



STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951



I dette blad kan man bl.a. læse:

COPA Roskilde/Køge har været på Sporvejsmuseet.....se side 17

Kære medlemmer

LEDER



Henning Granslev, landsformand

Den nye hjemmeside er i funktion, dog med nogle startproblemer. Det har ikke være så ligetil at få flyttet alt fra et gammelt system til et mere tidssvarende system. Forhåbentlig bliver børnesygdommene snart overstået.

Ibladet er der en artikel med fakta i en konklusion fra en brugerundersøgelse (se side 30-31), som mange COPA medlemmer var så venlige at deltage i. Om det var udsigten til en præmie eller ej, så tak for jeres hjælp. Uden de mange besvarelser var der ikke kommet så stærke og overbevisende fakta.

I undersøgelsen er der bevist, at et korrekt stomihjælpemiddel har utroligt stor betydning for livskvalitet, sikkerhed, mindre hudproblemer og et mere aktiv fritidsliv m.m.

Ved kommende udbud af stomihjælpemidler er jeg sikker på, at undersøgelsen kan være med til at få gode aftaler, der tager hensyn til en konkret og individuel vurdering af den enkelte borger. Og ikke som nu, i en del kommuner, hvor en sagsbehandler og en indkøbsansvarlig person prøver at presse borgeren til at bruge et bestemt hjælpemiddel.

I det mindste bør undersøgelsen få nogle politikere til at forstå, at det ikke er en god ide at lave indkøbsaftaler, der bliver mere eller mere standardiseret til borgerne. En indkøbsaftale på stomihjælpemidler skal kunne dække den enkelte persons ønske af valg på stomihjælpemidler og ikke kun hvad kommunen mener.

Isidste blad var der et tilbud om et møde i Roskilde specielt henvendt til urostomiopererede. Der er stadig plads til flere, så har I/du lyst at deltage, så kan du kontakt sekretariatet. I bladet er der mere information om mødet.

Næste nyhed bliver en præsentation af projektet "Stomiguide" der specielt henvender sig til målgruppen de 15- 40 årige. Selvfølgelig kan mange andre forhåbentlig få glæde af den. I guiden er der mange personer, der fortæller deres lille historier om livet med stomi.

Der vil være omtale af alt, graviditet, sex, rejse, sport, job og uddannelse m.m.

Ideen til projektet er komiker og oplægsholder Jacob Nossel, sikkert kendt af mange fra TV dokumentaren, Naturen Uorden. Jacob henvendt sig til vores forening og spurgte, om det ikke ville være en god ide med noget materiale om stomi – specielt til de unge.

Jacob havde lavet en helt præcis beskrivelse af indhold, omkostninger og fundet de rette personer, der ville medvirke i en "Stomiguide".

Hovedbestyrelsen i COPA var alle positive for ideen, og afsatte 100.000 kr. på budgettet for år 2016. De resterende 200.000 kr. skulle betales af fonde. Stomiforeningen COPA var så heldig

at få 50.000 kr. fra Augustinus Fonden og 200.000 kr. fra Trygfonden.

Derved kunne projektet blive en realitet.

Efter planen vil der blive en præsentation af projektet i november/december.

Tak til Jacob og hans hold – især til journalist Leif Pedersen, der har været ude i marken for at besøge personer med stomi og nedfældet de stomihistorier, der er i "Stomiguiden".

Jørgen Jensen på vores sekretariat i Ringsted har også fået en meget positiv information. Det er dog ikke særligt pænt, at noget skal være positivt på grund af dødsfald.

Stomiforeningen COPA har fået oplyst fra en advokat, at foreningen efter ønske fra afdøde skal have 30% af dødsboet værdi. Det vil være et ret stort beløb. Testamentet er skrevet i 2008, efter ægteparret i et par år havde deltaget i COPA sommerophold. Det er nedskrevet i testamentet, at arven skal bruges udelukkende til aktiviteter ved sommerophold og weekendophold for voksne og til aktiviteter til børn med stomi.

