den lille mængde saft, der reelt er i drikken, ikke giver meget af det C-vitamin som beskrives som det naturlige. Derimod er der tilsat ascorbinsyre som antioxidant. Herfra kommer en stor del af C-vitaminet.
I stedet for de mere eller mindre luftige anprisninger der er på Ribena ville det være mere relevant at oplyse hvor meget solbær der er i drikken, hvor meget sukker der er tilsat samt hvor meget C-vitamin der er tilsat.
Det mest positive man kan sige om Ribena er, at det er fantastisk at firmaet via sin markedsføring i så mange år har kunnet få danskerne til at tro på, at dette er solbærdrikken nummer et, den med mange gode solbær i.

Birgit Madsen
Ekspedition

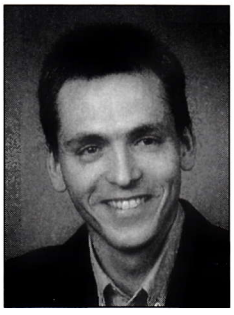
Tove Frithioff
Daglig leder

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
Vangeledet 77 · 2670 Greve · Telefon 43 69 02 00

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.

Urostomimøde i Odense

Jytte Wittchen
Kragesøvej 6
4970 Rødby

Først og fremmest vil jeg gerne takke for alle de positive reaktioner jeg har modtaget på mit indlæg vedrørende urostomi. Efter alle mine samtaler med ligesindede urostomister, hvor vi blandt andet talte om at mødes et centralt sted på landsplan, har jeg undersøgt mulighederne for at få et centralt mødested samt lægelig ekspertise til foredrag og besvarelse af spørgsmål. Via min lokalformand kontaktede jeg efterfølgende landsforeningen for økonomisk støtte og Fyns lokalforening med hensyn til mødelokaler (Fyn er nemt tilgængelig med offentlige transportmidler).

Alle har givet tilsagn om samarbejde ved et sådant arrangement. Landsforeningen har givet løfte om økonomisk støtte med hensyn til billigst mulige transportform, eventuelt samkørsel i bil, samt kaffe m.m.

Foreløbigt program:
*Velkomst
v/Jytte Wittchen.
*Frokost.
*Foredrag
v/overlæge Steen Walter;
spørgsmål til lægen.
*Nyt i hjælpemidler
v/Mogens Kjærulff
(fremvisning mv.).
*Kaffe, almindelig snak
(skal vi fortsætte med 1
eller 2 møder årligt?).
*Eventuelt.
*Mødet hæves.

(Ret til ændringer forbeholdes).

Andre forslag modtages gerne. Med hensyn til deltagelse må det påses, at en bindende forhåndstilmelding er påkrævet af hensyn til lokaler og kaffe m.m. Der arbejdes mod at mødet kan afholdes medio februar i Odense.

Urostomister og andre interesserede, kom nu ud af busken, og giv lyd fra jer om dette initiativ. ■

Mindeord

Den 16. december 97 fik jeg den triste meddelelse, at Inga Robinson var gået bort.

Inga var i mange år med i bestyrelsen i Københavns amt, og det var til gensidig fornøjelse. Inga tog altid opgaverne med et smil og en lynhurtig bemærkning.

Inga var et varmt menneske, en god støtte og utrolig gæstfri, f.eks. stillede hun sit sommerhus til rådighed, da vi i 1994 havde vores årlige skovtur og sammen med medlemmerne havde vi en dejlig, hyggelig eftermiddag.

Vi kommer til at savne Inga, hendes altid gode humør og optimisme.

Æret være hendes minde.

Marianne Hemmingsen, Kbh.'s amt

Artikel om bækkenreservoir udskudt

På Nordisk Møde sidste år fortalte stomisygeplejerske Kirsten Bach om bækkenreservoir mv. I sidste Copa-blad lovede vi, at bringe et referat her i dette blad.

Af tekniske årsager (Copa-bladet skal helst indeholde et sideantal, der er deleligt med 8) er dette referat udskudt til næste blad.

O.V.

Husk:

COPA-kontingent 1998,
betal venligst inden 25. februar.
(Girokort bliver udsendt i januar)

Vi deltager igen i 98 - *godt julemøde i Frederiksborg amt*

Viola og Helmer Rasmussen
Sophielund 23
2970 Hørsholm

Som vanlig var der julestemning ved COPA's julemøde i Frederiksborg amt, hvor vi startede med en lille sang, der straks satte julestemningen i vejret. Det var ikke svært, som bekendt er stomister jo glade mennesker.

Stemningen kom yderligere i vejret, da der kom nogle dejlige juleanretninger på bordet, hvor der var alt, hvad der hører til et julebord, med diverse tilbehør.

I en pause - efter spisningen - blev to stomisygeplejersker, som var med som gæster, præsenteret. De kom fra stomiambulatorierne på sygehusene i Hillerød og Helsingør, hvorved vi ved denne lejlighed fik en indgangsvinkel til ambulatorierne. Tak fordi I gad deltage, det gav mod på at besøge jer, hvis der opstår problemer.

Dagen afsluttedes med kaffe og bankospil med mange fine gevinster, bl.a. havde Inge Wissing lavet nogle flotte juledekorationer, som også var gevinster.

Jeg tror roligt, at jeg på de deltagende medlemmers vegne kan sige tak til bestyrelsen for endnu et godt julemøde. Som man kunne se, havde man lagt op til at skabe en virkelig god stemning, hvilket tilfulde lykkedes.

Tak for en dejlig eftermiddag, vi deltager gerne igen. ■

Send frimærker til Odense

Godt Nytår til alle, og mange *tak* for alt det tilsendte i årenes løb.

Jeg fortsætter med at samle frimærker for COPA.

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

COPA-PERSONLIGE

Annoncering og svar i 'COPA-PERSONLIGE' er forbeholdt private medlemmer af COPA. Annoncering og formidling er gratis.

Alene mand
Voksen mand, 59 år, 180 / 71 med voksne børn - ungdommelig, aktiv, kreativ, velholdt og har et godt humør. Jeg bor godt og har en god økonomi og er godt kørende.
Søger venskab med en sød, køn kvinde der ligesom mig er udadvendt, ærlig, lattermild, varm, alvorlig, glad for at færdes i naturen, dyrker sport, kunst samt at rejse, og som også ønsker et varmt og varigt venskab.

