



STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951

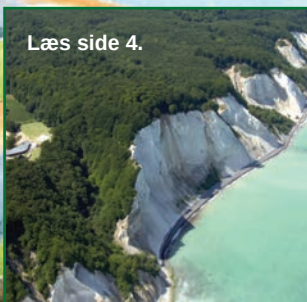
Læs side 10.



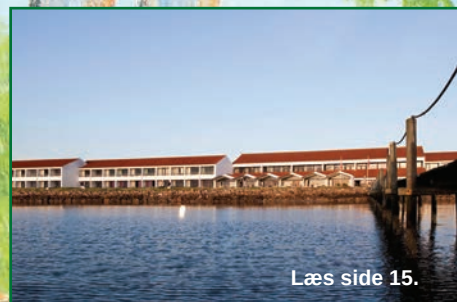
Læs side 12.



Læs side 4.



Læs side 15.



RR93

Kære medlemmer

LEDER



Henning Granslev, landsformand

h.granslev@gmail.com

Her er det nye medlemsblad. De sidste 4 blade har haft et fast forside layout. Begrundelse har været at forsøge med en bedre synlighed af COPA medlemsbladet, der ofte på mange sygehuses infocafeer står på en reol sammen med andre foreningsblade. Det nye blad er ændret lidt på forsiden, således der øverst helt tydeligt står nummer og måned.

Når der fremover vil være en artikel om stomi eller tarmsygdomme i *RASK magasinet* eller *Sygeplejersken* (medlemsblad i Dansk Sygeplejeråd) vil Stomiforeningen COPA have en annonce placeret i tilknytning til artiklen. Håbet er, at flere personer får kendskab til foreningen.

Hjemmesiden har også fået nyt på forsiden. Feltet med nyheder, der er relateret til stomi og mave/tarmsygdomme, er nu med rullende information. Det skulle gerne medvirke til at vække interessen for at læse nyhederne.

I dette blad er tilmeldingsblanket og information om årets sommerophold. Desværre bliver det ikke i Sønderborg, hvilket der har været udtrykt et stort ønske om. Fra maj til juli er der Sønderborg Revy, så de store hoteller er totalt udsolgt i revyweekenderne. På sidste års sommerophold i Maribo var der andre ønsker om byer, der kunne være udgangspunkt for sommeropholdet. Mange havde skrevet Ebeltøft, og det ønske bliver nu opfyldt (læs mere om tilbuddet her i bladet på side 15).

Sagen om de mange problemer med bevillinger på stomihjælpemidler går fremad stille og roligt. Danske Regioner vil sætte sagen på dagsordenen til behandling i Sundhedsudvalget.

Kommunernes Landsforening (KL) er også positiv indstillet til at se på sagen. De tager problemstillingen op med kommunerne i deres netværk. De er bekendt med problematikken, og KL har sidste år i januar måned skrevet til Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse om at foretage en revision af afgrænsningscirkulæret, så der sker en tydeligere afgrænsning mellem hjælpemidler og midlertidige hjælpemidler.

Stomiforeningen COPA vil selvfølgelig arbejde videre med sagen, så den kan blive løst til gavn for brugerne af stomihjæl-

pemidler. Sagsbehandlerne i kommunerne vil selvsagt også få bedre redskaber med en klar og tydelig præcisering i lovtæksten på området for stomihjælpemidler.

DH (Danske Handicaporganisationer) og KL (Kommunernes Landsforening) har den 28. februar indkaldt til en temaeftersmiddag om en model for organisering af brugerinddragelsen i forbindelse med kommunale udbud af hjælpemidler (mødet har været afholdt, når bladet udkommer).

Alle parter må have interesse i at finde en model, der kan resultere i ordnede forhold for brugerne.

Medarbejderne i ministerierne har travlt med mange sager i den økonomisk svære tid, så derfor tør jeg ikke spå om, hvor lang tid der går, inden sagen er løst.

Medicoindustrien har til deres generalforsamling bedt Stomiforeningen COPA holde et oplæg til et debattmøde om brugerperspektiv i fremtidens sundhedssystem. Her vil det være helt relevant at tale om vigtigheden med at inddrage de rette patientforeninger til møder vedr. brugerinddragelse, når der skal laves kommunale leverandøraftaler.

Region Hovedstaden har bedt Stomiforeningen COPA om konkret viden og de særlige udfordringer der er i livet som en "kronisk stomi-bærer" – "Regions Hovedstadens betegnelse for en med stomi).

Vi skulle ultrakort angive tre udfordringer/problemer i hverdagen og komme med tre forslag på hjælpemiddelområdet.

Udfordringer/problemer:

1. Unge med kroniske tarmsygdomme skal ofte kæmpe for at få forhøjet SU. Begrundelsen til forhøjet SU er, at de ikke har overskud til at klare et fritidsjob og samtidig passe et studie.
2. Dækning af merudgifter ved tandlægebeøg.
3. Ret til Patientuddannelse. Selv om stomi/reservoir-opererede ikke umiddelbart er patienter, skal de lære at leve livet med det "usynlige handicap".

Hjælpemiddelområdet:

1. Ret til frit at vælge leverandør. Mange kommuner overholder ikke dette.
2. Ret til frit at kunne vælge mellem stomihjælpemidlerne, uden en sagsbehandler stiller spørgsmål ved, om det nu er det bedst og billigst egnede.
3. Tilbud fra kommunerne til deres sagsbehandlere om at deltage i en temadag med oplæg fra stomisygeplejersker, læger og COPA om dagligdagen som stomi-/reservoiropereret - herunder en viden om at have de rigtige stomihjælpemidler til et leve et normalt liv.

Som der kan læse er der nok af udfordringer i fremtiden.

Alt er nu ikke kun negativt og kedeligt – selv om det er gråvejrlige nu. Det går hurtigt mod lysere tider – ca. 3 ekstra minutter pr dag. Og det er snart påske, så er der tid til at slappe af, tage på en lille ferie, få lidt sol og varme i en krog på terrassen, og tid til at være sammen med familie og venner.

Hvis du har en dårlig dag, så husk at tænke positivt – i morgen kommer atter en dag. Den bliver helt sikkert dejlig.

HUSK: Livet er ikke det værste man har – og om lidt er kaffen klar. ■



Stomiforeningen COPA

• **Sekretariatsleder:** Britta Mogensen.

Sekretariatet

Jyllandsgade 41, 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@gmail.com

• Vicelandsformand:

Gisela Schjøtt

Birkemosevej 30, 3550 Slangerup

e-mail: schjoett@webspeed.dk

Tlf.: 4733 4434

• Lokalformænd og -grupper:

Se bagsiden.

Medlemsbladet COPA

Copa-bladet udkommer 6 gange om året, d. 10. i ulige måneder. Næste blad udkommer 10. maj 2013.

Oplag: 4500 stk.

Tryk: LaserTryk A/S, Aarhus.

• 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 (tekst i word) eller med PostDanmark til sekretariatet. Sendes foto/illustrationer pr. mail, skal det være som *selvstændige* påhæftede filer, *højest 5 MB pr. fil*; opløsning 300 pixels. Færdige højopløselige-CMYK-pdf modtages også efter aftale.

Sidste frist for indlevering af tekst til næste nummer er 10/04.

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 10/04.

Højtopløselig-CMYK/300 dpi-pdf sendes med brevpost til Copa-bladet eller mail til bladet@copa.dk. Andet materiale modtages også - *efter afale*. Materialefrist annoncer normalt 7 dage efter tilsagn. Reproklart annoncemateriale til næste nummer skal være Copa-bladet i hænde **senest: 19/04**.

• **Indstik:** Med forbehold. Nærmere oplysninger om tidsfrister mv.: Redaktøren, bladet@copa.dk

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-bladet.

Copa-blad 2/2013 (marts-april). [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 231].

Indhold:

Leder (<i>Henning Granslev</i>).....	2
På Møns Klint i kørestol.....	4
EMA godkender ny, livsforlængende behandling af tarmkræft.....	9
Udbredte fedtmyter aflives.....	10
Fordøjelsen. Fødens 9 meter lange og fantastiske rejse.....	12
COPA sommerophold 2013.....	15
Vær forberedt på at blive kropsscannet.....	17
Fokus på inflammatoriske tarmsygdomme.....	18
Et arveanlæg skruer op for effekten af kemoterapi.....	19
Kræftsvulster har hemmeligheder.....	20
Forskere forhindrer spredning af kræft ved at hæmme indre ardannelse.....	21
Gaver og arv	8
Læserne skriver	
Kvinde søges af tidligere pilot med speciale i naturflyvninger.....	8
Nyt fra lokalforeningerne	22

COPA-kontingent 2013

Almindelige medlemmer: 250,-kr. / år Pensionist- og støttemedlemmer: 150,- kr. / år

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 lokalformand. Telefonnumrene på lokalformændene findes på bagsiden af dette blad.

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

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

Foreningens rådgivere er alle stomi- eller reservoiropererede eller har en sygdom, der kan føre til anlæggelse af stomi/reservoir. De har alle et afklaret forhold til deres situation om at leve med stomi/reservoir.

De har været på kurser i bl.a. samtaleteknik og anatomi. Rådgiverne har naturligvis tavshedspligt.

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

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

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

Liste over stomiambulatorier: Se COPA-kalender 2013.

På Møns Klint i kørestol

Hidtil har det været svært, for ikke at sige umuligt at færdes på Møns Klint for personer med bevægelseshandicap. Det er der nu lavet om på.

Den 23. marts indvies en 267 meter træbelagt sti, ”Boardwalken”, som giver adgang til klintekanten med udsigt til hav og kridtpynter.

Nu er man ikke længere begrænset til en tur indendørs, når man besøger Møns Klint som kørestolsbruger eller dårligt gående. Man kan derimod begive sig ud på en tur langs klintekanten og komme ud og mærke vinden fra havet og se de smukke kridtpynter, som Møns Klint består af. Der er nemlig netop færdiggjort en ny *boardwalk*, som fører til udsigtspunktet Freuchens Pynt, hvor der er lavet en stor udsigtsplatform. Der er adgang til boardwalken via et flisebelagt fortov direkte fra de fire handicap-parkeringspladser ved GeoCenter Møns Klints hovedindgang og via en tilslutning fra Café Sommerspirets terrasse.

Kom til indvielsesarrangement

Boardwalken skal indvies på festlig vis, og det finder sted den 23. marts, hvor GeoCenter Møns Klint åbner dørene for sæson 2013. Arrangementet begynder klokken 11.00 ved GeoCentrets hovedindgang. Efter den officielle indvielse byder GeoCentret på forfriskninger på Café Sommerspirets terrasse til alle, der har deltaget i indvielsen. Arrangementet er åbent for alle.



En samlet familieoplevelse

En af de helt store fordele ved *boardwalken* er, at man som for eksempel kørestolsbruger ikke er helt udelukket fra den naturoplevelse resten af familien får. -

”Hvor man hidtil har været nødt til at dele sig op, kan familier med bevægelseshæmmede nu følges ad og opleve den storslåede klint sammen. Det er en stor forbedring!”, siger direktør for GeoCenter Møns Klint og initiativtager, Nils Natorp.

En anden initiativtager bag *boardwalken* er Anders J. Andersen, formand i Vordingborg Handicapråd. Han er også ovenud tilfreds med *Boardwalken*, som han har afprøvet med sin kørestol.

”-Alle kan nu, i kraft af *Boardwalken*, få en oplevelse af Klinten og havet. *Boardwalken* slynger sig smukt igennem den fredede natur. Kvaliteten er i verdensklasse og danner model andre steder”, siger han.

Tilgængelighed på Møns Klint og i GeoCenter Møns Klint

Kørestolsbrugere og andre med funktionsnedsættelse kan således skrive endnu en naturattraktion på listen over tilgængelige seværdigheder i Danmark. Foruden den nye boardwalk rummer GeoCenter Møns Klint en interaktiv udstilling om dannelsen af Møns Klint og det danske kridtfundament og tilgængelige publikumsfaciliteter. De forskellige planer i huset er forbundet med elevatorer. Der er handicaptoilet og ved hovedindgangen til centret er der fire afmærkede handicap-parkeringspladser.

Et enestående naturområde

Møns Klint strækker sig over syv kilometer kyst og er 128 meter på det højeste punkt i et meget kuperet terræn. For 70 millioner år siden, i det man kalder Kridttiden, var Danmark dækket af et tropisk hav, hvori der levede et mylder af fortidsdyr, for eksempel den 15 meter lange rovøgle mosasaueren. I havet levede også nogle bittesmå alger med et uventet skelet bestående af små kalkplader. Når algerne døde, sank deres skeletter til bunds og i en langsom proces over millioner af år blev skallerne til det kridt, som hele Danmark hviler på. På Møns Klint kan man se ind i kridtfundamentet, fordi gletsjere under istiden skubbede og foldede den gamle havbund op til den klint, vi har i dag. (fortsætter side 6)

En ny træbelagt sti, *Boardwalken*, på Møns Klint står færdig og skal indvies 23. marts i år. Illustration: PLH Arkitekter.



Feel the difference



Flexima® Active

Ny elastisk klæber. Fleksibel og sikker.

Flexima® Active er en ny 1-dels stomipose med en helt ny elastisk og hudvenlig klæber udviklet ud fra den unikke SkinTech® formulering. Den giver øjeblikkelig og sikker hæftning til huden – samt en smidighed, der sikrer, at klæberen følger kroppens bevægelser. Den er nem at sætte på og nem at fjerne – helt uden klæberester. Let og smertefrit! Flexima® Active – for en sikker og bedre hverdag.

Flexima® Active – LUKKET med filter

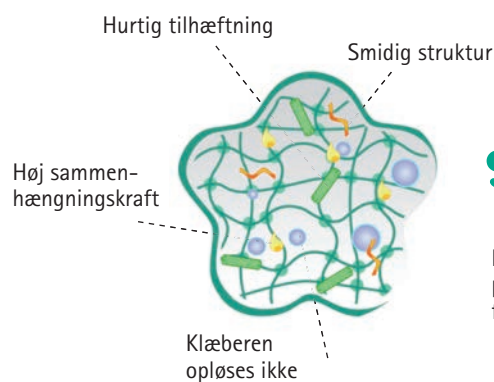


Flexima® Active – TØMBAR med filter



001010

- Fuld hudkontakt for øget sikkerhed
- Elastisk og smidig
- Virkelig god bærekraft
- Ingen klæberester



SkinTech®
Formulation

B Braun har patent på den nye SkinTech® formulering.

For mere information og vareprøver kontakt B Braun Kundeservice på telefon 3331 3141 eller pr. mail kundeservice-dk@bbraun.com
Åbningstider: Man-tors. kl. 8.30-16.00. Fredag kl. 8.30-15.00.