Det er svært, ikke at være glad over de positive tiltag og den økonomiske støtte, der er vist fra et par fonde til at få noget helt nyt og moderne informationsmateriale søsat og se det blive en realitet. Forhåbentlig vil der blive taget godt imod "Stomiguiden", som kan være medvirkende til at unge med stomi får oplyst, at et liv med en pose på maven, kan være helt fint.

Er der ikke noget negativt? Jo sommeren kunne, sikkert for mange, have været bedre med mere varme og flere badedage. Så husk, vær altid positiv, andre har haft dårligere vejr, og det bliver sikkert bedre vejr næste år.

Det var alt for denne gang. ■

Er du blevet pensionist?

Af hensyn til dit COPA-kontingent:

Husk at meddele COPA's sekretariat, hvis du er blevet pensionist.



Send din mail-adresse til sekretariatet

Post Danmark har meddelt, at al post fremover kun vil blive omdelt 2 gange om ugen, og der kommer desuden portostigninger, så det bliver ikke billigere at sende et brev. Derfor vil det være en stor hjælp samt en besparelse, hvis man sender sin mail adresse til COPA. Send en mail til: sekretariatet@copa.dk med oplysning om navn samt medlemsnummer, og skriv "mail" i emne.

Ny hjemmeside (www-copa.dk)

Skulle du opleve nogle fejl eller mangler ved COPA's nye hjemmeside, er du meget velkommen til at skrive til webmaster@copa.dk

Med venlig hilsen Jørgen Jensen



ISSN 0901 - 3849

Stomiforeningen COPA

Sekretariatet

Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted

Tlf.: 5767 3525

Træffes mandag - torsdag: 10.00 - 14.00;
fredag: 10.00 - 13.00.

Foreningens gironummer: 7 09 03 31.

Hjemmeside: www.copa.dke-mail: sekretariatet@copa.dk

• Landsformand:

Henning Granslev

Bavnegårdsvej 110, Kolt

8361 Hasselager

Tlf.: 7021 3525

(KUN hverdage: bedst 14.00-18.00)

e-mail: h.granslev@gmail.com

• Vicelandsformand:

Hanne Westergaard

Emil Møllers Gade 24 A, 2.th.

8700 Horsens

e-mail: h.westergaard@stofanet.dk

Tlf.: 7564 1086

• Lokalformænd og -grupper:

Se bagsiden.

COPA medlemsblad

Copa-bladet udkommer 6 gange om året,
omkring d. 10. i ulige måneder.

Oplag: 4500 stk.

Tryk: LaserTryk A/S, Aarhus.

• Ansvarshavende redaktør:

Cand.scient. Ole Vestergaard,

tlf: 9849 9888 • mail: mail@copabladet.dk

• Læserbreve, indlæg og artikler:

COPA forbeholder sig ret til at afvise/for-
korte eller udskyde indlæg. Manuskripter
sendes via mail@copabladet.dk (tekst som
tekstfil i word) eller med PostNord til sekre-
tariatet. Sendes foto/illustrationer pr. mail,
skal det være som *selvstændige* påhæftede
filer (jpg), *højest 5 MB pr. fil*; opløsning tryk-
kvalitet. Færdige højtopløselige-CMYK-pdf
i trykkvalitet og farve modtages også efter
aftale. At pdf-filer opfylder krav til tryk er
indsenderens ansvar.

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

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

• Illustrationsannoncer:

Næste blad: Tilsagn senest 10/10.

Højtopløselig-CMYK/300 dpi-pdf sendes
til mail@copabladet.dk. Andet materiale
modtages også - *efter aftale*. Materialefrist
annoncer normalt 7 dage efter tilsagn. Re-
proklart annoncemateriale til næste nummer
skal være Copa-bladet i hænde **senest: 17/10.**• *Indstik*: Med forbehold. Nærmere
oplysninger: COPA's sekretariat.

Foto forsiden

Spørvejsmuseet.

Foreningens formål:

Vedtægternes § 4:

Foreningens formål er at varetage interesser for stomi- og reservoiopererede 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 5/2016 (september - oktober) [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 252].