Billetmærk 98-001

Sådan kommer *du* med i COPA-PERSONLIGE
Send et brev med din kontaktannonce til:
COPA-sekretariatet
Odinsvej 5
4100 Ringsted.

Du er naturligvis nødt til at skrive dit navn og din adresse, så vi kan videresende svar til dig, men du kommer *altid* anonymt (billetmærk) i bladet.

Sådan svarer *du* på COPA-PERSONLIGE billetannonce
Send et brev med dit svar til:
COPA-sekretariatet
Odinsvej 5
4100 Ringsted.

Husk: *Anfør tydeligt billetmærk uden på kuverten.*
COPA videresender dit svarbrev uåbnet til billetmærk personen.

Ven søges
Jeg søger en god og rar ven sidst i halvfjerdserne eller deromkring.
Jeg er 166 / 79 har et handicap (ikke synligt).
Du må være glad for dyr.
Ellers har jeg almindelige interesser, at gå ture og komme ud at se andre mennesker og en at hygge mig med.

Billetmærk 98-002

Skriv til COPA-PERSONLIGE

Måske sidder du alene, og vil gerne have en god ven. **Måske** vil du have en ven at gå i svømmehal med. **Måske** har du problemer med din stomi og søger andre med samme stomitype at udveksle erfaringer med. **Måske**....
Mulighederne er mange. COPA-PERSONLIGE er til dig, der søger direkte kontakt med et andet COPA-medlem. Alle breve til COPA-PERSONLIGE vil blive behandlet fortroligt, og alle indlæg i bladet bringes anonymt (billetmærk).

Du kan stadig skrive til de tre billetmærk der var **i sidste Copa-blad** (nr.6/97).
Dem kaldte vi billetmærk 001, 002 og 003. Hvis du skriver, anfør venligst 97 foran, altså 97-001, 97-002 og 97-003.

ANNONCER I COPA-BLADET

Annoncepriser 1998

For fjerde år i træk:
Uændrede annoncepriser
Nærmere oplysning om priser, formater, mv. - ring venligst til sekretariatet 57 67 35 25 eller redaktøren 57 67 24 30.

KAREN BLOK *Specialcenter*

Forhandling og individuel rådgivning om korrekt valg og anvendelse af hjælpemidler til mennesker der
- er STOMIOPEREREDE
- er brystopererede
- har ufrivillig vandladning
- har behov for støttestrømper
- brokbælter efter mål
- overtræksposer efter ønske

Forsendelse og rådgivning er gratis

Kontakt sygeplejerske/konsulent Karen Blok

KAREN BLOK *Specialcenter*
Gammel Havn 1 - 7100 Vejle - Tlf: 75 84 00 22 - Fax: 75 84 03 22

NYT FRA LOKALFORENINGERNE

København/ Frederiksberg

Dødsfald

Tirsdag d. 4. november ringede Jens Christensen og meddelte mig, at hans hustru, Helene Christensen, var død mandag d. 3. november. Dette var sket pludseligt uden forudgående sygdom.

Helene har været medlem i COPA i mange år, og hun mødte altid til vores medlemsmøder. Desuden har hun tidligere været lokalformand for København/Frederiksberg.

Hun blev begravet på sin 73 år's fødselsdag. Det var desuden ca. en måned før deres guldbryllup. Helene var et rart menneske at kende, og hun vil blive savnet.

Grethe Nielsen, lokalformand

Siden sidst

Forfatter i gavehumør

Den 26. september havde vi besøg af forfatter og kunstmaler Gerda Iserhorst. Hun viste videofilm af sine dejlige malerier, som hun havde malet. Derefter læste Gerda Iserhorst nogle afsnit fra sine egne bøger. Hun var en rigtig god og dygtig oplæser, som kunne samle hele vor opmærksomhed. Til hver af de fremmødte gav hun en af sine bøger. Det blev en rigtig hyggelig eftermiddag.

Siden sidst

Sundhedsmesse i Forum

Fra 3. til 5. oktober var der sundhedsmesse i Forum, hvor rigtig mange mennesker mødte op i de tre dage messen varede. COPA havde også en stand på messen, og der kom mange, som stillede mange spørgsmål, blandt andet hvad vor forening stod for. Der kom også en del børn og fik COPA-mærke og kuglepenne. Det var tre travle men dejlige dage.

En rigtig hjertelig tak til Marianne, Svend Åge, Bent og Jørgen, som ydede en rigtig stor hjælp med at få vor stand op at stå, og var villige til at tage en del af vagterne.

Siden sidst

Kaj fik zoneterapi

Den 14. april havde vi besøg af Leif Pedersen, som fortalte os rigtig meget om zoneterapi. Vi fik en hel del at vide, hvorfra man mente at zoneterapi kom. Det skulle være fra Egypten. Først i ca. 1970 kom den til Danmark fra nogle englændere. Vi fik en del at vide om alternativ kost. Leif Petersen viste os desuden en lettere behandling på Kaj Svendsen. Det var en meget interessant eftermiddag.

Kommende aktivitet

Generalforsamling 31. januar

Vi holder generalforsamling lørdag den 31. januar kl. 13.30 i Medborgerhuset 'Pilegaarden', Brønshøjvej 17. Vi håber, der vil blive et stort fremmøde, så alle kan være med til at planlægge det nye år. Til denne generalforsamling vil der blive serveret et par stykker smørrebrød, drikkevarer er for egen regning. Derefter vil der blive kaffe.

Forslag til generalforsamling skal ske skriftligt til lokalformanden, Grethe Nielsen, senest otte dage før afholdelsen af generalforsamlingen.

Det er nødvendigt med tilmelding p.g.a. maden, der skal bestilles, og dette skal ske *inden 27. januar* til: Enten Grethe tlfnr.: 38 28 03 82 eller Litta tlfnr.: 38 10 26 25.

Kommende aktivitet

Måske Gamle Ole

Eventuelt bankospil

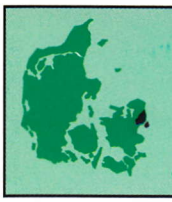
Lørdag den 7. marts kl. 14.00 holder vi sikkert bankospil. Sæt kryds ved denne dato, så skal vi have en hyggelig eftermiddag.