B | BRAUN
SHARING EXPERTISE

På Møns klint i kørestol: fortsat fra side 4:

Denne enestående natur kan nu opleves både langs Boardwalken og fra den store platform for enden af Boardwalken. Her er der nemlig skabt yderligere udsigt ved at beskære træerne ud mod klintekanten. ”Disse åbninger i skovbevoksningen giver mulighed for at se den berømte pynt Dronningestolen og til øerne Rügen og Hiddensee mod sydøst, når vejret er klart”, fortæller den tredje initiativtager skovfoged H.C. Gravesen fra Naturstyrelsen.

Boardwalken har været længe undervejs. For fire år siden mødtes GeoCentrets direktør Nils Natorp, Naturstyrelsens H.C. Gravesen og formand for Handicaprådet i Vordingborg Anders J. Andersen på Klinten for at diskutere, hvordan man kunne forbedre oplevelsen af klinten for gæster med funktionsnedsættelse. ■



Boardwalken begynder ved Maglevandstrappen og slynger sig i landskabet langs klintekanten.
Illustration: PLH Arkitekter.

GeoCenter Møns Klint
Stengårdsvej 8, 4791 Borre
+45 5586 3621
+45 2139 4022
www.moensklint.dk

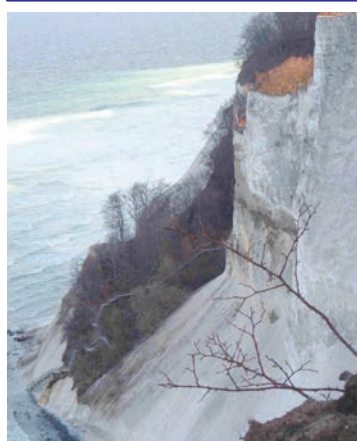


Foto: www.wikipedia.org

Boardwalk på Møns Klint

Boardwalken er blevet en realitet takket være et samarbejde mellem GeoCenter Møns Klint, Naturstyrelsen og Vordingborg Handicapråd samt finansiering på i alt 1,3 millioner kroner fra Ludvig og Sara Elsass Fond, Jascha Fonden, Bevica Fonden, Vanførefonden, Naturstyrelsen og GeoCenter Møns Klint.

Boardwalken er tegnet af PLH Arkitekter, som også har tegnet GeoCenter Møns Klint. Byggeriet blev udført af Byggefirmaet Preben K. Christensen.

Udsigt fra platformen for enden af Boardwalken mod Dronningestolen. Foto: GeoCenter Møns Klint.



Kan stoppe lækage ved alle typer af stomier

Rød, irriteret og kløende hud kan afhjælpes takket være Dermacol®. Salts Dermacol® er en unik stomikrave, som danner en barriere ved stomiroden, og hindrer afføringen i at komme i kontakt med huden.

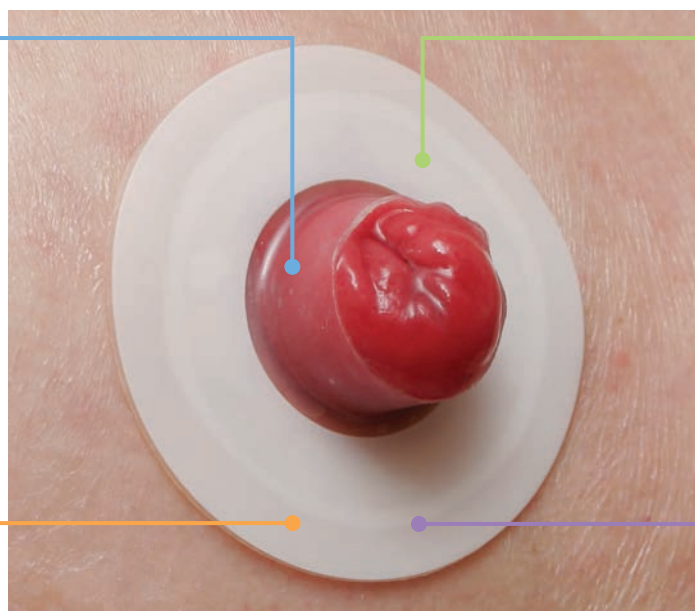
Blød og fleksibel krave



Kraven på Dermacol® er meget tynd og fleksibel. Den følger alle kroppens bevægelser, men slutter hele tiden blødt rundt om stomien. Der er ingen risiko for, at den strammer om stomien.

Let at anvende

Kan anvendes sammen med alle typer af stomibandager, såvel endels som todelsbandage.



Hudvenlig



Pladen på Dermacol® er meget hudvenlig, sidder sikkert og er samtidig meget blød og fleksibel.

Forskellige størrelser

Dermacol® stomikrave findes i 8 forskellige størrelser.

SALTS DERMACOL®		
STOMI STØRRELSE	ANTAL	VARENR
17,5 mm–20 mm	30	DC20
20,5 mm–23 mm	30	DC23
23,5 mm–26 mm	30	DC26
26,5 mm–29 mm	30	DC29
29,5 mm–32 mm	30	DC32
32,5 mm–35 mm	30	DC35
35,5 mm–38 mm	30	DC38
38,5 mm–41 mm	30	DC41



Recognising Salts research
into healthy stoma skin

Læs gerne mere på: www.hardam.dk eller www.hardam-shop.dk

Kirstine Hardam A/S • Måbjerg Skolevej 48 • 7500 Holstebro

Bestil vareprøve ved at ringe til vores kundeservice: 97 423233 • Eller send en mail til: post@hardam.dk

Produktet kan også købes hos din nuværende forhandler

Gaver og arv

Bogført 01/12 2012 - 15/01 2013

Poul Jensen.....	100,00 kr
Mogens Tang.....	50,00 kr
Pia Groth.....	50,00 kr
Bent Holm.....	250,00 kr
Povl Jørgensen.....	50,00 kr
M. Melchiorsen.....	50,00 kr
M. Uhrskov.....	50,00 kr
K. Melchiorsen.....	250,00 kr
Lis Bloch.....	100,00 kr
Finn R. Olsen.....	100,00 kr
Gerda og Børge Fanth.....	200,00 kr
Ib Windfeld.....	250,00 kr
Jeannette Pedersen.....	150,00 kr
Ole Houge.....	100,00 kr
Marie Olesen.....	500,00 kr
Ruth Hansen.....	100,00 kr
Vivian Nielsen.....	400,00 kr
Jørgen Jørgensen.....	150,00 kr
Lotte Jørgensen.....	150,00 kr
Mads Hansen.....	250,00 kr
Jan Andersen.....	250,00 kr
Annelise Jørgensen.....	100,00 kr
Ingrid Dalskov.....	50,00 kr
Erik Jensen-Gadegaard.....	50,00 kr
Marlies Eriksen.....	250,00 kr
Olav Paaske.....	150,00 kr
Gustav Mielke.....	50,00 kr
Kurt Pedersen.....	100,00 kr
Erik Muenster.....	350,00 kr
Allan Jensen.....	50,00 kr
Niels-Erik Schmidt.....	800,00 kr
Kamma Bøgballe.....	100,00 kr
Svend Knudsen.....	350,00 kr
Verna Christensen.....	100,00 kr
Aksel Østbjerg.....	50,00 kr
Kristian Pedersen.....	100,00 kr
Jens Sørensen.....	200,00 kr
Hans D. Sørensen.....	100,00 kr
Magnus Damborg.....	100,00 kr



COPA takker på det hjerteligste.

Gaver / bidrag kan trækkes fra.
Oplys dit CPR-nummer til COPA,
som så indberetter beløbet til SKAT.

Man kan *ikke* trække COPA-kontingentet fra i skat.

LÆSERNE SKRIVER



KONTAKTANNONCE

Kvinde søges af tidligere pilot med speciale i naturflyvninger

Mand med ileostomi søger bekendtskab med en kvinde, der holder af naturen, kan lide at rejse og forhåbentligt også kan lide mig.

Jeg er 55 år, og boede mine første 18 år i Danmark. Derefter fik jeg arbejde 3 år i Botswana, 3 år i Zambia, 2 år i Canada og til slut 20 år i USA.

Efter de mange års ophold i udlandet vendte jeg tilbage til Danmark, og bor nu i Midtjylland - tæt ved Skive.

Ønsker du at stifte nærmere bekendtskab, kan jeg kontaktes på: tlf. 97 53 43 57 eller på mail: helioafrica@hotmail.com



Hilsen Niels Irgens-Møller

Hvor er det mest sikkert at opholde sig?

- Bil? 20% af alle dødsulykker.
- Hjemme? 17% af alle ulykker sker i hjemmet.
- Fodgænger? Du må ikke gå over vejen. Fodgængere er ofre for over 14% af alle ulykker.
- Fly? Du må ikke rejse med fly, tog eller skib. 16% af alle utilsigtede dødsfald sker på fly-, tog- eller skibstrejse.

Men kun 0,0001% af alle dødsulykker sker på stomi-lokalfor- eningers møder. Desuden praktisk talt ingen på FU møder. Det er klart, at det sikreste sted at opholde sig er på lokalforenings- møder.

Kilde: North Central Oklahoma Stomi Outlook juli-august 2011: Travel Tips, Joseph Rundle, Aurora (IL).

Du må hellere gå til næste COPA arrangement - også for at være sikker på overlevelse!

Dallund bliver nationalt kræftcenter

9. januar 2013 overtog Region Syddanmark officielt RehabiliteringsCenter Dallund. Fra 2001 til 2012 har centeret været drevet af Kræftens Bekæmpelse.

Dallund er nu formelt blevet en del af Odense Universitetshospital.

Region Syddanmark skal, sammen med en række samarbejdspartnere, udvikle et nationalt videncentret inden for rehabilitering og smertelindrende behandling af kræft- patienter.

Dallund er en gammel gård, som nævnes første gang i 1400. Gården ligger i Søndersø Sogn, Skovby Herred, Søndersø Kommune. Hovedbygningen er opført i 1540, tilbygget i 1634 og tilbygget igen i 1722 og 1849. Dallunds park er på 5 hektar og søen er på 15 hektar hvor der bl.a. kan fiskes gedder og skaller. Dallund Slots hovedbygning huser i dag Rehabiliteringscenter Dallund. Dallund Gods er på 111 hektar. (Kilde: www.wikipedia.org)



Dallund, Dallundvej 63, 5471 Søndersø.

EMA godkender ny, livsforlængende behandling af tarmkræft

Det Europæiske Lægemiddelagentur (EMA) har netop godkendt det nye kræftlægemiddel, Zaltrap®, til behandling af patienter med tyk- og endetarmskræft med spredning til andre organer. Dermed får en gruppe syge patienter nyt håb om et længere og bedre liv. Allerede ved publikationen af resultaterne, som godkendelsen bygger på, har man taget behandlingen i brug i Danmark. Zaltrap® er baseret på et nyt virkningsprincip, som eksperter har store forventninger til.

Mere end 4.000 danskere får hvert år konstateret kræft i tyk- og endetarmen¹⁾. Det gør sygdommen til Danmarks tredje hyppigste kræftform, og ifølge nye beregninger er tallet stærkt stigende²⁾. Godkendelsen af det nye kræftmiddel Zaltrap® (afli-bercept) er derfor en særligt velkommen nyhed, som vækker stor interesse blandt eksperter landet over.

Resultaterne med Zaltrap® viser en signifikant bedre medianoverlevelse på 13,5 måneder ved behandling med Zaltrap® i kombination med kemobehandlingen FOLFIRI ift. 12,1 måneder for FOLFIRI alene. Behandlingen øger sandsynligheden betydeligt for at være i live efter 2 år sammenlignet med kemobehandling alene. Det er første gang, at et biologisk lægemiddel i kombination med FOLFIRI efter svigt af anden kemoterapi har vist længere overlevelse hos denne gruppe af patienter³⁾.

Ifølge overlæge på onkologisk afdeling på Herlev Hospital, Benny Vittrup, vil godkendelsen af Zaltrap® forbedre danske patienters behandlingsmuligheder.

Nationale beslutningstagere arbejder i øjeblikket i RADS (Rådet for Anvendelse af Dyr Sygehusmedicin) på nye anbefalinger og guidelines for behandling af tarmkræft, og som en del af denne proces vurderes Zaltrap®. Før Zaltrap® kan tilbydes som standardbehandling til danske patienter skal KRIS (Koordineringsrådet for ibrugtagning af Sygehusmedicin) anbefale behandlingen. KRIS forventes at vurdere Zaltrap® på næste møde i april.

Tumorstørrelse bremses

Zaltrap® er en såkaldt angiogenesehæmmer, der bremser kræftcellernes evne til at danne nye blodkar. Hvis kræfttumoren ikke bliver forsynet med blod, kan det bremse væksten eller endda få tumoren til at skrumpes. Zaltrap® giver en hæmning af tre vækstfaktorer, der medvirker til dannelsen af nye blodkar i kræftcellerne. Fremtidig forskning vil afklare, hvorvidt den brede virkningsmekanisme er årsagen til, at Zaltrap® kan virke, selv når kræftceller er resistente over for tidligere behandling. ■

VELOUR studiet

Godkendelsen af Zaltrap® er baseret på fase III studiet VELOUR, som viser en signifikant bedre overlevelse med den nye behandling. Patienter, som modtog Zaltrap® i kombination med kombinationskemoterapien FOLFIRI, opnåede en medianoverlevelse på 13,5 måneder. Risikoen for at dø blev nedsat med 18 %. Til sammenligning var medianoverlevelsen på 12,1 måneder for patienter, der blev behandlet med FOLFIRI alene. I studiet er Zaltrap® givet til patienter, der tidligere er blevet behandlet med oxaliplatin-baseret kemoterapi. Studiet er offentliggjort i det medicinske tidsskrift Journal of Clinical Oncology³⁾.

Referencer

1. Cancerregistret 2011. <http://www.ssi.dk/Sundhedsdataogit.aspx>
2. Kræftens Bekæmpelse (2013): Stadig flere får tarmkræft. <http://www.cancer.dk/Nyheder/nyhedsartikler/2013kv1/Stadig+flere+faar+tarmkræft.htm>
3. Van Cutsem E, et al. (2012): Addition of Aflibercept to Fluorouracil, Leucovorin, and Irinotecan Improves Survival in a Phase III Randomized Trial in Patients With Metastatic Colorectal Cancer Previously Treated With an Oxaliplatin-Based Regimen. Journal of Clinical Oncology ; 30: 3499-3506. Epub 2012 Sep 4.

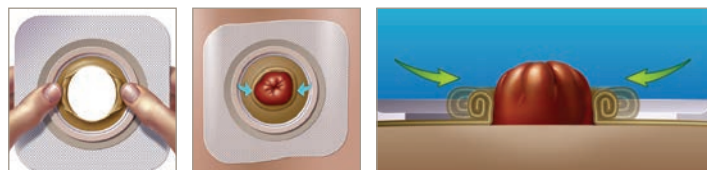


Undervurder
ikke betydningen
af et kram

Vores modellérbare hudplade er helt enkel

ConvaTec Moldable Technology lægger sig tæt omkring de mest uregelmæssige stomier. Det er enkelt at påsætte hudpladen. Med fingrene ruller man hullets kanter ud, til man har stomiens omtrentte størrelse. Man påsætter hudpladen og former materialet omkring stomien – med fingrene. Den perfekte pasform opnås ved hjælp af Moldables indbyggede hukommelsesmateriale, som gør at kanterne ruller tilbage af egen kraft og lægger sig tæt om stomien, som et trykt kram. Kan det blive enklere?

