

STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951

September - Oktober Copa-blad 5 / 2009



**WORLD
OSTOMY
DAY**
3 OCTOBER 2009



Læs i dette blad bl.a.:

Oversigt Stomidagsarrangementer
.....se side 21.

Kære medlemmer

LEDER



Henning Granslev,
landsformand

Stomidag

Lørdag den 3. oktober er der **International Stomidag**. Den første Internationale Stomidag blev holdt den 2. oktober 1993.

Hvorfor det? IOA - International Ostomy Association besluttede, at der skulle sættes fokus på stomi. Dagen skulle på en fastlagt dato fejres over hele verden.

I 1993 var der stadig mange lande, hvor stomioperede levede en kummerlig tilværelse, da de ikke havde en bevilling til køb af stomihjælpemidler; der var ikke stomiambulatorier, og i mange lande var der heller ikke nogen patientforening til at varetage deres interesser overfor myndighederne. Derfor havde dagen et overordnet mål: at hjælpe i de lande hvor dagligdagen var svær at leve for stomiopererede.

I de lande, hvor der ikke var nogen patientforening, var det en læge eller en sygeplejerske med interesse for stomi, der prøvede at arrangere et møde for stomiopererede. Resultatet skulle gerne være, at de kunne støtte hinanden og starte en stomiforening, der kunne sætte krav til det offentlige om bl.a. økonomisk hjælp til køb af stomihjælpemidler.

Den første Stomidag fejrede Stomiforeningen COPA på Hotel Schæffergården i Gentofte med en temadag om stomi. Deltagerne var COPA lokalformænd, læger, sygeplejersker, forhandlere og producenter af stomihjælpemidler.

Der blev sendt masser af tilbagemeldinger til IOA om en god dag. Derfor blev det bestemt, at dagen skulle holdes hvert 3. år - den første lørdag i oktober måned.

De næste to Stomidage blev også fejret med landsarrangementer. Men når der på denne dag kun holdes ét stort møde, er det et stærkt begrænset antal medlemmer, der har mulighed for at deltage.

Derfor har Stomiforeningen COPA herefter besluttet, at dagen skulle kunne holdes i alle lokalforeninger. Derved er der god mulighed for, at mange kan deltage i et møde, hvor der er oplæg fra læger, stomisygeplejersker og fremvisning af nye hjælpemidler. Ved samme lejlighed man kan også møde COPA rådgiverne og den lokale COPA bestyrelse.

I dette blad kan du/I læse om alle arrangementerne vedrørende Stomidagen. Så sæt allerede nu kryds i kalenderen ud for den 3. oktober. I COPA kalenderen står der ud for datoen - International Stomidag, og nu ved du/I, hvad det er.

Din lokalforening ser frem til mange tilmeldinger til deres arrangement afholdt i forbindelse med Den Internationale Stomidag. Dagen kan dog være arrangeret på en anden dag end lige netop den 3. oktober.

Status vedrørende sagerne i Aabenraa og Ikast/Brande

Aabenraa. Statsforvaltningen Syddanmark har nu (den 20.07.09) sendt sagen til behandling i Velfærdsministeriet om en generel vejledning om bestemmelserne om frit leverandørvalg.

Ikast/Brande. Der er kommet et svar fra klagen vedr. tilskud til køb af irrigationshjælpemidler:

"Niveauet for tolkning af stomihjælpemidler er omfattet af reglerne i den kommunales selvforvaltning." Det vil sige, at kommunalbestyrelsen fastsætter bevillingsniveauet.

Svaret slutter med følgende: "Med hensyn til Ikast-Brande kommunes holdning til produkter vedr. irrigation fastholdes disse, indtil der foreligger en afgørelse fra det sociale nævn."

Stomiforeningen COPA beklager den utrolig langsomme behandling af disse sager. Men det er ikke muligt at gøre mere lige nu. Sagen må gå sin gang i det offentlige system. Ak ja, sådan er demokratiets spilleregler også. Men vi håber selvfølgelig på, at fornuften sejrer.

Jeg vil overhovedet ikke spå om, hvornår der kan forventes et svar i de to sager.

Hjælpemidler til Ukraine

Ijuli måned var COPA repræsentanter på besøg i Ukraine hos vores venner i Odessa. Lilly Voigt fra Århus har skrevet her i bladet om mødet.

Hjælpemidlerne fra Danmark er en utrolig stor hjælp for de stomioperede i Ukraine. Uden disse ville de overhovedet ikke kunne have en normal dagligdag. (Der kan læse mere i Lillys indlæg side 11).

Ungdommen

Hvor er I? Der har gennem lang tid (flere år) i COPA regi været forsøgt at arrangere socialt samvær for I unge - deltagelse i Skanderborg Festival - bowling og sidst en tur til Tivoli eller Friheden.

Desværre er der kun ganske lidt eller overhovedet ingen opbakning til at deltage. Hvorfor?

I Stomiforeningen COPA er der økonomi til, at I unge kan få arrangementer specielt til jer. Men de få aktive unge COPA repræsentanter, der forgæves prøver at lave noget for jer, mangler tilmelding. Så nu er de ved at tabe modet. Hvad skal COPA gøre for jer?

Skriv i COPA-forum, hvad I vil. Men husk så at bakke op til arrangementerne, når de kommer.

Lidt nyt om stof i Copa-bladet

Ide kommende COPA blade vil der på opfordring fra flere være artikler om en leverandør, en producent eller om stomisygeplejerskens arbejde. Alle vil få mulighed for at få omtale i bladet. Vores redaktør Ole Vestergaard vil i en hel vilkårlig rækkefølge kontakte forhandlerne og producenterne af stomihjælpemidler og nogle stomisygeplejersker (koloilestomi, urostomi, reservoir og børnestomi), for at skrive en artikel til bladet.

Hilsen med håb om en god Stomidag den 3. oktober.



Stomiforeningen COPA

• **Sekretariatsleder:** Britta Mogensen.

Sekretariatet

Rønnedevej 10¹, 4100 Ringsted

Tlf.: 5767 3525 Fax: 5767 3515

Træffes mandag, tirsdag, torsdag og fredag:
10.00 - 14.00; onsdag: 16.00 - 18.00.

Foreningens gironummer: 7 09 03 31.

Hjemmeside: www.copa.dk

e-mail: sekretariatet@copa.dk

• Landsformand:

Henning Granslev

Bavnegårdsvej 110, Kolt

8361 Hasselager

Tlf.: 7021 3525 (KUN hverdage:

bedst 14.00-18.00) • Fax: 7021 3515

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

• Vicensformand:

Gisela Schjøtt

Birkemosevej 30

3550 Slangstrup

Tlf.: 4733 4434

• Lokalformænd og -grupper:

Se bagsiden.

Medlemsbladet COPA

Copa-bladet udkommer 6 gange om året,
d. 10. i ulige måneder. Næste blad udkom-
mer 10. november 2009.

Oplag: 4500 stk.

Tryk: Rounborg, Holstebro.

• Ansvarshavende redaktør:

Cand.scient. Ole Vestergaard,

fax: 9849 9889 • mail: bladet@copa.dk

• Læserbreve, indlæg og artikler:

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

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

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

• Illustrationsannoncer:

Næste blad: Tilsagn senest 10/10.

Højtopløselig-CMYK/300 dpi-pdf sendes
på CD-rom med brevpост til sekretariatet
eller mail til bladet@copa.dk. Andet mate-
riale modtages også - efter afale. Materia-
lefrist og annulleringsfrist normalt 10 dage
efter tilsagn. Reproklart annoncemateriale
til næste nummer skal være Copa-bladet i
hænde senest: 20/10.

• Indstik:

Med forbehold. Nærmere oplysninger om tids-
frister mv.: Redaktøren og COPAs sekretariat.

ISSN 0901 - 3849

Foreningens formål:

Vedtægternes § 4:

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

Stk. 2. Dette søges gennemført ved:

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

Copa-blad 5/2009 (september/oktober). [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 210].

Indhold:

Leder (Henning Granslev).....	2
Den kirurgiske behandling af brok i forbindelse med stomi (Gisela Schjøtt ser på stomiartikler fra hele verden. Artikel fra Charter Stoma Care, udgave 29).....	4
Klæder skaber folk (Gisela Schjøtt ser på stomiartikler fra hele verden. Artikel fra Tidings, engelsk magasin for kolostomiopererede).....	8
Indtryk fra besøg hos ILCO Odessa, Ukraine juli 2009 (Lilly Voigt).....	11
Et sted i vores dejlige Danmark. COPA sommerferie 2009. (Henning Granslev).....	14
Nyt om stomi på Netdoktor's hjemmeside (Peter Sørensen).....	17
Den sidste af de små stomiforhandlere i Danmark (Ole Vestergaard).....	18
Genoplivning af Kocks reservoir (Artikel fra ILCO-bladet 2/2009 side 8-10).....	22
Livet kan leves aktivt (Artikel fra NORILCO-nytt 3/2009 side 10-13).....	24
 Oversigt Stomidagsarrangementer i Danmark.....	21
Læserne skriver	
Dejlig COPA sommerferie (Bodil Ingerslev).....	28
Gode rejsetips - tilbagemelding fra Vietnam (Flemming Johannesen).....	28
Nyt fra lokalforeningerne	30
Produktinformation	
Ny stomikræve, Dermacol.....	27

Se også: www.copa.dk

Tilbud om rådgivning: Se under lokalforeningerne.

Rådgivning

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

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

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

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

samtaleteknik og anatomi. Råd-
giverne har naturligvis tavshedspligt.

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

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

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

Liste over stomiambulatorier: Se COPA-kalender 2009.

Den kirurgiske behandling af brok i forbindelse med stomi

Parastomal hernie anvendes i artiklen som den korrekte benævnelse.

FOKUS PÅ BROK



Gisela Schjøtt, COPA næstformand, ser på stomiartikler fra hele verden. Her: Artikel fra *Charter Stoma Care* udgave 29.

En stomi er en kunstig åbning dannet mellem dine indvolde og bugvæggen. Stomien kan være lavet som en væsentlig del af en operation, når en del af tarmen er blevet fjernet fx ved tarmkræft eller kronisk tarmbetændelse. En stomi kan også anlægges for at beskytte en sammenføjning (når en del af tarmen er fjernet og enderne igen sat sammen). Dette er nødvendigt for at få sammenføjningen til at hele. Brok (parastomal hernie) i forbindelse med stomi er den mest almindelige komplikation efter anlæggelse af stomi. Det er op til 48 % af patienter med stomi, der får en parastomal hernie. Der er beskrevet mange operative teknikker, der sigter på enten at forebygge eller behandle parastomal hernie, men resultaterne er stadig skuffende.

Denne artikel omhandler parastomal hernie og dens behandling.

Hvad er parastomal hernie?

En parastomal hernie kan defineres som et fremspring på huden, og som indeholder mavens indvolde i tilknytning til den åbning, gennem hvilken tarmen er trukket ud og således danner en stomi. Dette resulterer i en bule rundt om stomien, som er delvis synlig ved hoste, nys, belastning eller når man står op.

Hvordan dannes parastomal hernie?

For at lave en stomi, laves en åbning gennem bugvæggens muskulatur,

hvor igennem tarmen kommer ud. Dette udgør en potentiel svaghed i bugvæggen, hvilket gør forekomst af brok mere sandsynlig.

Normalt danner bughinden og musklerne på mavens forside en tætsluttende "tilpasning" rundt om tarmen, men som tiden går, er der en progressiv svaghed af denne beskyttelse indtil bughinden og musklerne fjerner sig fra stomien og danner et brok. Det siges, at hvis der først er udviklet et brok, opstår den progressive forstørrelse på grund af forøget pres på stomien, så dens diameter forøges.

Hvad er risikofaktorerne?

Enhver faktor som forøger det indre tryk på maven - som fx kronisk hoste, belastning, eller hvor en forstørret prostata fører til belastning - gør forekomsten af parastomal hernie mere sandsynlig. Andre faktorer er fedme, sårinfektion på tidspunktet for anlæggelse af stomien, alder og dårlig ernæring.

Hvad er symptomerne?

Heldigvis er flertallet af parastomal hernie symptomfri. Symptomerne kan imidlertid variere fra mildt ubehag og varierende smerte til livstruende tarmobstruktion (blokade af tarmen) og perforering.

Behøver jeg operation?

Skønt parastomal hernie er almindelig,

vil kun en ud af fem personer behøve en operation.

Du behøver sandsynligvis en brokbandage i første omgang, og stomisyegeplejersken vil anbefale den rigtige bandage til dig. Det er mere sandsynligt, at du behøver en operation, hvis brokket er smertefuldt, du har stenose (dvs. åbningen bliver forsnævret eller blokeret) eller indsnøret (tarmen mister sin blodtilførsel), hvilket kan være meget smertefuldt.

Andre årsager til behov for en operation, kan være dårlig tilpasning af pose på grund af brokkets størrelse, tilstopning af tarmen, indespærring (når tarmen bliver fanget i brokket) eller af kosmetiske grunde.

Hvilken operation kan jeg få?

Der er tre metoder for behandling af parastomal hernie. Hovedsigtet med operationen er at reparere svagheden i bugvæggen på en sådan måde, at den passer tæt til stomien og forebygger brok.

1. Direkte vævsreparation

Teknikken går ud på at lave et snit rundt om stomien, identificere stomien og reparere musklerne og laget mellem dem med et stærkt sting. Dette er den ældste og mest simple type reparation. Hovedulempen af denne teknik er den høje fejlrate, især hvis brokket er stort. Et nyt brok forekommer mellem 46 og 100 % af tilfældene i en rapporteret undersøgelse.

2. Reparation med net

Denne mulighed involverer brug af et net til reparation af brok. Metoden er,

Brokbælte fra StomaCare UK.



Brokbælte fra Focuscare.



Brokbælte fra ETO-Garments.

(fortsætter side 6)



Du behøver ikke at leve med rød og øm hud omkring din stomi



Ved traditionelle hudplader med forstansede huller eller huller, der skal klippes ud, kan der opstå et mellemrum mellem hudpladen og stomien, hvilket kan resultere i, at tarmindehold irriterer og beskadiger huden.

Heldigvis findes der en løsning!

ConvaTec Moldable Technology™ hudplader er en fleksibel hudbeskyttelse, som slutter sig om stomien uanset dennes form. Dette giver en sikker tætning, som holder huden ren og fri for irriterende tarmindehold. Det er en komfort, du kan leve med.

Vil du vide mere om ConvaTec Moldable Technology™, formbare hudplader? Ring til vores kundeservice på telefon +45 45 87 60 11, eller besøg vores hjemmeside på adressen www.convatec.dk

ConvaTec Moldable Technology og Our world is what we make of it er varemærker tilhørende ConvaTec Inc. ConvaTec er autoriseret bruger. © 2008 ConvaTec Inc.



AP-006413-SC



Our world is what we make of it™



'Den kirurgiske behandling af brok i forbindelse med stomi'. fortsat fra side 4:

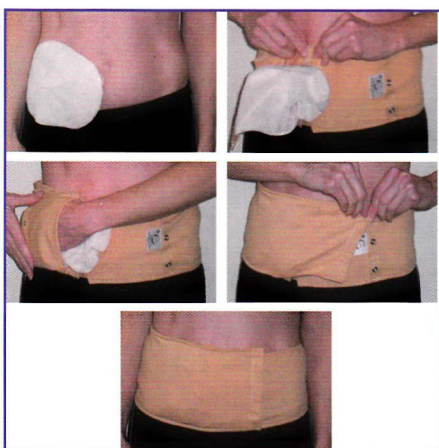
at man indsætter et net i bugvæggen. Man kan placere nettet på toppen af bughinden og mavens muskler, eller indsætte nettet mellem muskler og bageste bughinde. Den sidste metode er at foretrække, fordi den giver et bedre resultat.

Skønt et net er et syntetisk materiale, bliver det hurtigt forenet med musklerne og det omgivende væv og dækker skavanken. Hovedproblemet med netreparation er infektion og nedbrydning af nettet. Netreparation giver imidlertid et bedre resultat end symetoden. Tilbagefaldsraten er mellem 0 og 33 %. Der anvendes nu nyere typer net med det formål at reducere komplikationer med relation til nettet, og nye rapporter er opmunrende.

3. Genplacering af stomien

Med denne teknik bliver stomien flyttet til et andet sted på maven, medens den "gamle" åbning bliver lukket, enten direkte ved sammensyning eller med et net. Denne operation er stor, da maven skal åbnes igen for at lave en ny stomi.

Det er derfor mere risikabelt, fordi vedhæftning fra den gamle operation forøger risikoen for skade på tarmen. Ligeledes kan der udvikles et brok på grund af de kirurgiske snit på en gamle stomis plads, og det rapporteres at op til 52 % af patienterne udvikler et nyt brok efter denne operation. Endnu værre er det, at en ny brok kan opstå ved den nye stomi. Når denne teknik anvendes, kan tilbagefaldet være så højt som 76%.



Brokbelte fra ebyr.

Er det muligt at forebygge parastomal hernie

Uheldigvis må en parastomal hernie i nogen grad betragtes som uundgåelig. Adskillige kirurgiske teknikker er blevet forsøgt tidligere ved anlæggelse af en stomi, men ingen har kunnet forebygge det. En ny teknik der omfatter brug af net på tidspunktet for anlæggelse af en stomi, har imidlertid vist sig at kunne forebygge brok. En forskel på 30 % i tilbagefaldsforekomsten af brok blev fundet mellem den gruppe, som havde et net, og den gruppe som ikke havde.

Den forebyggende teknik kunne derfor være gavnlig for højrisikopatienter, der behøver en stomi.

Håb for fremtiden

Parastomal hernie er almindelig, men meget få personer vil behøve en operation. Den bedste metode for at reparere din brok er at bruge et net. Tilbagefald af brok kan imidlertid blive resultatet. Der kan være håb i fremtiden for en forebyggende operation.

Nøglepunkter

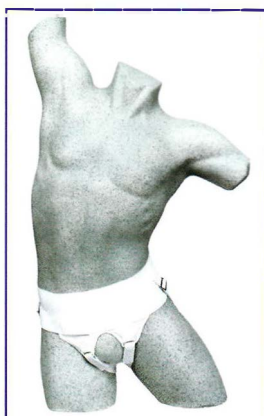
- En parastomal hernie kan defineres som et fremfald af indvoldene gennem den brede åbning, hvorigennem tarmen er trukket ud medens stomien anlægges. Dette resulterer i en udposning omkring stomien.
- Størstedelen af parastomal hernie er heldigvis symptomfri.
- Skønt parastomale hernier er almindelige, vil meget få personer have brug for en operation.

Kildeangivelse

Charter Stoma Care udgave 29.

Forfattere: Kingsley C. Ekwueme og Paul Rooney.

Oversættelse:
Gisela Schjøtt.



Brokbelte fra jansomedical.

Kirurgisk behandling af parastomale hernier

"Forløbet efter et abdominalkirurgisk indgreb med permanent eller temporær stomi varierer fra et fuldstændig ukompliceret forløb med velfungerende stomi til det komplicerede forløb med akutte eller kroniske komplikationer relateret til stomien, herunder udvikling af stomihernie. Generne ved stomihernie kan være milde, med intermitterende smerter, hudirritation og kosmetiske klager, eller alvorligere med macereret hud, fistler til andre tarmsegmenter, vanskelig stomipleje pga. stort parastomalt hernie, stomiprolaps, ileus og sårbetaget sepsis.

Det er indlysende, at kirurgisk intervention er indiceret ved de akutte livstruende tilstande, der oftest skyldes mekanisk forhold, men generelt tilrådes en konservativ strategi, da reoperation ofte er et stort indgreb med betydelig perioperativ risiko og høj frekvens af recidiv. Det kan dog også være nødvendigt at operere i de tilfælde, hvor patienten har meget besværlig stomipleje, hvis patienten har kroniske smerter eller svære intermitterende smerter, hvis huden bliver truet pga. tryk fra det parastomale hernie, eller hvis det er kosmetisk beskæmmende i en sådan grad, at patienten bliver psykisk påvirket af det.

Der er enkelte kirurgiske behandlingsmuligheder, og ofte inkluderer indgrebet laparotomi med deraf følgende postoperativ morbiditet. Inden for de seneste par år er der kommet flere kasuistiske meddelelser med lovende resultater efter laparoskopisk herniotomi med isætning af méche til behandling af parastomale hernier. Herved opnås de velkendte fordele ved laparoskopisk kirurgi med nedsat kirurgisk stressrespons resulterende i forkortet indlæggelsestid og færre postoperative komplikationer. Effekt på recidivrate i forhold til de åbne operationsmetoder er dog uafklaret.

Trods det faktum at parastomale hernier er hyppigt forekommende, er det et område, der er relativt udforsket.

Der er således ingen kontrollerede randomiserede forsøg, der kan vejlede om valg af operationsmetode."

(Gögenur, I. et al. Kirurgisk behandling af parastomale hernier. Ugeskr Læger 2004;166(48):4357).