Kommende aktivitet

Udflugt

lørdag den 18. april skal vi på besøg hos Dansac. Vi skal med bus til Dansac, hvor der vil blive rundvisning, og en lettere anretning vil der også blive. I næste Copa-blad vil vi give nærmere besked, men husk nu denne dato.

P.b.v.
Grethe Nielsen



Københavns amt

Siden sidst

Lørdag den 22. november var holdt i julens tegn. Trods det tidlige tidspunkt var det ikke svært at finde julestemningen frem. Vi sang, spiste æbleskiver, drak gløgg - julegodter var der også. Det amerikanske lotteri blev afviklet, hvor der var nogle utrolig flotte præmier. Nogle var så heldige, at de løb af med et par stykker. Men ingen gik tomhændede hjem. Vi havde alle medbragt en lille gave, som vores julemand gik og delte ud. Man skulle bare sørge for, at man ikke fik sin egen. Ja en jule-

mand havde vi også, Svend Åge var blevet lokket i nissetøjet.

En rigtig hyggelig eftermiddag. Desværre var vi kun 20, som troppede op. Om det er fordi det afholdes i Skovlunde Medborgerhus vides ikke. Men prøv at kigge på tog-busplanen og se, om det ikke skulle være nemt at komme dertil. Vi vil nemlig afholde nogle medlemsmøder der i det nye år i stedet for i Valby Medborgerhus.

Godt Nytår

Bestyrelsen ønsker alle et rigtig godt nytår. Tak for det gamle, hvor vi har haft mange sjove, rare timer sammen. Vi håber at se jer alle igen i det nye år.

Succes gentages

Bowling
23. januar kl. 17.30

Som lovet gentager vi succesen med en bowlingaften. Det bliver fredag den 23. januar 98 kl. 17.30 i Rødovre Centrum. Vi bowler i en time, herefter er der spisning med en tre retters menu. Dette får du/I for 135 kr. pr. person. I år vil vi kåre årets bowling mester. Så kom og få en hyggelig aften, øvede som nybegyndere, vi ser alle lige sjove ud. Tag familien med. *Tilmelding* skal ske til Carina tlf. 44 91 61 99 eller Svend Åge tlf. 44 97 92 18. Dette skal ske *inden den 20. januar*.

Generalforsamling

21. februar kl. 14.00

Lørdag den 21. februar kl. 14.00 afholder vi generalforsamling i Skovlunde Medborgerhus, Bybuen 19, 2740 Skovlunde. Kom og vær med til at præge din forening, samt komme med nye ideer som du synes mangler til vores medlemsmøder. Mød også vores landsformand Flemming Lejbølle som vil fortælle om arbejdet som landsformand, samt om EOA og IOA. Se i sidste nummer af Copa-bladet (nr.6/97) hvordan du bedst muligt kommer til Skovlunde Medborgerhus.

Med venlig hilsen
Bestyrelsen

Frederiksborg amt

Siden sidst

Julefrokost med gæster

Julemødet 29. november

Der var som sædvanlig pænt fremmøde til COPA, Frederiksborg amt's julefrokost.

Vi havde i år inviteret et par gæster, som en del af de tilstedeværende kendte; nemlig stomisygeplejerske Helle Linding fra stomiambulatoriet på Øresundshospitalet i Helsingør og Lotte Voergaard, der er leder af stomiambulatoriet i Hillerød. De fortalte lidt om deres arbejde i ambulatorierne, efter vi havde guffet os igennem en mængde dejlige sager. I stedet for oplæsning af julehistorie, som vi har haft de tidligere år, sang vi julesange i de indlagte pauser mellem de mange frokostretter. Vi sluttede traditionen tro af med at spille banko. Blandt præmierne var der igen i år lavet flotte dekorationer af et af vores medlemmer. Disse dekorationer kan vi slet ikke undvære, der er altid jubel hos den, der er heldig at vinde en dekora-

Kirudan

- en personlig og professionel stomileverandør

- Bredt sortiment fra Coloplast, ConvaTec, Dansac, Hollister og Biotrol.
- Klientafdeling med sygeplejersker og specialuddannet personale.
- Eventuelt besøg og vejledning i eget hjem.
- Hurtig og diskret levering.
- Konkurrencedygtige priser.
- Stort sortiment i stomitilbehør og alle øvrige sygeplejeprodukter.

Kirudan - et godt sted at handle

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

tion, og vi vil gerne takke Inge Wissing for det store arbejde hun har lagt for dagen med at lave alle de dekorationer.

Det var så sidste gang vi kunne samles på Hostrupsvej - lokalerne skal bruges til andet formål fremover, men vi har fundet et andet værested, som bliver omtalt her i vores lokale spalte.

Bestyrelsen glæder sig til at vi igen ses til generalforsamlingen den 21. februar.

P.b.v.
Gisela Schjøtt

Kom til generalforsamling 21. februar kl. 14.00

Bemærk: Nyt værested for COPA Frederiksborg amt

Ja så er det desværre slut med at holde møder i 'Fritidshuset' på Hostrupsvej i Hillerød.

Men fortvivl ikke kære venner, vi forbliver i Hillerød. Hillerød kommune har tilbudt os et nyt *'værested'* i meget store og fine lokaler i *Frederiksborg Byskole, Carlsbergvej 13, Hillerød.*

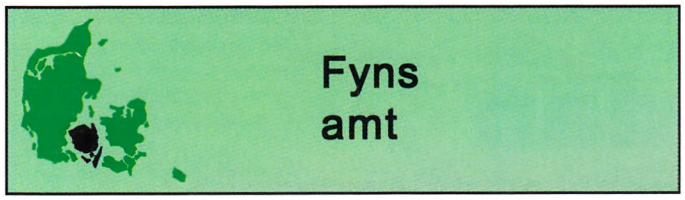
Skolen ligger tæt ved kollektive transportmuligheder, umiddelbart overfor sydsiden af Hillerød station, hvor der også er fine parkeringsforhold. Herfra er der kun få skridt til skolen, som har fine adgangsforhold for handicappede, såvel som gangbesværede.

Mødelokalet er så stort, at vi kan huse alle COPA's medlemmer i Frederiksborg amt på en gang, og det uden at blive klemt. Det er derfor COPA og bestyrelsens store ønske, at kunne fylde disse dejlige lokaliteter med rigtig mange medlemmer.