* For yderligere information se brugsanvisningen i pakningen.



Ring og bestil gratis prøver på telefon
48 16 74 75

© 2012 ConvaTec Inc. Symbolerne ®/™ angiver varemærker tilhørende ConvaTec Inc.

Udbredte fedmemyter aflives

Langsomme vægttab, sex og amning forebygger og afhjælper fedme, mener mange. Men det er nogle af de myter, som dr. med. Arne Astrup fra Institut for Idræt og Ernæring ved Københavns Universitet nu afliver i et samarbejde med et hold førende amerikanske forskere. Målet er at opstille mere korrekte sundhedsråd til befolkningen og bedre politikker på fedmeområdet. Forskningsresultaterne publiceres i dag i New England Journal of Medicine.

Der hersker mange forestillinger om, hvilke tiltag der skal til for at forebygge og behandle fedme.

Nu har et internationalt hold af forskere med David Allison fra University of Alabama at Birmingham i spidsen gennemgået den videnskabelige litteratur på området og sammenlignet dem med nyhedsdækningen i medierne med henblik på at adskille myter fra videnskabeligt dokumenteret fakta.

Forskerne konstaterer, at uvidenskabelige overbevisninger om fedme er frem-

herskende på globalt plan i alt fra slankebøger over TV-udsendelser til sociale medier som Facebook, og myndigheder som WHO og vores hjemlige Sundhedsstyrelse. Det påvirker folkesundheden, politiske beslutninger og offentlige sundhedsanbefalinger:

"- Når Sundhedsstyrelsen herhjemme fx råder overvægtige til at satse på små skridt mod vægttab fordi det på sigt giver store vægttab, er det et eksempel på en myte, der savner videnskabelig dokumentation. Det viser, at selv offentlige myndigheder bidrager til udbredelsen af myter i befolkningen. Det skal vi gøre noget ved, hvis vi skal have en chance for at bekæmpe en af vores største folkesygdomme," siger institutleder og professor dr. med. Arne Astrup fra Institut for Idræt og Ernæring ved Københavns Universitet.

Syv populære myter afsløret

Forskerne har identificeret syv særlig populære forestillinger/myter? i medierne, som strider mod den videnskabelige dokumentation på området.

- "Det viser sig, at mange eksempelvis tror, at det er bedre at slanke sig gradvist fordi det modvirker, at man tager på igen. Men de videnskabelige studier dokumenterer det modsatte - at folk der taber sig hurtigt er bedre til at holde vægten efterfølgende," understreger Arne Astrup og fortsætter:

- "Der bliver ofte advaret mod yo-yo diæter eller såkaldt vægt-cykling hvor man "cykler" op og ned i vægt, da det skulle være meget farligt. Men i den videnskabelige litteratur er der ikke belæg for, at det er usundt. Faktisk viser dyreforsøg, at vi er biologisk indrettede til at kunne tåle store svingninger i fedtdepoternes størrelse. Et fornuftigt råd er, at man ikke skal være bange for at tage på i vægt efter en slankekur, så længe slankekuren indeholder tilstrækkeligt med næringsstoffer og kombineres med motion.

Forskerholdet har desuden fundet en række veldokumenterede facts:

- "Vi kunne eksempelvis se, at vægttabsforløb for overvægtige børn giver størst effekt, når forløbet finder sted i børnenes hjem og forældrene er involver-

Centerdirektør for OPUS, dr. med. Arne Astrup.



rede. Mange studier viser også, at selvom genetisk disponering for overvægt spiller en rolle, er det ikke en afgørende faktor for om man udvikler fedme. Og så er det at reducere antallet af kalorier stadig en sikker måde at tabe sig på," siger Arne Astrup.

Regelmæssig motion viste sig også at understøtte vægttab, men kun når man forbrænder mere end man indtager, hvilket kræver at man samtidig fokuserer på, hvad man spiser.

Folk hører det de gerne vil høre

Som en del af forklaringen på, hvorfor myterne har så stor gennemslagskraft siger dr. David Allison:

- "En faktor der spiller ind er 'the exposure effect', som går ud på, at hvis et budskab bliver gentaget længe nok ender folk med at tro på det. En anden medvirkende faktor er vores tendens til at lede efter og tro på informationskilder der bekræfter vores egne meninger."

Casazza, K. et al. *Myths, Presumptions, and Facts about Obesity*. *N Engl J Med*. 2013.368; side 446-454.

Myter om slankekur

Myte 1 Hvis man laver små, vedvarende ændringer af hvor mange kalorier man indtager eller forbrænder, så giver det på den lange bane store vægtændringer.

Fakta: Små ændringer i kalorieindtag og forbrænding akkumuleres ikke til store ændringer. Det er fordi ændringerne i kropsmasse på sigt tilpasser sig små ændringer i kalorieindtag- og forbrænding.

Myte 2 Det er vigtigt, at man sætter sig realistiske mål for vægttab, for ellers er der en større risiko for, at man giver op.

Fakta: Forkert. Flere studier dokumenterer, at folk klarer sig bedre, når de sætter sig mere ambitiøse mål.

Myte 3 Det er bedre at slanke sig langsomt, fordi man oftere tager på igen efter hurtige vægttab.

Fakta: Forkert. Folk der taber sig hurtigt vejer ofte mindre - også flere år efter.

Myte 4 Patienter der føler sig "parate" til at tabe sig er mere tilbøjelige til at foretage de nødvendige livstilsændringer, og derfor bør sundhedspersonale måle hver enkelt patients parathed.

Fakta: Forkert. Studier viser, at det at måle patienters parathed hverken forudsiger vægttab eller undersøger at det sker.

Myte 5 Idrætstimerne spiller en vigtig rolle i forhold til at reducere og forebygge fedme blandt skolebørn.

Fakta: Forkert. Almindelig idrætsundervisning har mange sundhedsvirkninger, men ser ikke ud til at modvirke fedme. Det er da tænkeligt, at det spiller en væsentlig rolle i kombination med andre tiltag, men videnskaben giver ikke belæg for at påstå det.

Myte 6 Amning beskytter børn mod fedme senere i livet.

Fakta: Forkert. Amning er særdeles gavnligt for både mor og barn på mange måder, men studier på området viser ikke, at det beskytter mod fedme.

Myte 7 Man kan forbrænde op til 300 kalorier under et enkelt samleje.

Fakta: Det reelle kalorieforbrug ved et enkelt samleje er nærmere en tyvendedel for en gennemsnitlig mand og kun en smule større end når man sidder i sofaen.

Forskerholdet

Forskerholdet bag resultaterne er ledet af dr. David Allison fra University of Alabama at Birmingham og består ud over en række forskere fra University of Alabama at Birmingham af institutleder og professor, dr. med. Arne Astrup fra Institut for Idræt og Ernæring ved Københavns Universitet, Leann Birch fra Penn State University, Steven Heymsfield fra Pennington Biomedical Research Center, P.K. Newby fra Boston University, Kerry McIver og Russell Pate fra University of South Carolina samt Diana Thomas fra Montclair State University www.nejm.org



ConvaTec

Oplev ConvaTec + design



+ for nyt høj-effektivt kulfilter

+ for nyt vand-afvisende og hurtigtørrende non-woven materiale

+ for ny lomme til diskret at gemme poselukningen

+ for ny InvisiClose poselukning

+ for et nyt og bredere udløb, der gør tømning og rengøring lettere

Vores nye poser hedder Esteem[®]+, Esteem synergy[®]+ og Natura[®]+. De findes til ileostomier og kolostomier.

Et ekstra + giver vi til Stomahesive[®]-teknologien, der har beskyttet udsat hud omkring stomier i 40 år.

Prøv vores nye bandager og lad huden tale for sig selv – huden taler altid sandt.



Ring og bestil gratis prøver på telefon
48 16 74 75

© 2012 ConvaTec Inc. Symbolerne [®]/[™] angiver varemærker tilhørende ConvaTec Inc.

www.convatec.com

Fordøjelsen

- fødens 9 meter lange og fantastiske rejse

Fordøjelseskanalen begynder ved munden og fortsætter gennem spiserør, mavesæk, tolvfingertarm, tyndtarm og tyktarm til endetarmsåbningen. Men også organer som leveren, galdeblæren og bugspytkirtlen er en integreret del af fordøjelsens anatomi. Fordøjelsen har et soleklart formål, nemlig at nedbryde føden, så næringsstoffer kan optages og vi kan fungere og leve. Der er meget forskelligt fra individ til individ, hvor lang rejse maden kommer ud på, hvilket også afhænger af fødens karakter, men gennemsnitligt varer den mellem et og to døgn.

Artiklens tekst er gengivet fra 'rask® MAGASINET' Nr. 12 2012.

Af: Charlotte Søllner Hernø, chefredaktør cs@raskmagasinet

COPA siger tak for tilladelsen.

Normalt mærker man ikke meget til sin fordøjelse, i hvert fald ikke hvis man spiser uden besvær, stopper med at spise, når man ikke længere er sulten og i øvrigt regelmæssigt går på toilettet. Og sådan skal det også helst være. Problemet er, at utroligt mange mennesker -måske helt op til halvdelen af befolkningen -har en dårligt fungerende fordøjelse, lige fra luft i mave eller tarm til smerter og egentlig sygdom, som fx katar, mavesår, colitis ulcerosa eller Crohn for blot at nævne nogle få. Det kan derfor give en bedre forståelse for fordøjelsen, hvis den lange rejse føden foretager, beskrives - meter for meter.

Spyt nedbryder kulhydrater

En normal eller en velfungerende fordøjelse begynder allerede, når

man drikker og spiser. Føden findeles i munden af tænderne og nedbrydningen af de letfordøjelige kulhydrater påbegyndes af de basiske enzymer amylase og ptyalin fra spytkirtlerne.

Spyttet fugter og smører også maden, så tygning og synkning foregår lettere. Derfor er det rigtigt godt at tygge maden til den nærmest glider ned af sig selv. Når man således tygger maden rigtig godt, hjælper man også fordøjelsen rigtig godt på vej, ligesom det hjælper, hvis man har synkebesvær, som plager rigtig mange. Herefter skal føden passere det 20-30 cm lange spiserør, uden at komme i "den forkerte hals". Svælget deler sig nemlig i struben i henholdsvis spiserør og luftrør, men strubelåget sammen med hosterefleksens sørger for, at maden bliver ledt til spiserøret, hvor kraftige muskelsammentrækninger skubber maden gennem spiserøret til mavesækken.

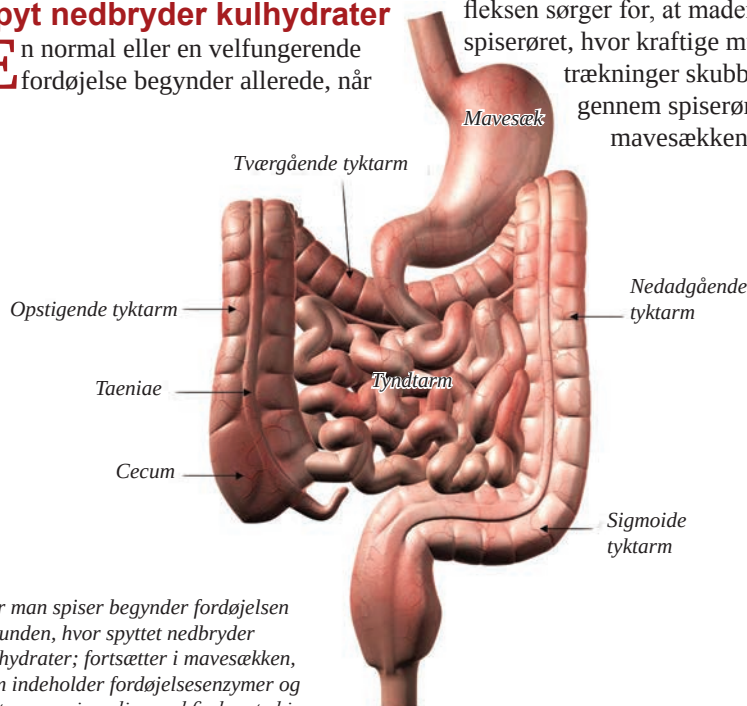
Tre liter mavesaft i døgn

Fordøjelsesprocessen startet straks maden er kommet ned i mavesækken fra spiserøret gennem lukkemusklen mellem de to organer. Når maven er tom, fylder den meget lidt, men når den fyldes med mad og drikke, udvider den sig som en ballon, og de såkaldte peristaltiske bevægelser, dvs. sammentrækninger i glatte muskler i mavesækkens væg, sørger for at blande føden med fordøjelsessekretterne og føre dem videre.

Mavesækkens mavesaft, som der produceres op til tre liter af i døgn, indeholder udover fordøjelsesenzymer også saltsyre, der ikke blot nedbryder føden, men også dræber eventuelle skadelige mikroorganismer. Mavesaften generer imidlertid ikke mavesækken, da dens indvendige slimhinde og beskyttende slimlag, beskytter mavesækken mod så at sige at fordøje sig selv.

Det er det særlige enzym pepsin, der har til opgave at nedbryde kostens proteiner i maven. Hvor nedbrydningen af kulhydrater starter allerede i munden, starter nedbrydningen af proteiner således først i maven.

(fortsætter side 14)



Når man spiser begynder fordøjelsen i munden, hvor spyttet nedbryder kulhydrater; fortsætter i mavesækken, som indeholder fordøjelsesenzymer og saltsyre, og i særlig grad finder sted i tyndtarmen, hvis vigtigste funktion er at nedbryde føden, så den kan optages af blod og lymfe.

Spiserørsbrok

Ved spiserørsbrok glider en del af mavesækken op igennem åbningen i mellemgulvet. Der er to former for spiserørsbrok: glidebrok eller paraesophagealt brok samt en kombination af begge typer.

Den ene og mere milde form kaldes glidebrok. Lukkefunktionen mellem spiserør og mavesæk er nedsat og man kan få tilbageløb af syre (reflukt). Nogle gange kan man også udvikle synkebesvær pga. at brokket rent mekanisk nedsætter hastigheden hvormed føden kan passere.

Det paraesophageale brok er mere alvorligt, idet overgangen mellem spiserør og mavesæk forbliver på plads i åbningen i mellemgulvet, men en del af mavesækken er presset op i brystkassen ved siden af spiserøret. Tilstanden kan være smertefuld og kan give følgesygdomme.

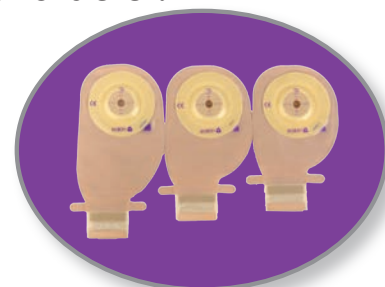
Kilde: www.hvidovrehospital.dk

“Endelig fri for lækage...”