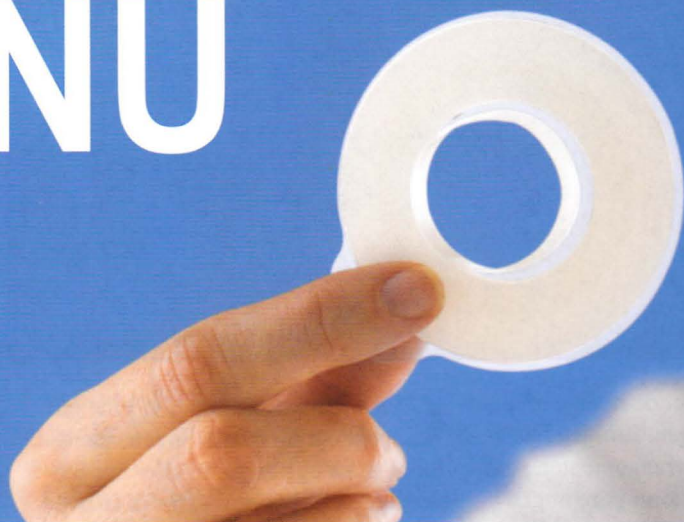


Parastomalt hernie hos en 54-årig mand tre år efter anlæggelse af sigmoidostomi.

Dermacol®

Stomikrave FOR MAKSIMAL SIKKERHED

STOPPER LÆKAGE NU



Rød og irriteret hud kan nu være fortid, takket være et nyt produkt. Dermacol er en unik stomikrave som placeres rundt om stomiens rod og forhindrer afføring i at komme i kontakt med huden.

Blød og fleksibel krave



Kraven på Dermacol er meget tynd og fleksibel. Den følger alle kroppens bevægelser, men er hele tiden blødt omsluttende stomien.

Hudvenlig



Pladen på Dermacol er meget hudvenlig, sikker og er samtidig meget blød og bøjelig.

Let at anvende

Kan anvendes sammen med alle typer bandager. Både endels og todels bandage.



Støtter Salts Healthcare's forskning for en sund hud

Produktet kan købes hos din nuværende forhandler

Dermacol stomikrave findes i seks forskellige størrelser. Ikke beregnet til stomier i hudniveau eller meget ovale stomier.

DERMACOL	PASSER TIL STOMIER SOM ER
DC23	20,5 – 23 mm
DC26	23,5 – 26 mm
DC29	26,5 – 29 mm
DC32	29,5 – 32 mm
DC35	32,5 – 35 mm
DC38	35,5 – 38 mm

Bestil gratis vareprøver
på tlf 97-423233
eller på
post@hardam.dk

Kirstine Hardam

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

E-mail: post@hardam.dk

Hjemmeside: www.hardam.dk

Klæder skaber folk

FOKUS PÅ SELVTILID



Gisela Schjøtt, COPA næstformand, ser på stomiartikler fra hele verden. Her: Artikel fra *Tidings*, engelsk magasin for kolostomiopererede.

"Jeg har aldrig følt mig eller set så godt ud - og det at se godt ud, giver mig en god følelse".

(Jackie)



Vendingen "klæder skaber folk" er ofte brugt for at antyde, at udseendet betyder meget. Jeg havde ikke sådanne tanker i hovedet, da jeg sagde ja til at være model for en modeopvisning, som blev organiseret af Maureen Kelly-Smith (informationsleder i firmaet SecuriCare, der leverer stomiprodukter).

Tidligere på året havde Maureen organiseret en lignende modeopvisning for Ileostomiforeningen, som viste sig at blive en stor succes. Maureen tilbød sin uvurderlige hjælp til Kolostomiforeningen. Hendes tilbud blev straks accepteret og planlægningen for begivenheden begyndte for alvor.

Temaet for modeopvisningen var at være den bedst klædte. Maureen tog kontakt til forretningen John Lewis fra byen Reading, for at spørge om de ville være interesserede i at sponsere modeopvisningen, og de accepterede.

Jeg blev begejstret over at blive spurgt, fordi jeg mener, at det at have en stomi ikke skal få folk til at føle sig eller klæde sig anderledes.

Mange mennesker føler, at deres tøj er et udtryk for, hvem de er, og de nyder at bære og vælge tøj, der passer både deres selvpfattelse og deres livsstil. Nogle stomipatienter viser bekymring for, om deres sædvanlige tøj ikke vil passe diskret nok til stomibandager og antager, at deres tøj skal være poset, og at dette vil være en nødvendig del af deres fremtidige liv - dette er simpelthen ikke tilfældet.

Jeg har altid beundret de mange medlemmer af foreningen, som jeg har mødt ved forskellige arrangementer, som aldrig har ladet deres stomi gøre nogen forskel på deres garderobe. Jeg tænkte at min stomi ikke havde, indtil jeg blev introduceret til de personlige indkøbere hos John Lewis.

Shelly og Caroline, moderådgiver for John Lewis forretningen i Reading, besøgte foreningens kontor og diskuterede med Ray Goddard og Maureen, hvordan tøjet til de individuelle modeller ville blive valgt, og hvordan det ville blive organiseret.

Der blev lavet aftaler for os til at komme til forretningen, møde moderådgiveren og prøve adskillige sæt tøj, indtil vi accepterede to sæt, som vi ville være glade for at gå model i. Dette var gældende for både mænd og kvinder.

Beryl Goddard var den første, der kom tilbage og rapporterede, hvilken vidunderlig oplevelse det var. Beryl var begejstret og henrykt for tøjet hun skulle vise sig i, og jeg bragte hendes entusiasme med mig, da det blev min tur til at besøge John Lewis' forretning. Jeg begav mig rettidigt på vej til de personlige moderådgiveres kontor og blev modtaget meget varmt af Caroline Shaw, som tog sig af mig. Der var to værelser, det ene et ydre kontor behageligt møbleret og et prøverum adskilt af et gardin for at give privathed.

Caroline forklarede, at vi ville gå gennem modeafdelingen, standse for at se på og vælge tre eller fire forskellige sæt til at prøve, for at se hvad der klædte mig eller hvad jeg troede jeg gerne ville gå model i.

Før i tiden havde jeg gået gennem modeafdelingen i John Lewis hundrede gange for at se, prøve og nogle gange købe - men ofte uden at have forkastet varer jeg troede ville se godt ud, men som viste sig at blive en katastrofe. Intet af dette skete ved dette besøg.

Caroline gik sammen med mig gennem en afdeling med smukke kjoler - og fandt med det samme en fantastisk bølgende chiffonkjole med formet søm og juvelbesatte smalle stropper i de køneste lilla og sarteste lyslilla nuancer! Få minutter senere havde hun kjolen og en blød lilla stola over armen og vi vandrede mod en anden afdeling.

Hendes næste valg af tøj blev foretaget meget hurtigt, og denne gang var det en nederdel, jakke, bukser og en bluse, der kom i selskab med det, der allerede var over armen.

Det første jeg prøvede var kjolen - den gled smukt over mine skuldre og flød nydeligt ned over min krop - fastholdt af de juvelbesatte stopper. Det var så overraskende, at jeg knap kunne forstå, at jeg havde en sådan kjole på. Med det lille sjal på gik jeg ud i kontoret

(fortsætter side 10)

SenSura Xpro klæberen

– for ekstra beskyttelse



Den sikre og hudvenlige løsning

SenSura Xpro klæberen giver ekstra beskyttelse mod aggressivt output, f.eks. ved urostomi eller ileostomi, hvor urin/afføring kan være særligt hudirriterende.

SenSura Xpro slutter tæt til huden og forhindrer derved urin/afføring i at sive ind under klæberen, hvorved risiko for hudproblemer minimeres – og når klæberen absorberer fugt, vil den svulme op og tætnes rundt om stomien og give ekstra beskyttelse.

Hudens tilstand omkring stomien kan være afgørende for din dagligdag og livskvalitet.

SenSura Xpro fås til 2-dels systemerne **SenSura Flex** (klæberkobling) og **SenSura Click** (klik-kobling).

SenSura Standard

SenSura Xpro



Unikke 2-lags klæbere



Navn _____

Adresse _____

Postnr _____

By _____

Telefon _____

E-mail _____

Jeg samtykker hermed til, at oplysningerne bliver registreret, så jeg kan modtage skriftlig og telefonisk information fra Coloplast A/S.

Dato _____ Underskrift _____

☐ Ja tak, jeg vil gerne have tilsendt prøver på **SenSura Xpro** (venligst kun ét kryds)

☐ Flex, 2-dels klæberkobling ☐ Click, 2-dels klikkobling

Jeg foretrækker posestørrelse:

☐ Mini (kun til ileo- og kolostomi) ☐ Midi ☐ Maxi

Jeg har en ☐ kolostomi ☐ ileostomi ☐ urostomi

Størrelsen på min stomi er: ____ mm

Jeg bruger produkter fra ☐ Coloplast ☐ anden producent

☐ Ja tak, jeg vil gerne uden beregning modtage bladet

"Coloplast Stomi Information", som udkommer to gange årligt

Udfyld og indsend kuponen i en lukket kuvert til:

Coloplast Danmark A/S

Møllevej 11-15

2990 Nivå

Att.: Kundeservice

SenSura

 **Coloplast**

så Caroline kunne vurdere resultatet. Vi var begge enige om, at det var perfekt - jeg følte mig meget overbevist om, at jeg ville se godt ud i den første kjole, jeg skulle gå på model i.

Jeg må indrømme, at jeg blev ved med at se mig selv i spejlet, fordi jeg så så forandret ud! Jeg havde aldrig båret en kjole som denne, og hvis det havde været op til mig at vælge, ville jeg være gået lige forbi den, fordi min opfattelse var, at den havde fremhævet hver en bule og dille! Jeg tog virkelig fejl.

Mit andet tøj frembragte endnu flere ihh og åhh, fordi farverne var helt anderledes end de farver, som jeg tidligere havde båret - det så fantastisk ud. Nederdelen var i fuld vidde med ternet mønster i metalgrå og limegrøn, og den blev fuldendt med en jakke, der indeholdt samme limegrønne farve. Jeg bemærkede med det samme, at jeg havde en talje. Under jakken bar jeg en cremefarvet top og efter et hurtigt besøg i smykkeafdelingen blev jeg udstyret med en kæde af store perler og matchende sko.

Jeg havde aldrig følt eller set så godt ud, og det at jeg så godt ud, fik mig til at have det rigtig godt. Selvtilliden strømmer fra dig, når du er klar over, at dit udseende er helt på toppen, og du begynder at tro på dig selv og dit selvværd forbedres. Jeg så ikke en gang på noget af det andet tøj i udvalget fordi jeg vidste, at med Carolines hjælp og

forsikringer om, at disse to beklædningsvarer var perfekte til mig under hensyntagen til mit farvevalg, min facon og hvad der var mere vigtigt, mit velbefindende.

Caroline og jeg diskuterede baggrundene for, hvorfor jeg ikke ville have valgt det tøj, hvis det havde stået til mig selv. Hun forklarede, at selv ikke det at medbringe en ven til at hjælpe med at vælge nyt tøj, ville hjælpe med at skifte holdning til farver og facon - fordi en ven opfatter dig som du opfatter dig selv. Man har tilbøjelighed til at blive hængende ved de samme ideer, fordi det er, hvad man er blevet vant til. Med Carolines ekspertise og kendskab til mode var hun i stand til at se på mig og instinktivt vide, hvad der ville klæde mig.

Servicen hos John Lewis er gratis, og jeg vil anbefale alle og enhver at spørge hos deres tøjforretning om at få en aftale med en personlig indkøbsassistent. De kan virkelig hjælpe med at vælge tøj, der ikke alene passer til din krop men også dit budget, så du ikke behøver at anvende en stor sum penge på at se bedre eller mere forskellig ud. Jeg skal i hvert fald bede om at få gentaget denne oplevelse.

Jackie (Kolostomiopereret model)

Kildeangivelse

Tidings, engelsk magasin for kolostomiopererede.

Oversættelse:

Gisela Schjøtt



Mode fra John Lewis.

Indtryk fra besøg hos ILCO Odessa, Ukraine juli 2009

STOMI I UKRAINE

Af: Lilly Voigt, COPA-Århus

Lige kommet hjem fra en rejse med COPA til Ukraine for at besøge stomiforeningen ILCO i Odessa faldt jeg over et læserbrev i Jyllands Posten, hvor læserbrevsskribenten beskrev en masse mangler vedr. rettigheder på det sundhedsmæssige område her i Danmark. Og disse mangler skulle bringes i orden, før vi kunne være stolte af vores velfærdssamfund. Læserbrevets krav stod i slående kontrast til de tilsvarende forhold i Ukraine, således som jeg oplevede dem under opholdet i Odessa.

I en del år har COPA sendt stomiposer til Odessa i det sydlige Ukraine og til en landsby 70 km nord for Odessa. Odessa er en by på størrelse med København med 1 mill. indbyggere og med flere hospitaler. På et af hospitalerne, hvor der foretages stomioperationer, holder stomiforeningen ILCO til. Den drives af ildsjæle og har ca. 150 medlemmer, der mod et beskedent kontingent modtager de gratis poser sendt fra Danmark. Stomioperationer foretages også på de øvrige større hospitaler i Odessa, men kun de patienter, der opereres på dette mindre hospital og de, der ved et lykkestræf har hørt om og er blevet medlem af stomiforeningen kan få udleveret gratis poser.

Man skønner, at der i Odessa området er ca. 2000 stomiopererede. Disse må selv købe og betale for deres poser. Der gives nemlig ikke offentlige tilskud til stomi-hjælpe midler i Ukraine. En pensionist modtager ca. 600 kr. i pension om måneden, og dette beløb rækker ikke engang til de daglige fornødenheder. Så det er kun de virkelig velhavende forretningsfolk, der har råd til selv at købe poser. Men opfindsomheden er stor, umage poser og plader sættes sammen og poser vaskes og genbruges gentagne gange.

Hvordan de mennesker, der må leve uden poser, klarer hverdagen, kan man kun gisne om. At have en stomi i Ukraine er et ABSOLUT tabu-emne. Venner, naboer, bekendte og kollegaer må absolut ikke vide noget om det. Selv



indenfor familien er det tys-tys. Jeg traf en mor, der endnu ikke havde fortalt sine halvstore børn om stomien. Kun hende

selv og hendes mand kendte til hemmeligheden. Og begge er uddannede læger.

Den første dag i Odessa var der aftalt et møde på hospitalet med medlemmer af stomiforeningen og afdelingens cheflæge. Afdelingen var ferielukket og overlægen havde afbrudt sin ferie, for at komme ind og tage imod os. Vi blev modtaget på det hjerteligste af 10 - 12 medlemmer af foreningen. Gang på gang gav de udtryk for deres store taknemlighed over de tilsendte poser fra Danmark. Flere var ældre mennesker, der havde måtte forlade arbejdsmarkedet. Formanden og ildsjælen i foreningen er 53 år og lærer. Hun har ligesom de få andre yngre medlemmer kunnet bevare sit arbejde som lærer takket være poserne fra Danmark. Hverken lærer, læger eller

(fortsætter næste side)

B|BRAUN
SHARING EXPERTISE

Softima® tømbar med Roll'Up

– Endnu et nyt udløb fra B. Braun



Roll'Up = rul let op

- Nyt enkelt udløb
- Nem håndtering
- Langt udløb – giver mindre risiko for sprøjt
- Let at rengøre
- Blomsterformet klæber giver behagelig og sikker tilpasning til hudens konturer
- Langt filter sikrer optimal lugtnutralisering og luftpassage
- Forefindes også i konveks udgave
- Roll'Up udløb fås også i 2-dels bandagen Softima Key

For information og vareprøver kontakt B. Braun Kundeservice

B. Braun Medical A/S · Solbjergvej 3, 5. sal · 2000, Frederiksberg · Tlf. 3331 3141 · www.bbraun.dk

sygeplejersker har indtjening og status som de tilsvarende professioner i Danmark, så en stomi er et stort økonomisk problem selv for mennesker med en høj uddannelse.

Poserne fra Danmark sendes ikke til selve hospitalet, af frygt for, at de skal havne i de gale hænder (sælges videre og ende i hospitalets pengekasse), men de bringes til hospitalsafdelingen, hvor de opbevares i et særskilt rum og hvorfra de udleveres til medlemmerne. Da vi fik forevist rummet, var det en stor fornøjelse at se, hvorledes et frivilligt medlem holder streng justits og orden med poserne og med udleveringen.

Under en pause i mødet tillod jeg mig at gå en lille tur i afdelingen. Rengøring, nødvendig reparation og malerarbejde var i fuld sving til genåbningen efter ferien. Det viste sig imidlertid, at det var det øvrige lægepersonale, der var trukket i arbejdstøjet og var igang med at male vægge, døre og vinduer. Fagforeninger er vist ikke eksisterende i Ukraine.

Der er plads til 50 patienter fordelt på 5-mands stuer, der er på størrelse med en tilsvarende dansk 2-3-mands-stue, så sengene står meget tæt. Der er 2 sygeplejersker til at tage sig af de 50 kirurgiske patienter, hvoraf mange er nyopererede. En 3. sygeplejerske giver injektioner og tager blodprøver. Arbejdsdagen er på 12 timer. Der findes ikke uddannede stomisygeplejersker i Ukraine. Hospitalets køkkenet tilbyder kun havregrød og borstj (rødbedesuppe), og det forventes, at patientens pårørende dagligt tager sig af pleje og omsorg. Pårørende må selv skaffe alt, hvad patienten har brug for: mad, sygeplejeartikler, injektionssprøjter, kanyler, medicin og i tilfælde af blodtransfusion, skal også dette skaffes udefra. Patienten eller pårørende skal selv betale for alt. Selve operationen skal kirurgen også have betaling for, og det er langt fra alle, der har råd til en sygeforsikring.

Senere på dagen, var vi på besøg på et stort apotek, der forhandler stomiposer fra et dansk firma. Vi blev også her

meget venligt modtaget og fik forevist diverse stomiartikler, der dog blev opbevaret i en aflåst glasmontre, som om det var juveler i en juvelerbutik, (og det er det jo nok også for de stomiopererede, der har brug for dem).

I landsbyen nord for Odessa, er den stomiopererede, en tidligere gymnasie-lærer, som var den oprindelige årsag til den danske indsats i Odessaområdet, imidlertid død, men hende datter og svigersøn fortsætter frivilligt arbejdet med at modtage, opbevare og uddele poser til de øvrige stomiopererede i landsbyen. Også her var vi på besøg, og vi blev modtaget med taknemlighed og med et festmåltid, der kun kan sammenlignes med juleaften hos os.

Landsbyens modtagere af poser var inviteret med, men kun 2 mænd kom sammen med deres koner. Emnet stomi er så tabuiseret, at disse mænd ikke tidligere havde talt sammen, skønt de godt vidste

Lilly Voigt skriver i gæstebogen (på COPA-gæsternes vegne), på det lokale etniske museum i Chervonozámenska.



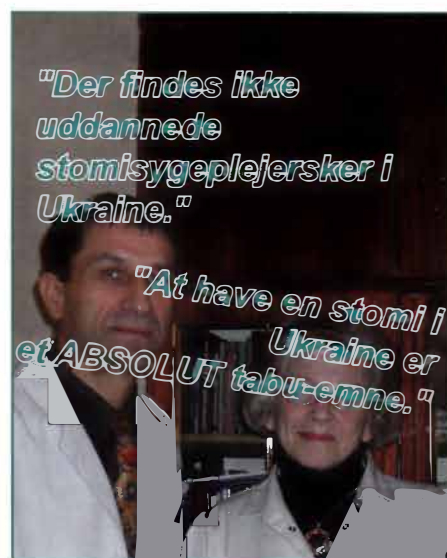
om hinandens stomi. Nu oplevede vi, at de for første gang talte sammen, men på grund af sprogproblemer, kunne vi ikke vide, hvad de talte om, men da vi jo var meget åbne om årsagen til vores besøg, må det formodes, at de snakkede om fælles problemer. Den ene af de 2 mænd, en yngre mand, havde kunnet beholde sit job som skolebuschauffør til Odessa udelukkende på grund af poserne fra Danmark. Han fulgte os i øvrigt i hælen under hele vores besøg i landsbyen, der også inkluderede et besøg på rådhuset, hvor vi blev modtaget af borgmesteren.

Kun få ukrainere taler et brugbart engelsk. De har lært det i skolen, men aldrig brugt det i det praktiske liv, da fremmedsproget har været russisk. Vi blev derfor fra vi kom til vi rejste fulgt af en frivillig tolk, hvis mand for 3 år siden havde fået stomi. Hun talte fremragende engelsk og takket være hendes oversættelse ved de forskellige møder vi havde, fik vi en indgående viden om forholdene for stomiopereerede i Ukraine. Adskillige gange under opholdet i Odessa, måtte jeg prise mig lykkelig over at være dansker, så er der noget at sige til, at jeg måtte reflektere lidt over det ovenfor nævnte læserbrev i Jyllands Posten om retten til at være stolt over vores velfærdssamfund, som vi trods alt har været mange år om at bygge op?

Det første møde vi havde med medlemmerne af foreningen viste en samling knugede, paniske og forsagte mennesker, der havde mest lyst til at krybe i et musehul og ikke rigtig turde komme i kontakt med os. Besøget strakte sig over 3 hele dage, hvor alle deltog i fællesmøder, arrangementer og diskussioner, og den sidste fælles festaften på restaurant var det mennesker med rank ryg og et smil på læben, der mødte op. Særligt var der en tiltalende ung mand på 22 år, som bogstavelig talt var undergået en stor forandring. Han kunne begå sig lidt på engelsk og mødet med os havde givet ham større selvsikkerhed og nyt mod på livet, og efter lidt drillerier også på det med kærester.

Vores tolk Larissa forsikrede os ved afrejsen om, at hun kunne mærke en forandring hos sin mand, at bare det, at han til trods for sprogforbistringen, havde været sammen med en åben, smilende, normal og udadvendt flok danske stomiopereerede havde været en stor øjenåbner for ham.