Derfor mød talrigt op til det første arrangement i 1998 nemlig den årlige generalforsamling som afholdes lørdag den 21. februar kl. 14.00.

Bemærk! Dette er en ny dato, j.f. den i tidligere medlemsblad annoncerede.

P.b.v.
Jørgen Wissing



Generalforsamling

Der afholdes generalforsamling den 27. februar kl. 19.00. Dagsorden ifølge vedtægter.

Efter generalforsamlingen er COPA vært ved en let anretning plus kaffe.

P.b.v.
Lars E. Nielsen

Siden sidst

Medlemsmøde om Litauen

Lokalforeningen havde inviteret til kaffebord på Højmølle Kro den 25. oktober. Dagens underholdning var af Leif Stryhn om sin ferierejse i Litauen. Under sin flytning til Falster var Leif's lysbilleder skal have god tid. Men vil man gerne hurtigt gennem kontrollen ved udrejsen, skal der bare vises et plastikkort frem, så tror vagterne, "at manden er noget ved musikken". De nymodens ting har landet ikke, men det der virkede derovre var sortbørshandlen. Landet er fattigt, så folk lejer gerne deres huse ud for at tjene lidt ekstra penge, hvis det er muligt. Alle havde en herlig eftermiddag. Leif Stryhn er en god fortæller.

Siden sidst

Væk var den eftermiddag

Julemødet 30. november var i år på Majbølle Motel. Det er den gamle skole, der er lavet om til motel og festlokaler. Selv et eksemplar af den gamle skolepult var der. Ren nostalgi. Utroligt hyggeligt. Værten fortalte stedets historie under kaffen med den nybagte kringle til. Bankospillet blev klaret. Pakkerne var sjove og spændende. Der er stor opfindsomhed til sjove pakker. Lotteriet blev solgt, gaver på adgangsbilletterne, næsten alle fik en gevinst med sig hjem. Der blev sunget julesange, snakken var livlig, og væk var den eftermiddag.

Godt nytår

Alle medlemmer og deres familier ønskes alt godt i det nye år. Vi glæder os til at se rigtig mange i 1998.

Generalforsamling 7. marts kl. 14.00

Næste gang vi ses, bliver til generalforsamlingen den 7. marts kl. 14.00 på 'Landsbyen'. Brev udsendes med dagsordenen.

P.b.v.
Marianne Andersen

Rådgivere:

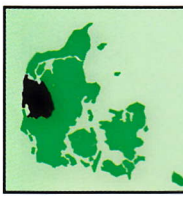
Jytte Aarøe	Christina Hartmann (J-pouch)
Ny Vordingborgvej 67	Vejløvej 108A, Vejløgården
4771 Kalvehave	4700 Næstved
Tlf.: 53 78 80 78.	Tlf.: 53 80 06 64.

Allerførst - rigtig godt Nytår til alle Næstved-medlemmer! Det er altid spændende at tage hul på et nyt år, da man jo aldrig rigtig ved, hvad det kan medføre. Ovenpå Jul og Nytår med alt hvad dertil hører, trænger man nok til en lille pause, og da man også skal tage hensyn til det, alle taler om - nemlig vejret - har vi lagt vores første medlemsmøde **lørdag den 14. marts kl. 14.00** i de hyggelige lokaler i Futura-Centret, Ringstedgade 20 i Næstved. Vi får besøg af Jan Dirckhoff, som vil vise lysbilleder fra en af sine mange rejser - denne gang til Canada. Det bliver ikke kedeligt, kan vi godt love jer. Jan D. er en inspireret fortæller - så der er noget at glæde sig til. Der bliver som sædvanlig sørget for et godt kaffebord, og I må derfor meget gerne melde til i forvejen - senest mandag den 9. marts på tlf. 53 77 24 01 eller 53 70 80 42, så bageriet kan indrette sig på deltagerantallet. På forhånd tak.

Aktivitetplanen for 1998 bliver udsendt til alle, så I har mulighed for at krydse de ting af, der har jeres interesse. Vi glæder os meget til at se jer!

Mange nytårshilsner til jer alle.

P.b.v.
Merete Møller, formand



Ringkøbing amt

Siden sidst

Stor mødedeltagelse lægger op til godt nyt COPA-år i Ringkøbing amt

Torsdag den 20.november indbød lokalforeningen til generalforsamling i Kirstine Hardams lokaler i Holstebro, hvor der er plads til ca. 40 personer. Heldigvis havde vi også denne gang forhåndstilmelding til arrangementet først og fremmest af hensyn til anretningen, men heldigvis også til antal deltagere.

Vi fik tilmelding fra 71 medlemmer og pårørende fra Brande og Tarm i syd til Thyborøn og Thyholm i nord, så det var utrolig glædeligt. Bestyrelsen måtte straks i gang med at skaffe andre lokaler hvor vi kunne være. Heldigvis lykkedes det at finde egnede lokaliteter lige i nærheden.

Efter en vellykket anretning gik vi i gang med generalforsamlingen og den nye bestyrelse fik følgende sammensætning:

*Arne Nielsen, Holstebro *(lokalformand)*;
*Susanne Andersen, Holstebro;
*Martin M. Andersen, Spjald;
*Jytte Hansen, Brande *(sekretær)*;
*Birgit Jensen, Ulfborg *(kasserer)*.

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

Kirstine Hardam

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

Efter generalforsamlingen havde vi fornøjelsen at præsentere overlæge P. Juul Martiny, som havde et meget interessant indlæg om årsager til brok og behandlingen heraf.

Aftenens anden gæst var stomisygeplejerske Betty Østergaard, som fortalte om stomiklinikkens virke på Herning Centralsygehus.

Vi siger tak til begge foredragsholdere og til Kirstine Hardam: Endnu engang tak for din hjælpsomhed og omsorg for stomiforeningen COPA.

Til slut vil vi ønske alle vore medlemmer og pårørende et rigtigt godt nytår.