... takket være den bløde
convexitet på Pelican poser.

- ✓ **Maximal beskyttelse mod lækage**
- ✓ **Forlænget bæretid**
- ✓ Ekstremt fleksibelt skumlag bag klæber løser problemerne ved at følge din krops form **uden at krølle**
- ✓ Hudvenlig klæber **bevarer din hud omkring stomien sund**
- ✓ Blødt, flexibelt udløb på urostomiposer
- ✓ **Convex børnepose** fås i tømbar og urostomi
- ✓ **3 størrelser; Maxi, standard & mini convex** poser fås til voksne i alle 3 typer lukkede, tømbar og urostomiposer
- ✓ Fås i opklipbare op til **40/60mm og i mange forudstansede hulstørrelser med. 2,5 mm interval**
- ✓ **Og mange flere fordele !**



For mere information og prøver, kontakt venligst:

Focuscare Denmark ApS.

Østervangsvej 21,

DK-8900 Randers

Telefon: +45 49 26 13 99

Fax: +45 49 21 02 57

Email: info@focuscare.dk

www.focuscare.dk

Focuscare



PELICAN
Pouches

Convexposer også til børn

Fordøjelsen: fortsat fra side 12:

Når maveindholdet er blevet halvflydende sendes det videre lidt ad gangen gennem udgangen, pylorus, til den del af tyndtarmen, der kaldes tolvfingertarmen, som har fået sit lidt pudsige navn, da den er tolv fingre bred. Her begynder optagelsen af næringsstoffer, idet næringsstofferne går over i blodet fra tarmvæggen og enten genbruges eller sendes videre til nyrerne. Nedbrydningen af fedt starter også først i tolvfingertarmen, da fedt er sværest at nedbryde, dvs. tager længst tid at fordøje. Fedt kan nemlig kun nedbrydes ved hjælp af galde, hvilket betyder, at maveindholdet skal forbi leveren for at få galde fra galdeblæren.

Leveren, galdeblæren og bugspytkirtlen

Leveren er kroppens største indre organ og den spiller en helt central rolle i kroppens stofskifte. Det store organ har over 250 forskellige funktioner, hvoraf en af de vigtigste er oplagring af glykogen, som igen kan frigives til energi, omsætning af vitaminer og mineraler, nedbrydning af giftstoffer til uskadelige forbindelser samt genbrug af røde blodlegemer. Leveren er således i stand til at ændre stoffer, så de lettere kan udskilles, fx gøre dem mere vandopløselige, hvorved de lettere udskilles i nyrerne. Men leveren producerer også galde, som er vigtig i forhold til fordøjelsen. Galden samles i leverens små galdegange, som løber sammen til større galdegange og er forbundet med galdeblæren, der opbevarer, og koncentrerer galden. Når der er føde i tolvfingertarmen, trækker galdeblærevæggen sig sammen og frigiver galde, som igen bindes til fedtstoffer i tarmen og medvirker til nedbrydning af kostens fedtstoffer og dermed optagelsen over tarmslimhinden.

Galdeblære og galdesten

Galdesten dannes hovedsageligt i galdeblæren og giver typisk først smertefulde symptomer; hvis en galdesten kiler sig fast i udløbsgangen fra galdeblæren. I Danmark får cirka hver femte kvinde og hver tiende mand galdesten, men kønsforskellen falder dog med alderen. Man mener, at den store hyppighed af galdesten i den vestlige verden skyldes kostvaner og levestil. Næsten alle hvirveldyr (dyr der har en ryggrad/rygsøjle) har i øvrigt en galdeblære. Der er dog nogle undtagelser - fx har heste, rådyr og rotter ingen galdeblære.

Kilde: www.netdoktor.dk

Bugspytkirtlen eller på latin pankreas er en aflang, tynd kirtel, som ligger på tværs lige bag og nedenfor mavesækken, har imidlertid også en meget væsentlig funktion i forhold til fordøjelsen i et tæt samarbejde med leveren, galdeblæren og bugspytkirtlen. Bugspytkirtlen producerer dels omkring 1,5 liter fordøjelsessekret med enzymer som er nødvendige for at tarmen kan fordøje eller nedbryde fedtstoffer, proteiner og kulhydrater og dels producerer den hormonerne insulin og glukagon. Disse hormoner spiller en helt central rolle i reguleringen af blodsukkeret i kroppen. Insulin stimulerer cellerne til at optage tilstrækkelig mængde glukose fra blodet, således at cellerne får den nødvendige mængde energi, samtidig med at insulinet stimulerer leveren til at optage og lagre resten af overskudsglukosen som glykogen. Glukagon har den modsatte effekt. Det hjælper til med at hæve glukoseniveauet i blodet ved at stimulere leveren til at frigive glukose.

Man kan leve fint uden galdeblæren

Leveren, galdeblæren og bugspytkirtlen er således særdeles livsvigtige organer og man kan ikke leve uden leveren, men kan dog godt overleve, selvom op til 80% af den fjernes. Man kan også leve uden bugspytkirtlen, men når kirtlen er fjernet, får man insulinmangelligesom personer med sukkersyge. Det betyder, at man skal tage insulin flere gange dagligt. Man kan også lettere få diarre og må behandles med fordøjelsesenzymer. Til gengæld kan man leve fint uden galdeblæren, som indimellem fjernes i forbindelse med sygdom eller galdesten. Man kan efterfølgende få gener, som kan ligne de galdestenssmerter, man havde tidligere og der ses også fordøjel-



Hvis man har en normalt fungerende fordøjelse, mærker man ikke meget til sin mave eller tarmfunktion. Mange mennesker har imidlertid en dårligt fungerende fordøjelse, som kan give sure opstød eller fx luft i maven.

sesmæssige problemer i form af kvalme, opkastninger og afføringsændringer. Til gengæld er der kun tale om et lille fåtal, der får gener efter fjernelsen af galdeblæren.

Tyndtarmen består af tre afsnit

Tyndtarmens vigtigste funktion er at nedbryde føden, så den kan optages af blod og lymfe, og den består af tre afsnit, hvor det første, tolvfingertarmen, allerede er omtalt. De næste to afsnit kaldes jejunum og ileum, som begge er lange og snoede, dog er førstnævnte lidt kortere og tykkere end ileum. Tyndtarmens væg består af fire lag, herunder et lag med længdegående muskelfibre og et cirkulært lag af glatte muskelfibre, der gør tyndtarmen i stand til at føre de opløste næringsstoffer videre i tarmen ved hjælp af muskelbevægelser. Da tyndtarmen skal optage alle de næringsstoffer kroppen har brug for, er dens overflade enorm, nemlig ca. 200 ml hos en voksen person. Forklaringen er, at hele tyndtarm absorberende cellelag er tæt besat med millimeterlange, fingerlignende trevler, kaldet villi. Desuden besidder den enkelte epithelcelle 3.000-6.000 mikrovilli eller børstesøm, der er hårlignende

(fortsætter side 16)

COPA sommerophold 2013

17. juni - 22. juni

Tag med til Ebeltoft

I år er **Hotel Ebeltoft Strand** valgt til COPA's sommerophold. Tilbuddet er for stomi/reservoriopererede samt deres ægtefælle/samlever.

Opholdet er i uge 25 fra mandag den 17. juni til lørdag den 22. juni.

Hotel Ebeltoft Strand ligger helt ned til vandet, og alle værelser har udsigt over Ebeltoft Vig.

Hotellet har værelser til kørestolebrugere. Der er røgfrit i hele hotellet, så der kan ikke tilbydes rygerværelser. P-pladser gratis ved hotellet.



Prisen er pr. person 2900 kr. i dobbeltværelse og 3200 kr. i enkeltværelse.

Betalingen dækker følgende: Alle udflugter og entre, mandag frokost og



Hotel Ebeltoft Strand.

aftenmenu, tirsdag til fredag alle måltider og en øl/vand til frokost, aftenkaffe alle dage, fredag aften festmiddag incl. ½ fl. vin og lørdag morgenbuffet.

Ekstra tilbud:

Ønskes en ekstra overnatning søndag den 16. juni eller lørdag den 22. juni er prisen:

Enkeltværelse
incl. morgenbuffet 800 kr.

Dobbeltværelse
incl. morgenbuffet 850 kr.

Ekstra overnatning afregnes direkte med hotellet. **h.g.**

Planlagt program

Mandag den 17. juni

Ankomst og indkvartering. Frokost fra kl. 12 til 14. Om aftenen fremvisning af nye stomihjælpemidler.

Tirsdag den 18. juni

Eftermiddagstur til Landbrugsmuseet Gl. Estrup.

Onsdag den 19. juni

Heldagstur til Mariager Saltcenter, Hadsund og Bramslev Bakker m.m.

Torsdag den 20. juni

Eftermiddagstur rundt i Mols Bjerge, til Sletterhage Fyr og Kalø slotsruin m.m.

Fredag den 21. juni

Hele dagen er til egen disposition. Der er masser af seværdigheder i nærheden - i bil Ree Park Skandinavisk Dyrepark og Kattegatcentret - til fods Fregatten Jylland og Glasmuseet. Om aftenen 3 retters festmiddag

Lørdag den 22. juni

Morgenbuffet og afrejse.

Tilmeldingsblanket

COPA sommerophold 17. juni til 22. juni 2013

Hotel Ebeltoft Strand, Ndr. Strandvej 3, 8400 Ebeltoft

Tlf. 86 34 33 00 se mere på www.ebeltoftstrand.dk

Medlemsnummer/-numre.....

Telefon.....

Navn(e).....

Adresse.....

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

☐ Er kørestolsbruger ☐ Speciel kost.....

Sæt kryds ved ja til udflugterne:

☐ JA. Deltager i udflugten tirsdag til Landbrugsmuseet Gammel Estrup.

☐ JA. Deltager i udflugten onsdag til Mariager Saltcenter og Bramslev Bakker m.m.

☐ JA. Deltager i udflugten torsdag Rundt på Mols.

Tilmeldingsblanketten sendes i lukket kuvert (gerne kopi) eller på fax. 5767 3515 til Stomiforeningen COPA, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted

Tilmeldingen skal være fremme senest 12. april 2013.

I 19 uge sendes svar, om du/ I har fået plads på sommeropholdet.



Gammel Estrup.



Mariager Saltcenter.



Bramslev Bakker.



Mols.

Fordøjelsen: fortsat fra side 14:

udfoldninger af cellemembranen. Tyndtarmens epithelceller producerer ca. 1,5 liter slimholdigt sekret i døgnet samt enzymer, som medvirker til den videre spaltning af næringsstofferne inden deres optagelse.

Tyktarmen er sammen med endetarmen en pølsefabrik

Hvor tyndtarmens vigtigste funktion er at optage næringsstoffer fra maden, skal tyktarmen optage vand og salte fra alt det, der ikke er blevet fordøjet og optaget i tyndtarmen. Tyktarmen har store udposninger på overfladen, fordi der ligger muskulatur i tyktarmens længderetning, således at tarmen rynkes sammen, ligesom der findes et cirkulært lag muskulatur i tyktarmen. Tilsammen sørger musklerne for, at det, der er tilbage af føden, skubbes videre i tarmen med en bølgebevægelse. Denne bevægelse kaldes peristaltik.

For at gøre det lettere for indholdet i tarmen at bevæge sig, producerer tyktarmens slimhinde et slimlag, der samtidig beskytter slimhinden mod slid. I den sidste del af tyktarmen findes der, som en del af den normale flora, nogle bakterier, der delvis nedbryder kostfibre og det er også i den sidste del, at afføringen formes.

Efterhånden som føden ryger videre i tyktarmen, tømmes resterne mere og mere for vand, bliver tyktflydende og ender i rectum eller endetarmen. Rectum, som er omgivet af en ringforløbende glat og



En god fordøjelse kræver som regel, at maven har noget at arbejde med, fx grove grøntsager og fuldkorn. En traditionel burger er sædvanligvis ikke optimal kost for en god mavefunktion.

Blindtarmen er blindtarm til blindtarmen

De peristaltiske bevægelser i tyndtarmen presser indholdet gennem en lukkemuskel til første del af tyktarmen kaldet blindtarmen, som ligger i nedre højre del af bughulen. Fra blindtarmen er der et lille ormeformet vedhæng, appendix vermiformis, der er omkring 8 cm langt og en halv cm tyk. Når vi er børn er vedhængets væg fyldt med lymfevæv og har formentlig betydning for opbygningen af tarmens immunforsvar. Blindtarmsbetændelse opstår ved bakterieangreb i væggen af appendix og forekommer hyppigst i alderen 8 - 25 år. Omkring 6.000 personer får årligt fjernet blindtarmen på grund af betændelse.

Kilde:
www.denstoredanske.dk
og
www.apoteket.dk

tværstribet muskulatur, har en diameter på 2-3 cm, når den er tom, men kan udvides til mere end det tredobbelte. Tilstedeværelsen af afføring eller fæces i rectum fører til afslapning af den glatte muskulatur og dermed afføringstrang, ligesom bugpressen aktiveres.

Der er normalt kun få ufordøjede føde-rester i fæces, der mest består af bakterier fra tyktarmen, afstødte epithelceller fra tarmvæggen, kostfibre, af vand, salt og slim. Den karakteristiske farve kommer fra galden i tyndtarmen og lugten stammer fra bakterierne i tyktarmen.

giver indirekte et fingerpeg om, at kroppen også fordøjer, når man sover.

Lider man omvendt af søvnløshed, kan lidt mad i maven øge træthedsfølelsen og give en øget ro. Men spis aldrig et stort måltid lige før sengetid. Det skader fordøjelsessystemet og kroppens balance. At lægge sig med maven fuld af mad kan være ubehageligt og kræve et stort energibehov til fordøjelse og det kan ødelægge søvnen. Det er bedst at afslutte store måltider mindst fire timer før, man skal sove, men man bør også være opmærksom på, at proteinrig kost er sværere at fordøje, og at proteinrig mad indeholder aminosyren tyrosin, der øger hjerneaktiviteten.

Fordøjelse kræver energi og kan forstyrre søvnen

De fleste mennesker har erfaret, at mangel på søvn kan give en dårlig fordøjelse. Det

Vær forberedt på at blive kropsscannet

"Ostomy bag" – stomipose, det var hvad jeg hørte flere gange i sikkerhedskontrollen, da jeg i oktober 2012 fløj fra Kristiansand til Hawaii.

Artiklen er fra **NORILCO-nytt 6/2012 side 20.**

Af: Arne Holte

COPA siger tak.

Normalt reagerer metaldetektoren - du skal forbi i sikkerhedskontrollerne – ikke (på en stomipose, red.). Hvis man bliver "tapped down" – kropsvisiteret, opdages posen ofte, og man må forklare, at man har pose på maven på grund af stomi. I nogle tilfælde må du vise posen frem. Der skal altid være to personer tilstede – og jeg har kun oplevet mandlige kontrollører. Kontrollen skal foregå i et aflukke.