Jeg ved, at COPAs indsats med at sende poser til Odessa er af enorm betydning for modtagerne. Og jeg tror på, at det er rigtigt, når de gang på gang sagde, at uden poserne ville de ikke have overlevet. For hvad ville vi gøre, hvis vi skulle



overleve uden pose på maven? Men jeg tror også på, at mødet med os fra COPA, verdens ældste stomiforening, har en på længere sigt endnu større mental betydning for dem vi mødte og for deres forening. I 2011 er der berammet IOA kongres i Ukraine, og lad os så håbe på, at denne kongres kan bidrage til at få åbnet øjnene hos de ansvarlige myndigheder for de elendige forhold, som de byder deres stomiopereerede medborgere.

Både da vi forlod landsbyen og ved afskeden ved afrejsen fra Odessa lufthavn blev der gemt mange tårer i øjenkroge.

Kom til valgmøde i København 26. oktober

Danske Handicaporganisationer i København vil gerne høre hvilke meninger kandidater til det forestående valg har på handicapområdet.

Der skal være valg til Borgerrepræsentationen i København tirsdag den 17. november. Vi vil benytte denne lejlighed til at få sat fokus på de levevilkår, som politikerne byder mennesker med handicap her i vores kommune.

Vi vil forsøge at finde de kandidater, der har en reel vilje til at gøre noget alvorligt ved en række forhold, som ikke er akceptable i et velfærdssamfund: For utilstrækkeligt rådgivningstilbud, tilbud til forældre der får børn med handicap -- for dårligt fritidstilbud til børn og unge -- en mangelfuld ungdomsuddannelse til de svært handicappede unge -- utilstrækkeligt botilbud til unge og voksne -- for lange sagsbehandlingstider osv osv.

Vi indbyder alle interesserede til at deltage i et offentligt valgmøde **mandag den 26. oktober i Handicapcenter København, Thoravej 29, 2400 København NV. Mødet starter kl. 19.00 og forventes at slutte kl. 21.30.**

Vi har inviteret og fået tilsagn om deltagelse fra:

Frank Jensen, Socialdemokraterne, Mikkel Warming, Enhedslisten, Karin Storgaard, Dansk Folkeparti, Pia Allerslev, Venstre, Mogens Lønborg, Det Konservative Folkeparti, Klaus Bondam, Radikale Venstre og Bo Asmus Kjeldgaard, Socialistisk Folkeparti.

Vi håber, at mange vil slutte op om vores arrangement, fordi det er vigtigt at sende et klart og umisforståeligt signal til de kommende beslutningstagere på rådhuset: Det er nu, I skal gøre noget alvorligt ved de mange udfordringer, som borgere med handicap må leve med i København.

**Med venlig hilsen
Jørgen Eckmann**

Danske Handicaporganisationer i København
v/ Jørgen Eckmann Formand
Bogensgade 8, 1. th. 2100 København Ø
Tlf. 3526 9790 / 5122 7597
joergen.eckmann@gmail.com

Et sted i vores dejlige Danmark

COPA SOMMERFERIE 2009, HOTEL FAABORG FJORD

Af: Henning Granslev, landsformand



Mandag den 15. juni

I år var der 62 COPA medlemmer, der ønskede at deltage i sommeropholdet på Hotel Faaborg Fjord. Også i år var der en del nye medlemmer. Og det var en rigtig god blanding - med både nye medlemmer og gamle kendinge.

Da Hotel Faaborg Fjord ligger lidt dårligt placeret for togrejsende, var der sørget for bustransport fra Odense banegård til hotellet + retur lørdag. Ved ankomst til hotellet ventede der en flot frokostbuffet, således at maven kunne fyldes, inden man kunne slappe af på værelset.

Eftermiddagen blev også brugt til afslapning på terrassen eller en lille tur ind til Faaborg for at handle fornødenheder som chips, vand, øl, sødt og ugeblade m.m.

Menuen første aften var lys sej + salat og unghanebryst. Herefter fremviste Jane Kristensen fra Abena mange nye stomihjælpe midler.

Der var en kort præsentation af kundeservice m.m. vedr. levering af stomihjælpe midlerne fra Abena A/S i



Aabenraa. Spørgelysten var stor om de nye poser og plader, og der blev blandt deltagerne

udvekslet gode råd og erfaringer om stomipleje i dagligdagen.

Til de personer, der havde lyst, kunne Jane Kristensen give en personlig rådgivning om stomihjælpe midlerne.

Tirsdag den 16. juni

Efter en god morgenbuffet var der masser af tid til at nyde udsigten til vandet fra hotellets terrasse, læse avis eller blot hygge sig med en ekstra kop kaffe.

Der blev indtaget en god frokost, inden vi skulle på ugens første udflugt - en tur til De japanske Haver i Nørre Broby. Her ventede en meget stor haveoplevelse. Peter Dalsgaard og han kone Jane købte stedet i 2000, og de havde da allerede planlagt at lave en inspirationshave i japansk stil. Men på det tidspunkt vidste de ikke, at haven senere skulle være åben for publikum. Denne beslutning blev først taget i efteråret 2005.

Efter en del papirarbejde kunne projektet De japanske Haver starte med første del af haven, der blev åbnet den 1. maj 2007. Senere er haven blevet udbygget med indgangsportaler, ventebænke og mange nye planter m.m.

Hvis man kommer forbi Nr. Broby, bør man besøge denne spændende have, hvis ens interesse vel at mærke er lidt om haver.

Peter Dalsgaard fortalte om projektet og de forskellige haver, inden vi selv kunne gå rundt og opleve haverne - udsigtshaven, vandrehaven, meditationshaven og tehuset m.m. Det var helt tydeligt af hele familien Dalsgaard brænder for deres have, og at de ønsker, at mange besøgende skal opleve en anderledes have end vores normale standard for en nordisk have. I en japansk have skal der være mulighed for at sidde stille og

roligt for at fylde sjælen med fred og ro. Man skal kunne høre vandet i de små vandfald og se de mange stens farvespil og planternes forskellige former; det har betydning for kroppens balance.

For at få fred og ro i vores kroppe fik vi lidt i maven (kaffe og lagkage), inden vi kørte hjem.

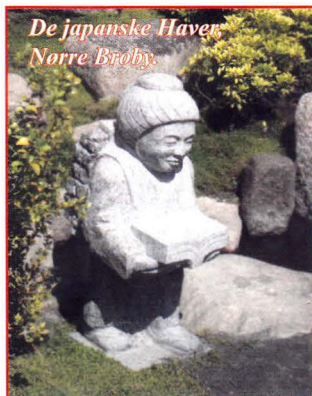
Aftenmenuen på hotellet var mørbrad med kartofler og grønsager og til dessert toscakage med is og jordbær. Herefter var der god tid til at nyde en fadøl i sommeraftenen.

Onsdag den 17. juni

Dagens program var morgenbuffet og afslapning på egen hånd, inden vi skulle være klar til frokost.

Eftermiddagsturen var til Svendborg. Her var der tid til at gå en tur rundt i byen på egen hånd. Svendborg er ikke just for kørestole og dårligt gående. Mange gader er med brosten og meget stejle. Men byen er hyggelig, og der er gode muligheder for at sætte sig på en bæk eller ved en café for at nyde en is eller en kop kaffe. Efter traveturen skulle vi ud at sejle på Svendborg Sund med den lille færge M/S Helge, der blev søsat i 1924.

Færgen er utrolig flot vedligeholdt, alt var nymalet og skinnede flot i solen. Bænkene var pæne og nylakerede, så her var det ikke tilladt at sætte vores medbragte plastkasser med kaffe og kage. De



blev høfligt, men bestemt, henvist til at stå på dækket.

Vejret var helt perfekt til en sejltur. Solen skinnede fra en skyfri himmel, og da der heller ikke var store bølger, kunne vi alle nyde den smukke udsigt til land set fra det sydfynske øhav. På sejlturen nød vi den medbragte kaffe og kage fra hotellet.

Efter al den friske luft var det rart at komme til hotellet og få en lille slapper

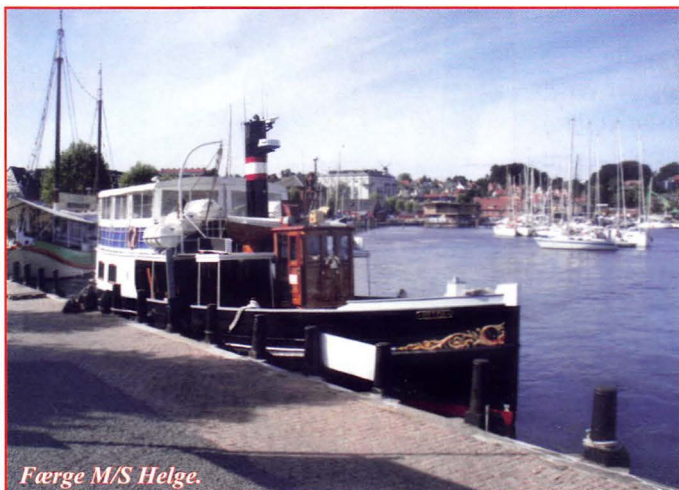
inden aftensmenuen: Rejecocktail og kalvesteg.

Torsdag den 18. juni

I dag skulle vi på heldagstur til Langeland. Så straks efter morgenmaden var det tid til afgang fra hotellet. Første stop var ved Langelandsfortet. Her blev vi delt i 3 grupper, så guiderne kunne tage

os på en meget spændende og levende rundvisning i det tidligere store militær område. På Langelandsfortet, der blev etableret i 1953, arbejdede der over 400 personer, da anlægget var i drift. I dag er det muligt at besøge de originale bunkers, sætte sig i en kanonstilling og prøve at sigte efter fjendtlige mål, gå ind i en ubåd, se jagere og se udstillingen om Den Kolde Krig fra 1947 til 1989.

(fortsætter næste side)



Færge M/S Helge.



Langelandsfortet.



Sejltur.



Langelandsfortet.



Langelandsfortet.



Café, Rudkøbing.

Langelandsfortet spillede en afgørende rolle i 1962 under Cuba-krisen. 2 soldater observerede et russisk skib med raketter på vej gennem Storebælt. Resten af historien kender vi sikkert alle. Besøgende kan bruge masser af tid på fortet – hvis de vel at mærke er interesseret. Det er også muligt at nyde naturen på en travetur rundt i terrænet. COPA-deltagerne havde tid til at brænde noget energi af, inden vi spiste vores flotte medbragte madpakker fra hotellet.

Mætte og tilfredse kørte vi på rundtur ved Dovns Klint, hvor vilde heste er sat ud til naturpleje. Bussen kørte videre til Rudkøbing, hvor der var afsat tid til en gåtur i den gamle hyggelige by. En af Danmarks store mænd, fysikeren H.C. Ørsted er født i Rudkøbing. Byen har selvfølgelig en statue af deres berømt. Mange gik en tur rundt for at nyde synet af nogle af de gamle gader og huse fra TV serien 'Livsens ondskab'. Tilfældigvis valgte vi at slappe lidt af ved restaurant Thummelumsen, inden vi skulle køre retur til Faaborg. Aftensmenuen bestod af svinefilet og rabarberdessert.

Fredag den 19. juni

Der var ikke noget fastlagt for dagtimerne. Så morgenbordets glæder kunne nydes i fulde drag inden frokosten skulle indtages. Nogle af deltagerne havde valgt at tage på sightseeing til forskellige seværdigheder på Fyn. Vi andre kunne slappe af med læsning og en travetur til Faaborg.

Fredagften er der festmiddag under et COPA-sommerophold. Hotel Faaborg Fjord kunne byde på følgende menu: Unghaneterrin med salat, stegt oksetynd-

steg med grønt og kartofler og rabarberkage med is til dessert.

Lone og Bent fra Bornholm kunne fejre tinbryllup fredag aften. Vi havde købt en lille overraskelse til dem – en flaske vin, den kunne de nyde på turen hjem til Bornholm om lørdagen på Lones fødselsdag. Lone syntes ikke, det er spor morsomt at være midtpunkt, men hun ser så sød ud, når hun bliver lidt genert.

Efter middagen fortalte jeg lidt om COPA, og hvorfor vi indsamler hjælpemidler til Ukraine.

Der var en god og hyggelig stemning hele aftenen, og der var også tid til nogle små historier og drillerier rundt ved bordene.

Da deltagerne kommer fra hele landet, syntes vi, det kunne være en god ide med, at alle kunne skrive deres ønske på en seddel til næste år ophold. Der var rigtig mange gode forslag til et ophold. Lige fra Bornholm, København, Lolland, Skagen, Tønder, Samsø, Struer og mange andre steder. Flest stemmer fik Struer området, efterfulgt af Bornholm og med Nordjylland på 3. pladsen. Nu må vi se, hvilke tilbud vi kan få til en rimelig pris.

Lørdag den 20. juni

Alt får en ende. Også en sommerferie. Efter morgenbordets glæder var det tid til at pakke og rejse hjem til dagligdagen. Stille og roligt sagde vi farvel og tak for i år, og forhåbentligt på gensyn til mange af jer næste år et sted i vores dejlige Danmark. Tak til Hotel Faaborg Fjord, busselskabet Øster Hæssinge Turist Trafik og jer alle for en god uge. ■



Butik i Rudkøbing.



Faaborg fjord.
Farvel og tak for denne gang.



Festaften.



Festaften.

Nyt om stomi på Netdoktor's hjemmeside



På www.netdoktor.dk er der kommet et temaområde, om stomi. Det består af artikler om

Stomi og operationsformer:

- Ileostomi
- Kolostomi
- Stomi som operationsform
- Tilstødende komplikationer ved stomi
- Urostomi.

Pleje og gode råd:

- Aktivt liv med stomi
- Mad til dig med stomi.

Spørgeguide:

- Før og efter stomioperationen
- 10 ofte stillede spørgsmål om stomi.

Seksualitet og psykologi:

- Kvinder, seksualitet og stomi
- Mænd, seksualitet og stomi
- Tanker og følelser efter en stomioperation.

Patienthistorier:

- Tabuet var det værste
- Viden er vejen frem.

Rettigheder:

- Bevillinger og tilskud ved stomi.

Artiklerne er udarbejdet af læger, stomisygeplejersker, diætist samt 2 COPA medlemmer. Hvis du vil se mere kan du finde det på <http://www.netdoktor.dk>

COPA omtales flere steder på siderne, med direkte link.

Med venlig hilsen

Peter Sørensen, COPA-København/Frederiksberg

Hospitalslæger skal blive bedre til bivirkninger

Der indberettes generelt flere og flere bivirkninger ved medicin, men særligt for gruppen af hospitalslæger kniber det med at indberette bivirkninger. Det kan få alvorlige konsekvenser for patientsikkerheden, da hospitalslægerne ofte anvender de nyeste lægemidler, hvor der er en skærpet indberetningspligt.

Hospitalslægerne indberetter stadig færre medicinbivirkninger – i 2008 modtog Lægemiddelstyrelsen ca. 600 indberetninger, hvilket er ca. 100 færre end for fem år siden. Denne tendens er bekymrende, specielt med henblik på patientsikkerheden. Udviklingen har også medført en reaktion fra Lægemiddelstyrelsen, som har taget initiativ til at igangsætte en direkte dialog med hospitalslægerne. I løbet af efteråret vil alle læger på hospitalerne modtage et personligt spørgeskema, der skal klarlægge, hvad der skal til for at gøre det lettere for lægerne at indberette bivirkninger.

Kilde:

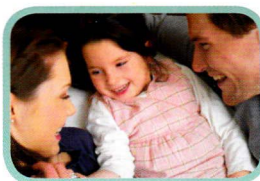
medicin & mening uge 34/2009

Herning Sygehusmuseum efterlyser stomiartikler

Ligger du inde med stomiposer eller andet stomimateriale af ældre dato, vil vi meget gerne have det til vores sygehusmuseum, gerne med en kort beskrivelse og ca. årstal. På forhånd tak! Kan sendes til:

Jenny Riis, Museumsgade 70 D, 7400 Herning.

Jeg kan evt. kontaktes på tlf. 9712 4496 eller mail: jennvriis@paradis.dk



"99.6% af slutbrugerne mener, at Eakin Cohesive® er en væsentlig del af deres stomipleje"

Brugerundersøgelse i 2007 af 2700 slutbrugere.
se www.eakin.eu



Cohesive



Wound POUCHES

eakin®
www.eakin.eu



Unik hudbeskyttelse med Eakin Cohesive® i mere end 30 år. Sikkerhed mod lækage – brug Cohesive® ringe, SLIMS eller alkoholfri pasta.



Fistel og sårposer giver sikker bandagering af fistler og sår med stor sekretion. Fås også med vindue. Tidsbesparende og økonomisk i brug.



Den unikke Cohesive® klæber på sårposerne giver optimal beskyttelse og tillader huden at hele hurtigt, forblive sund og forlænge posens bæretid.

For yderligere information eller prøver kontakt:
Focuscare Denmark ApS

www.focuscare.dk

Tel: +45 49 26 13 99

Fax: +45 49 21 02 57

info@focuscare.dk

Focuscare



Den sidste af de små stomiforhandlere i Danmark

På besøg hos Kirstine Hardam, Holstebro

INTERVIEW

Af: Ole Vestergaard

I 1980 arbejdede Kirstine Hardam på et plejehjem i Holstebro. Hun havde fået stomi – og hun oplevede pludselig på egen krop hvor lidt, der dengang blev gjort for de stomiopererede. Hun meldte sig ind i COPA og der mødte hun medlemmer, der sad generte med deres

problemer. Uløste problemer. Ukritiske, tavse, modløse og absolut uden at stille krav om noget som helst.

Kirstine Hardam tænker med blandede følelser tilbage. Hendes bedstefar var død i 1960, han levede 2 år med kræft i endetarmen – hans stomibandage var en stump cellostof. På plejehjemmet, hvor hun arbejdede i 1980, kunne man altid finde de stomiopererede – man behøvede blot at gå efter lugten. Nu var turen kommet til Kirstine selv. Hun fik tilbudt en førtidspension. Så skulle det være *det*.

Heldigvis gik det ikke sådan.

Et firma fødes

Kirstine Hardam blev af sin far rådet til, at gå stille med sin stomi. Ikke fortælle det til nogen. Han ville ikke have, at hun skulle opleve at lide nederlag.

Kirstine udstråler i dag gå på mod, energi og viljekraft – og hun havde også i 1980 så meget overskud, at hun trodsede både faderens råd og den tilbudte førtidspension. Hun ville slå et stort, tiltrængt slag for de stomiopererede. Hun trådte frem – startede firma Kirstine Hardam – der lige så stille voksede.

I 1980 købte man typisk sine bandager på et apotek. En pose var en stor sæk på maven; råd og vejledning ukendt. Kirstine er den første person, der var kritisk over for det kosmetiske. Hun var 31 år da hun fik sin stomioperation, og hun ville ikke finde sig i de stomiartikler man kunne få dengang. Lige så stille som det nye firma voksede, udviklede også fabrikanterne nye poser.

I 1986 flyttede firmaet til den nuværende adresse, Måbjerg Skolevej 46 – 48, hvor der i dag er 3 bygninger, for at kunne opfylde efterspørgslen. Fra at starte med 30 varenumre har firmaet i dag ca. 1500 varenumre på lager.

Gæstfrihed og service

Firma Kirstine Hardam har i dag indrettet sig med en ¹⁾gæste-/møde-/udstillingsbygning, ²⁾en administrations- og lagerbygning samt ³⁾en lagerbygning. Stort, alligevel er Kirstine Hardam A/S i dag den sidste tilbageværende af de små firmaer, der leverer produkter direkte til forbrugerne. Der er nok ingen tvivl om, hvorfor firmaet har overlevet. Rådgivning, venlig betjening og gæstfrihed er alfa og omega. Over telefonen foregår den meste rådgivning, og alle i firmaet forstår at spørge ind til kundernes behov – tale kundernes sprog, ikke bruge fagudtryk og *lytte*. Både i telefonen og på Måbjerg Skolevej mødes kunderne af venlighed og service. Kunderne bliver forkælede. Så meget, at en stomiforhandler engang har skældt Kirstine ud:

–”Du er en skruibrækker, du forkæler jo kunderne, så de kræver mere og mere”.

Kirstine Hardam og Uffe Hardam foran indgangen til administrationsbygningen.



Undertegnede var på besøg en af de sidste dage i august. Han blev smilende modtaget – kom ellers 1 time for sent – det lod Kirstine og Uffe sig ikke mærke med. Han fik en rundvisning i de lyse lokaler og derpå bænket i gæstebygningen med kaffe, vand, smurte boller og hjemmelavet æblekage.

Ivrigt fortæller både Uffe og Kirstine. Deres interesse og entusiasme for både stomiprodukter og stomipatienter er ikke til at skjule. Gennem årene har gæstebygningen været lånt – gratis – ud til møder i Kræftens Bekæmpelses regi, Colitis-Crohn foreningen og et utal af generalforsamlinger i lokalforeningen COPA-Ringkøbing, m.m. Endnu et bevis på deres gæstfrihed. Kirstine har understøttet personale og patienter i irrigation, m.m. Alt af et helt og godt hjerte, fordi hun slet ikke kan lade være.

Hvorfor startede du firmaet – spørger jeg Kirstine.

- "Jeg er udlært i tøjbranchen og har lært – og altid efterlevet – at alle kunder skal have service. Jeg er opvokset i Egtved og flyttede som ung til Holstebro. Her fik jeg arbejde i en tøjforretning.

Da jeg efter min stomioperation fik tilbudt førtidspension sagde jeg nej tak – fordi jeg ville i gang med at hjælpe andre stomipatienter. Jeg syntes det var for dårligt – ja skrækkeligt – at deres problemer ikke blev løst. De fik *ikke* service.