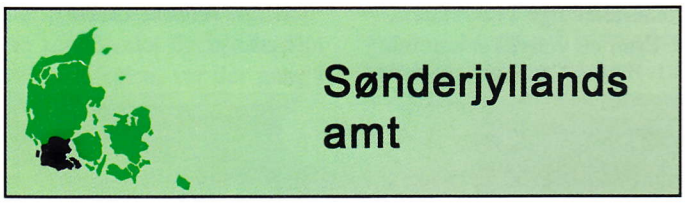
P.b.v.
Arne Nielsen

COPA-klub i Vejle

COPA-klub i Vejle holder møde i cafeteriet på Vejle Sygehus følgende datoer: 6.jan., 10.feb., 10.marts og 21.april - alle dage fra 15.00 til 17.00.
Tilmelding til Licy på tlf.: 75 85 30 58.

COPA-klub i Fredericia

COPA-klub i Fredericia holder møde på I.P.Schmidts Gård følgende datoer: 14.jan., 18.marts og 15.april - alle dage kl. 13.00.
Gerne tilmelding dagen før til Lis på tlf.: 75 56 28 20.



Siden sidst

Mandag den 10.november havde vi medlemsmøde på Aabenraa Sygehus, hvor Leif Sejrup (fra Audiodan Høreteknik i Gråsten) fortalte, at han som den første i Danmark startede en privat høreklinik i 1990. Nu er der ti i landet. 13% af befolkningen har behov for høreapparater, men kun 5% bruger høreapparater. Mange tror, at et høreapparat er stort og klodset, men det var det engang. Der kommer ca 50-60 nye modeller til om året, og i dag er høreapparater meget små. Nu er der også kommet digitale høreapparater. Det tager ca. tre måneder at vende sig til at gå med høreapparat.

Benytter man en privat høreklinik får borgeren ingen tilskud fra det offentlige. Borgeren skal betale det hele selv. Benyttes det offentlige, får man det hele betalt.

I alt 18 medlemmer havde en god aften selv om Hollister måtte melde afbud. Hollister gav kaffe og brød.

Planlagte møder i første halvår 98

**Mandag den 2.marts*
kl. 19.00 i Sønderborg:
"Dagligstuemøde".
**Mandag den 23. marts*
kl. 19.00 i Haderslev:
Generalforsamling.
**Onsdag den 1.april*
kl. 14.00 i Haderslev:
"Dagligstuemøde".
**Onsdag den 25. april*
kl. 19.00 i Tønder:
"Dagligstuemøde".
**Lørdag den 10.maj:*
Bustur til ?
Husk at notere datoerne.

P.b.v.
Sven Kjærsgaard Jensen

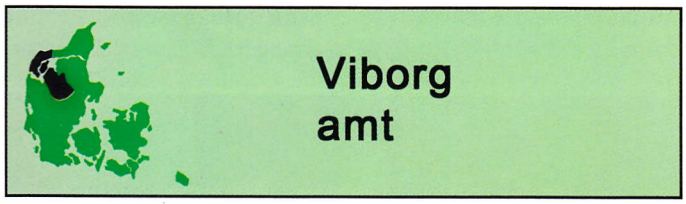
Aktiviteter i 98

Bestyrelsen i Vejle amt ønsker alle vore medlemmer et godt Nytår.

Vi har haft et planlægningsmøde og i 98 skal der ske følgende:

**Forårsfest:*
lørdag d. 28. marts.
**Medlemsmøde* i april:
Datoen ligger ikke helt fast.
**Udflugt:*
Lørdag d. 10. oktober.

P.b.v. Lis Obel Jakobsen



Lokalformand genvalgt

Lørdag den 29. november afholdt Viborg amts lokalforening generalforsamling på Thisted Sygehus. På valg var Henny Pedersen (genvalgt) og Inge Brøndum (død i oktober); i stedet valgtes Bødvind Dyhrholm Andersen.

Formanden genvalgtes.
Suppleant: Anton Snekmose.
Revisor: Mette Espersen.

Eftermiddagen stod i julens tegn med lys og varespil.

Vi i bestyrelsen vil gerne ønske alle et godt Nytår, og vi håber på tilslutning til møderne i det nye år.

P.b.v.
Inga Andersen

EFTERLYSNING
Bestyrelseskandidater til COPA-Vestsjællands amt.
Ring til Torben,
tlf. 53 61 56 23

Siden sidst

29. november afholdt COPA-Vestsjællands amt julefrokost på restaurant Linden på markedspladsen i Holbæk. Der var et pænt fremmøde. Efter en dejlig julebuffet med alt dertil hørende, hyggede vi os med sang og musik. Musikken var som sædvanlig leveret af Gørlev Musikanterne.

Generalforsamling udsat

Bestyrelsen har besluttet at udsætte generalforsamlingen til foråret 98.

Vi mangler kandidater til bestyrelsen. I øjeblikket består bestyrelsen af tre medlemmer, hvoraf de to ikke ønsker at genopstille. Derfor: Hvis COPA-Vestsjællands bestyrelse skal bestå, må der nye til.

Med ønsket om at alle har haft en god Jul og får et godt Nytår,

P.b.v.
Torben Hansen

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-opererede.

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

Århus amt

Bestyrelsen i COPA-Århus ønsker sine medlemmer et godt Nytår.

Hyggeklubber

Randers: Hyggeklubben i Randers (omtalt i sidste blad) er startet. Anne Marie Malling Olesen og Lis Lene Carstensen var glade for at se mange medlemmer møde op til den første hyggeeftermiddag den 14. november. Der blev holdt lidt julehygge med æbleskiver og gløgg m.m. den 28. november. Denne eftermiddag kom der 15 medlemmer. Det er meget flot.

Firma C. Mærsk Andersen har været så venlige at give klubben både en kaffemaskine og en elkande. Så nu kan der rigtig blive lavet kaffe og te til de medlemmer, der møder op i fritidscentret, lokale 12, Vestergade 15, Randers. Husk du/I altid er velkommen om fredagen i de lige uger fra kl. 13 til 16. Hos Anne Marie (tlf.: 86 43 43 37) kan du få yderligere information om klubben.

Århus: Hyggeklubben i Århus (Langenæs Allé 21, Århus C) er åben den anden onsdag i måneden, første gang 14. januar fra 14 til 16.

Rådgivning

Den anden onsdag i hver måned vil det være muligt at få rådgivning af en stomiopereret i lokalet på Langenæs Allé 21. Tlf. 86 14 02 33. Fra kl. 16 til kl. 19 vil der være to rådgivere, som du trygt kan tale med. Husk vi har tavshedspligt. Vi har kaffe/te parat, når du kommer og tid til at tale med dig.