Skal du flyve fra Europa til USA samt indenrigs i USA – og sandsynligvis flere steder, skal man forbi en bodyscanning – kropsscanning. Det tager meget kort tid. Fødderne placeres på et angivet sted og armene skal holdes over hovedet – og

vupti du er scannet; posen bliver næsten altid opdaget. På skærmen toner nogle farvede firkanter frem, der hvor posen sidder. Man bliver høfligt stoppet – og man fortæller man har en "ostomy bag" – stomipose. Det er godt nok, men ikke helt, for man kan have urent mel i posen.

Du bliver derpå normalt ledsaget ind i et aflukket rum sammen med to kontrollører; du skal tage posen frem og tage fat i den; du skal sætte et lille stykke udleveret papir på ved stomien – som kontrollørerne derpå sætter ind i en

lille maskine. Maskinen fortæller straks om der er noget i posen der ikke skal være der. Jeg troede man undersøgte for narkotika, men fik et benægtende svar – uden forklaring. Da jeg spurgte næste gang var svaret: explosives! – sprængstoffer. Derfor kan vi vel alle være glade for at vi bliver kontrolleret, tænk om der slap mennesker forbi kontrollen og om bord i flyveren med dynamit eller andet eksplosivt i posen.

Vær ikke bange for disse kontroller. Jeg er altid blevet behandlet med respekt – og ofte har både jeg og kontrollørerne smilet og klappet hinanden på skuldrene og gået fra hinanden med et "have a nice day".

For at markere "a nice day" på Hawaii kan du kigge på fotoet her.



Flair Active Tømbar - sampak

En samlet løsning med alt hvad du behøver - pakket i én æske og med ét varenummer



30 stk. **Flair Active Tømbar** med en sikker og hudvenlig klæber, et effektivt kulfilter, et blødt stof og en blød og sikker poselukning

100 stk. **gazeservietter** til skånsom afvaskning og aftørring af stomi og hud

30 stk. **klæbefjernere** der let og skånsomt løsner hudklæberen fra huden - brug efterfølgende servietten til at fjerne eventuelle klæberester

30 stk. diskrete **affaldsposer** til at sætte i bukselinningen så du undgår spild på tøjet - affaldsposen har bindeslipper for effektiv lukning

En buet **stomisaks** hvis du selv klipper hullet i posen (findes med hulstørrelserne 13-60 mm, 25, 29, 32, 35, 38 og 44 mm.)

Kontakt Stotec og få tilsendt en gratis vareprøve - fås på bevilling hos din nuværende forhandler
telefon: 7584 1166 • mail: stotec@stotec.dk

Fokus på inflammatoriske tarmsygdomme - colitis ulcerosa og morbus Crohn er store udfordringer for patienter og samfund



Dr. Marco Greco - EFCCA Præsident, Professor Dr. Séverine Vermeire - Præsident-Elect ECCO, Dr. Tine Jess - Statens Serum Institut, København/Danmark, Univ.prof. Dr. Walter Reinisch - MedUni, Wien, Daniel Sundstein - IBD Patient, Danmark.
Foto: Martin Hörmandinger / ECCO.

Gennem de sidste 50 år er antallet af kroniske inflammatoriske sygdomme steget 10 – 15 gange i de højt udviklede lande. Endnu mere alarmerende er den kendsgerning, at børn og unge er særlig ramt. Blandt kroniske inflammatoriske sygdomme indgår astma, diabetes type 1, multiple sklerose og inflammatoriske tarmsygdomme (IBD). 'The European Crohn's and Colitis Organisation' (ECCO), 'The European Federation of Crohn's and Ulcerative Colitis Associations' (EFCCA) samt 'United European Gastroenterology' (UEG) advarer og opfordrer til handling.

13. februar 2013 blev afholdt en kongres i Wien med fokus på IBD.

I det følgende uddrag fra to af indlæggene på denne kongres.

Miljøfaktorer udløser kroniske inflammatoriske tarmsygdomme

(Prof. Dr. Walter Reinisch, Wien)

Den genetiske disposition (hvis andre i familien har inflammatorisk sygdom,

red.), kan forklare nogle af disse tilfælde – men kun en lille del. Den største udløser af kronisk inflammatorisk sygdom er betinget af vores miljø og livsstil.

Fordøjelsessystemet er den største ydre overflade i kroppen og er udsat for kontakt med stoffer fra vores miljø. Det er vist, at rygning, antibiotika og vores kostsammensætning påvirker fordøjelsessystemets mikroorganismer – miljøvekselvirkninger der muligvis er irreversible (kan ikke vendes/ikke repareres, red.).

Tarmenes mikroorganismer er også skævvredet hos patienter med inflammatoriske tarmsygdomme og fornylig er rapporteret om sammenhæng mellem indtagelse af antibiotika i barndommen og risiko for at udvikle morbus Crohn.

Forandringer i tarmens flora har også vist sammenhæng med andre kronisk inflammatoriske sygdomme som leddegigt og multiple sklerose.

Mavesmerter og diaré der varer ved i uger/måneder, inkontinens, vægttab, træthed og til tider feber. Dette er symptomer på inflammatorisk tarmsygdom (IBD) hvis de forekommer i intervaller. Det er en enorm begrænsning, hvis en patient uforudset skal benytte et toilet op til 20 gange dagligt. Nogle læger og patienter beretter, at al social samvær kan være stoppet hos IBD-patienter, så voldsomt

kan IBD påvirke hverdagen. Crohns sygdom og colitis ulcerosa er kroniske sygdomme som kan påvirke patienterne hele deres liv. Begge kan optræde i alle aldersgrupper, men statistisk påviser man en top i manifestation mellem 20 og 30 år.

IBD er en økonomisk byrde i Europa

(Dr. Tine Jess, Statens Serum Institut, Danmark)

Inflammatorisk tarmsygdom (IBD) er en kronisk skadelig sygdom der påvirker alle aspekter af en patients liv og betyder betydelige omkostninger for sundhedssystemet og samfundet. Sygdommen kan ikke helbredes. Nye epidemiologiske data viser at forekomsten af IBD er stigende. Forekomsten af colitis ulcerosa og morbus Crohn er blandt danske børn steget med 50% de sidste 9 år. Det samme viser data fra Skotland, Spanien og Irland. Det vurderes at 2,5 – 3 millioner mennesker i Europa er ramt af IBD svarende til en omkostning på 4,6 – 5,6 billioner euro pr. år i sundhedssystemet (en billion er tusinde milliarder, red.).

IBD påvirker ikke kun tarmene. Hos 20 – 40% af patienterne er der problemer med øjne, led og hud. Man vurderer, at en patient med IBD er sygemeldt fra arbejde 3 – 6 uger om året og indlagt på hospital 10 dage om året. I Norge er ca. 20% af IBD-patienter tildelt invalidepension og har modtaget denne gennem 10 år. En undersøgelse viser, at i Europa har 44% af IBD-patienterne måttet skippe deres arbejde.

Morbus Crohn

Ca. 8000 danskere har morbus Crohn.

Colitis ulcerosa

Ca. 15.000 danskere har colitis ulcerosa.

I hvert tiende tilfælde af kronisk inflammatorisk tarmsygdom er det ikke muligt at skelne mellem morbus Crohn og colitis ulcerosa.

Et arveanlæg skruer op for effekten af kemoterapi

Kemoterapi er en af de mest anvendte behandlinger til kræftpatienter. Men mange patienter får kraftige bivirkninger og behandlingen virker langt fra på alle. Forskere fra Biotech Research and Innovation Centre (BRIC) og Center for Sund Aldring på Københavns Universitet viser nu, at genet FBH1 kan hjælpe med at skrue op for effekten af kemoterapi.

- "Vores nye resultater viser, at genet FBH1 er afgørende for, at nogle former for kemoterapi bliver virksomt i kroppen og kan dræbe kræftcellerne. Hvis man kan finde en anvendelig metode til at skrue op for genet, kan man altså udnytte kroppens egne ressourcer til at øge effekten af kræftbehandling," siger lektor Claus Sørensen, som leder forskerholdet bag resultaterne.

Forskerne har brugt en nyere metode, kaldet RNA interferens, til at undersøge om nogle af generne i vores arvemateriale er vigtige for, om kræftceller reagerer på kemoterapi.

- "Ved enkeltvis at fjerne forskellige gener fra kræftceller med metoden og derefter udsætte cellerne for behandling med kemoterapi, fandt vi ud af at FBH1 er helt afgørende for effekten. Tilstedeværelsen af dette gen er simpelthen nødvendig for at kunne dræbe kræftcellerne med den form for kemoterapi, vi har undersøgt", siger postdoc Kasper Fugger, som har forestået den eksperimentelle del af undersøgelsen.

Kemoterapi virker ved, at kræftceller udsættes for en form for voldsom stress, mens de deler sig. Det resulterer i dannelsen af DNA skader, som ikke kan repareres, og det får til sidst kræftcellen til at dø. De nye resultater viser, at det netop er genet FBH1, som medvirker til dannelsen af DNA skader, når man behandler med kemoterapi, og den viden kan på sigt bruges til bedre behandling af kræftpatienter. ■

Fugger, K. et al. FBH1 co-operates with MUS81 in inducing DNA double-strand breaks and cell death following replication stress. Nature Communications, January 29, 2013.

Kræftceller og kemoterapi

Kræftceller har ofte ophobet en lang række mutationer i gener som gør at de deler sig ukontrolleret, eller ikke reagerer på signaler om at undergå celledød. Denne balance mellem fornyelse af kroppens celler og celledød, er afgørende for ikke at forstyrre kroppens normale funktioner og er netop hvad der går galt ved kræft.

Kemoterapi er en slags cellegift som rammer celler der deler sig. Da kræftceller deler sig ofte, bliver de hårdere ramt end normale celler. Men i organer som tarmen hvor vores celler konstant deles og fornyes, virker kemoterapien også kraftigt og det giver bivirkninger.

Typen af kemoterapi som forskerne har undersøgt i dette studie kaldes *antimetabolit kemoterapi*. Den anvendes til behandling af mange kræftformer, blandt andet til patienter med leukæmi og modermærkekræft.

Fulcionel® Kompressionsbæltet

- støtter buler og brok

Brok og stomi:

Mange stomiopererede udvikler en frembuling omkring stomien. En frembuling der kan variere fra en svag assymetrisk bule til et meget generende stomibro.

Gener ved brok:

De hyppigste gener ved en frembuling eller et brok er ubehag og smerter, en øget tyngdefornemmelse og en forringet kropsharmoni.

Fulcionel® kompressionsbæltet:

- giver optimal støtte og holder brokket på plads
- gør brokket mindre synligt
- fjerner tyngdefornemmelsen
- forbedrer kropsharmonien
- har en helt unik komfort og håndtering



Kræftsvulster har hemmeligheder

Forskere fra Center for Sund Aldring ved Københavns Universitet har fundet et stof, der blokerer for det protein, som er en forudsætning for nogle kræftsvulsters vækst. De nye resultater, som netop er publiceret i tidsskriftet *Chemistry and Biology*, kan vise sig at få en betydning i behandlingen af visse kræfttyper.

Den nye opdagelse har potentialet til at føre til en behandling, som kan standse visse kræftsvulsters vækst.

En gruppe forskere fra Københavns Universitet har gjort en vigtig opdagelse, der kan få betydning for fremtidens kræftbehandling. Det drejer sig om det såkaldte BLM-protein, som er kendt for at spille en vigtig stabiliserende rolle i forbindelse med celledeling, hvor det medvirker til at forhindre udvikling af kræft.

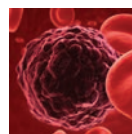
Men paradoksalt nok har visse typer af kræftsvulster også brug for BLM-proteinet for at vokse. Det gælder typisk osteosarkomer – ondartede kræftsvulster, som forekommer i knoglevæv.

Forskerne har nu for første gang været i stand til at slukke for BLM-funktionen i celler ved hjælp af en hæmmer kaldet ML216. Denne hæmmer forhindrer specifikt celler, der er afhængige af BLM-funktionen i at dele sig, og går dermed uden om celler, der ikke indeholder BLM-proteinet. Det betyder helt forenklet, at man kan sætte ind mod BLM-proteinet de steder, hvor det hjælper kræftsvulster til at vokse.

Et skridt nærmere behandling af kræftsvulster

Professor Ian D. Hickson, som har stået i spidsen for forskningen ser gode muligheder i de nye resultater:

En nye opdagelse har potentialet til at føre til en behandling, som kan standse visse kræftsvulsters vækst. Her ses en kræftcelle.



- "Kræftsvulster som sarkomer, og især osteosarkomer, er berygtede for være at vanskelige at behandle. Men fundet af den forbindelse, der blokerer for BLM-proteinet, har potentialet til at føre til en behandling, som kan standse disse kræftsvulsters vækst," siger Ian Hickson.

Ian Hicksons forskerteam arbejder nu med at finde andre kemisk beslægtede hæmmere, som er mere potente og egnede som udgangspunkt for et lægemiddel.

- "Så snart vi har forbindelsen i den rigtige form, er det næste skridt at afprøve den på mus og derefter, hvis alt går efter planen, at fortsætte til den kliniske forsøgsfase. Der vil dog gå adskillige år, inden en egentlig behandling er klar," siger han.

Bliv støttemedlem eller almindeligt medlem af COPA



NYT MEDLEM

☒ Ja tak - jeg vil gerne være medlem af COPA.

NAVN.....

ADRESSE.....

POSTNR.....BY.....

Fødselsår.....Stomitype.....

Uden ekstraudgift vil jeg gerne være medlem af (sæt kryds):

- ☐ Ungdomsgruppen ☐ Colitis/Crohn-gruppen
☐ Urostomigruppen
☐ Forældregruppen ☐ Familær Polypose-gruppen
☐ Almindeligt medlem (kr. 250,00 pr. år)
☐ Pensionistmedlem (kr. 150,00 pr. år)
☐ Støttemedlem (kr. 150,00 pr. år)

Ønsker medlemsblad tilsendt: Ja: ☐ Nej: ☐
 (medlemsbladet sendes gratis)

*Sendes (gerne i kopi) til:
 COPA • Jyllandsgade 41 • 4100 Ringsted
 eller fax: 57 67 35 15*



Blooms syndrom

BLM-genet og BLM-proteinet er opkaldt efter den sjældne genetiske lidelse Blooms syndrom, som blev opdaget i 1952 af den amerikanske dermatolog dr. David Bloom. Patienter med Blooms syndrom bærer en mutation i BLM-genet, som forhindrer dets funktion.

BLM-genet er en DNA-helikase, som skiller de to DNA-strengene ad. Adskillelse af strengene er nødvendigt i forbindelse med blandt andet replikationen, den proces hvor arvematerialet kopieres. Hvis dette går galt, kan der opstå mutationer, som kan føre til kræft. Patienter med Blooms syndrom er gennemsnitligt 25 år, når de udvikler kræft.