Angsten for egen og andres sygdom vil altid være tilstede, og jeg har gennem årene set alt, hvad der kan ses af gode og dårlige operationsresultater. Men i min natur ligger, at alt *skal* lykkes. Så at hjælpe andre mennesker overskygger angsten. Når jeg oplever, at en stomipatient med et næsten uløseligt problem får styr på det – giver det mig ekstra energi. Det er i min rådgivning en styrke, at jeg kender alle stomiprodukter og det er især en styrke, at jeg *selv* er stomiopereret. Nye produkter bliver altid først afprøvet på mig selv."

Hvorfor og hvornår kom du ind i firmaet, spørger jeg Uffe, der er Kirstines søn.

- "Siden jeg var 3 år har jeg været med til COPA-møder, andre møder og været med på arbejde her. Så jeg har nærmest fået stomiartikler ind med moder-mælken. Jeg har været væk fra firmaet og Holstebro i to år – fik en bankuddannelse i Ringkøbing. Men så vendte jeg tilbage."

I dag har Kirstine og Uffe den arbejdsdeling, at Kirstine tager sig af indkøb og rådgivning. Uffe tager sig af økonomien, internet, bogholderiet og licitationer. Uffe tager sig også af kontrakter og kommunikation til udlandet.

Det virker som alt er harmonisk mellem dem – og det virker som om, de supplerer hinanden godt.

Generationsskifte

Kirstine har foruden Uffe – en datter, der i London blev forelsket i en australier. I dag er hun bosat i Australien, gift og har to børn.

Så til at overtage firmaet er der kun Uffe. Uffe vil gerne, og Kirstine fortæller, de *er* i gang med et generationsskifte. Men samtidig er hun som en cirkushest, der ikke er til at trække ud af manegen.



- "Det er så spændende med alle de nye tiltag, firmaet har. Spændende med den udvikling, der er i stomiartikler. Og Uffe

(fortsætter næste side)

Kirstine Hardam A/S

Kirstine Hardam A/S har eksisteret siden 1980 og har i dag 5 ansatte – snart 6.

Kirstine Hardam tilbyder kompetent individuel rådgivning, hvilket giver kunderne en lettere og mere sikker hverdag. Kirstine Hardam A/S sælger sygeplejeartikler, stomi-, sår- og inkontinensartikler til både private og det offentlige. Firmaet sætter kunden i centrum. Den rådgivning og service Kirstine Hardam tilbyder, er kendt og respekteret i hele branchen.

På firmaets bopæl, Måbjerg Skolevej 46 – 48, Holstebro, er en permanent udstilling af stomiartikler.

Kirstine Hardams vision med forretningen er at være totalleverandør til kommunerne af stomi- og kateterprodukter samt diverse tilbehør. Firmaet tilbyder service og rådgivning "hele vejen rundt", hvorved brugerne ikke skal bruge ekstra tid og have besvær med bestilling / leveringstider samt leveringssikkerhed. Målet er at gøre den enkelte bruger selvhjulpent. Totaløkonomien er altid i firmaets fokus. Det er firmaets mål, at gøre hverdagen nemmere for de stomiopererede via leveringssikkerhed, rådgivning og service. Til gengæld får kommunen en lavere totalpris.

Kirstine Hardam er brugernes talerør og gør meget ud af et godt samarbejde med læger, stomiklinikker, patientforeninger, producenter, hjemmesygeplejen og ikke mindst indkøberne.

Organisationen er lille og fleksibel, derfor kan der hurtig tages beslutninger, ting ændres samt gives hurtigt svar på spørgsmål.

Kirstine Hardam A/S har 2 ledere, Kirstine Hardam selv samt sønnen Uffe Hardam. En lille og fleksibel organisation, hvor alle ansatte kan de fleste funktioner, derfor ved alle også meget om produkterne.



Kirstine Hardam A/S
Måbjerg Skolevej 46-48, 7500 Holstebro
Tlf.: 9742 3233

kan jo altså ikke selv prøve alt det nye på egen krop. Så jeg skal lige være med til det, og jeg skal lige være med til det, og lige....."

Kirstine er vant til at være aktiv, arbejde over, have kontakt til kunder, læger og stomisygeplejersker. Hun lever og ånder for firma Kirstine Hardam. Man fornemmer det er en smertelig beslutning der skal tages – en dag.

Nye tiltag

Kirstine har lært Uffe godt op. Han ved hvad stomiposer fra Coloplast er gode til, hvad stomiposer fra ConvaTec er gode til, osv., osv. I dag arbejder Uffe på, at firmaet også skal sælge deres egne produkter. Af de nye spændende

Udstilling af stomiprodukter:

Uffe fortæller, det er bevidst at poserne ligger "lidt hulter til bulter", så kunder frit kan rode rundt.



produkter firmaet allerede har fået, kan nævnes tre – en ny stomikrave, en ny klæbefjerner og en ny barrierefilm.

Stomikraven (Dermacol) kan du læse om på side 27.



Barrierefilm har handelsnavnet Silesse. Silesse er helt silikonebaseret. Med et enkelt strøg over huden skabes en effektiv barriere. Ny bandage kan påsættes direkte efter anvendelse af Silesse. Huden holdes intakt selv ved hyppig bandageskift.

Klæbefjerner har handelsnavnet Niltac. Niltac er helt silikonebaseret. få sekunder efter brug af sprayen Niltac aerosol rundt langs kanten af klæberen,



løser bandagen sig, uden smerte, svien og irritation. Niltac efterlader ikke huden fedtet.

Ved klæberester på huden, kan Niltac vådserviet bruges til at rengøre huden.

Ny bandage kan påsættes direkte efter anvendelse af Niltac aerosol eller Niltac vådserviet.



Selv hos nok så gæstfrie værter bliver det tid til at sige farvel og tak. Men Uffe fortsætter med at snakke. Og så skal jeg da lige prøve Niltac. Jeg får en stomipose klistret på armen – og Uffe viser, hvor nemt og smertefrit Niltac kan løsne posen. Og se, bagefter forsvinder det helt. Mir armbåndsur fik også et ordentligt pust – og jeg må give Uffe ret. Her fordampede dråberne også pist væk. Helt ud til bilen bliver jeg fulgt – og der snakker Kirstine og Uffe stadig, nu om endnu nogle nye ideer, de har.

På Måbjerg Skolevej 46 – 48 vil der ikke være stille de næste mange år. Uffe har meget mere i ærmet.

Men hvornår stopper Kirstine? Mange vil slet ikke kunne undvære hende. Så lad os håbe, at det generationsskifte Kirstine fortæller er i gang – trækker længe ud.

SecuPlast. SecuPlast er endnu et eksempel på nyheder i sortimentet hos Kirstine Hardam A/S. SecuPlast er tæmningsringe, der passer til alle typer poser og stomier.



Genoplivning af Kocks reservoir en "kontinens-ventil" til stomier - en renæssance for Kocks reservoir

FOKUS PÅ KOCKS RESERVOIR

Artikel skrevet af M. Johansson,
B. Edwin, P. Thomsen og
L. Hulten

gengivet fra

ILCO bladet 2/2009 side 8-10.

(Oversættelse: Ole Vestergaard)

Bækkenreservoir har indenfor de seneste 20 år overtaget rollen som første alternativ til patienter med colitis ulcerosa eller familiær polypose, hvor operation er påkrævet. Den ortotope blære*) har på lignende måde erstattet den kontinente urostomi (urinreservoir), hvor urinblæren må fjernes.

(*) **Ortotop blære.** ortotop blæreerstatning, (eng. neobladder): Erstatning af en urinblære som må fjernes pga. sygdom med en blære konstrueret af tarm. Den ligger på den oprindelige blæres plads og kobles til urinrøret, så patienten kan lade vandet den naturlige vej. Dette er et alternativ til urostomi, men har dog nogle ulemper som gør, at metoden ikke er egnet for alle patienter, red.)

Som efter alle større og krævende operationer er komplikationer ofte forekommende og det reelle resultat bliver ikke altid, hvad man forventer. Høj tømningssfrekvens, ofte vandladningstrang, og svingende grad af inkontinens, specielt om natten, er almindelige problemer – til tider så udtalte, at andre løsninger må overvejes. Hvis et bækkenreservoir af lignende grunde ikke kan bevares, bliver resultatet på de fleste sygehuse, at den opereres væk og erstattes med en

almindelig ileostomi. Dette er givet til stor skuffelse for patienten men også en ulykkelig løsning da der dermed er sagt farvel til en vigtig del af tyndtarmen. Risikoen for en vanskelig ileostomi – med salt-/væskeproblemer – er stor.

Udfaldet burde i mange tilfælde kunne undgås, hvis den mislykkede bækkenreservoir i stedet blev brugt til en Kocks reservoir. Desværre har denne operation et ufortjent dårligt ry – især forbundet med den ustabile nippelventil – hvilket indebærer at kirurger og/eller urologer i dag ikke vil anbefale denne teknik. Operationerne foretages, men sker kun få steder i Skandinavien, hvor der er kolorektalkirurger, der har bevaret kompetencen og dygtigheden med kontinent reservoirteknik.

En metode der kunne erstatte nippelventilen og danne varig kontinens ville betyde renæssance for Kocks reservoir, ikke kun for konverterings-alternativet men også for et i øvrigt stadig stort indikationsområde. Der foreligger jo næppe nogen tvivl om at Kocks reservoir udgør en betydelig forbedring af livskvaliteten - sammenlignet med patienter med almindelig ileostomi eller urostomi.

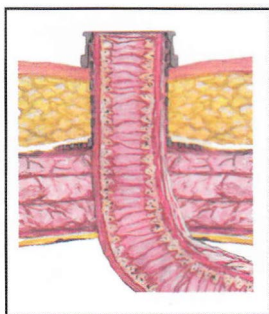
En ny teknik med lovende resultater

Mange metoder har derfor gennem årene været prøvet for at gøre Kocks reservoir-ventilen mere sikker, men problemet er endnu ikke løst tilfredsstillende.

Titan er et udmærket biokompatibelt materiale som i dag med succes anvendes i mange forskellige

Billede 2. Titan-implantatet koblet til en ileostomi.

Billede 1. Titan-implantat.



Kirurgisk har nippel-ventil et dårligt ry



Nippel

- Et rør med udvendigt gevind til samling af to rør med indvendigt gevind i enderne.
- En lille møtrik, der spænder en eger fast til fælgen af et hjul; kan strammes eller løsnes i forbindelse med en opretning af et ekset hjul.

(Politikens Nudansk Ordbog)



En kontinent urostomi (reservoir) er konstrueret adskilt fra resten af fordøjelseskanaalen, men med vedvarende blodcirkulationen og nerveforsyning. Tarmen er foldet og syet sammen, så der opnås en kugleformet beholder. De to ender krænger ind og ud - to ventiler, kaldet *nippler*.

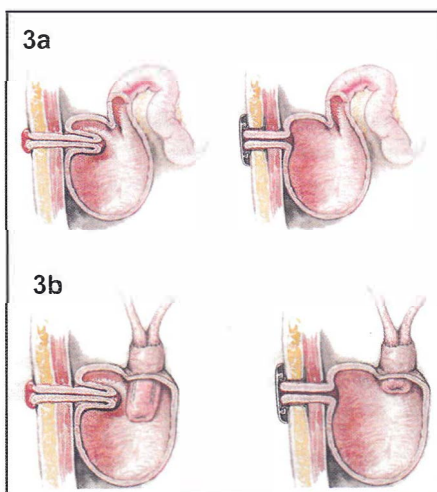
situationer som tandimplantat, kokleaimplantat (Koklea: Øresnegl, red.) – som høreteknisk hjælpemateriale hos høreskadede personer – samt som implantat i hud- og bugvæg som "porte" for intravenøse injektioner. Man har påvist gode resultater af disse implantater i hud og knoglevæv.

Anvendelsen af titan-implantat ved afledning af tarmindhold fra stomier har derimod ikke været prøvet tidligere, og hvorvidt tarmvæggen kan hæfte sig i materialet er uvist.

Et dyreforsøg med henblik på at løse dette spørgsmål blev udført for nogle år siden i et samarbejde med Rigshospitalet i Oslo og Sahlgrenska Akademi, Göteborg Universitet.

Metode

En til formålet specialkonstrueret titan-implantat blev brugt – bestående af en cylinder – indervæggen beklædt med et tyndt titannet – monteret på en cirkulær plade forsynet med mange huller for – i lighed med titannettet – at støtte sammensmeltningen (*billede 1*). En åbning i bugvæggen samme sted som en almindelig ileostomi foretages, og implantatet placeres i åbningen med pladen hvilende på bugvæggens muskulatur. Ileostomien trækkes ud gennem implantatet og fikseres (*billede 2*).



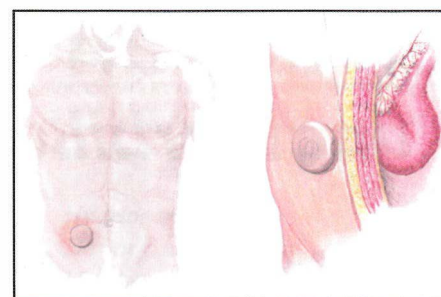
Billede 3. Nippelventil erstattet med implantat.
3a: Kocks reservoar. 3b: Uroreservoar.

Resultat

Teknikken har været afprøvet på forskellige stomityper – såvel som kontinent ileo- og urostomireservoir. I nogle af de seneste forsøg, hvor reservoiret har fået en god volumen, har tætheden i stomien været afprøvet med et tætsluttende låg. Det kliniske billede har vist god sammentvoksning og de histologiske undersøgelser der blev udført efter at undersøgelserne i hvert enkelt tilfælde var afsluttet (4 uger til 3 måneder) bekræfter dette og viser tilfredsstillende indvoksning af tarmvæggen i implantatet.

Konklusion

De hidtil opnåede resultater med et specielt udformet titan-implantat som erstatning for Kocks reservoirs traditionelle kontinensventil har været lovende. Yderligere undersøgelser kræves dog, inden tiden er inde til afprøvning på mennesker. En sådan afprøvning kunne tilbydes patienter med Kocks reservoir – kontinent ileostomi eller kontinent urostomi; den ville kræve en ny operation (*billede 3*) men kunne også tilbydes andre sygdomstilstande i



Billede 4. Implantatet forsynet med låg.

tyktarmen, hvor forskellige former for bækkenreservoir ikke er aktuelt. Måske kan teknikken i et større perspektiv så småt føre frem til en diskret, lugt- og lækagefri stomi på mennesker (*billede 4*) ■

Illustrationer (Billede 1-4): M. Johansson, B. Edwin, P. Thomsen og L. Hulten.

Her i Copa-bladet er det scannede kopier fra ILCO bladet, hvorfor kvaliteten er meget ringere end i det svenske medlemsblad.

Kvinder uvidende om egen dødsrisiko - Hjertereforeningen råber vagt i gevær

Kvinder tror, at mænd dør af hjertekarsygdom, mens kvinderne selv dør af kræft. Samtidig har de et lavt kendskab til de særlige symptomer på hjertekarsygdom som kvinder ofte oplever. Manglende fokus og fejlagtige opfattelser kan få negative konsekvenser for kvinders hjerter.

En ny undersøgelse fra Hjertereforeningen viser, at kun 31 procent af de danske kvinder mener, at hjertekarsygdom er den hyppigste dødsårsag blandt kvinder, mens hele 69 procent mener, at hjertekarsygdom er den hyppigste dødsårsag blandt mænd. Dette til trods for at der hvert år dør over 500 flere kvinder end mænd af hjertekarsygdom, og at hjertekarsygdom er den hyppigste dødsårsag blandt kvinder.

- "Alt for mange kvinder er blændet af et bikinisyn på hvilke sygdomme, de tror, de selv kan blive ramt af. Fokus er groft sagt på kræft i brysterne og underlivet, mens blodpropper og forhøjet blodtryk betragtes som noget, der primært overgår mænd," siger Hjertereforeningens formand, overlæge, dr. med., Peter Clemmensen.

STOMOCUR®

Den individuelle løsning



Prøv STOMOCUR MicroSkin

- Sluttes tæt
- Skånsom mod huden
- NYT forbedret filter

Kontakt os for rådgivning og **STOMOCUR**-prøver

Produkterne får du hos din sædvanlige leverandør

Roland Healthcare

Hvidehusvej 34, 3450 Allerød
Tlf.: 4814 2080 - Fax: 4814 2038
E-mail: info@roland.dk
www.rolandhealthcare.dk

Livet kan leves aktivt - ungt forbillede

UNG med STOMI

Artikel skrevet af **Vidar Haagenzen**,
gengivet fra
NORILCO-nytt 3/2009 side 10-13.
(Oversættelse: Ole Vestergaard)

Med stomi var livet forbi, følte Ingrid Hoff Melkersen da hun blev opereret i 2005. I fjor stillede hun op i Se og Hør konkurrencen 'Norges smukkeste kvinde'.



Tilmeldingen var en pludselig indskydelse og jeg holdt det hemmeligt. Men jeg blev nødt til at fortælle det, da jeg kom med. Deltagelsen var en stor sejer for Ingrid. Hun sejrede over fordomme og frygt. Konkurrencen blev holdt på Geilo og det var fotografering med bikini i spa-badet på hotellet sammen med juryen. Billederne kom i Se og Hør.

Siden har der været megen opmærksomhed. To ugeblade og lokalavisen i Stjørdal har skrevet om hende. Hun er blevet et forbillede for mange unge som døjer med selvværd som stomiopereret. Da Kamille skrev om hende fik hun 70 breve og e-mails første dag bladet var på gaden.

Folk skrev, at det var godt at en ung



"Det tog vel to år før jeg selv styrede mit eget liv - og ikke stomien"

person stod frem med sttomi. Alle har hørt om en bedstefar på 80 år der har fået stomi; men der er mange unge i tyveårsalderen, der også får det.

Unge holder det skjult. Hun siger selv, at hun ikke ville have stået frem for to år siden. Nu er hun blevet mere sej. Hun ville gerne selv have haft en rollemodel. Derfor ønsker hun i dag at hjælpe andre i samme situation.

En operation hvert år

Ingrid havde været syg i lang tid da hun fik konstateret Crohns sygdom som 14-årig. Inden da havde hun været ind og ud af sygehuse i et år – for at man skulle finde ud af, hvad hun fejlede. Siden har hun haft mange indlæggelser. Blot andet år i gymnasiet havde hun 70 indlæggelser. Hun har haft mindst en operation i gennemsnit siden hun var 15 år.

Da hendes første barn var otte måneder blev hun gravid med tvillinger. På et tidspunkt boede hun og manden i Bø i Telemark. Manden var studerende der. Ingrid flyttede hjem for at være tættere på familien. Hun anmodede om en hjemmehjælp fra Stjørdal kommune.

–"Har du kræft eller er du gammel kan du få hjemmehjælp – hjælp til forskellige opgaver som f.eks. vask eller børnepasning. Men jeg var ung og i deres øjne rask."

Ingrid havde søgt om hjælp, da der var tre måneder tilbage af graviditeten – hun fik først hjælp da tvillingerne var 8 måneder.

–"Jeg var så udkørt, helt færdig da hjælpen først kom. Da var det egentlig forsent med hjælp. Jeg vejede 45 kg, og jeg fik ikke taget min medicin til rette tid, da børnene krævede mig helt. Med hjælp tidligere, havde jeg været i stand til at tage vare på mig selv, taget medicinen til rette tid og opfølgningen med kontrolbesøg på sygehuset havde været bedre. Men med to babyer og en etårig orker du ikke at tænke på sygdommen.

Navn:	Ingrid Anette Hoff Melkersen
Alder:	27 år
Civilstand:	Gift
Børn:	Tre børn, et på 6 år og to på 5 år.
Bopæl:	Hegra, Stjørdal kommune, Norge
Aktuel med:	Rollemodel og tabuknuser

Har du ondt, har man bare ondt; det er noget der slider."

Ingrid kan ikke huske ret meget fra de første år med tvillingerne. Hun må se på fotografier for at hjælpe hukommelsen på glem.

Nej til stomi

Nogle måneder senere fik Ingrid den besked, at der ikke var nogen vej uden om stomi. Ingrid ville ikke have stomi. Bedstefaderen havde haft stomi i et halvt år. Han havde fortalt, at det var hans værste oplevelse.

En besøgsven inden operationen hjalp ikke på modviljen; tværtimod. Rådgiveren var meget ældre end hende og var ikke interesseret i sport. Hun vidste ikke, om man kunne fortsætte med idræt, og hun fremviste gamle stomihjælpemidler. Det var en helt forkert alder på en rådgiver til mig, og stomihjælpemidlerne gjorde mig endnu mere bange. Jeg følte det lugtede – straks hun kom ind. Det gjorde det ikke – men jeg følte det sådan.

Oveni det hele fik Ingrid tarmslyng og måtte haste opereres mindre end to uger efter stomioperationen. Det var lige før det gik galt. De måtte fjerne meget. "Da orkede jeg ikke mere. Jeg nægtede alt. Ville ikke sætte mig op eller stå ved sengen, som man bad mig om." Første gang Ingrid rejste sig fra sengen var der gået over en uge.

"Jeg tænkte der ikke var nogen idé i at rejse sig. For jeg ville jo blive opereret igen uanset hvad. Jeg var langt nede. Jeg ville ikke have besøg og følte det var slut. Hvorfor skulle jeg komme mig, når en ny operation ventede."