Medlemsmøde i Randers

38 medlemmer kom for at høre overlæge Peter Rasmussen fra Randers Sygehus fortælle om ileostomi og kolostomi. Om J-pouch operation blev fordele og ulemper omtal. Dette var ikke, fordi Peter Rasmussen er modstander af denne operation. Det var kun for at fortælle, at der kan være to muligheder for en operation af en patient med Colitis Ulcerosa. Nemlig enten pose på maven eller en J-pouch.

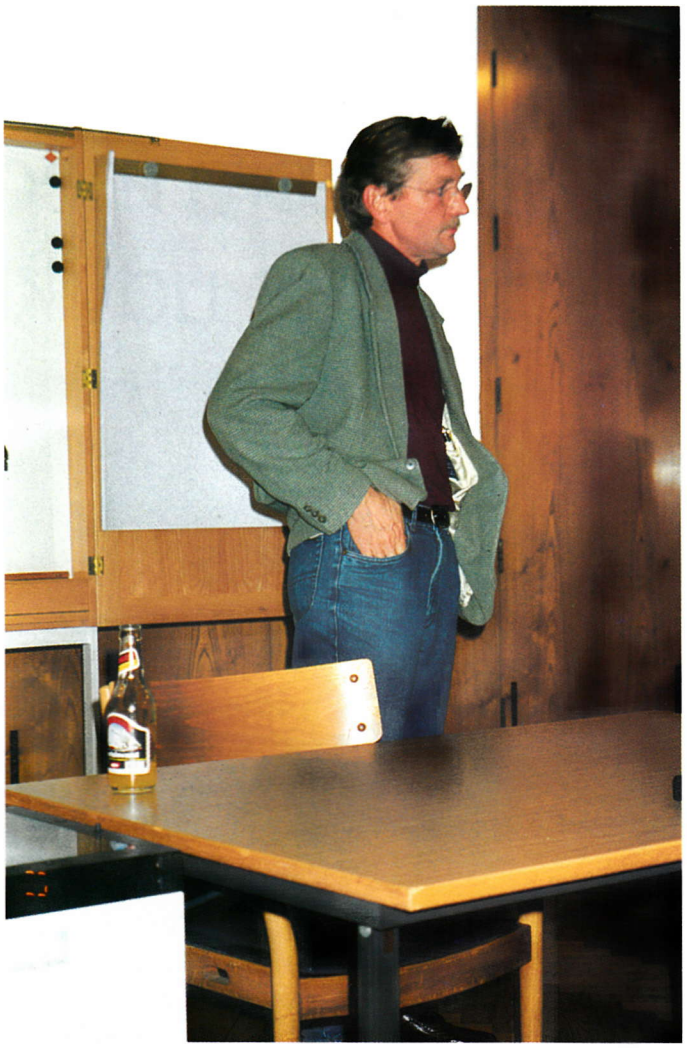
Den sidste nye operationsmetode med en J-pouch lavet istedet for en kolostomi blev også forklaret. Under foredraget var det muligt at få diverse spørgsmål besvaret.

Sygeplejeske Susanne Andersen viste herefter produkter fra Coloplast. Der blev også vist lysbilleder, om hvorledes poserne bliver fremstillet. Billedkvaliteten eller betjeningen var dog ikke helt i orden. Lysbillededapparatet skulle efter brug skilles ad for at få billederne ud. Men dette klarede vi også.

Vanen tro hører der kaffe/te og brød med til medlemsmøderne. Traktementet inkl. øl og vand sponsorerede Coloplast. Mange tak for dette.

Ved kaffebordet var der mulighed for at hilse på og tale med stomisygeplejerske Helle Rasmussen fra stomiambulatoriet, Randers Sygehus, og med personale fra forhandler C.Mærsk Andersen, Randers. Tak til alle fremmødte for en god aften.

Medlemsmøde på Randers Sygehus.



Overlæge Peter Rasmussen, Randers Sygehus.

Generalforsamling lørdag 21. februar kl. 12.30

Lørdag den 21. februar er der ordinær generalforsamling. Denne bliver holdt i Langenæs Handicapcenter, Langenæs Allé 21, Århus C.

Vi starter kl. 12.30 med en bid brød og en øl/vand. Der vil også blive serveret kaffe og te. Efter spisning starter generalforsamlingen kl. 14.00. Punkterne er følgende:

1. Valg af dirigent.
2. Formandens beretning.
3. Kassereren aflægger regnskab.
4. Behandling af indkomne forslag.
5. Valg. I år valg af 2 bestyrelsesmedlemmer og 1 suppleant.

6. Valg af revisor og revisorsuppleant.
7. Eventuelt.

Efter generalforsamlingen vil det være muligt at se nye stomiplejeprodukter. Sygeplejerske Conny Wagner fra Conva-Tec vil være tilstede med en lille udstilling af firmaets produkter.

Sygeplejerske Annemette Back fra stomiambulatoriet på Århus Amtssygehus vil være til rådighed for de, der måtte have spørgsmål angående råd og vejledning om stomipleje.

Vi vil slutte dagen med information angående bistandslovens §58. Vore stomihjælpemidler bliver p.t. bevilget efter denne paragraf. Men i 1998 kommer vi under et andet paragrafnummer. Socialrådgiver Kirsten Pram fra område Syd, Århus vil fortælle om denne nye lovændring. Betyder det noget for os? Får vi de samme rettigheder til køb af hjælpemidler? Skal vi medlemmer selv holde øje med denne nye ændring? Dette og meget mere vil Kirsten Pram fortælle os. Måske er der også noget du gerne vil spørge en socialrådgiver om. Det vil der her blive lejlighed til.

Husk at alle interesserede er velkomne denne eftermiddag. Af hensyn til indkøb af mad og drikke bedes tilmelding givet *senest den 19. februar til*

Lis Lene Carstensen,
tlf. 86 42 69 79 eller
Henning Granslev,
tlf. 86 28 11 24
(bedst mellem 14 og 18).

Svømmeaften 25. marts

Vi har planlagt en fælles svømmeaften onsdag den 25. marts i Århus. Du kan allerede nu sætte kryds i kalenderen. Aftenen starter med motion (svømning) og slutter med indtagelse af kalorier (socialt samvær med spisning). I næste Copa-blad vil du få mere besked om dette arrangement.