Indhold:

Leder (<i>Henning Granslev</i>).....	2
COPA Sommerophold 2016 (<i>Henning Granslev</i>).....	4
Kræftstamceller kan søge dækning og undgå kemoterapi ved at gemme sig i fedtvæv.....	10
Ny viden om hjernens energiforsyning.....	12
Flere overlever kræft i Danmark - men vi er stadig ikke i mål (<i>Claus Fahrendorff</i>).....	26
Et naturligt stof fra persille- og dildfrø kunne være et alternativ til kemoterapi.....	12
Nyt fra lokalforeningerne	14
Det rette stomihjælpemiddel gør en stor forskel.....	30



COPA-kontingent 2016

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

HUSK at melde flytning og overgang til pensionistmedlemskab**direkte til COPA's sekretariat.**

PLANLAGT OMDELING

Copa-blad 1	januar uge 3	Hvis bladet ikke er modtaget i efterfølgende uge, skal man kontakte sekretariatet på tlf. 5767 3525 eller send en mail til: sekretariatet@copa.dk
Copa-blad 2	marts uge 10	
Copa-blad 3	maj uge 19	
Copa-blad 4	juli uge 28	
Copa-blad 5	september uge 37	
Copa-blad 6	november uge 45	

www.copa.dk

Rådgivning

**Tilbud om rådgivning:
Se også under lokalforeningerne.**

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 reservoiopererede 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.

COPA Sommerophold 2016

Af: Henning Granslev, landsformand

Mandag den 27. juni

Da der som skrevet i et tidligere medlemsblad havde været stor interesse for at komme til Viborg i 2015, var dette års sommerophold også på Best Western Golf Hotel i Viborg.

COPA-medlemmer bytter til ny om hjælpemidler.



Alle deltagerne ankom til frokost-tid. Hvad er et hotelophold uden mad? Mætte og tilfredse kunne eftermiddagen bruges til afbrænding af kalorier med en tur op i byen for at studere butikkerne. Der skulle lægges en plan til køb af ugens super gode tilbud? Bare der er penge på kortet, så går det nok, det er vel ferie.

Arne fra Holbæk og jeg skulle på indkøb – efter et par vingaver m.m. Hold da op, sikken en vinforretning vi fandt, Dahl's Vinhandel, Sct. Mathiasgade 76 i latinerkvarteret. Den ligger i byens ældste købmandsgård. Sikken en service. Vi fik fortalt historien om den gamle bygning, og fik lov at gå på opdagelse rundt i hele butikken, selv om vi kun købte et meget begrænset antal flasker. Ejeren viste stolt gamle foto af købmandsgården og fortalte om mange af de meget dyre flasker vin/spiritus – vi kun havde råd til at se på. Tak til Peter Dahl for tid til en super fin kundeservice.



Dahls Vinhandel.



Uffe og Iben, Kirstine Hardam.

Kommer I en tur til Viborg, så besøg Dahl's Vinhandel. Det kan varmt anbefales.

Mandag aften var menuen: Hamburgryg med kartofler og grønsager, desserten var is med frugt.

Mætte og tilfredse kunne kaffen indtages til fremvisning af nyheder i stomihjælpemidler. Uffe og Iben fra forhandler Kirsten Hardam stod for dette indslag. Efter fællesfremvisningen var der god tid til at få en privat konsultation, til de der havde behov for dette. Uffe og Iben havde besøg af rigtig mange. Det er super fint, da det er lettere at få en god vejledning, når den stomioperede og repræsentanten mødes face to face.



Slottet.
Rundvisning.
Guiden på slottet.



Tirsdag den 28. juni

Morgenmaden kunne indtages stille og roligt, inden det var tid til at nyde frokostbordets glæder. OK det er også nødvendigt at bevæge sig lidt, så bukserne kan passe resten af ugen. Bæltet kan tilpasses, men benklæderne kun til en vis grænse.

Efter frokost skulle vi på udflugt. Dennis Mølgaard fra PP-busser kom rettidigt til at få lidt mad, inden vi kørte ud på ugens første udflugt. Turen var til Clausholm Slot, der kan spores tilbage til 1100- tallet.