"Det tog vel to år inden jeg kunne styre mit eget liv – ikke lade stomien styre. Alle fortalte at det første år var det værste, men for mig gik det ikke over efter et år. Der blev ikke tid til ro, da stomien måtte opereres flere gange på grund af lækage."

Ingrid brugte også tid på at finde de rette stomihjælpemidler. Hun skulle lære at tro på, at limen holdt posen på plads. Hun var bange for at der skulle komme en lækage, eller posen faldt af.

Ingen mennesker vil have udlagt tarmen. Hjælper stomioperation mod smerter og på sygdommen er det godt – men i begyndelsen ønskede jeg at bytte stomien og posen ud med alle smerterne. Det var i hvert fald sådan det første år.

Ingrid fortæller at hendes mand ville sige noget andet. Han oplevede, hvor meget raskere hun blev med stomien. Hun overkom meget mere. Selv kan hun ikke huske nogen forskel.

Hvad fik dig til skifte mening?

"Jeg har bearbejdet meget selv. Jeg kom frem til, at det ikke nytter at grave sig ned. Jeg måtte se det positive i situationen og godtage, at jeg må have stomi, selvom jeg ikke er helt sikker på, at jeg har accepteret det. For det ligger i baghovedet hele tiden."

Ingrid takker først og fremmest sin mand og bedste veninde for, at hun kom sig. De har været stærke sparingspartnere.

Jeg har også set hvordan mine venner har reageret på, at jeg fik stomi. De reagerede ikke som jeg forventede. Jeg troede, jeg skulle miste alle mine venner og min mand rejse fra mig.

Hvorfor troede du det?

De var der jo mens du var syg.

Hvad var forskellen?

"Syg har jeg været siden min ungdom – men jeg tænkte de ville synes jeg blev modbydelig grim med stomi."

Ingrid har fået en kopi af sin journal, for at kunne bearbejde alt det, hun har været igennem. Men den ligger ulæst. Det blev for stærk en kost. Den fortæller om alt, hvad du har været igennem og som nu er glemt. Ingrids mand ville ikke. Ingrids mor begyndte, men har måtte lægge den fra sig.

(fortsætter næste side)



Ingrid har også malt sig gennem det hun kalder sorg. Hun har altid været kreativ, men begyndte først at male efter hun fik stomi. Hun har fundet stor glæde ved det.

Rask og syg på samme tid

Ingrid føler ikke begreberne funktionshæmmet eller kronisk syg er betegnelser hun kan bruge.

-"Jeg føler mig helt klart ikke som en funktionshæmmet. Havde noget sagt det til mig, var jeg nok blevet fornærmet."

Du betegner dig ikke selv som kronisk syg?

-"Nej, jeg går rundt og tænker jeg er rask. Syg er når jeg har bånd om håndleddet på sygehuset, eller når en lækage fra stomien sætter mig tilbage."

Er begreberne stigmatiserende? Hvorfor passer de ikke på dig?

-"Jeg føler ikke, jeg er tilstrækkelig syg eller at jeg har begrænsninger, der retfærdiggør begreberne. Måske jeg havde svaret anderledes, hvis du havde spurgt mig lige efter stomioperationen. Dengang følte jeg nok, at jeg var begrænset – men ikke nu."

Jeg var ikke blevet fornærmet, hvis nogen havde kaldt mig kronisk syg – men det er kun en lille del af mig."

Du siger nu det er en del af dig. Er det en del af din identitet?

-"Nej, jeg ønsker det ikke selv, men jeg regner med at folk tænker det, men jeg kan ikke forholde mig til de mennesker, der først og fremmest ser det. Der er andre sider, der er vigtigere for mig."

Havde du spurgt mine forældre, tror jeg de ville have svaret at Ingrid er syg, men man kan ikke se det.

Jeg synes nok funktionshæmmet har en negativ klang. Jeg kommer f.eks. til at tænke på mennesker i rullestol, men det er jo ikke godt, at jeg tænker sådan om dem. Der er nok mange der tænker, at stomi er hæsligt. Det var hvad jeg selv tænkte, inden jeg selv fik det."

Vil du være rådgiver?

Ingrid blev medlem af NORILCO mod sin vilje kort tid efter operationen. Det var hendes mor der meldte hende ind. Ingrid ville ikke være en del af forenin-

gen. Hun kunne ikke se det positive i, at være sammen med andre med stomi.

-"Spurgte du mig nu, ville jeg straks melde mig ind".

Ingrid føler et tilhørsforhold til NORILCO og læser medlemsbladet. Men hun har ikke været aktiv i foreningen. Hun er blevet spurgt, om hun vil være rådgiver af læger og sygeplejersker på St. Olavs Hospital og Levanger Sygehus, men hun har ikke bestemt sig.

Hvad holder dig tilbage?

-"Jeg ved det ikke helt. Men den rådgiver jeg selv havde besøg af, skamroste alt. Alt var godt. Der fandtes overhovedet ikke problemer i det hele taget. Men jeg har haft lækageproblemer fra dag 1 og døjer stadig med det. Der slår det klik. Hun kunne have omtalt de problemer der kan opstå. Jeg har haft mange problemer, og jeg kan måske gøre folk bange, med de erfaringer jeg har. Men måske er det "sejt" at få at vide, hvad der kan ske."

Ingrid har sin mening om, hvilke besøgstilbud hver enkelt skal have. Det er vigtigt at rådgiveren har samme stomi-type og har samme alder. Det er jo ikke muligt at finde den perfekte match, men det er måske vigtigt med et større udvalg af rådgivere.

Hårde år

Sygdommen satte en stopper for mange aktiviteter i ungdomsårene. Ingrid var god til idræt. Hun var på kredsholdet i håndbold. Men på et tidspunkt hjalp det ikke - lige meget hvor meget hun trænede. De andre blev bedre. Ikke Ingrid. Hårdtest for hende var, at hun ikke kunne satse på håndbolden.

Hun gik på idrætslinien på Meråker gymnasium, men var meget syg. Jeg fik ikke forståelse fra medstuderende eller lærere.

Hun havde attester for sygdommen fra både kirurger og medicinere på sygehuset. En af lægerne var på skolen og holdte et foredrag for lærerne om sygdommen. Men det hjalp ikke på deres holdning. Alvoren er nok gået op for dem efterfølgende – og det havde ikke kostet dem noget bagefter at have sagt undskyld.

Idrætslinien i Meråker er en elitefabrik. -"Du må ikke være syg deroppe. De så at jeg var god da jeg startede, men karaktererne begyndte at blive dårligere og dårligere. Så gav jeg op."

-"Havde de hjulpet mig, ville jeg måske have bestået gymnasiet. Jeg mistede modet. Og dumpede i eksamen i norsk." Ingrid siger, det er svært at snakke om. Jeg håber at andre unge slipper for at opleve det, jeg har oplevet i skolen. De erfaring hun har fra de tre år gør hende bitter. Jeg har slidt og slæbt mig gennem de år.

-"**Idræt er fortsat** alt for mig", siger Ingrid som er særdeles aktiv.

Snart begynder hun måske med fodbold igen. Gamle veninder vil have hende med.

Men det er tiden det kniber med, når man har tre små børn. Når børnene er lagt i seng, er der dog tid til at springe på trampolinen i haven.

Foto: Vidar Haagensen.

Her i Copa-bladet er det scannede kopier fra NORILCO-nyt, hvorfor kvaliteten er meget ringere end i det norske medlemsblad.



Ny stomikrave

PRODUKTNYT

Nyt – aldrig set før. En ny stomikrave, der skaber en lækagefri barriere ved stomiroden og forhindrer afføringen i at komme i kontakt med huden. Kraven hedder Dermacol og er fra Salts Healthcare, en engelsk producent, de er førende i verden med hudvenlige stomiprodukter (www.salts.co.uk).

Dermacol kan i dag købes i England, Danmark og Sverige. At Danmark er et af de første lande i verden, hvor Dermacol kan købes, skyldes Kirstine Hardam A/S, der har taget produktet hjem i deres sortiment.



Trods et stort udvalg af tilbehør, der skal forhindre lækage på huden, viser undersøgelser at 57% af de ileostomiopererede alligevel har peristomale hudskader (Herlufsen et al. 2006 • Lyon & Smith. 2001. see GIN June 2008).

Anledningen er oftest lækage af afføring på huden ved stomiroden, ujævn hud eller rynker rundt om stomien eller en bandage, som ikke passer (Rolstad & Erwin - Torh 2004 • Herlufsen et al. 2006 • Lyon & Smith. 2001, see GIN June 2008 • Broadwell 1987 • Lyon et al. 2000 • Ratcliffe & Donovan 2001).

Den unikke måde som Dermacol fungerer på er helt simpel. Kraven skaber en fysisk barriere, der forhindrer afføring i at komme i kontakt med huden omkring stomien, den forhindrer at afføringen løber indenom. Dette løser det ubehag som skadet hud medfører og mindsker tilmed lugtgener.

Let at anvende

Der findes to enkle måder at anvende Dermacol på, uanset om

man anvender en-dels- eller to-delsbandager.

- **Man kan sætte Dermacol direkte på huden rundt om stomien og derefter placere stomibandagen ovenpå.**
- **Eller man kan klæbe Dermacol på klæberens bagside først og derefter klæbe hele bandagen med Dermacol fast på huden.**

Dermacol er let at fjerne, den følger med, når hele bandagen fjernes.

Blød og fleksibel krave

Kraven på Dermacol er meget tynd og fleksibel. Den følger alle kroppens bevægelser, men er hele tiden blødt omsluttende stomien.

Den unikke krave er fremstillet af Alphatane®, en ny patenteret polyuretan, fremstillet så den er modstandsdygtig mod afføring, som er skadelig for huden. Kraven er utrolig blød og bøjelig. Den

er så eftergivende, at den kan strækkes tre gange sin egen diameter. Der er derfor ingen risiko for, at den strammer omkring stomien og den tillader også stomiens normale peristaltik.

Testet og afprøvet af stomiopererede

Laboratorietest og patientafprøvnin- ger bekræfter, at Dermacol effektivt forhindrer lækage og modvirker rød og irriteret hud.

Med Dermacol har man:

- stor sikkerhed
- stor tryghed
- stor komfort

Du kan købe Dermacol hos din sædvanlige forhandler og du kan få tilsendt gratis vareprøve hos Kirstine Hardam, tlf. 9742 3233 eller via mail post@hardam.dk

LÆSERNE SKRIVER

Skriv til COPA. Del din mening, erfaringer eller andet med andre COPA-medlemmer. Copa-bladets redaktion forbeholder sig ret til at forkorte, afvise eller udskyde læserbreve. Ønsker du dit læserbrev bragt anonymt, skal redaktionen kende dit navn og din adresse. Send til:

BREVPOST ADRESSE
COPA, Rønnedevej 10, 1.
4100 Ringsted

MAIL ADRESSE
bladet@copa.dk

(HUSK når du sender via mail også at skrive dit navn og postadresse).



Dejlig COPA-sommerferie

Først vil jeg sige tak til dem, der i år arrangerede nogle dejlige og indholds- rige feriedage på Hotel Fåborg Fjord.



Vejret var der sørget for fra oven, men den løbende orientering og udflugterne var virkelig spændende. Hennings smittende humør var med til at gøre hver dag til en fest. Bustransporten var tryk og med chaufførens m/k fornøjelige anekdoter undervejs i sommerland- det, var der al mulig grund til at være glad - smil over hele linien - herligt.

Det var første gang jeg deltog, og jeg nød at være sammen med jer, ingen nævnt ingen glemt - STORT TAK til jer alle, jeg håber vi mødes igen.

Med venlig hilsen
Bodil Ingerslev
2880 Bagsværd

Gode rejsetips

- tilbagemelding fra Vietnam

Selv om jeg bor på den anden side af jordkloden, læser jeg selvfølgelig Copa- bladet med glæde. Den sidste artikel 'At rejse med stomi' var fantastisk. Derfor:

Kære Steen Samuelsen.

Hvilken en fantastisk artikel 'At rejse med stomi'. Gennemarbejdet og med mange gode informationer. Jeg kan kun sige til alle som ikke er så rejsevante, tag artiklen ud af bladet og gem den til din næste rejse, og lad dig ikke skræmme af, at du har en stomi.

Min stomi har rejst mange tusinde km, og rejser stort set hver måned.

Jeg har kun haft eet uheld, og det var min egen skyld. Jeg havde ikke lukket posen forsvarligt, og gad ikke tømme in- den vi landede i Ho Chi Minh lufthavn, så indeholdet landede på gulvet i flyet. Jeg lagde hurtigt en avis over, og infor- merede personalet. Men det kunne også være sket i et supermarked i Ballerup, og som sagt var det selvforskyldt.

Min gamle far på 85 år har lige besøgt mig i Vietnam for 4. gang, han har ellers aldrig rejst så langt før, og han taler ikke engelsk, så alder er ingen hindring.

Så stomister, pak kufferten og kom ud og se jer omkring.

Med venlig hilsen
Flemming Johannesen
Ho Chi Minh, Vietnam



PS: Der er et fransk pulver som hedder Smecta®, som er rigtigt godt mod tynd mave.



(Smecta er et aluminium- og magne- siumsilikatpulver red.)

PPS: At have stomi som vietnameser er nærmest uoverskueligt, da de er fattige og staten ikke giver noget tilskud.

En pose og en plade koster her DKK 35,00 pr. sæt, og en arbejder tjener ca. DKK 700 pr. måned.

(Copa-bladet vil gerne opfordre Flemming til at skrive en artikel om det. Sige ja tak. Det ville være rigtig spændende, red.)

Ligebehandlingsarbejde er vigtigt

Redegørelse om Folketingets Ombudsmands arbejde i 2008 med ligebehandling af mennesker med handicap

Folketingets Ombudsmands årlige redegørelse om arbejdet med ligebe- handling af mennesker med handicap foreligger nu.

Der er en særlig forpligtelse for Folketingets Ombudsmand til at overvåge området ligebehandling af mennesker med handicap.

I redegørelsen kan man bl.a. læse om det store antal initiativer der tages på området inden for de enkelte mini- sterier og andre myndigheder. Og man kan se at der samlet set er afsat ganske betydelige midler til den vigtige opgave at fremme ligebehandlingen for men- nesker med handicap, f.eks.:

- tilgængeligheden til offentlige byg- ninger,
- en styrket indsats på botilbud, særlig støtte til børn og unge med handicap,
- sikre at mennesker med handicap fuldt ud kan deltage i civilsamfundet og hverdagslivet,
- en forbedret tolkehjælp,
- forebyggelse af seksuelle overgreb for mennesker med handicap,
- bedre boligvalg til mennesker med handicap,
- forskellige tiltag i DR og TV2 for

at sikre bedre betjening af mennesker med handicap,

- nyt bygningsreglement der indebærer en række stramninger af tilgænge- lighedskravene til nybyggeri og større ombygninger.

- "Den første årlige redegørelse som blev udsendt sidste år, blev meget godt modtaget. Jeg er ikke i tvivl om at den samlede redegørelse i sig selv har be- tydning for det fortsatte vigtige ligebe- handlingsarbejde", siger Folketingets Ombudsmand

Hans Gammeltoft-Hansen. ■

http://www.ombudsmanden.dk:80/nyt_og_presse/alle/Handicapredegoerelse2008/

Medicinske patienter bliver kasterbolde

Medicinske patienter bliver ofte kasterbold mellem kommune og sygehus. Det er en uværdig behandling af de svageste patienter, men det kræver politisk vilje at løse problemerne. Desværre har de medicinske afdelinger ikke hverken mediernes eller politikernes bevågenhed, mener et kredsbestyrelsesmedlem i Dansk Sygeplejeråd.

- "Manglende økonomisk prioritering fra politikerne på Christiansborg er årsagen til overbelægning på de medicinske afdelinger rundt om på de danske sygehuse." Så klart lyder det fra Ida Pedersen, fællestillidsrepræsentant for sygeplejerskerne på Sygehus Thy-Mors og medlem af den nordjyske kredsbestyrelse i Dansk Sygeplejeråd. Hun mener, at ressourcerne bliver brugt forkert og er bekymret for, hvordan fremtiden for de medicinske patienter vil tegne sig, hvis ikke området bliver prioriteret højere, end det gør i dag.

- "Der er desværre ikke i øjeblikket stor opmærksomhed på de medicinske afdelinger, hverken politisk eller i mediernes. Det mangler ganske enkelt prestige. De mange genindlæggelser er dyre økonomisk set, men det har også store omkostninger for den enkelte patient. De medicinske patienter bliver nemlig ofte kasterbold mellem kommune og sygehus. Og det er bestemt ikke en værdig behandling af de ofte svageste patienter i vores sundhedsvæsen," siger Ida Pedersen og tilføjer, at også overbelægning medfører en forringelse af plejen på de medicinske afdelinger.

Usikker fremtid

- "Problemet ser desværre ikke ud til at forsvinde af sig selv. Vi får kun flere og flere ældre, så problemet med overbelægning på de medicinske afdelinger har faktisk kun udsigt til at eskalere. En fremsigtet løsning kræver, at regeringen

tager arbejdshandskerne på og er villig til at udarbejde en holdbar langsigtet plan," siger Ida Pedersen.



- "Overbelægning og genindlæggelser på de medicinske afdelinger har desværre en selvforstærkende effekt, og det kan mærkes på økonomien," siger Ida Pedersen og fortsætter: - "Men regeringen har med skattestoppet fastlåst kommuner og regioner, så det er svært at komme problemet til livs lokalt og regionalt. Løsningen af overbelægning på medicinske afdelinger kræver uden tvivl politisk vilje på Christiansborg samt langsigtede planer og en satsning på mere forebyggelse," slutter Ida Pedersen.

Ida Pedersen, fællestillidsrepræsentant for sygeplejerskerne på Sygehus Thy-Mors og medlem af den nordjyske kredsbestyrelse i Dansk Sygeplejeråd.

*Kilde:
medicin&mening uge 34/2009.*

Rygerlunger opdages for sent - ny folkeoplysningskampagne skal redde liv

430.000 danskere har rygerlunger - også kaldet KOL. Halvdelen uden at vide det. For de opdager det først, når det bliver svært at trække vejret, og de hoster og spytter slim op. Til den tid er lungerne allerede alvorligt ødelagte for altid.

Netdoktor.dk sætter derfor fokus på KOL i en ny oplysningskampagne.

Test dig selv

Alle opfordres til gratis at deltage på www.KOLkundskab.dk

Hvad er KOL?

KOL (Kronisk Obstruktiv Lungesygdom) – også kaldet rygerlunger er en kronisk sygdom.

- Ved KOL ødelægges lungevævet og dermed nedsættes lungefunktionen, så det bliver sværere at trække vejret. Symptomerne er forpustelse, hoste og opspyt med slim. Sygdommen rammer primært rygere og eksrygere over 35 år.
- KOL er stærkt invaliderende og forringer livskvaliteten.
- KOL-patienter lider ofte af angst for kvælning, fordi de har svært ved at få vejret. De bliver meget forpustede af at bevæge sig og lever derfor ofte et stillesiddende liv, som kan føre til ensomhed og depression.

Rygere og KOL

- Hver 4. dansker ryger.
- 4 ud af 10 rygere og eksrygere får KOL.
- 430.000 har KOL, men kun 200.000 har fået stillet diagnosen.

KOL koster samfundet

- KOL koster samfundet 3 mia. kr. årligt.
- KOL resulterer årligt i 40.000 indlæggelser.
- 3.500 om året dør af KOL – svarende til 10 dødsfald om dagen.

Kilder:

www.kol.dk Lungeforeningens hjemmeside.

Klinisk vejledning for læger: "Kvaliteten af diagnostik og behandling af kronisk obstruktiv lungesygdom i almen praksis" samt Folkesundhedsrapporten, Danmark 2007, Statens Institut for Folkesundhed.



NYT FRA LOKALFORENINGERNE



København/ Frederiksberg

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



Vi håber I alle har haft en god sommer.

Kommende arrangement

Cafémøde onsdag d. 23/9 kl. 15.00

Kulturhuset Pilegården, Brønshøjvej 17, 2700 Brønshøj

Vi får besøg af Dorte Skaarup Schmidt, stomisygeplejerske på Rigshospitalet.

Emnerne bliver bandagevalg, hudpleje og hvad gør man, når tingene absolut ikke fungerer, med lækager og hudproblemer; der bliver mulighed for at stille spørgsmål.

Vi starter med en kop kaffe.

Tilmelding nødvendig **senest 16/9:**

Peter Sørensen tlf.: 3538 9148 mail: nepe@privat.dk

Kommende arrangement

Bankospil onsdag d. 4/11 kl. 14.00-18.00

Kulturhuset Pilegården, Brønshøjvej 17, 2700 Brønshøj

Vi afholder vores årlige banko spil med otte spil, og flotte præmier, Pris pr. plade 10,00 kroner.

Foreningen vil beværte med en kop kaffe/te med brød i pausen, efter 4 spil, og øl og vand kan købes på Pilegården.

Tilmelding nødvendig **senest 26/10:**

Peter Sørensen tlf.: 3538 9148 mail: nepe@privat.dk

Kommende arrangement

Julen nærmer sig

Julefrokost afholdes i år fredag den 4/12.

Sæt kryds i kalenderen, mere om pris og tilmelding i næste nummer af Copa-bladet.

Kommende arrangement

Stomidag d. 3/10

Fælles arrangement mellem

COPA-Storkøbenhavn og COPA-København/Frederiksberg

Temaet for stomidagen, World Ostomy Day 2009 er fastsat af IOA, den internationale stomiforening, og hedder "Reaching Out", (NÅ UD), hvor meningen er at række ud og synliggøre foreningernes arbejde for den brede offentlighed og stomister, der ikke er klar over den støtte, der kan hentes ved medlemskab eller rådgivning.