Defekte Copa-blade

Har du modtaget et Copa-blad, hvor der mangler nogle sider, sider er i dobbelt antal eller andet - så vil Copa-bladet meget gerne høre fra dig.

Trykkeriet oplyser, at indbindingsfejl og andre fejl fra deres hånd nærmest er ikke eksisterende.

Men fejl kan ske.

Send en mail til bladet@copa.dk eller ring 5767 3525.

Skriv venligst hvilket nummer af Copa-bladet det drejer sig om - og skriv eventuelt dit navn og adresse.

Efterfølgende vil du modtage en udgave af det pågældende Copa-blad - uden fejl. Det kræver naturligvis, du har oplyst dit navn og adresse.

redaktøren

Forskere forhindrer spredning af kræft ved at hæmme indre ardannelse

Hvis man får en kræftdiagnose er det man kan frygte mest, at kræftcellerne spreder sig til andre dele af kroppen. Denne proces kaldes metastasering og tegner sig for over 90 % af dødsfaldene blandt kræftpatienter. Forskere på BRIC, Københavns Universitet har påvist at enzymet, Lysyl Oxidase (LOX), kan forårsage et "arret" mikromiljø i vores organer og derved øge spredningen af kræft. Ved at hæmme enzymaktiviteten af LOX, kan forskerne hæmme spredningen af kræftceller i en model for brystkræft.

- "Når vi hæmmer aktiviteten af LOX i vores kræft modeller, kan vi reducere spredningen af kræftceller markant. Dette tyder på, at en behandling hvor man blokerer LOX, kan holde mikromiljøet "sundt" og derved formindske spredning af kræftceller til andre organer," siger lektor Janine Erler fra BRIC, som har ledet forskningen.

LOX – et link mellem ar-dannelse og metastasering

Hos mennesker dannes LOX enzymet når der opstår vævskader og kronisk betændelse i vores organer. LOX reagerer på skadessignaler og "limer" kollagen

molekyler sammen så de danner en ar-lignende struktur. De nye fund fra Janine Erlers forskningsgruppe viser, at vedblivende skader på lunger og lever resulterer i et "arret" mikromiljø, som gør det lettere for brystkræftceller at sprede sig til disse organer.

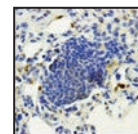
- "Man har i et stykke tid vidst, at signaler fra et "arret" mikromiljø kan forøge væksten af kræftknuder og kræftspredning, men den underliggende mekanisme er uklar - vores resultater giver indsigt i forbindelsen mellem ardannelse og spredning af kræft. Det er helt afgørende, at vi forstår de underliggende biologiske mekanismer, hvis man skal kunne udvikle effektiv behandling mod spredning af kræft," siger postdoc Thomas Cox fra Janine Erlers laboratorium som har drevet eksperimenterne i laboratoriet.

Udvikling af nye behandlingsformer

I øjeblikket udvikles kræftbehandlinger mod LOX til brug i klinikken. Baggrunden er at man i nogen tid har vidst at mængden af LOX er forhøjet i kræftmetastaser, men dog ikke hvorfor. Resultaterne fra Janine Erlers gruppe er de første som viser, at LOX fremmer kræftspredning ved at forårsage strukturelle ændringer i

organernes mikromiljø når der sker skader på et organ. Det næste skridt for forskerne er at dykke dybere ned i de underliggende mekanismer som kæder ardannelse og spredning af kræft sammen, samt at teste deres fund i andre kræftmodeller, såsom mave- og tarmkræft.

- "Vores undersøgelse tyder samtidig på, at LOX-behandling ikke kun er relevant for kræftpatienter, men også for patienter med kronisk inflammation eller patienter, der er blevet udsat for vedvarende organskader. Dette åbner for en endnu bredere anvendelighed af vores resultater, hvilket i høj grad motiverer grundforskningen i mit laboratorium," siger Janine Erler.



Metastase af brystkræftceller i lungerne.

Resultaterne er udgivet i det internationale tidsskrift Cancer Research (Cox et al, Cancer Research January 23, 2013).

Arbejdet blev påbegyndt på Institute of Cancer Research UK og færdiggjort på BRIC og er støttet med bevillinger fra Cancer Research UK og Novo Nordisk Fonden. ■

CLIC



SOFT



**Et bredt sortiment
- også til individuelle behov**

ROLAND – STOMOCUR®

Vi tænker individuelt – det giver bedre løsninger!

Er du 2-dels bruger, eller har du måske lyst til at prøve?

VORES STOMOCUR-SYSTEMER
GIVER DIG MANGE MULIGHEDER

- 2-dels Clic - med lavprofil låsekobling
- 2-dels SOFT klæbesamling – gør hverdagen mere komfortabel

STOMOCUR systemet
Prøv forskellen!

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

Hvidehusvej 34 • 3450 Allerød • Tel.: 4814 2080 • Fax: 4814 2038 • E-mail: info@roland1.dk • www.rolandhealthcare.dk





NYT FRA LOKALFORENINGERNE



København/ Frederiksberg

Kontakt:
COPAs sekretariat
tlf.: 5767 3525



Storkøbenhavn

Lokalformand:
Marianne R. Bodi
Ved Store Dyrehave 44, st.th.
3400 Hillerød
Tlf.: 2343 0353 (bedst 16.00-18.00)



Bornholm

Lokalformand:
Harald Lund
Arnagervej 22, Arnager
3700 Rønne
Tlf.: 5697 2062
ernaharald@gmail.com



Mindeord

Det er med stor sorg, at jeg må meddele jer,
at Hanne Jensen ikke er blandt os mere.
Vores tanker går til familien.
Æret være Hannes minde.

Harald Lund

Kommende arrangement

Wellnesstur

Så skal vi på wellness-og hyggetur til Slesvig. Vi kører mod Slesvig fredag morgen og med pauser undervejs er vi fremme ved hotellet sidst på eftermiddagen. Lørdag skal vi på sightseeing og er tilbage på hotellet om eftermiddagen - så er der også tid hvis der er nogen der vil have wellness. Søndag formiddag kører vi lidt sightseeing igen inden vi kører mod Danmark igen. Hotellet har sauna, swimmingpool og "fitness".

Så hvis I har lyst til en lidt forlænget weekend så skynd jer at melde jer til. Tilmelding er bindende.

Dato: 5.-7. april 2013

Tid: Afgang fra Præstevænget/Ballerup St. kl. 9.00

Sted: Hotel Ostsee Resort i Damp

Pris: 995,- pr.person

Tilmelding til Marianne på tlf. 2343 0353 **senest 23. marts.**

Kommende arrangement

Skovtur

I år skal vi på sommertur sammen med Roskilde. Vi skal til Humle-magasinet i Harndrup på Fyn hvor vi skal høre om stedets tilblivelse og se Sigfred Pedersen Museet og mange andre spændende ting og med hjemkørsel kl. 16. Men mere i næste nr. hvor I kan se under Roskilde for et mere detaljeret program.

Dato: Søndag d. 9. juni 2013

Tid: Præstevænget/Ballerup St. kl. 8.30

Pris: kr. 150 for medlemmer/støttemedlemmer og kr. 250 for ikke-medlemmer.



P.b.v. Marianne R. Bodi

Siden sidst

To nye ansigter i bestyrelsen

Generalforsamling d. 12. januar 2013 i Sagahuset

Dagsorden

1. Valg af dirigent
2. Formandens beretning
3. Forelæggelse af regnskabet 2012
4. Foreningens aktivitetsliste
5. Fremlæggelse af budgetforslag
6. Indkomne forslag
7. Valg til bestyrelse

Formand Harald Lund bød velkommen til årets generalforsamling, hvor der var tilmeldt 29 medlemmer. Men ak, Bornholm fik besøg af Kong Vinter, hvilket resulterede i 10 afbud i løbet af formiddagen fra medlemmer der bor ude på øen, som ikke turde begive sig ud i det vejr, så vi gennemførte generalforsamlingen med 19 fremmødte medlemmer.

Inden vi gik over til generalforsamlingen mindedes vi kasserer Hanne Jensen, der alt for tidligt gik bort efter kort tids sygdom. Ære være Hannes minde.

1. Valg af dirigent

Bestyrelsen foreslog Christian Stentoft (CS), som blev enstemmigt valgt. CS kunne fastslå, at dagsorden rettidigt var kommet medlemmerne i hænde, og gav derefter ordet til formanden.

2. Formandens beretning

Formand Harald Lund (HL) indledte beretningen med at sige, at året 2012 både havde budt på op- og nedture.

På plussiden har vi vores arrangementer, der havde haft en bred tilslutning, hvilket bestyrelsen siger mange tak for.

Det negative er vores medlemsantal, der ved sidste opgørelse

viste, at der havde været en tilbagegang på 5 medlemmer, så vi nu "kun" er 60 medlemmer.

På Bornholm har foreningen ikke haft problemer med kommunen om skift til andre stomiprodukter, hvis man havde ønske om dette. Formanden anbefaler, at såfremt der skulle komme problemer kan vi gå til egen læge eller stomisygeplejersken og få dem til at skrive en bevilling med de behov man har, der så videresendes til kommunen.

HL omtalte også en sag om irrigationsudstyr, hvor det var Ålborg Statsforvaltning som gav afslag. COPA har tidligere fået medhold af statsforvaltningen i Midtjylland om retten til irrigationsudstyr.

HL orienterede også om frygten for at socialsystemet ødelægger borgere med deres familie frem for at hjælpe, og fortalte om en 41 årig scleroseramt kvinde der nu må klare sig selv i 22 timer af døgnet. I 2010 havde hun haft hjælp døgnet rundt, nu var det 2 timer i døgnet, f.eks har kommunen fastslået, at hun hver onsdag kan komme ud og "lufte" sig. Man græmmes når man hører, at det er historier fra virkelighedens verden.

Beretningen blev godkendt.

3. Regnskabet 2012

Kasserer Frank Jensen redegjorde for regnskabet, der blev godkendt uden bemærkninger.

4. Forelæggelse af aktiviteterne for 2013

Aktiviteterne ligner til forveksling de vi har kørt med i de senere år, men det er aktiviteter alle føler sig tilpas med, og derfor ikke ser nogen grund til at finde på nye tiltag.

Der blev dog rejst en forespørgsel om evt at vise ansigt på Folkemødet i Allinge.

I 2012 var der nogle stykker der havde truffet Colitis Crohn

Foreningen og Gigtforeningen i et telt deroppe, og som var rigtig tilfredse med at stå der. Politikerne fra de forskellige partier fra både Christiansborg og de lokale fra Bornholms Kommune er samlet i de dage, og måske man kunne få en snak med nogle af dem om de problemer socialsystemet er medvirkende til.

Bestyrelsen lovede at tage emnet op, og se hvad man kunne finde ud af.

Se nedenstående aktivitetsliste.

5. Forelæggelse af budgetforslag for 2013

Budgetforslaget blev godkendt.

6. Indkomne forslag

Der var ikke indkommet nogle forslag.

7. Valg til bestyrelse (ulige år)

To nye ansigter blev valgt ind i bestyrelsen, der nu ser ud som følger:

- Formand Harald Lund
- Bestyrelsesmedlem Osvald Jensen
- Bestyrelsesmedlem Jytte Jeppsen
- Bestyrelsesmedlem Frank Jensen (kasserer)
- Bestyrelsesmedlem Inge Skovgaard P (nyvalgt)
- Suppleant Birgit Rasmussen
- Suppleant Renate Espersen (nyvalgt)
- Revisor Christian Stentoft
- Revisorsuppleant Anders Mortensen

Dirigenten takkede for god ro og orden, og forsamlingen kunne derefter smække sig i gule ærter med flæsk og pølse samt en lille en til ganen.

P.b.v. Inge Skovgaard Petersen

AKTIVITETER
COPA BORNHOLM

Dato / klokken	Emne	Sted	Tilmelding senest	Deltagerbetaling
Onsdag 20-03 kl. 19	Medlemsmøde og pakkebanko á 25,- kr.	Sagahuset	Fredag 15-03	Nej
Lørdag 25-05 kl.14.00	Bornholms sommerfuglepark, Nexø Foreningen giver kaffe.	Gl. Rønnevej 14 B Nexø	Mandag 20-05	Ja - 50,- kr.
Lørdag 22-06 kl. 12.30	Lynggårdskoven, Pedersker Mad og kaffe medbringes.	Ølenevejen 69 Pedersker	Mandag 17-06	Nej
Lørdag 10-08 kl. 14.00	Pentangue og grill Foreningen har øl, vin og mad med.	Årsdale, Nexø Egen grillmad+kaffe	Mandag 05-08	Nej
Onsdag 25-09 kl. 19.00	Medlemsmøde. Foreningen kontakter en stomileverandør	Sagahuset	Fredag 20-09	Nej
Lørdag 02-11 kl. 18.00	Andesteg og pakkebanko á 25,-kr.	Sagahuset	Mandag 28-10	Ja - 75,- kr.
Lørdag 30-11 kl. 13.00	Julefrokost, julefest.	Sagahuset	Mandag 25-11	Ja - 75,- kr.
Lørdag 08-02 kl. 13.00	Generalforsamling 2014 / gule ærter.	Sagahuset	Mandag 03-02*) *) Tilmelding til spisning.	Nej

I fald du mangler køreleglighed - kontakt en fra bestyrelsen og vi vil forsøge at skaffe sådan en.

P.b.v. Harald Lund

P.b.v. Harald Lund



Frederiksborg

Lokalformand:
Gisela Schjøtt
 Birkemosevej 30
 3550 Slangerup
 Tlf.: 4733 4434
 E-mail: schjoett@webspeed.dk



Siden sidst

Generalforsamling

Lokalforeningens generalforsamling blev afholdt lørdag den 9. marts 2013.

Bestyrelsens sammensætning bliver offentliggjort i næste nummer af bladet.

Aktivitetsplan for resten af året ser sådan ud:

- 1. juni: Sommerudflugt
- 28. september: Medlemsmøde
- 30. november: Julekomsammen.

Kommende arrangement

Sommertur til Sejerø lørdag den 1. juni

Efter opsamling i Hillerød og Ølstykke kører bussen til Havnsø, hvor færgen ligger klar til at tage os med til Sejerø. Færgen afgår fra Havnsø kl. 10.50 og sejlturen varer en times tid. Når vi ankommer bliver vi delt i to hold. Det ene hold køres rundt på øen i hestevogn i ca. 1 ½ time, og undervejs bliver der fortalt om det, vi ser, og der vil blive stop ved gode udsigtspunkter og gårdbutikker. Det andet hold får en guidet byrundtur af samme varighed, og vi skal se øens kirke, museum og kulturhus. Frokosten bliver serveret i Café Spætten. Når vi skal tilbage til færgen bytter vi om, så de der kørte i hestevogn på udturen får byrundturen. På denne måde kommer alle til få oplevelsen med at køre i hestevogn. Turen forventes at slutte kl. 18.00. Som det fremgår af turens beskrivelse, er den **ikke egnet for kørestolsbrugere**.