Foreningsarbejde giver også plads til sjov

At være med i foreningsarbejde er ikke altid kun 'slid og slæb'. Nogle gange er det ganske festligt. Derfor disse to små indslag her fra Århus.

Rådgivere hos Nyrop & Maag:

Traditionen tro var rådgivere i Århus amt indbudt til julehygge sammen med personalet fra Nyrop & Maag, Århus. Den 20. november mødtes vi i butikken, Sønder Allé 5, Århus. Her fortalte personalet om deres virke og arbejdsområde. Herefter gik vi til 'Kroen i Krogen'. Vi fik en god middag og spillede bagefter om gaver. Det var af og til ret højrøstet, men ganske sjovt. Det var en god aften som alle deltagerne hermed takker for.

Kræftens Bekæmpelse og patientforeninger:

Hos Kræftens Bekæmpelse i Århus har 5 rådgivere også været til socialt samvær sammen med de patientforeninger, der har Kræftens Bekæmpelse som samarbejdspartner. Ved disse samværsarrangementer lærer vi hinanden at kende på en afslappet måde, både konsulenterne fra KB, og alle vi der mødes til kvartalsmøderne hos KB. Det er rart ikke altid at skulle tale om sygdom m.m., som når vi patientforeninger mødes for at udveksle erfaringer og fortælle om vores foreningsaktiviteter. Selv om vi har et handicap, kan vi godt lide at feste og slippe tøjlerne lidt løs. Tak til Kræftens Bekæmpelse i Århus for et usædvanligt godt samarbejde.

I-L

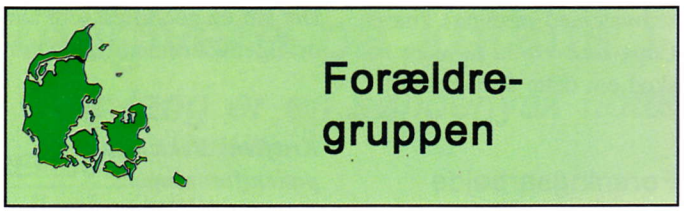
INGE - LISE SØRENSEN ApS

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



På børnecopa's årlige weekend i oktober 97 havde vi 3 workshops på programmet søndag formiddag. Da deltagerne kun kunne melde sig til 2, og vi synes, det er interessante emner, har vi derfor valgt at referere dem her.

'En utæt barndom' ved Jan Dirckhoff

Referent: Lene Leth Jensen

Jan er i dag 39 år. Han er født med analatresi samt andre misdannelser bl.a. i nyrerne og spiserøret. I dag virker alt næsten normalt, men det tog mange år, inden Jan kom så vidt.

Jan fik en aflastningsstomi som spæd. Herefter forsøgte man at rekonstruere en endetarmsåbning ved hjælp af plastikkirurgi. Den virkede nogenlunde, men i takt med at han voksede, opstod der konstant nye problemer, hvilket betød mange indlæggelser. Fordi den "nye" lukkemuskel ikke fungerede, opstod der problemer, med at tarmen faldt ud gennem endetarmsåbningen. Derfor var han altid nødt til at gå med ble, da det både blødte og afgav en masse slim og sekret. I de 6 år dette stod på, blev Jan opereret 11 gange. Jan fik lavement dagligt helt frem til 1991, hvor han endelig fik sin 2. aflastningsstomi, som fungerede optimalt. Nu efter han havde fået aflastningsstomien, kunne han pludselig gøre en masse ting. F.eks. kunne han irrigere, hvis han ville.

Jan valgte efter kort tid at få en permanent stomi og besluttede sig for at rejse ud og opleve verden. Det blev til en rejse til Australien i ca. 1/2 år. Her indså han, at stomien havde ændret hans liv, og at det var lykken.

Problemområder i barndommen:

Jan kunne ikke deltage i udflugter af længere varighed med skolen pga. de daglige lavementer. Ingen studieture, ingen sportsarrangementer. Klasen drillede ham pga. lugt og blebrug. Han var ofte syg. Han var selv bange blev indesluttet og holdt sig for sig selv. Han havde ingen kontakt med pigerne. Han havde kun een kammerat at snakke med.

Uddannelse:

Jan havde svært ved at holde på sit arbejde pga. hyppige indlæggelser og blev til sidst fyret. På et tidspunkt mente man på Rigshospitalet at Jan ikke havde udsigt til at kunne forblive på arbejdsmarkedet og foreslog førtidspension. Han blev meget gal over dette - rev papirerne i stykker og søgte i stedet for omskoling og videreuddannelse. Jan afsluttede sin uddannelse i 1994 og har i dag sit drømmejob.

Tanker omkring sit liv:

Jan følte at hans liv først rigtig startede i 1991, hvor han fik sin permanente stomi. Han føler, at han kunne have haft en helt anden barndom såfremt han havde fået stomien som barn, for det er et stort problem at være utæt.

Gode råd til forældrene:

Giv barnet et godt liv og en god pubertet med stomi, hvis de er utætte. Vær åbne og opmærksomme men ikke pylrede. Giv børnene udfordringer, støtte og respekt. Accepter når børnene løsriver sig.

'Pubertet og stomi' ved Marianne Hemmingsen

Referent: Gitte Poulsen

I puberteten vil der nok være en periode, hvor børnene bliver mere opmærksomme på deres krop. At de er anderledes, og deres stomi er en del af dem. Marianne mente, at jo tidligere man har fået sin stomi, jo nemmere klarer man puberteten. Piger er i den situation nok mere forfængelige end drenge, men også mere åbne og snakker mere sammen end drenge. Piger er nok også bedre og hurtigere til at søge hjælp og snakke om deres problemer. Når man finder en kæreste, kan det være svært at "få det sagt". Det er jo ikke kun stomien, der skal forklares om, men også grunden til at man har en stomi, og at denne er en nødvendighed. Når unge oplever "fiasko" med deres kæreste, er det vigtigt at fortælle dem, at det ikke nødvendigvis er stomiens skyld. Det kunne også være sket uden stomi.