Vi prøver at gå nye veje, og synliggøre COPA ved at sponserer en der fødes og lever hele livet med pose på maven.

Vi sponserer kænguruen i Zoologisk have i København.

COPAs logo og navn præsenteres på sponser-tavlen ved kænguruen, samt ved hovedindgangen og ikke mindst på deres hjemmeside og bliver dermed synligt i et helt år for 1,2 million besøgende samt 750.000 der besøger hjemmesiden.

Vi markerer sponsoratet ved at mødes, foran ZOOs hovedindgang på Roskildevej den 3/10 klokken 12.30.

Vi går samlet over i Søndermarken, hvor vi ved kænguruen afholder en lille tale og får et glas + et stykke kransekage, dernæst kan man resten af dagen til klokken 17.00 gå rundt i haven på egen hånd, og se de mange nye anlæg, der gør oplevelsen større og meget bedre, ved at se dyrene trives og leve et fuldt liv, på trods af pålagte grænser, som en zoologisk have automatisk medfører.

Med sponsoratet følger der nogle rabatfordele på indgangsbilletter, som vi informerer om, til medlemmerne af de 2 lokalforeninger.

Vil du med den 3/10 skal du tilmelde dig til den af de 2 lokalforeninger, du er medlem i, **senest den 25/9.**

Husk fornuftigt tøj, det kan både være lidt koldt og vådt i oktober.



Nyt COPA medlem.

Storkøbenhavn

Lokalformand
Marianne R. Bodi
tlf.: 2343 0353 (bedst 16-18)

København-Frederiksberg

Lokalformand
Peter Sørensen
tlf.: 3538 9148

P.b.v. Peter Sørensen

Storkøbenhavn



Lokalformand:

Marianne R. Bodi
Søborg Hovedgade 211, 4-A
2860 Søborg
Tlf.: 2343 0353 (bedst 16-18)



Yderligere kontaktperson:

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

Kommende arrangement

Bankospil 31. oktober

Vi mødes til en omgang bankospil den 31. oktober kl. 13.

P.b.v. Marianne R. Bodi

STØT COPA

Send stemplede frimærker til:

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



Bornholm



Lokalformand:

Christian Stentoft
Thorkildsvej 78
3700 Rønne
Tlf.: 5695 2133



Kommende arrangement

Landsformanden kommer forbi

COPAs landsformand Henning Granslev gæster Bornholm i uge 40. Han vil gerne hilse på klippeøens COPA-medlemmer, hvorfor vi arbejder på at arrangere et medlemsmøde, hvor Henning Granslev kan fortælle, og vi kan stille spørgsmål.

Vi sigter efter et aftenmøde i Sagahuset, Rønne
onsdag d. 30-9 kl. 19.00.

Ring til understegnede (5695 2133) og hør nærmere. Også om andre kommende arrangementer.

P.b.v. Christian Stentoft

Kirudan har fået nyt navn - MEDIQ Danmark



Stomiprodukter - Et aktivt liv med tryghed

Vi fører et komplet sortiment og kan levere fra dag til dag.
Rådgivning og bestilling, Tlf. 3637 9130

MEDIQ Danmark A/S
Kornmarksvej 15-19, 2605 Brøndby
www.mediqdanmark.dk

Kirudan

+



=



Frederiksborg



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

Kommende arrangement

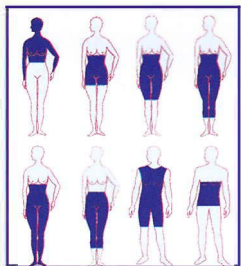
International Stomidag d. 3. oktober

Frederiksborg
Lokalforening markerer
den Internationale Stomidag
med et møde med foredrag



Lørdag den 3. oktober 2009 kl. 14.00 – 17.00 i Hillerød

Vi har været så heldige at få stomisyeplejerske Lotte Voergaard til at komme og holde et foredrag. Derudover vil ETO Garments Aps komme og vise os deres forskellige typer af hjælpemidler til stomiopererede med brok. Vi har også kontaktet en læge fra Hillerød Hospital og en repræsentant for Dansac/Hollister, men på grund af sen ferie for de sidstnævnte er der på nuværende tidspunkt ikke lavet endelig aftale. Nogle af vores rådgivere vil naturligvis også være til stede denne dag, så der vil være mange muligheder for at få hjælp og vejledning, hvis man har spørgsmål i forbindelse med sin stomi.



3. oktober kan du i
 Kedelhuset, Hillerød bl.a.
 møde repræsentanter fra
 ETO-Garments.

Mødet er for alle stomiopererede i vores område, og det er gratis at deltage. Tilmelding til mødet er nødvendig, da der vil blive serveret sandwich og kaffe eller te. Øl og vand kan købes.

Mødet foregår på følgende adresse:

Kedelhuset, Frederiksgade 12, 3400 Hillerød.
(Bygningen ligger bag biblioteket).

Tilmelding **senest den 28. september:**

Gisela Schjøtt tlf. 4733 4434 eller Bodil Gønss tlf. 4817 3613.

Kommende arrangement

Julen nærmer sig

Kort information om julemødet den 21. november

Julemødet kommer også i år til at foregå selskabslokalerne tæt ved busholdepladsen i Slangerup. Det er det sædvanlige tidspunkt, nemlig fra kl. 13.00 til kl. 18.00. Jeg vil tage imod reservationer fra stomidagen og fremefter, da november/december bladet udkommer tæt på sidste tilmeldingsfrist til dette arrangement.

P.b.v.
Gisela Schjøtt

Roskilde



Lokalformand:
Jette Frederiksen
 Kirkegårdsvej 7
 Gundsømagle
 4000 Roskilde.
 Tlf.: 4673 0587

jettebfrederiksen@hotmail.com
www.roskilde.copa.dk

Kommende arrangement

Tur til Operaen på Holmen



I anledning af den Internationale Stomidag, den 3. oktober 2009, har COPA Roskilde arrangeret en tur til Operaen på Holmen med spising og rundvisning.

Operaens adresse er: Ekvipagemestervej 10,
 1438 København K.

Vi mødes kl. 14.00 i foyeren, hvor en tjener vil tage imod os. Her vil vi få serveret en klassisk frokostenretning og dertil vil der blive serveret en øl eller vand.

Rundvisningen starter kl. 16.00 og vil vare til kl. 17.15.

Du / I skal selv sørge for transport til Operaen, og der er flere muligheder:

Biltransport

Kommer du i egen bil, er der mulighed for at parkere på pladsen ved operaen. Der er pt. ikke nogen forestilling denne dag, så der skulle være rigeligt med muligheder for at stille bilen. Det er EUROPARK der står for P-pladsen, så hold godt øje med skiltene, og husk at sætte P-skiven.

Bus og tog

Hvis du tager med de offentlige, så kan vi anbefale, at tage bus 66 fra Kbh. Hovedbanegaard, den holder overfor Tivoli i Bernstorffsgade. Bussen afgår 13.03 – 13.15 – 13.27 – eller senest kl. 13.39 hvis du skal være sikker på at komme til tiden.

Bussen kører fra Operaen tilbage til Hovedbanegaarden kl. 17.30 og derefter med 15 min. mellemrum.

Der er begrænset plads på en rundvisning, så hurtig tilmelding tilrådes. Ved tilmelding skal du oplyse, om du ønsker vand eller øl til frokosten.

Sidste frist for tilmelding er den torsdag den 17. september til formanden på telefon

4673 0587 eller på mail [www.jettebfrederiksen@hotmail.com](mailto:jettebfrederiksen@hotmail.com)



P.b.v.
Jette Frederiksen

Kommende arrangement

Generalforsamling mandag d. 19. oktober

Generalforsamlingen afholdes på adressen:

Nørre Boulevard 101 (Møllebo) 4600 Køge
med følgende indhold:

Kl. 18.00 Spisning.

Kl. 19.15 Generalforsamling med følgende indhold:

1. Valg af dirigent.
2. Formanden fremlægger beretning til godkendelse.
3. Kasseren fremlægger revideret regnskab til godkendelse.
4. Aktiviteter for det kommende år.
5. Behandling af indkomne forslag. (Skal være formanden i hænde senest d. 4. oktober).
6. Valg.
På valg er:
Formanden.
To bestyrelsesmedlemmer.
Revisor og revisorsuppl.
7. Eventuelt.

Kl. ca. 20.15 vil der blive holdt foredrag og fremvist stomiprodukter af firmaet Stotec A/S fra Vejle. De præsenterer de nye Flair Active Xtra produkter.

Kl. ca. 21.15 Afslutning.

Tilmelding til Anni Hulstrøm på tlf. 5614 2601 for deltagelse i spisningen, **senest onsdag den 14. oktober 2009.**

Kommende arrangement

Julen nærmer sig

Julen nærmer sig, som tidligere, afholdt i Vor Frue Sognegaard. Sæt kryds ved datoen, det er **lørdag d. 28. november kl. 13.00.** Nærmere vedr. tilmelding følger i Copa-bladet, november.

P.b.v.

Tove Christiansen

COPA-kontingent

Almindelige medlemmer: 225,-kr. / år
Pensionist og støttemedlemmer: 125,- kr. / år

VIL DU VÆRE STØTTEMEDLEM?

Ring 5767 3525 eller www.copa.dk

STØT COPA

Send stemplede frimærker til:

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



STOMI/BROK

Specialfremstillede støttebandager og undertøj

Eto

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



Let elastikbælte til sport og intimt brug.

Eto

GARMENTS

– soft as silk, strong as steel

Rekvirer brochure på:

Tlf.: 64 46 13 30

Fax: 64 46 18 30

E-mail: info@stomibandager.dk

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



Vestsjælland

Lokalformand:
Grethe Krog
 Syvendeskovvej 33
 Undløse
 4340 Tølløse
 Tlf.: 5918 9693



Vi håber at alle har haft en rigtig god sommer.

Hvis der er nogen af jer der har, eller har haft problemer med stomien, poser, leverandører eller kommunen, så vil vi meget gerne høre om det.

Kommende arrangement

Fokus på brok

medlemsmøde den 17. september kl. 16.00

Mødet er på Slagelse Sygehus lokale 9 (det gamle vaskeri) indgang fra Ingemandsvej. Mødet starter kl. 16. Sluttidspunkt afhænger af spørgelyst. Vi slutter af med noget at spise.

Emnet er: Brok og støttebandager.

I stedet for overlæge Ove Bendsen, som har måtte melde afbud, kommer læge Line Walker. Hun vil sammen med stomisygeplejerske Anni Weber fortælle om behandling og forebyggelse af brok.

Hvis du har brokproblemer vil vi gerne høre fra dig.

Du kan ringe til Lene Christiansen tlf. 6111 8888 så vil problemet blive taget op på mødet.

En repræsentant fra firmaet Eto Garment vil vise støttebandager og undertøj.

Af hensyn til fortæring er det nødvendigt med **tilmelding hurtigst muligt**. Vi vil forsøge med samkørsel, hvis der er brug for det.

Tilmelding hos Lene Christiansen, tlf. 6111 8888 eller Grethe Krog, tlf. 5918 9693.

Kommende arrangement

Julen nærmer sig

Julefrokosten bliver på Gyrstinge Skovkro den 6. december

Det kommer der mere om i næste blad.

P. b. v. Grethe Krog



Storstrøm Nord

Lokalformand:
Merete Møller
 Ærtebjergvej 28, Lund
 4660 Store-Heddinge
 Tlf.: 5650 8042
 E-mail: eterem@privat.dk
www.storstrom-nord.copa.dk



Efter en sommer med spændende vejr – varierende fra tropehede til kølige regnvejr – er det tid til at gå i gang med efterårets aktiviteter. Vi håber, I alle har samlet kræfter i ferietiden, så der er energi til at møde op og kaste glans over lokalforeningens arrangementer.

Kommende arrangement

Høstfest

Høstfesten lørdag d. 26. september på Traktørstedet "Højruplund", der er nabo til Stevns Klint, blev omtalt allerede i sidste blad. Vi mødes kl. 13.00 og har som altid bestilt godt vejr i dagens anledning. Tilmeldingsfrist: **Senest mandag d. 14. september** til enten Jan Bøjtrup på 5538 5836 eller Merete Møller på 5650 8042. Eventuel samkørsel kan arrangeres. Deltagertariff: kr. 150.- for medlemmer, kr. 300.- for ikke-medlemmer. Børn går til halv pris – også de gode spisere. Skulle nogen have overset tilmeldingsfristen, så prøv at ringe på de nævnte telefonnumre. Der kan stadig være pladser.

Kommende arrangement

Stomidag

Lørdag d. 3. oktober er der International Stomidag.

Lokalforeningen har **Åbent Hus**

fra kl. 14.00 i FuturaCaféen, Ringstedgade 20 i Næstved. Vi glæder os til at se rigtig mange af jer denne lørdag, hvor lokalforeningen er vært ved adskilligt mundgodt. I kan også møde foreningens rådgivere, så der er mulighed for at få gode tips med hjem. Sæt et kryds i kalenderen og kom og hils på os.



(COPA-Storstrøm Nord fortsætter næste side)

Fagligt Selskab

Fagligt Selskab for sygeplejersker i stomiplejen

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

Fagligt Selskab for sygeplejersker i stomiplejen

afholder kurser og mødeaktiviteter på landsplan for sygeplejersker og interesseorganisationer.

Fagligt Selskab for sygeplejersker i stomiplejen

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

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

Formand Berit Kiesbye mail: fs22@dsr-medlem.dk

De to næste arrangementer er gentagelser fra sidste blad, så der er ingen undskyldning for at have overset noget! God gerning kan ikke gøres for tit – vel?

Kommende arrangement

Medlemsmøde i Næstved

Lørdag d. 24. oktober mødes vi Dania 5 i Næstved kl. 13.00. Vi får besøg af Stomocur, som vil vise de sidste nye produkter frem. Lokalforeningen er som sædvanlig vært ved kaffe og spisning, og det plejer at være helt fint. Vi glæder os til at jer, så vi kan få en god eftermiddag med mange spørgsmål til fa.. Stomocur. Tilmeldingsfrist: **Senest mandag d. 12. oktober** til enten Jan Bøjtrup på 5538 5836 eller Merete Møller på 5650 8042.

Kommende arrangement

Julen nærmer sig

Julemøde d. 5. december kl. 13.00.

Så mødes vi igen på Restaurant Skovfogedstedet ved Vemmetofte Strand! Der er kommet folk til, som ved, hvordan man laver mad, så nu tør vi godt vende tilbage. Der skal som sædvanlig medbringes spændende gaver til en værdi af ca. kr. 25.- så vi kan få gang i bytteriet, der bliver lotteri og julesang og alle herlighederne kan fås for kr. 150.- for medlemmer, kr. 300.- for ikke-medlemmer. Husk at medbringe julehumør! Tilmeldingsfrist: **Senest mandag d. 16. november** til enten Jan Bøjtrup på 5538 5836 eller Merete Møller på 5650 8042. Samkørsel kan eventuelt arrangeres.

P.b.v.

Merete Møller

PS: Husk at besøge og bruge Storstrøm Nords hjemmeside: www.storstrom-nord.copa.dk. Skriv gerne og fortæl os, hvis I har idéer om emner til lokalforeningens arrangementer og arbejde i det hele taget.



Lolland/Falster

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



Siden sidst

God sommerudflugt

Sommerudflugten d. 28. juni 2009 gik til Nyord

Vi mødtes kl. 11.30 på parkeringspladsen, hvor vi spiste vores medbragte mad, hyggede os og nød det dejlige solskinsvejr. Guiden William kom kl. 13.00 og viste os rundt i byen Nyord. Vi gik forbi Lodshusene og ud til Lodsudkigget, her på Nyord har været Lods engang. Disse Lods skulle holde øje med farvandet mellem Sjælland og Nyord. Alle drenge på Nyord skulle være Lods. Vi fortsatte af de smalle, snoede gader, gårdene ligger inde i Nyord og husene ligger meget tæt op af dem - hel tæt. I 1860 skulle der bygges en kirke, men der var ikke

ret meget jord til den, derfor blev bygget ottekantet, hyggelig, lille og uden el - kun stearinlys. Nytårsaften samles alle i Nyord kirke, for at



ønske hinanden godt nytår i stearinlysets

skær. I Nyord er der ca. 44 fastboende, der har tidligere boet 400 personer.

Vi fortsatte ned til havnen, hvor der lå en gammel båd "Røret", der havde været brugt til at sejle med levende dyr og passagerer til Stege. "Røret" havde ligget på bunden af Københavns havn som sommerbolig. Nyord havde købt den tilbage for 1 kr. med henblik på at den skulle sættes i stand, så den kunne sejle med turister. I Nyord er der små hyggelige specialbutikker bl.a. en butik hvor de fremstiller whisky, Danmarks eneste specialforretning for åbne spirituosa.



Efter halvanden time sagde vi farvel til guiden William, som var en god fortæller med god humor - det var en dejlig eftermiddag.

Vi siger tak til William, det var et besøg værd!

Herefter drak vi vores kaffe og gik på egen hånd en tur i Nyord og nød freden og roen uden bilos. Ca. kl. 16.30 kørte vi hjemad og lagde vejen forbi kirkegården, som ligger 2 km uden for Nyord by.

P.b.v. Gunna Munkbøl

Kommende arrangement

Stomidag - "Reaching Out"

International Stomidag lørdag d. 3. oktober 2009

Stomidagen afholdes lørdag d. 3. oktober 2009 fra kl. 13 til 17 i Guldborgsund, Frivilligcenter Nørregade 21B, 4800 Nykøbing F. Programmet for dagen vil være som følger:

13.00-14.00	Foredrag ved diætist Jannie Ottosen
14.00-14.30	Kaffe med kage
14.30-15.00	Spørgsmål til Jannie Ottosen
15.00-17.00	Mulighed for at tale med COPAs lokalbestyrelse. Derudover vil der være fremlagt materiale fra flere producenter af stomimaterialer.

Følg med i den lokale presse, hvor der vil være annoncer for arrangementet. Eventuelle ændringer og tilføjelser vil også være at finde her.

(COPA-Lolland/Falster fortsætter næste side)



Nyord. 4,8 km² stor ø adskilt fra Møn ved det smalle Ulvshale Løb. Øen er forbundet med Ulvshale på Møn med en smal bro. Nyord består af en ca. 10 m høj, dyrket morænekold omgivet af udstrakte strandenge, der udgør en vigtig lokalitet for ænder og vadefugle. 136 ha af Nyord Enge er fuglereservat ejet af Fugleværnsfonden, der har opstillet et fugletårn. Nyord by har krogede stræder og er bevaret med sammenbyggede gårde og huse med stengærder. Øen har lystbådehavn. Omkring 1900 var folketallet over 300, men det er nu faldet til ca. 44. Øen blev fredet 1975. Nyord indgår i et EF-fuglebeskyttelsesområde, et EF-habitatområde og siden 1993 i Ulvshale-Nyord Vildtreservat.



Kommende arrangement

Julen nærmer sig**Julefrokost lørdag d. 28. november 2009.**

Lokalforeningen har valgt at afholde en egentlig julefrokost i år. Den vil finde sted lørdag d. 28. november 2009 kl. 12.30 i Landsbyen i Våbensted. Reserver derfor dagen allerede nu. Nærmere omkring tilmelding og egenbetaling vil komme i næste blad.

Kommende arrangement

Næste års generalforsamling**Generalforsamling lørdag d. 13. februar 2010.**

Næste års generalforsamling er planlagt til lørdag d. 13. februar 2010 kl. 13.30 i Landsbyen i Våbensted. Mere herom i kommende blade.

P.b.v. Morten Friis Hansen


Fyn

Lokalformand:
Poul Erik Andersen
Mullerupvænget 12
5230 Odense M
Tlf.: 6615 8512

Yderligere kontaktperson:
Dorte Hansen
Lahngade 84 C, st.
5000 Odense C
Tlf.: 6590 6106

Så er sommeren ved at være forbi, men I har forhåbentlig haft en god sommer.

Kommende arrangement

Stomidag - "Reaching Out"**International Stomidag lørdag d. 3. oktober 2009**

I anledning af den internationale stomidag den 3. oktober har COPA Fyn **åbent hus fra kl. 11.00 til kl. 16.00 på Rosengårdskolen, Centralrum A, Stærmosegårdsvej 51, 5230 Odense M.**

Indgang fra Stærmosegårdsvej. Buslinie 61 holder ved skolen.

Carina Pedersen fra Dansac & Hollister Danmark er tilstede fra 11 til 13.

Stomisygeplejerske Jette Kundal vil komme og fortælle om sit arbejde.

Der bydes på lidt at spise og drikke. Vel mødt.



Du kan også stille spørgsmål til Carina Pedersen fra Dansac/Hollister:



På Stomidagen kan du bl.a. møde Jette Kundal fra stomiambulatoriet, Odense Universitetshospital.



P.b.v.
Poul E. Andersen

Sydøstjylland**Lokalformand:**

Hanne Westergaard
Violvej 126 B
8700 Horsens
Tlf.: 7564 1086

h.westergaard@stofanet.dk



Kommende arrangementer

International Stomidag 3. oktober

Her i Sydøstjylland har vi valgt at afholde en seance i Kolding og i Horsens. Det er vort håb, at dette vil være en inspiration til at møde os.