Der bliver opsamling følgende 2 steder:

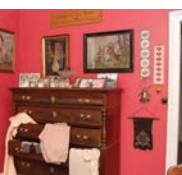
- Hillerød: **Kl. 9.00** Parkeringspladsen bag stationen på Carlsbergvej.
- Ølstykke: **Kl. 9.30** Parkeringspladsen på Egedal Station, Dronning Ingrid's Vej.

Prisen for denne specielle tur er 200 kr. for medlemmer.

Tilmelding senest torsdag den 23. maj 2013

Bodil Gønss, tlf. 48 17 36 13 eller Gisela Schjøtt, tlf. 47 33 44 34. Man kan også tilmelde sig på den mailadresse, der står i bladet under Frederiksborg Lokalforening.

P.b.v. Gisela Schjøtt



Sejerø Museum:
Købmandens stue.

Sejerø Kirke.



Roskilde

Lokalformand:
Jette Frederiksen
 Kirkegårdsvej 7, Gundsømagle
 4000 Roskilde Tlf.: 4673 0587
jettebfrederiksen@hotmail.com www.roskilde.copa.dk



Kommende arrangement

Sommertur 9. juni

Sommerturen går i år til Humlemagasinet i Harndrup på Fyn. Vi kører med bus, datoen bliver søndag den 9. juni 2013.

Vi skal se Humlemuseet, Sigfred Pedersen Museet, Dukkemuseet og blomsterhaver.

Reserver dagen.

Fyldestgørende program i kommende Copa-blad (maj/juni)

P.b.v. Johnny Frederiksen

PS: Skulle nogen på forhånd have lyst til at se, hvad et "humlemagasin" kan rumme, så kig på deres hjemmeside: www.humlemagasinet.dk



Vestsjælland

Lokalformand:
Eddy Tersløse
 Rolighedsvej 19, 4571 Grevinge
 Tlf.: 6063 0747
e.t@mail123.dk



Kære medlemmer

Efter en hård vinter med nogle lave temperaturer går vi nu den lyse tid i møde, hvor alt på ny skal til at spire og springe ud. Så glemmer vi hurtigt den kolde og mørke tid. Vi starter i COPA-Vestsjælland med generalforsamling, som vil finde sted den 4. april 2013 fra kl. 18 til ca. 21.30 i Vommevad forsamlingshus. Da vi ikke var heldige sidste år omkring maden, har bestyrelsen besluttet, at være på den sikre side i år. Der er også fuld tilgængelighed for rollator og kørestole m.v. Der er også et toilet som er fuldt tilgængeligt, så alt skulle være på plads sådan, at der ikke er nogen forhindringer for vore medlemmer.

Vi havde planlagt afholdelse af julefrokosten den 9. december 2012. Men vejrguderne ville åbenbart ikke, at vi skulle ud af døren den dag. Tidligt om morgenen begyndte medlemmer der havde tilmeldt sig at ringe. Kirsten fra Vommevad forsamlingshus fortalte, at vejene var livsfarlige at køre på. Kirsten foreslog, om vi kunne lave det om til den 19. december. Det gav enorm travlhed at skulle ringe til medlemmerne, ikke nok med at aflyse men også høre om de så kunne den 19. Det lykkedes at få talt med alle, og de fleste kunne godt komme den 19. december. Der var desværre en vi ikke kunne få fat i, da det var et medlem som kom fra en anden lokalafdeling. Da jeg ikke kunne få fat i medlemmet, kontaktede jeg Britta på COPAs kontor om mandagen, så hun måske kunne være behjælpelig med, at finde medlemmet. Jeg fik en hurtig tilbagemelding fra Britta, at hun havde fået fat i medlemmet og Britta havde sagt, at medlemmet kunne ringe til mig, hvis man ønskede, at deltage den 19. december. Så jeg vil



COPA-Vestsjælland julefrokost.

på hele bestyrelsens vegne sig en stor tak for hjælpen, til Britta. Hele bestyrelsen vil også sige tak til Kirsten og hendes personale dels for, at reagere hurtigt omkring vejret og ikke mindst for, at ville huse os 10 dage senere. Der blev desværre lidt mindre fremmøde end da vi først havde tilmeldt os. Vi vil også sige tak for den utrolig flotte behandling vi har fået. Vi betalte ikke noget, fordi vi måtte aflyse og heller ikke fordi, der kom færre medlemmer end vi havde bestilt til.

Trods vejr og vind samt en masse ringen, vil jeg her sende en stor tak til medlemmerne og de der var med til, at vi fik en rigtig hyggelig eftermiddag.

Kommende arrangement

Generalforsamling

Hermed indkaldes til generalforsamling i COPA-Vestsjælland. Torsdag d. 4. april 2013 kl. 18.00 til ca. 21.30

Vommevad forsamlingshus, Søstrupvej 82, 4420 Regstrup
Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Valg af referent.
3. Godkendelse af dagsorden.
4. Optælling af stemmeberettigede.
5. Valg af stemmetællere.
6. Formandens beretning.
7. Regnskab til godkendelse.
8. Aktivitetsplan for det kommende år.
9. Indkomne forslag. Senest 8 dage før
(28. marts 2013) til formanden. Forslag kan også sendes pr. mail e.t@mail123.dk.
10. Valg til bestyrelsen
Valg af 2 bestyrelsesmedlemmer:
Lene Christiansen for 2 år modtager genvalg
Birthe Hansen for 2 år modtager genvalg.
Valg af revisor for 1 år:
Else Laursen modtager genvalg.
Revisorsuppleant for 1 år.
11. Eventuelt.

Tilmelding til spisning på COPA-Vestsjællands generalforsamling for 2013 i Vommevad forsamlingshus, torsdag den 4. april 2013 fra kl. 18.00 til 19.00.

Tilmelding skal ske senest søndag den 24. marts 2013:

Janne Christophersen på tlf. 2332 9280, **bedst** efter kl. 13 eller på mail jchristoph@jubii.dk

Eddy Tersløse på tlf. 6063 0747 eller på mail e.t@mail123.dk
Bindende tilmelding til spisning af hensyn til bestilling. Spisning vil finde sted fra kl. 18 til 19.

Samkørsel vil kunne finde sted så vidt det er muligt.

P.b.v. Eddy Tersløse



Storstrøm Nord

Kontakt:
COPAs sekretariat
tlf.: 5767 3525



Lolland/Falster

Kontakt:
COPAs sekretariat
tlf.: 5767 3525



Fyn

Lokalformand:
Poul Erik Andersen
Mullerupvænget 12
5230 Odense M
Tlf.: 6615 8512
/ 3011 4296
ipea@webspeed.dk



Kommende arrangement

Bowlingtur den 3. april kl. 16.30

COPA Fyn inviterer alle medlemmer og støttemedlemmer til en hyggelig aften i

Bowl'n'fun

Grønløkken 3, 5000 Odense C

Alle er velkomne selvom man ikke bowler, men meddel dette ved tilmelding. Vi bowler fra 17.00 til 18.00.

Derefter serveres der en dejlig buffet incl drikkevarer til maden og vi slutter med kaffe/ te.

Deltagerpris: 100 kr. pr. person.

Tilmelding: Jørgen **senest den 19. marts**

tlf. 6263 2029 / 2924 1340 eller jjr@mail.dk

P.b.v. Jørgen Rasmussen



Tilgængeligt for kørestolsbrugere.

Nu COPA rådgivning på Svendborg Sygehus - vil du være rådgiver?

Onsdag d. 5. december 2012 skrev vi historie på Svendborg Sygehus, da vi for første gang tilbød rådgivning til stomioopererede på afd. K2.

Efter et længerevarende tilløb, et godt samarbejde fra stomiambulatoriet og med 2 uddannede rådgivere er det nu lykkedes at få etableret en fast ordning, så man hver onsdag kan træffe en rådgiver på sygehuset.

Hvor mange vi træffer og hvor og hvordan samtalerne forløber vil vise sig, men vi 2 rådgivere er fast besluttet på at give det en fair chance. Ting tager tid, nye tilbud skal opdaiges og formidles og nye rutiner skal indarbejdes, men vi er optimistiske og indstillede på, at det kan være en lidt tung og sej start.

Vi er kun 2, så vi håber på, at andre har lyst til at tage rådgiverkurserne og være med i teamet.

Vi dækker heller ikke hele spektret - vi har kun erfaring med ileostomi og kolostomi - så der er plads til mange flere.

De bedste hilsener
Charlotte Devantier og Tove Woldby



Syddanmark

Lokalformand:
Hanne Westergaard
 Violvej 126 B
 8700 Horsens
 Tlf.: 7564 1086
h.westergaard@stofanet.dk



Rådgivning på Vejle Sygehus

Mød en COPA-rådgiver

Åben rådgivning på Vejle Sygehus afdeling A160.
 Følg den gule stribe og tag elevator til 6. etage.
 Mød COPA rådgivere og hør
 hvordan det er at leve med stomi.
 4. torsdag i hver måned kl. 15.00 - 17.00
 (marts 2013 dog 21. marts)

Kommende arrangement

Gå i Dronning Margrethes fodspor

Sæt kryds i kalenderen den 30. juni

Vi arrangerer en tur til Endelave, hvor vi vil opleve det samme som vores dronning gjorde, da hun i sommeren 2012 var på Endelave. Vi skal på en traktortur rundt på øen og til ølsmagning og meget mere.



Der kommer et fuldt program i næste blad, dette er blot så I kan reservere dagen.



**P.b.v.
Hanne
Westergaard**

Kommende arrangement

Få en fængslende oplevelse

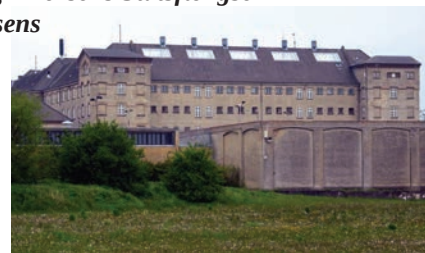
Tag med COPA på besøg i **Horsens Statsfængsel**
Fussingvej 9, 8700 Horsens

Lørdag den
16. marts kl. 10.00
og kl. 13.00

Vi afholder møde i fængslet kl. 13.00 – 16.00.

Program: 13.00-16.00

- Overlæge Jørgen Rasmussen:
Hvorfor stomi.
- Hvordan er det at leve med en stomi.
Tidligere forsvarsminister Søren Gade vil fortælle om, hvordan det var at være pårørende til en person der er stomiopereret.
- Falck hjemmehjælp vil fortælle om deres arbejde.



Fra kl. 10.00 er der mulighed for, for egen regning, 80.00 kroner, at komme ind og se Fængselsmuseet.

Der vil være mulighed for at spise medbragt mad i cafeen eller ved bordene i gården, inden vi starter mødet kl. 13.00.

Der gøres opmærksom på, at fængslet stadig er under ombygning, der kan derfor p.t. ikke garanteres for at elevatorerne virker. Der er trapper, og museet er på 4 etager.

Der vil blive en anretning i form af kaffe/te og brød under mødet.

Ved tilmelding bedes gjort opmærksom på, hvor mange der kommer til museum og møde. Hvor mange kommer kun til mødet.

Tilmelding senest den 11. marts til

Hanne Westergaard 75641086 eller h.westergaard@stofanet.dk

Hvis du selv er kørende - gør venligst opmærksom på, om du kan have flere med i bilen. Hvis du ikke har mulighed for at køre selv, gør opmærksom på dette ved tilmelding. Kommer du med tog til Horsens kan du fra Banegården tage følgende:

Bus nr. 9 til Fussingvej, 900 meter at gå.
 Bus nr. 110 til Vestergade 600 meter at gå
 Bus nr. 202 til Nørre Brogade 800 meter at gå.

**P.b.v.
Hanne
Westergaard**



Sønderjylland

Lokalformand:
Christa Jensen
 Korshøj 5, Asserballe, 6440 Augustenborg
 Tlf.: 7447 3370.
kajchrista@hotmail.com

Siden sidst

Kære medlemmer

Så er vi nået året 2013. Vinteren vil ikke rigtig gå på retur og forår står jo næsten på lur.

Den lyse tid og varme er det vi venter på, så alle kan komme ud i den friske natur.

Kommende arrangement

Generalforsamling

Generalforsamling **onsdag d. 13. marts 2013** på Røde-Kro med spisning kl. 18.00.

Er man ikke interesseret i spisning, kan man deltage ved gene-

ralforsamlingen kl. 19.00, som er for Stomiforeningens medlemmer. Dagsorden har været i januar/februar bladet.

Husk tilmelding til spisning, man kan stadig nå det når bladet udkommer (blad 2 omdeles 8. 11. og 12. marts, red.).

Carl Christian – tlf.: 7472 3981

Christa – tlf.: 74 47 33 70/41 57 33 70

Mød op og vær med – det er dig, der har indflydelse på foreningens fremtid.

Kommende arrangement

Temaaften d. 10. april

På "Seniorcentret" i Tønder, Ribe Landevej 39, holder vi temaaften 10. april kl. 19.00.

Aftenen byder på underholdning fra Kabaretgruppen, som opfører et potpourri med gamle viser.

På besøg kommer Anne Hauge Rasmussen, som viser produkter fra Dansac/Hollister.

Nyd denne aften, den er altid hyggelig. Der serveres kaffe/te med hjemmebag.

Tilmelding senest d. 5. april til Carl Christian – tlf.: 7472 3981.

Åben rådgivning Sygehus Sønderjylland, Aabenraa Mød en COPA-rådgiver

Der vil være en rådgiver til stede

Mandag d. 8. april kl. 10.00 til 13.00
Mandag d. 3. juni kl. 10.00 til 13.00
Mandag d. 5. august kl. 10.00 til 13.00
Mandag d. 7. oktober kl. 10.00 til 13.00
Mandag d. 2. december kl. 10.00 til 13.00

Uden for denne tid vil der altid være mulighed for at ringe til:

Lokalformand Christa Jensen tlf. 7447 3370
COPAs sekretariat tlf. 5767 3525.

Anne Lise Hansen

tlf. 7452 0091 / 2961 2776 • achansen@webspeed.dk

Kommende arrangement

50 års jubilæum - det skal fejres

Lokalforening Sønderjylland fylder 50 år. Festen skal holdes på **Røde-Kro d. 25. maj fra kl. 18.00 – 23.30.**

Det er med spisning og diverse indslag. Indbydelsen vil blive sendt ud til medlemmer/støttemedlemmer, så husk at sætte kryds i kalenderen d. 25. maj.

Der vil være lidt mere omtale på generalforsamlingen samt i næste blad maj/juni.

Senest tilmelding til festen er den 20. maj:

Carl Christian – tlf.: 7472 3981

Christa – tlf.: 7447 3370 / 4157 3370.

P.b.v. Christa Jensen



GI Viborg amt

Lokalformand: Vagn Færch
Norgaardsvej 112 B, 7800 Skive
Tlf.: 9752 1686



Kommende arrangementer

COPA GI Viborg amt

COPA GI Viborg amt har afholdt generalforsamling 2. marts.