Stomi og sex:

Stomi er ingen hindring for et normalt sexliv, men der kan selvfølgelig være problemer i starten med generthed osv. For mange er det at tale om afføring stadig et tabuemne. Det kan være svært at blotte sig i starten, for hvad nu hvis posen gik løs? - Piger kan sagtens gennemføre graviditeter, selvom de har en stomi.

Jobsøgning:

Marianne fortalte, at hun i sin jobansøgning ikke havde nævnt, at hun havde stomi, men at hun havde fortalt det til jobsamtalen. Hun har ikke haft flere sygedage på grund af sin stomi.

'J-pouch' ved Christina Berggren og hendes mor, Lis

Referent: Lisbet Refer Dalsgaard

Christina har på grund af Colitis Ulcerosa fået fjernet sin tyktarm og derefter haft en ileostomi i 2 1/2 år. Da hun var 14-15 år blev hun tilbudt operation. Christina var selv meget motiveret for operation, men der er en masse psykologiske aspekter, som der i Christina's tilfælde ikke blev taget højde for. Blandt andet følte moren ikke, at hun havde fået tilstrækkelig vejledning om operationerne, og hun følte, at lægerne pressede på for operation. Både Christina og hendes mor er enige om, at man skal være udvokset, før man giver sig i kast med operationerne, og man skal regne med, at det kan tage op til et år, før man er OK.

Ved en J-pouch operation laves et reservoir af tyndtarm, som bliver koblet til endetarmen. Ved en operation nogle måneder senere bliver stomien lukket, og patienten har nu afføringen den "normale" vej.

Christina følger en ernæringsplan som gør, at hendes afføring er grødet. Hun er på toilet 5-6 gange dagligt. Hun er helt tæt i dag. Christinas normalitetsbegreb har været stort, og selv om hun har fået alle de komplikationer, man næsten kan tænke sig i forbindelse med indgrebet, har hun ikke fortrudt.

Nogle af de hyppigste komplikationer i forbindelse med en J-pouch:

Hudproblemer. Da man ikke har haft afføring den normale vej i ofte flere år er huden meget sart, og man bliver let hudløs, da afføringen fra tyndtarmen er meget stærkt ætsende. Christina anbefaler at få installeret bruser ved toilettet samt overlæge Madsens salve.

Pouchitis. Betændelse i reservoiret som følge af mavestop.

Chistina har desuden været meget plaget af *svampeinfektioner.*

Mødekalender

medio januar - medio marts

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

14-01 kl. 14.00 - 16.00 Langenæs Allé 21, Århus.
Hyggeklub.
Århus amt

14-01 kl. 16.00 - 19.00 Langenæs Allé 21, Århus.
Rådgivning.
Århus amt

14-01 kl. 17.00 - 19.00 Sygehuset Øresund, Helsingør.
Åbent hus. Rådgivning.
Frederiksborg amt

14-01 kl. 13.30 I.P. Schmidtgården, Fredericia.
Copa-klub.
Vejle amt

23-01 kl. 17.30 Rødovre Centrum, Bowlinghallen.
Bowling.
Københavns amt

31-01 kl. 13.30 Pilegården, Brønshøjvej 17, Brønshøj.
Generalforsamling.
København/Frederiksberg

06-02 kl. 13.00 - 16.00 Fritidscentret, Vestergade 15, Randers.
Hyggeklub.
Århus amt

10-02 kl. 15.00 - 17.00 Cafeteriet, Vejle Sygehus.
Copa-klub.
Vejle amt

11-02 kl. 14.00 - 16.00 Langenæs Allé 21, Århus.
Hyggeklub.
Århus amt

11-02 kl. 16.00 - 19.00 Langenæs Allé 21, Århus.
Rådgivning.
Århus amt

11-02 kl. 17.00 - 19.00 Sygehuset Øresund, Helsingør.
Åbent hus. Rådgivning.
Frederiksborg amt

20-02 kl. 13.00 - 16.00 Fritidscentret, Vestergade 15, Randers.
Hyggeklub.
Århus amt

21-02 kl. 12.30 - 16.30 Langenæs Allé 21, Århus.
Generalforsamling.
Århus amt

21-02 kl. 14.00 Carlsbergvej 13, Hillerød.
Generalforsamling.
Frederiksborg amt

21-02 kl. 14.00 Skovlunde Medborgerhus, Bybuen 19,
Skovlunde. Generalforsamling.
Københavns amt

27-02 kl. 19.00 Kræftens Bekæmpelse, Vesterbro 46, Odense.
Generalforsamling.
Fyns amt

06-03 kl. 13.00 - 16.00 Fritidscentret, Vestergade 15, Randers.
Hyggeklub.
Århus amt

07-03 kl. 14.00 Pilegården, Brønshøjvej 17, Brønshøj.
Medlemsmøde. Evt. bankospil.
København/Frederiksberg

07-03 kl. 14.00 Landsbyen / Våbensted.
Generalforsamling.
Lolland/Falster

10-03 kl. 15.00 - 17.00 Cafeteriet, Vejle Sygehus.
Copa-klub.
Vejle amt

11-03 kl. 17.00 -19.00 Sygehuset Øresund, Helsingør.
Åbent hus. Rådgivning.
Frederiksborg amt

11-03 kl. 14.00 -16.00 Langenæs Allé 21, Århus.
Hyggeklub.
Århus amt

11-3 kl. 16.00 - 19.00 Langenæs Allé 21, Århus.
Rådgivning.
Århus amt

14-03 kl. 14.00 Futura-Centret, Ringstedgade 20, Næstved.
Medlemsmøde. Lysbilleder fra Canada.
Næstved

18-03 kl. 13.30 I.P. Schmidtgården, Fredericia.
Copa-klub.
Vejle amt

20-03 kl. 13.00 - 16.00 Fritidscentret, Vestergade 15, Randers.
Hyggeklub.
Århus amt

Dead-line for indlevering til næste Copa-blad: 10. februar 98.

Næste Copa-blad udkommer 10.marts 98. Mødekalenderen i dette blad dækker perioden medio marts 98 - medio maj 98.

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
Kontaktperson:
Carina Christiansen, Sønderlundsvej 21, st.tv.
2730 Herlev Tlf.: 44 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 (pr. 9/12: 56 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
Kontaktperson:
Benedikte Ellehauge, Sankt Jørgensgade 21
4200 Slagelse, Tlf.: 58 52 10 97

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
Tlf.: 66 17 65 47

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