Stomidag i Horsens kl. 10.00 - 16.00

I kan finde os i **forhallen på Horsens Regionshospital**. Her vil der være en udstilling om stomi før og nu. Desuden vil der blive vist forskellige film om emnet. Stomisygeplejerske Kirsten Bach vil være tilstede og er klar til at svare på alle de spørgsmål I må kunne have. En overlæge fra sygehuset vil fortælle om det at blive opereret og få en stomi. Vi vil gøre det til en spændende og oplysende dag, både for jer med stomi, og for jeres familie, venner, bekendte og naboer. På standen kan I også møde Kirsten og Preben Pedersen. Søren Sillesen og Hanne Westergaard, fra Somiforeningen. Vi vil gerne dele ud af vore erfaringer med hvordan det er at leve med stomi og være familiemedlem til en stomiopereret. Vi glæder os meget til at se jer.

Stomidag i Kolding kl. 10.00 - 16.00

På den Internationale Stomidag 3. oktober 2009 opstiller COPA Sydøstjylland en oplysningsstand i **Kolding Storcenter**. Standen vil være placeret uden for apoteket i Grøn-gade.

Standen vil være bemannet med stomisygeplejerske Hanne Andersen fra Kolding Sygehus, Tonny Kristiansen fra Welland, Susanne Jacobsen fra FAP/COPA samt Grethe Petersen og Steen Samuelsen, begge bestyrelsesmedlemmer fra COPA Sydøstjylland.

Standen vil indeholde informationsmateriale om COPA, stomiformer og om at leve med stomi. Der vil blive vist informationsfilm om tiden op til operation og erfaringer som stomist. Welland vil vise eksempler på hjælpemidler fra deres sortiment. Endvidere vil vi have en stomidukke som DEMO og man kan bestille den på standen.

Oplysningsstanden vil være åben i perioden 10.00 - 16.00.

"Reaching Out"

Kommende arrangement

Generalforsamling efterfulgt af storslået julefrokost

Generalforsamling den 21.11.09 klokken 11.00

Vi afholder vores årlige generalforsamling på Den Gyldne Hane, Christian den 4.'s vej, 6000 Kolding

Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Foreningens beretning ved formanden.
3. Kassereren forelægger lokalforeningens reviderede regnskab til godkendelse.
4. Bestyrelsen fremlægger aktivitetsplan for det kommende år.
5. Behandling af indkomne forslag.
6. Valg: Formand Hanne Westergaard
Næstformand: Steen Samuelsen
Sekretær: Eva Wilki, modtager ikke genvalg.
Suppleant: Conni Thomsen, modtager ikke genvalg.
Revisor.
Revisorsuppleant.
7. Eventuelt.

Forslag skal være bestyrelsen i hænde *senest den 30.10.09*.

Det er vores håb, at du vil tænke over, om ikke det var noget for dig, at stille op til vores bestyrelse. Selvfølgelig er der et arbejde der skal gøres, tingene kommer jo ikke af sig selv, men det giver også nogle gode oplevelser i samværet med andre. Efter generalforsamlingen vil Robert Næstoft vise nyt fra firmaet Roland Healthcare.

Foreningen vil byde på en storslået julefrokost og vi har lagt hovederne i blød for at finde lidt underholdning. Firmaet Roland er vært for kaffen.

Vi håber at rigtig mange vil møde op til vores generalforsamling. Det er her du kan give din mening til kende, det er her du kan uddele ros og ris, og komme med ideer til kommende arrangementer.

Tilmelding til selve generalforsamlingen er ikke nødvendig, men hvis du vil deltage i spisning og kaffe, må du give besked *senest lørdag den 14. november:*

Hanne Westergaard

mail: h.westergaard@stofanet.dk tlf. 7564 1086 eller

Steen Samuelsen

mail: steen.samuelsen@gmail.com tlf. 3098 7564.



Kommende arrangementer

Svømning i Horsens

Igen i år tilbyder vi svømning til stomiopererede. Det foregår på Bankagerskolen i Horsens den 1. lørdag i måneden. Det er hvergang *fra kl. 15.00 til kl. 16.00*.

7. november 2009

5. december 2009

9. januar 2010

6. februar 2010

6. marts 2010

10. april 2010.

Du behøver ikke at tilmelde dig, du skal blot møde op, gerne i god tid, da vi låser døren kl. 15.00.

Henvendelse om svømning kan ske til: Hanne Westergaard eller Steen Samuelsen.



Kommende arrangementer

Svømning i Fredericia

I år har vi som noget nyt også svømning i Fredericia, det er på Skansevejens skole, hvor vi har fået tildelt plads på følgende datoer: *22.08. 19.09 24.10 21.11 19.12 i 2009*

og 16-01 28.02 20.03 17.04 15.05 og 19.06 i 2010.

Dette er *fra kl. 10.00 til kl. 11.00*.

Henvendelse om svømning kan ske til: Hanne Westergaard eller Steen Samuelsen.

P.b.v.

Hanne Westergaard

Urostomi-

gruppen

Kontaktperson:
VEST: Anne Lise Hansen
 Gåskærgade 17 B, 1.tv.
 6100 Haderslev
 Tlf.: 7452 0091 / 2961 2776
achansen@webspeed.dk

Kontaktperson:
ØST: Lotte Andersen
 Brovænget 10
 28390 Virum
 Tlf.: 4585 6456

Kommende arrangement

Møde i urostomigruppen Øst

Sæt allerede nu kryds i kalenderen *lørdag den 28. november*. Overlæge Steen Walter fra urologisk afdeling på Odense Universitetshospital har sagt ja til at holde et oplæg om urostomi og urinvejssygdomme. Mødet holdes på Hotel Jens Baggesen i Korsør. Den endelige plan for dagen er ikke helt på plads endnu. Men dagen tænkes således: Start kl. 11.00 med oplæg fra Steen Walter, frokost, oplæg om stomiproblemer holdt af en stomisygeplejerske, spørgsmål og afslutning med kaffe med brød. I næste blad vil der være helt præcise oplysninger om

dagen. Vi håber, mange vil deltage i mødet. Ønsker du yderligere informationer kontakt venligst:

Lotte Andersen tlf. 45 85 64 56 eller Henning Granslev tlf. 70 21 35 25 (bedst kl. 14 – 18).

P.g.v. Henning Granslev



Sønderjylland

Lokalformand:
Christa Jensen
 Korshøj 5, Asserballe
 6440 Augustenborg
 Tlf.: 7447 3370.




Viborg

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



Åben rådgivning Sønderborg Sygehus Mød en COPA-rådgiver

Første mandag hver 3. måned
 mandag 7. december kl. 10.00 - 13.00

Anne Lise Hansen
 tlf. 7452 0091 • achansen@webspeed.dk

Atter er vi nået til sensommer. Aktiviteter har vi igen på programmet, derfor en påmindelse til vores medlemmer, at der atter sker noget i Sønderjylland.

Kommende arrangement

Stomidag

Lørdag d. 3. oktober

kl. 13.30 – 17.30 på

Folkehjemmet i Aabenraa.

Dagen bliver markeret med, at der kommer en diætist og fortæller om kost. Lidt underholdning har vi også på programmet.

På besøg kommer Carina Pedersen fra Dansac, som viser deres produkter. Vi vil også fra foreningen markere dagen på en hyggelig måde. Lidt men godt bliver der også serveret.

Kom og vær med til at markere denne dag, det er altid dejligt at møde jer.

Denne dag vil vi også hylde er bestyrelsesmedlem, som har været medlem af foreningen i 25 år (hurra).

Kommende arrangement

Julen nærmer sig

Julehygge søndag d. 22. november

Vi har valgt at flytte julehyggen til Rødekro-kro. Et ønske fra medlemmerne om at prøve et nyt sted. Nærmere om dagen i næste blad.

Tilmelding **senest 16. november:**

Carl Christian, tlf. 7472 3981

eller

Christa, tlf. 7447 3370 / 4157 3370.



COPAs julefrokost afholdes i år på Røde-Kro i Rødekro.

P.b.v.
 Christa Jensen

Vi håber alle har haft en god sommer.

Kommende arrangement

Rundvisning på Coloplast, Thisted d. 30. september

Det meddeles hermed, at vi vil afholde et møde i håbet om at skaffe nye medlemmer og oplysninger om, hvad COPA står for. Mødet afholdes på Coloplast i Thisted 30. september.

Der vil være rundvisning og kaffebord.

Tag eventuelt nye medlemmer med.
 Tilmelding Vagn Færch 9752 1686 eller
 Birgit Pedersen 9791 0146.

P.b.v. Birgit Pedersen



Sydvestjylland

Lokalformand:
Lona Spaanheden
 Adalen 4 E
 6710 Esbjerg V
 Tlf.: 4117 7051
lo.spa@hotmail.com



Aktivitetskalender COPA Sydvestjylland

3. oktober
 18. november

International Stomidag
 Julefest

Kommende arrangement

Stomidag

Lørdag d. 3. oktober

Åbent arrangement i

Kirkegade 51, Esbjerg

fra kl. 12.30 til ca. 17.00

Stomidagen indholder blandt andet:

- Stomisygeplejerske Anna Vesterbæk fortæller om hudproblemer og dagligdagen i stomiambulatoriet.
 - Marianne Gotenborg fremviser stomiprodukter fra Coloplast
 - KRAM gruppen fra Varde fortæller om deres arbejde
- Indbydelse tilsendes medlemmerne.

P.b.v. John Kyhl

Ukraine non stop

Af: Lona Spaanheden, COPA-Sydvestjylland

To bestyrelsesmedlemmer, formand Lona og kasserer John, har været på ekskursion i Ukraine, med landsformanden og en gruppe på seks personer fra Århusområdet. Besøget gjaldt venskabsforeningen ILKO i Odessa, hvortil personer fra Århusgruppen indsamler og pakker stomi-overskudsprodukter, mest produkter der har overskredet sidste salgsdato. Produkterne sorteres så de matcher og videresendes til vennerne i Odessa. Samarbejdet med ILCO skyldes Oksana Møller der er dansk gift, hvis mor, Galina Petrusenko, var bosiddende i Ukraine og stomioopereret og afhængig af hjælp fra Danmark. Se Copla-blad 3/2003.

Sortehavsbyen Odessa, kaldet Sydens Vidunder, er en skøn by, med historiske bygninger og en afslappet atmosfære. Vi boede centralt i den gamle bydel, og for alt det praktiske stod stomisterne i Odessa, i samarbejde med Oksana hjemmefra. Intet var overladt til tilfældigheder.

Vi lagde ud med et hospitalsbesøg, på stomiafdelingen, hvor også ILCO Odessa har et lille rum, og i yderligere et lille rum opbevarede den livsvigtige hjælp fra Århus. Bygning og lokaler ligner noget fra 1940'erne Danmark, men de ansattes engagement og entusiasme var ganske nutidig. Underbeholdningen, elendige statsbevilgninger og udstyr; det er ikke kun en kamp mod sygdom!, men viljen fejler ikke noget.



Læge, overlæge, Henning og daglig leder af ILCO Odessa.



Strandhygge.



Bad i Sortehavet.

En hospitalsstue rummer op til ni senge, men med pårørende bor der op til tolv personer på stuen, hvor de "mest raske" og pårørende hjælper de nyopererede, og hvordan det er at klare sig med stomi går fra mund til mund på afdelingen. Afdelingen rummer 75 patienter, 2 toiletter og 4 sygeplejersker. Som overlægen udtalte: "Vi kan anlægge en stomi og være lidt sjælesørger, patienterne kommer alt for sent, da de selv skal betale, og når de er udskrevet ser vi dem sjældent igen".

En pension i Ukraine ligger på ca. 560 kr. en stomipose koster mellem 15 og 35 kr. altså 18-20 poser pr. måned, så er der selvfølgelig ikke til husleje, mad, tøj og alt det andet!! En stomipose i Ukraine kan vaskes og hænges til tørre 6-7-8 gange; - det hjælper alt sammen.

I Ukraine er det socialt uacceptabelt at have en stomi, så det er en ekstra byrde at bære alene. ILCO arrangerede et restaurantbesøg, hvor der rigtigt blev kræset for de danske venner.

Restauranten var ejet af en stomioopereret, der holdt sin operation hemmelig, af frygt for følgerne.

Vi glædede os alle til besøget i landsbyen Chervonoznamenka, hvor vi var inviteret til forkost hos Oksanas søster Larisa og kæresten Vladimir. Inden mødtes vi med Ivan Vasiljevich, borgmesteren, der ville by og egnens bedste. Han var jovial/ægte og roste

(COPA-Sydvestjylland fortsætter næste side)

Ukraine non stop fortsat:

Larisa for alt det hun havde bibragt landsbyen. Vi fornemmede vort besøg havde betydning. Efter borgmesterkontoret så vi det etnografiske museum, biblioteket (med H. C. Andersen på ukrainsk), frihedsmonumenter og skolen fra en svunden tid, skønt at gense 50'erne.

Tilbage til Larisa, Vladimir, Roman og Sasja m.fl. til en overdådig frokost, bestående af ukrainske nationalretter, alt lavet fra bunden. Sikke et gæstebud. Her var kræset med ret efter ret. Vi spiste i fire timer, og sagde skål i vodka. Jeg spurgte Larisa, hvor mange dage inden besøget, hun var startet på maden? Jamen samme morgen, - godt nok tidligt!

Halvanden time senere var vi igen i Odessa. Temperaturen i skyggen var 38°, så flere hoppede i Sortehavet.

Tæt på Odessa var vi på rundtur i Katakomberne, hvor smuglere, partisanere og modstandsbevægelsen, havde holdt til. 2.500 kilometer gange, 140 meter under jorden, hvor der var alt nødvendigt til en dagligdag. Utroligt skræmmende og spændende.

Et besøg i Odessas verdensberømte opera og balletteater var også en oplevelse. Så flot en arkitektur, fantastisk. Interiøret er dekoreret med 2 ton rent guld. Det pynter. Operaen var ferielukket, men Larisa fra ILCO kender direktøren, så der var indlagt en operaforestilling. Odessa er virkelig en seværdig perle, der har alt. Stor tak for alle oplevelser, gæstfrihed



Larisa & borgmesteren.



ILCO "familiebillede".



Klasselokale i den radioaktive by; forladte bøger.

og varme til Larisa Dzjuba, Aleksandra Nikitina, og de andre ILCO aktivister. Alle havde valgt et par ekstra dage i hovedstaden Kiev, og

igen ramte Oksana plet med et hotel præcist i centrum, med gå-afstand til de fleste seværdigheder.

Vi var på et uhyggeligt

besøg i byen Pripjat og atomkraftværket Chernóbyl, få kilometer fra grænsen til Hviderusland. 40 kilometer før Chernóbyl hørte trafikken op, den eneste bil på vejen var vor. Med passende afstand, gennem flere kontrolposter, inden vi hentede vor guide, så den endelige grænse 5 km. før, hvor vi fremviste pas og adgangstilladelse, inden vi så hvad mennesker kan frembringe. Vi så selve det gigantiske værk, der var i projekt til at blive verdens største, inden det gik galt. Heldig for Vesteuropa gik vinden den rigtige vej. Synd for andre, men radioaktiviteten kunne måles over hele kloden. Efter værket kørte vi til spøgelsesbyen Pripjat, hvorfra 40.000 mennesker blev evakueret. I byen står alt som det var ved evakueringen. I skolen ligger skolebøgerne stadig på pultene. Der er skrevet på tavlen. Glasset i betonhøjhusene har for længst givet op, selv asfaltvejene har kapituleret og naturen

er på fremmarch overalt. Vi var inde i bygninger for at SE. Bygninger der kunne falde sammen når som helst. Under hele besøget målte guiden konstant radioaktiviteten. For igen at forlade området ved 5 km. grænsen måtte vi vise pas og ud af bilen, ind i en bygning, gennem et apparatur, for at se om nogen lyste i mørke. Nej selvfølgelig for at måle hvor radioaktive vi var. Der var en del at tale om ved aftensmaden.

Ukraine non stop. Fabelagtig tilrettelagt, først og fremmest af Oksana og med en kæmpe indsats af ILCO Odessa. Tusind tak for turen og det gode kammeratskab. ■

Ringkøbing



Lokforbundet

Niels Smed Christensen
Tværvej 4, 7790 Thyholm
Tlf.: 9787 5290

Siden sidst

Vejret var med os 27. juni - dejlig dag

Vores udflugt i år gik til Hjerl Hede. Vi mødtes ved indgangen kl. 11, og startede med at finde et sted hvor vi kunne nyde vores medbragte kaffe, rundstykker og snegle.

Derefter gik vi rundt, og så på de mange aktiviteter der var. Det var den første dag, det var levendegjort. Nogle var ude og køre med damplokomotiv, og andre med hestevogn. Heldigvis var vejret med os i år, solen skinnede og det var dejligt.

Vi mødtes igen kl. 14 og nød en øl, vand eller is sammen og havde så igen lidt tid, til at se det vi ikke havde nået endnu, inden vi skulle mødes ved Skyttehuset kl. 16.

Der hyggede vi os sammen, og snakken gik lystigt, mens vi spiste hønsesalat, svinekam stegt som vildt m/waldorfsalat og nøddekurve m/is og frugter sammen med en kop kaffe.

Vi havde en rigtig hyggelig dag.

COPA-Ringkøbing fortsætter næste side)



Bowling 8. oktober kl. 18.00

Den 8. oktober skal vi bowle og spise i

Bowlingcentret, Mads Bjerresvej 5, 7500 Holstebro.

Vi mødes kl. 18 og starter med at bowle en time. Derefter spiser vi bufftet, og hygger os sammen.

Alt dette får I for 75 kr inkl. drikkevarer.

Tilmelding **senest d. 26. september:**

Niels Smed Christensen tlf. 9787 5290 mob. 5194 5290 eller Anders Kristensen tlf. 9735 2242.

Julen nærmer sig

Julefrokost bliver den **28. november** på Hotel Eyde, så sæt kryds i kalenderen.

P.b.v. Ingeborg Christensen



Århus

Lokalformand:
P.t. vakant.

Henvendelse:
COPAs sekretariat eller
aarhus@copa.dk

Aktivitetskalender COPA Århus

16. september	Silkeborgklubben
22. september	Århusklubben
23. september	Svømning i Århus
3. oktober	International Stomidag
21. oktober	Silkeborgklubben
27. oktober	Århusklubben
24. november	Medlemsmøde i Randers
2. december	Julehygge i Århus

Rådgivning på Århus Sygehus THG indgang 1 A, 2. Sal

Lokalet til venstre for trappen/elevatoren (mellem afdeling 260 og 280)

Mulighed for en samtale med en ligestillet.

17. september	kl. 16.00 - 17.30
1. oktober	kl. 16.00 - 17.30
15. oktober	kl. 16.00 - 17.30
29. oktober	kl. 16.00 - 17.30
12. november	kl. 16.00 - 17.30

En rigtig god dag

Sommerudflugt Samsø 20. juni

Efter opsamling i Randers, Århus Musikhus og Viby Torv begav vi os i bussen på vej til Hou, hvor yderligere 5 personer stødte til selskabet. Hermed var vi 33 samlet til udflugt til Samsø.

Vi gik ombord på færgen og fik anvist en plads i agterstaven til dagens første måltid. Rundstykker og kager med kaffe og te.

I Koldby Kås blev vi budt velkomment af vores guide Holger Bertelsen, der fulgte os hele dagen på Samsø.

Vi startede ved et besøg på Samsø velkomstcenter, hvor vi så en 8 minutter lang film om Samsøs historie og tilblivelse. Herefter videre til Restaurant "Ved Kæret", hvor vi fik serveret en LÆKKER 2 retters menu bestående af Stegt kalkunbryst med SAMSO-kartofler og andet "grønt" fra øen. Til dessert fik vi en meget lækker kold rabarbersuppe med en kugle is med hvid chokolade.

Fra restauranten gik vi hen til Samsø Bryghus. Her fik vi en meget grundig og dygtig fortalt historie om øl-brygning. Vi skulle smage HELE 8 øl, så den halve time, der var afsat, strakte ikke til. Vi ville jo ikke gå glip af noget, så vi brugte en halv time mere for at være sikker på at kunne nå ALLE 8 øl. Efter denne smagning skulle vi jo også nå at købe noget med hjem og tomme blæren. Øllene både smagte godt og var en fryd for øjet med de meget smukke etiketter med motiv fra Samsø (tegnet af stifterens datter). Eksempel på navne på nogle af øllene: Klokketårnet, Ballebjerg og Brundby. Se evt. hjemmesiden for mere info. www.samsoe-bryghus.dk.

Så kørte vi ellers Samsø tyndt fra Nord til Syd. Vores guide Holger havde rigtig meget at fortælle, både om landskab, historie og anekdoter om kendte mennesker, med en tilknytning til øen.

Vi var blandt andet på øens højeste punkt, hvor vi kunne se både til Jylland og Sjælland.

Vi nåede stort set igennem alle byerne på Samsø: Nordby, Tranbjerg, Ballen, Brundby og Kolby Kås.

Kl. 17.30 skulle vi med færgen retur til Hou. På færgeturen fik vi håndmadder og kaffe/te. Der var ikke så mange med færgen, så vi kunne stige i bussen ombord, så vi kunne køre direkte fra færgen og hjemad. Det sparede os for lidt tid at vi ikke skulle samle op og endnu engang tælle til 33, som vi havde gjort så mange gange denne dag.

Tak til alle deltagerne for en rigtig god dag.

P.b.v. Helle Jørgensen

Ølsmagning på Samsø.



Kommende arrangementer**Silkeborgklubben**

Vi mødes 3. onsdag i hver måned i Medborgerhuset, Søvej til et par timers snak og hygge.

September: I september bliver det onsdag den 16. kl. 19.00.