Se kommende arrangementer på www.copa.dk eller næste Copa-blad.



Ringkøbing

Lokalformand:
Mogens Daugaard Christensen
Neerlandiavej 156, Vejlbj
7673 Harboøre
Tlf.: 4125 0310
mogensanette@gmail.com



Kommende arrangementer

COPA Ringkøbing

Se kommende arrangementer på www.copa.dk eller næste Copa-blad eller kontakt lokalformanden.



Tilbehørsprodukter

Pasta - Ringe/Plader/Strips - Pulver

Neutralisering af lugtgener - Granulat til tynd afføring

Kontakt os på tlf. 3637 9130 for rådgivning og vareprøver



Sydvestjylland

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

Yderligere kontaktperson:
Børge Kjærgaard, tlf. 2068 9200.



Kommende arrangement

Generalforsamling 2. april

Igen tid til generalforsamling i COPA Sydvestjylland. Vi mødes tirsdag den 2. april kl. 18.30 i Mødestedet, Sædding Centret, Esbjerg, indgang fra P-pladsen ved Sædding kirke.

Der skal vælges to bestyrelsesmedlemmer, suppleant samt revisor og vi skal se på sktivitetsplanen for 2013/2014.

Husk at indsende skriftlige forslag og ideér til behandling på generalforsamlingen senest tirsdag den 26. marts, til formand Lona Spaanheden Ådalen 4E, 6710 Esbjerg V - mail adr. lo.spa@hotmail.com

Efter generalforsamlingen er foreningen vært ved et stykke mad og skal du/I spise med er **tilmelding** nødvendig til Lona på telefon 4117 7051 **senest 26. marts**.

Indbydelse til generalforsamlingen er tilsendt medlemmerne i COPA Sydvestjylland.

Kommende arrangement

Bowling

Tilmeld Jer til bowling-klubben hos Anette Larsen på telefon 2785 5978, så får I kamp-besked i god tid inden spillet. Næste kamp spilles **tirsdag den 4. juni** i Lerpøthallen i Varde.

Kommende arrangement

Kør-selv tur i maj

Årets kør-selv tur i maj måned er i skrivende stund til Mandø i vadehavet.

P.b.v. John Kyhl



Aarhus

Lokalformand:
Dorte Nyholm Jensen
Kragelund Tværvvej 28 B
8600 Silkeborg
Tlf.: 6167 0351 (bedst 18.00 - 20.00)
aarhus@copa.dk



Rådgivning på Aarhus 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.

21. marts	kl. 16.00 - 17.30
4. april	kl. 16.00 - 17.30
18. april	kl. 16.00 - 17.30
2. maj	kl. 16.00 - 17.30
16. maj	kl. 16.00 - 17.30

Stomiposer til Ukraine

OBS: Ved alle arrangementer i Aarhus lokalforening er der mulighed for at medbringe "overskudsposer" og aflevere dem til bestyrelsen.

Vi vil samle dem sammen og sørge for, at de kommer til Ukraine, hvor der er hårdt brug for dem.

Aktivitetskalender COPA Aarhus

16. marts	Generalforsamling
16. april	Svømmeaften Aarhus

Kommende arrangement

Generalforsamling lørdag d. 16. marts

Generalforsamling lørdag den 16.marts kl. 12.00 – 16.00

Sted: **Folkestedet Carl Blochs Gade 28, Aarhus**

Kl. 12.00	Generalforsamling Dagsorden: • Valg af dirigent • Formandens beretning • Kasserer aflægger regnskab • Aktivitetsplan • Behandling af indkomne forslag • Valg af formand • Valg af 2 bestyrelsesmedlemmer for 2 år • Valg af 2 suppleanter • Valg af revisor og revisorsuppleant • Eventuelt
Kl. 12.45	Frokost
Kl. 13.30	Stomisygeplejerske Susanne Green, Regionshospitalet Silkeborg, fortæller om telemedicin.
Kl. 14.30	Hjælpemiddelfirmaet Dansac fortæller om deres nyeste produkter.
Kl. 15.15	Kaffe og kage
Kl. 16.00	Afslutning.

Der vil under hele arrangementet blive rig lejlighed til at stille spørgsmål, og få svar på det, der brænder sig på, og samtidig rig lejlighed til en hyggelig snak.

Tilmelding spisning:

Dorte tlf. 6167 0351 eller på mail dortenj@inbox.com

(Alle COPA-Aarhus-medlemmer kan naturligvis deltage i selve generalforsamlingen uden tilmelding).

Hvis der stadig sidder nogen, der ikke har fået meldt sig til så kontakt Dorte på 6167 0351 eller på dortenj@inbox.com hurtigst muligt.

P.b.v. Dorte Nyholm Jensen

Kommende arrangement

Vand, sauna og ...

Svømmeaften tirsdag d. 16. april i Spanien

Foråret nærmer sig og det samme gør årets første svømmeaften (vi arrangerer en svømmeaften igen til efteråret).

Lige nu er det foråret vi har i tankerne, vintergæk og krokus titter frem i haverne rundt omkring. Med foråret kommer energien med fornyet kraft og måske tilhører du også en af dem der får ekstra lyst og energi til en svømmetur.

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 nyoprettede medlemmer første prioritet.

Vi mødes **tirsdag d. 16. april kl. 18.00** i Spanien, ja altså

ved billetlugen i svømmebadet "Spanien" i Aarhus midtby, ved rutebilstationen.

Her vil vi nyde en svømmetur, eller blot flyde rundt i vandet (du skal ikke nødvendigvis kunne svømme), vi kan nyde sauna og massage ved vandtryk og spabad



sauna...eller de af mulighederne som vi nu har lyst til, men en tur i bassinet skal vi dog.

NB.: Ønsker du også at benytte grossererbadet er det for egen regning.

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

Egenbetaling til et lille beløb på 50,- kr. pr. person for deltagelse i spisningen.

Eneste betingelse er at du er medlem eller støttemedlem af COPA, ellers er det fuld pris for både svømning og spisning.

Tilmelding gerne nu men **senest fredag d. 12. april** til: Mariann tlf.: 2019 3449

Med venlig forårshilsen Mariann Hvid Olesen



Nordjylland

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

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



Yderligere kontaktperson:
Kim Sass Lund
Foldageren 5, 9400 Nørresundby
Tlf.: 2211 3331

Rådgivning på Aalborg Sygehus Syd
Mød en COPA-rådgiver

Vi træffes i "Patient til Patient Rådgivningen" (forhallen til venstre for elevatorerne) torsdage i lige uger kl. 12-14 (dog ikke juli og kun første lige uge i december).

Kommende arrangement

Generalforsamling 7. april

Der indkaldes til ordinær generalforsamling i lokalforeningen COPA Nordjylland søndag den 7. april kl. 10.30 på

Skalborg Kro
Hobrovej 515-517
9200 Aalborg SV.

Der går bus lige til døren (Metrobus linie 1), og der er parkering i gården.

COPA-Nordjylland fortsætter næste side)

STOMI/BROK

Specialfremstillede støttebandager og undertøj

Eto

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



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



Skalborg Kro.

Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Formanden aflægger beretning til godkendelse.
3. Kassereren forelægger lokalforeningens reviderede regnskab fra sidste kalenderår til godkendelse.
4. Bestyrelsen fremlægger aktivitetsplan for det kommende år.
5. Behandling af indkomne forslag.
6. Valg af to bestyrelsesmedlemmer og en suppleant (Pt. Kim Sass Lund, Randi Hansen og Inger Hansen).
7. Valg af revisor og revisorsuppleant (Pt. Erling Flarup Pedersen og Niels Larsen).
8. Eventuelt

Kl. 10.00-10.30 før generalforsamlingen er der en kop kaffe og et rundstykke.

Efter generalforsamlingen hygger vi os med lidt mad fra kroens buffet.

Vi har også truffet aftale med Kirstine Hardam som kommer og viser stomibandager fra Salts m.m..

Du behøver ikke tilmelde dig selve generalforsamlingen. Men ønsker du at deltage i formiddagskaffen forinden eller spisningen efterfølgende bedes du tilmelde dig **senest søndag den 31. marts** til: Jørgen Dresfeldt på tlf. 4050 0990 eller på mail nordjylland@copa.dk

P.b.v. Jørgen Dresfeldt



Ungdom

Kontaktperson:
Ida Engblom
Stærevej 16, 1.tv. 2400 København NV
Tlf.: 5136 3063 ida.j.engblom@gmail.com



Kommende arrangement

Har du en god idé til en sommertur?

Ungdomsgruppens sommertur er ved at blive planlagt. Da der har været ønsker om at finde et alternativ til Lalandia, er vi ved at finde ud af, hvad dette kan blive. Så vi kan på nuværende tidspunkt ikke sige så meget om turen andet end den kommer til at løbe af stablen omkring sidst i juni – starten af juli alt efter om Rumænien turen bliver til noget.

Så hold øje med hjemmesiden, Facebook eller send en mail til ida.j.engblom@gmail.com hvor vi vil opdatere jer løbende når vi ved noget mere. Hvis I har nogle gode ideer til hvor I gerne vil hen kan der ligeledes skrives en mail til ida.j.engblom@gmail.com

P.v.a. Ungdomsgruppen
Ida Engblom



Forældregruppen



**Interessegruppens repræsentant
samt gruppens kontaktperson:**

Morten Holmgaard
Amaliehaven 20, 7080 Børkop
Tlf. 5047 5007 / 4021 1966
perret-holmgaard@hotmail.com

Kommende arrangement

Junior-COPA 17. - 20. maj

Vi har her den glæde at invitere Familiegruppens juniorer til den efterhånden traditionsomspundne "Junior COPA tur". I år skal vi til **Lalandia i Billund**.

Vi håber at se mange af dem der har været med før og endnu flere af dem, der ikke har været med tidligere. Uanset hvem du er, om du er søskende eller det er dig der er "syg", så er det eneste krav for deltagelse for dig og dine evt. søskende:

1. Du skal være medlem af COPA (og kontingent for 2013 skal være betalt)
2. At du – som er medlem - er fyldt 10 år
3. At evt. søskende der skal med på turen, også er fyldt 10 år.

For god ordens skyld gøres der opmærksom på, at "nr. 1 + 2" skal være opfyldt, hvis søskende skal med.

Dem der har været med tidligere ved, at vi hygger, bader, bowler, snakker, fniser, slapper af og meget mere på denne tur. Vi glæder os til at se jer i mægtigt humør. 😊

Morten fra styregruppen er arrangør og med på denne tur – dertil er der selvfølgelig flere ansvarlige voksne med for at passe på guldklumperne. Der er plads til ca. 20 juniorer.



Tilmelding - to måder

I bedes tilmelde jer på 1 af flg. 2 måder:

1. Tilmeldingsblanketten på næste side udfyldes og sendes pr. fax eller brev til sekretariatet.
Indbetal egenbetaling via bankoverførsel - husk at påføre juniors medlemsnr. (Reg.nr : 4955 nr: 0007090331).
2. Skriv tilmeldingsoplysningerne på næste side ind i en mail og send til: sekretariatet@copa.dk
Indbetal egenbetaling via bankoverførsel - husk at påføre juniors medlemsnr. (Reg.nr : 4955 nr: 0007090331).

Bemærk at det efter servicelovens §100 samt §41 er muligt at søge om tilskud til denne weekend af jeres bopælskommune.

Transport til og fra arrangementet koordineres med de tilmeldte efter SU. Dette kunne være tog til Vejle – hvor vi sørger for afhentning.

I er også meget velkomne til at "levere" jeres barn i Billund – hvis I vil være sikre på junior er kommet godt frem – og I kan sige "pænt farvel". 😊

Der vil være lidt kaffe på kanden til dem af jer der måtte ønske det. Oplys venligst dette ved tilmelding.

Der er behov og plads til yderligere 1 – 2 voksne. Så hvis dit barn har brug for din hjælp og du samtidig gerne vil være med til at hjælpe på arrangementet, må du gerne skrive det på din tilmelding.

Vi håber på forståelse for, at der ikke er plads til alle forældre. 😊

Har du eventuelt nogen spørgsmål til turen er du velkommen til at kontakte Morten Holmgaard på tlf. 5047 5007 eller på mail perret-holmgaard@hotmail.com.

Vel mødt. 😊
Morten Holmgaard



Tilmelding LALANDIA BILLUND - fredag 17. maj - mandag 20. maj 2013

Navn(e):

.....

.....

Kontaktperson hvis der opstår problemer:.....

Tlf.nr/ mobilnr.....

Mailadresse.....

Bringer / henter selv.....

Note.....

Prisen for dette overdådige arrangement er **kun 500,- kr. pr. person**, som skal betales ved tilmelding.

Billeder taget på turen af mit/mine børn må gerne vises efterfølgende på foreningens hjemmeside.

Underskrift.....

SU senest 8. april 2013

Udgiver: COPA, Jyllandsgade 41, 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 Nords og Lolland/Falsters lokalforeninger.

København / Frederiksberg

Kontakt
COPAs
sekretariat
Tlf.: 57 67 35 25

Storkøbenhavn

Marianne R. Bodi
Ved Store Dyrehave 44, st.th.
3400 Hillerød
Tlf.: 23 43 03 53 (bedst 16-18)

Frederiksborg

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

Bornholm

Harald Lund
Arnagervej 22, Arnager
3700 Rønne
Tlf.: 56 97 20 62

Roskilde

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

Vestsjælland

Eddy Tersløse
Rolighedsvej 19
4571 Grevinge
Tlf.: 60 63 07 47

Storstrøm Nord

Kontakt
COPAs
sekretariat
Tlf.: 57 67 35 25

Lolland-Falster

Kontakt
COPAs
sekretariat
Tlf.: 57 67 35 25

Fyn

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

Sydøstjylland

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

Mogens Daugaard
Christensen
Neerlandiavej 156, Vejlbj
7673 Harboøre
Tlf.: 41 25 03 10

Gl. Viborg amt

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

Aarhus

Dorte Nyholm Jensen
Kragelund Tværvej 28B
8600 Silkeborg
Tlf.: 61 67 03 51

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

Morten Holmgård
Amaliehaven 20, 7080 Børkop
Tlf. 50 47 50 07

Ungdom

Ida Engblom
Stærevej 16, 1. tv.
2400 København NV
Tlf.: 51 36 30 63

Colitis-/Crohngruppen

Østdanmark:
Kontakt COPAs sekretariat

Vestdanmark: Dorte Nyholm Jensen
Kragelund Tværvej 28B
8600 Silkeborg
Tlf.: 61 67 03 51

Urostomigruppen

Vestdanmark: Anne Lise Hansen
Gåskærgade 17 B, 1.tv.
6100 Haderslev
Tlf.: 74 52 00 91 / 29 61 27 76 (mobil)

Østdanmark: Kirsten Cederlund
Bymarken 4 D, st.tv.
4000 Roskilde
Tlf.: 46 32 08 35

*) Medlem af COPAs forretningsudvalg.

**) Suppleant i COPAs forretningsudvalg.