Oktober: Den 21. oktober kl. 19 sætter vi gang i en helt ekstraordinær aften: Sygeplejerske Susanne Green fra Regionshospital MIDT, Silkeborg vil fortælle om stomi og årsager til anlæggelse af stomi. Efter en kaffepause får vi besøg af en diætist, som selv har en kolostomi. Hun vil gøre os klogere på at leve godt med vores stomier, både ileo- kolo- og uristomi. Danpleje kommer og viser de sidste nyheder og er vært ved kaffen. Vi vil blive glade, hvis I **tilmelder jer på forhånd**, men det er absolut ingen betingelse.

På gensyn til en spændende aften.

Du kan kontakte Ingelise Lund Pedersen på tlf. 8682 5492 eller på mail ilp.kp@youmail.dk

Kommende arrangementer**Århusklubben**

Som noget nyt holder Århusklubben i efteråret åbent om eftermiddagen fra kl. 14 til kl. 16. Stedet er Langenæs Handicapcenter - lokalet med indgang fra parkeringspladsen. Vi har valgt at sætte et par emner på programmet, samtidig med, at der bliver rigelig tid til at hygge sig og snakke hen over en kop kaffe/te og kage.

September: Vi mødes den 22. september kl. 14. – 16. Jonna Espensen fra Dansac og Hollister kommer og fortæller om pasning og pleje af stomi, særligt med henblik på hudplejen. Hun har selvfølgelig også prøver med på stomiprodukter.

Oktober: Den 27. oktober kl. 14 – 16 mødes vi igen. Da kommer Elsemarie Kraul og fortæller om, hvilke rettigheder man som stomiopereret har.

Vi glæder os til at se jer, og håber at I har lyst til at komme i klubben, og nyde samværet med andre ligestillede.

Af hensyn til brød og kaffe bedes **tilmelding** ske til Erik Hjerresen, tlf. 2167 3583, som er kontaktperson.

Kommende arrangement**Svømmeaften****onsdag d. 23. september**

D. 23. september er sommeren på retur, men det betyder ikke at badetøjet skal pakkes væk – derimod skal vi igen have luftet badetøjet og pudset dykkerbrillerne. Sæt derfor kryds i kalenderen og skynd dig at tilmelde dig.

Vi mødes onsdag d. 23. september kl. 18.00 ved billetlugen til "Spanien", altså svømmebadet "Spanien" i Århus midtby, ved rutebilstationen.

Her vil vi nyde en dejlig "rørende" svømmetur eller blot flyde rundt i vandet og føle os fjerlette (du skal ikke nødvendigvis kunne svømme), vi har mulighed for at nyde massage

COPA-Århus fortsætter næste side)



Tænd computeren og
bestil uafhængigt af
åbningstider. Helt enkelt
- når det passer dig!

www.onemed.dk
Vor net-butik er åben 24 timer i døgnet!

DANPLEJE
ONEMED DENMARK A/S

ved vandtryk, spabad, sauna og ydermere dampbad med tilhørende duftende olie iblandet salt, der giver et helt fortryllende velvære og babyblød hud....så du forstår nok, det er et tilbud der er værd at tage imod. Vi kan frit vælge de af mulighederne, vi har lyst til (eller dem alle), men en tur i bassinet skal vi dog. Du kan trygt tilmelde dig, der er altid COPA-rådgivere med i omklædningsrummet og i vandet.

På grund af begrænset deltagerantal, går vi efter "først til mølle" princippet, så skynd dig at tilmelde dig, - dog har 1. gangs og nyopererede medlemmer første prioritet.

Atter er COPA gavmild med et godt tilskud: Vi giver indgangsbilletten til svømmehallen samt et væsentligt tilskud til de af svømmerne, der efterfølgende ønsker at gå med på restaurant / spisested, hvor vi nyder god mad og et glas vin / vand, medens vi puster ud i muntert og hyggeligt samvær med ligestillede.

Der er en egenbetaling på 50,00 kr. for medlemmer / støttemedlemmer og 100,00 kr. for ikke medlemmer.

Tilmelding **senest d. 20. september:**

Jes Petersen tlf.: 8628 4004 eller 4084 2840.

*Svømmehilsen
Mariann Olesen*

Kommende arrangement

Efterårsmøde i Randers

Vi er i øjeblikket ved at planlægge et efterårsmøde i Randers. Vi forventer, at det bliver den **24. november**. Så reserver derfor dagen til et spændende arrangement i Randers.

Kommende arrangement

Julen nærmer sig

Julehygge i Århus. Sæt allerede nu kryds i kalenderen den **2. december kl. 16.00** til årets julehygge i Langenæs Handicapcenter.

Kommende arrangement

International Stomidag lørdag d. 3. oktober kl. 13.30 på Skejby Sygehus



COPA Århus Lokalforening inviterer til International Stomidag, Motto: **"Reaching out"**

Program

- 13.30 Udstilling v/forhandlere og producenter af stomiprodukter og COPA.
- 14.00 Velkomst v/regionsrådsformand Bent Hansen, Region Midtjylland
- 14.15 Bestyrelsesmedlem for Stomiforeningen COPA-Århus.
- 14.20 Foredrag v/afdelingslæge Kasper Olsen, Skejby Sygehus - emne: *Urostomi og urinafledning.*
- 14.50 En urostomiopereret fortæller - emne: *At leve med en urostomi.*
- 15.05 Kaffe/te pause i fællesarealerne.
- 15.45 Udstilling v/forhandlere og producenter af stomiprodukter og COPA.
- 15.45 Foredrag v/overlæge Henrik Christensen, Århus Sygehus, Tage Hansensgade - emne: *"Våd-stomi" og andre stomiformer.*
- 16.15 Søren Hilligsøe Outzen., en J-pouch opereret fortæller - emne: *Et bedre liv med J-pouch.*
- 16.30 Udstilling v/forhandlere og producenter af stomiprodukter og COPA.
- 17.30
- 19.00 Middag i Restaurant Napa, Banegårds Plads 14 (det tidligere Plaza Hotel). Som afslutning på en god dag glæder os til at se alle til en lækker middag om aftenen. Pris: Medlemmer af COPA kr. 150,- Ikke medlemmer egen betaling. kr. 310,-. Tilmelding til middagen kan ske **senest den 24. september** efter "først til mølle" princippet: Jes Petersen tlf.: 8628 4004 eller 4084 2840.

Forhandlere og producenter på udstillingen:

Stotec, Braun, Focuscare Denmark, Kirstine Hardam, Coloplast, Dansac og ConvaTec.

P.b.v. Elsemarie Kraul

Nordjylland



Lokalformand:

Jørgen Dresfeldt
Søndre Kongevej 56
9400 Nørresundby
Tlf.: 4050 0990

Yderligere kontaktperson:

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

www.nordjylland.copa.dk
nordjylland@copa.dk

Rådgivning på Aalborg Sygehus Nord og Syd Mød en COPA-rådgiver

NORD: Vi træffes i forhallen (patient til patient) på Aalborg Sygehus Nord den sidste torsdag i hver måned kl. 10-12. (dog ikke juli og december).

SYD: Vi træffes ved kir.gas.amb. Aalborg Sygehus Syd den sidste torsdag i hver måned kl. 13-15. (dog ikke juli og december).

Læg mærke til E-mailadressen: nordjylland@copa.dk

Den kan I også bruge til at indsende idéforslag til fremtidige arrangementer. Det skulle jo gerne være jeres ønsker, der bliver opfyldt og ikke bestyrelsens.

Bjarne Baarup

Hjemmesiden

Fremover bliver kun de seneste billeder fra vores arrangementer lagt ind på www.nordjylland.copa.dk i en kvalitet, som gør det værd at hente de billeder, man er mest interesseret i.

Bjarne Baarup

Kommende arrangement

International Stomidag afholdes

torsdag d. 1. oktober kl. 10.00 - 14.00
i forhallen på Aalborg Sygehus Syd

COPA, Nordjylland inviterer til International Stomidag.

Repræsentanter fra bestyrelsen i COPA-Nordjylland, fra Mediq (tidl. Kirudan) og fra Dansac vil være tilstede i hele perioden.

Desuden vil der være stomisygeplejersker på standen kl. 10.00 - 11.30 og 12.30 - 14.00 – både fra Stomiklinikken på Syd og fra Urologisk Ambulatorium på Nord.

Skulle du få lyst til eller have brug for en snak med én af de ovenstående er du meget velkommen til at besøge standen - også selvom du ikke er medlem af COPA.

Vi ses.



Kommende arrangement

Julen nærmer sig

Julefrokost. Sæt kryds i kalenderen **søndag den 6. december**. Det bliver nemlig datoen for vores årlige julefrokost på Skalborg Kro.

Bemærk, at vi i år har flyttet dagen til en søndag.

Nærmere oplysninger i næste nummer; men bortset fra dato- flytningen er der ikke den store revolution i vente.

P.b.v. Bjarne Baarup

Colitis- /Crohngruppen Vest

Kontaktperson:
Dorte Nyholm Jensen
Kragelund Tvævej 28B
8600 Silkeborg
Tlf.: 6615 1565
dotte@inbox.com

En lille opfordring

Hvis du sidder derude og føler, at du er den eneste i verden, der har Crohn eller colitis og savner nogen at dele erfaringer med eller stille spørgsmål til, så er Colitis-/Crohngruppen måske noget for dig.

Det er ganske uforpligtende at møde op, og du er ikke bundet til at komme mere end en gang, hvis det ikke lige er dig. Vi taler om løst og fast, og alle emner diskuteres, det handler ikke kun om sygdom.

Hvis du føler, at dette er noget for dig, så kontakt Dorte Nyholm Jensen på 6615 1565 eller dotte@inbox.com

Tilmelding er nødvendig af hensyn til indkøb til kaffen. Nærmere detaljer om tid og sted kan findes under kommende arrangementer her i bladet og på www.copa.dk Vi ser frem til at møde dig.

Kommende arrangementer

Aktiviteter Crohngruppen Vest

Vores mødedage foregår som regel på
Langenæs Handicapcenter Langenæs Allé 21, Århus

Kommende mødedage:

Tirsdag d. 29. september kl. 19.00

Tirsdag d. 6. oktober Crohnaften kl. 19.00

Tirsdag d. 17. november kl. 19.00

Vi fungerer som selvhjælpsgruppe og mødes derfor på lige vilkår, dvs. at der på vores mødedage ikke vil være forberedt et program. Du kan selv være medbestemmende vedr. mødeaftener og arrangementer. Alle med relation til morbus Crohn og colitis ulcerosa er meget velkomne.

Kom og se om det kunne være noget for dig at tilbringe et par timer hver anden måned i hyggeligt samvær med andre ligestillede.

Tilmelding nødvendig af hensyn til indkøb af lidt til kaffen.

Tilmeld dig til Dorte Nyholm Jensen tlf. 6615 1565 eller mail dotte@inbox.com

Kommende arrangement

Crohnaften 6. oktober med Jørgen Agnholt

Crohngruppen inviterer alle interesserede til Crohnaften d.

6. oktober på Langenæs Handicapcenter, Langenæs Allé 21, Århus. I år har vi været så heldige at få overlæge Jørgen Agnholt til at komme og fortælle om de nyeste ting, der rører sig inden for Crohn og colitis. Det er 2 år siden Jørgen Agnholt sidst var forbi og fortælle om de nyeste forskningsresultater, hvilket var meget interessant, så vi glæder os meget til at høre, hvad der er sket siden sidst. Jørgen Agnholt er tilknyttet Hepato-gastroenterologisk afd. V ved Århus Sygehus NGB.

I den indlagte pause vil der blive serveret kaffe, te og lidt godt til ganen. Efter indlægget vil der selvfølgelig være mulighed for at stille spørgsmål.

Aftenens program (mindre afvigelser kan forekomme)

Kl. 19.00	Velkomst.
Kl. 19.10	Indlæg af Jørgen Agnholt.
Kl. 19.55	Pause med lidt godt til ganen.
Kl. 20.25	Afslutning af Jørgen Agnholts indlæg derefter er det tid til spørgsmål.
Kl. 21.30	Tak for i aften.

Arrangementet er ganske gratis, COPA er den gavmilde vært. Det eneste man skal sørge for er transport og godt humør.

Alle interesserede er velkomne, dog er tilmelding nødvendig af hensyn til indkøb. Så hvis du har lyst til at tilbringe et par timer i godt selskab og måske oven i købet blive lidt klogere på din sygdom, så kontakt Dorte Nyholm Jensen på tlf. 6615 1565 eller per mail dotte@inbox.com **senest fredag d. 25. september**, men gerne før.

Vi glæder os til at se dig.

P.g.v. Dorte Nyholm Jensen



Familiær Adenomatøs Polypose

Interessegruppens repræsentant og
Kontaktperson Vestdanmark:
**Susanne Jakobsen, Elsdyrvej 15, Strandhuse
6000 Kolding Tlf.: 2165 9460
susanne.elsdyrvej@gmail.com**

Kontaktperson Østdanmark:
**Peer Kühne, Lindevej 183500 Værløse Tlf.: 4498 2340
peer_kyhne@tdcadsl.dk**

Kommende arrangement



Arvelige kræftformer 24. oktober

Foredraget "ARVELIGE KRÆFTFORMER" afholdes den
24. oktober 2009 kl. 13.00 – 17.00

i Århus på Restaurant Martino,
Marselisborg Havnevej 46 B, 8000 Århus C.

Arrangementet afholdes eventuelt i samarbejde med Dansk
Brystkræft Forening og Netværk Modernærkekræft.

Dagen er, i samarbejde med Lone Sunde, overlæge, klinisk
lektor, PhD og Ole Thorlacius-Ussing, professor, overlæge,
dr. med., planlagt med oplæg/foredrag og mulighed for
efterfølgende debat.

For deltagere, som ønsker det, kan der på stedet indtages en
frokost inklusive 1 øl eller 1 vand fra kl. 12.00. Se tilmeldings-
kupon.

Dagens program:

- Kl. 12.00 Frokost for alle, der har tilmeldt sig.
OBS - se tilmeldingskupon forneden
- Kl. 13.00 Foredrag/oplæg af Lone Sunde og
Ole Thorlacius-Ussing
- Kl. 17.00 Slutter arrangementet.

Der vil i løbet af eftermiddagen være indlagt pauser samt blive
serveret kaffe og frugt.

For COPA-medlemmer koster foredraget 40 kr.
Ønsker man også at deltage ved frokosten, vil der være
en samlet egenbetaling på max 120 kr.
For deltagere uden tilknytning til COPA vil foredraget
koste 90 kr. og frokosten max 160 kr.
Frist for bindende tilmelding er onsdag den 1. okt.
og kan ske:

Pr. post: Susanne Jakobsen, Elsdyrvej 15, 6000 Kolding
Via mail: susanne.elsdyrvej@gmail.com eller
peer_kyhne@tdcadsl.dk

Pb.v. Susanne Jakobsen og Peer Kühne

Lone Sunde, overlæge.

24. oktober kan du bl.a. møde Lone Sunde.

Lone Sunde giver genetisk vejledning på
klinisk genetisk afdeling i Århus.

Nogle er arveligt disponeret for kræft, og
deres risiko for at få kræft igen er meget stor.
En gentest kan afklare, hvilken forebyggende
behandling man skal have. Endvidere ved
f.eks. konstateret coloncancer hos et familie-
medlem kan der være overvejende sandsynlig-
hed for, at familien har arvelig "late onset
coloncancer" og at alle børn fra en ramt
familie bør tilbydes kontrol; Coloskopi
hvert 2. år fra efter det fyldte 45 år. (red)



Tilmelding FAPs arrangement i Århus den 24. oktober 2009

Navn:.....Tlfnr.:.....

Adresse:.....

COPA-medlem:..... Medlemsnr.:.....

Antal deltagere - ikke medlem:.....

Frokost ja ☐ nej ☐

Jeg ønsker frokostret nr.: Skriv antal i rubrikken

☐ 20. Hjemmelavet bixsemad m/spejlæg, rødbeder, rugbrød og smør.....98,-

☐ 22. 3 stk. svinemørbradbeef a lå creme m/bløde løg, champignon, rødbeder og stegte kartofler.....128,-

☐ 26. Stjernesud m/stegt og dampet rødspættefilet, rejer, asparges, caviar, citron og dressing.....115,-

☐ Lille fadøl 30,- ☐ Lille sodavand 25,- ☐ Stor sodavand 35,-

I alt kr.:.....



Forældre- gruppen

Interessegruppens repræsentant
samt gruppens kontaktperson:
Rolf Nielsen, Bøgeskov Høvej 9 B
8260 Viby J
Tlf.: 8737 6707 Fax: 8628 7831
pn-plantedekoration@mail.tele.dk



Kommende arrangement

At være en familie med en kronisk sygdom

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

Den 9. til den 11. oktober afholdes COPAs familieweekend. I år skal vores familieweekend afholdes på Jørgensens Hotel i Horsens.

Årets temadag: "At være en familie med en kronisk sygdom", hvor Helle Spanggaard, socialrådgiver og familietераpeut fra "The Kempler Institute of Scandinavia", bl.a. vil tage udgangspunkt i: "Hvad er vi mest belastede af for tiden?", "Parforholdet og forældreskabet" og "De raske søskende".

Til børn og unge er der flere spændende aktiviteter, og bare rolig "unge damer", der er mulighed for en strøgtur.

Prisen pr. deltager

fra 0 til 2 år er kr. 0,00

fra 3 til 15 år er kr. 300,00

Fra 16 år kr. 400,00

I prisen er ophold, mad, drikkevarer (1 genstand pr. måltid).

OBS ændret tilmelding!!!!!!

Tilmelding skal ske *senest den 25. september*, via indbetaling af deltagergebyr til girokonto:

7090331 (kortart 01)

Husk! at påføre navn og medlemsnummer på indbetalingen, samt indsendelse af vedhæftede tilmelding eller indsendelse af mail til sekretariatet.

Deltagerlister og program vil blive udsendt efter modtagelse af betaling.

Bemærk at det efterfølgende er muligt at ansøge om tilskud fra kommunen.

Evt. spørgsmål kan rettes til:

Rolf Nielsen, Bøgeskov Høvej 9 B, 8260 Viby J

Telefon 8737 6707 (efter kl. 16.30)

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

Forældregruppen håber på at hilse på mange nye medlemmer og på et gensyn med alle de gode kendinge.

Mange hilsner fra Forældregruppen

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



De raske søskende

Parforholdet og forældreskabet

Strøgtur

Tilmelding

Ja tak, vi vil gerne deltage i familieweekenden i dagene fra den 9. til den 11. oktober

Best Western Jørgensens Hotel • Søndergade 17-19 • DK-8700 Horsens • Tel. +45 75 62 16 00

Barnets for- og efternavn.....

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

Forældres navne.....

Adresse.....

Postnummer.....By.....Tlf.....

Diagnose/stomitype.....

Søskende navn.....Søskende fødselsdag dag/måned/år.....

Evt. bemærkninger.....

*Send tilmelding til COPA, Sekretariatet, Rønnedevej 10, 1., 4100 Ringsted **senest den 25. september** (program, kørselsvejledning og deltagerliste bliver fremsendt).*

Udgiver: COPA, Rønnedevej 10, 1., 4100 Ringsted

LOKALFORENINGER / GRUPPER

(Landsforeningen: tlf. 57 67 35 25)

Lokalforeningerne dækker de tidligere amter, der var gældende til 31.12.2006.

Undtaget herfra er København/Frederiksbergs, Storstrøm Nord^s og Lolland/Falster^s lokalforeninger.

København / Frederiksberg

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

Storkøbenhavn

Marianne R. Bodi
Søborg Hovedgade 211, 4-A
2860 Søborg
Tlf. 23 43 03 53 (bedst 16-18)

Frederiksborg

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

Bornholm

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

Roskilde

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

Vestsjælland

Grethe Krog
Syvendeskovvej 33, Undløse
4340 Tølløse
Tlf.: 59 18 96 93

Storstrøm Nord

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

Lolland-Falster

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

Fyn

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

Syddøstjylland

Hanne Westergaard
Violvej 126 B
8700 Horsens
Tlf.: 75 64 10 86

Sønderjylland

Christa Jensen **)
Korshøj 5
Asserballe
6440 Augustenborg
Tlf.: 74 47 33 70

Sydvestjylland

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

Ringkøbing

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

Viborg

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

Århus

Vakant.
Henvendelse
COPAs sekretariat eller
aarhus@copa.dk

Nordjylland

Jørgen Dresfeldt *)
Søndre Kongevej 56
9400 Nørresundby
Tlf.: 40 50 09 90

Familiær Adenomatøs Polypose gruppen

Susanne Jakobsen
Elsdyrvej 15, 6000 Kolding
Tlf.: 21 65 94 60

Forældregruppen

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

Ungdom

Jane Goul
Dannebrogsgade 17, 2.tv.
9000 Aalborg
Tlf.: 51 89 10 80

Colitis-/Crohngruppen

Østdanmark: Vakant.
Henvendelse COPAs sekretariat

Vestdanmark: Dorte Nyholm Jensen
Kragelund Tværvej 28B
8600 Silkeborg
Tlf.: 66 15 15 65

Urostomigruppen

Vestdanmark: Anne Lise Hansen
Gåskærgade 17 B, 1.tv.
6100 Haderslev
Tlf.: 74 52 00 91 / 29 61 27 76 (mobil)
Østdanmark: Lotte Andersen
Brovænget 10
2830 Virum
Tlf.: 45 85 64 56

*) Medlem af COPAs forretningsudvalg.

**) Suppleant i COPAs forretningsudvalg.