Der var bestilt en guide til at fremvise de meget flotte sale og fortælle om slottes historie gennem mange år. Slotshaven var



(fortsætter side 6)

NYHED

Dansac X-tra Strips elastiske kantsikringer

Til dig, der søger den tryghed, som
ekstra sikkerhed omkring klæberen giver

- Hudvenlig og blød
- Elastisk og fleksibel
- Passer til enhver stomiplade

Vil du vide mere, er du meget velkommen at kontakte kundeservice
på telefon 4846 5100 eller mail dk.salg@dansac.com.

Ønsker du vareprøver tilsendt, kan du også benytte kuponen
nederst på siden.



KLIP



Ja tak, send mig gratis vareprøver på de nye
Dansac X-tra Strips elastiske kantsikringer

Navn _____

Adresse _____

Postnr _____ By _____

Email _____

Telefon _____

Slotsmarken 17, 1. 2970 Hørsholm



Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen

Dansac & Hollister Danmark
+++ 23716 +++
0893 Sjælland USF B

dansac 

COPA Sommerophold 2016, fortsat:

med i TV serien om Herregårdshaver i 2006. Den gennemgik en meget stor restaurering ved hjælp fra Realdania, der have igangsat kampagnen at sætte fokus på bevaring og fornyelse af historiske herregårdshaver.

Godset omfatter 900 ha, halvdelen heraf er landbrug og 250 ha er skov, hvor der produceres juletræer og pyntegrønt.

Under slottet er der et kakkellovnmuseum. Desværre er der i restaureringen ikke tænkt på adgang for kørestolsbrugere. Det kommer måske engang ved næste restaurering. Et er dog sikkert, det kan anbefales at besøge Clausholm, hvis man vel at mærke er interesseret i gamle slotte.

På hjemturen ville vi indtage kaffe og brød ved det grønne område ved siden af Randers Regnskov. Ideen var såmænd OK. Men der var ikke plads. Hele området var afspærret med hegn, skurvogne og byggemateriale, der skulle bruges til restaurering af den gamle jernbanebro over Gudenåen.

Pyt med det, der var bænke ved P-pladsen. Vi fik alle kaffe og en supergod kringle medbragt fra hotellet. Der var masser af brød, endda også noget til turister der tilfældig kom fordi – måske var det ikke tilfældig?

Hjemme på hotellet var der tid til at strække benene inden aftenmenuen: Tunforret og unghanebryst med tilbehør. Naturligvis var der også kaffe, her fortalte jeg lidt om vores forenings aktiviteter, herunder også om vores hjælp til ligestillede i Ukraine.

Onsdag den 29. juni

Turen i dag var en heldagstur til Limfjordsøen Fur. Efter at have fyldt maven, mere eller mindre, med gode sager fra det veldækkede morgenbord var det bare om at komme ud i bussen. På vej til Branden Færgehavn kørte vi forbi de kendte hestestalde, hvor den berømte hest Tarok, blev trænet. Vi gamle kan helt sikkert huske Tarok.

Sejlturen er ganske kort, der er faktisk kun tid til billettering. Første stop var Fur Bryghus, hvor vi havde bestilt rundvisning incl. ølsmagning - altså, det var kun 2 smagsprøver. Vi vil ikke have fulde personer med i bussen. Næste stop var ved Fur Museum, hvor vi indtog de medbragte sandwich. Der var masser i overskud. Men COPA vil jo gerne glæde andre mennesker, selv om de ikke har en pose på maven. Gæsterne og personalet på museet tog glade imod en gratis frokostsandwich – hvem gør ikke det?

Vores guide John Brinch guidede selskabet rundt på hele øen. Det er en fantastisk smuk ø med meget anderledes natur end på fastlandet. Inden afgang til Jylland var der kaffe med brød på restaurant Regitzesminde, der ligger smukt helt ud til Limfjorden. Efter kaffepausen var der tid til at nyde sommersonen ude i haven ved restauranten. Under sejlturen tilbage til fastlandet var der for de meget hurtige tid til 2 minutters frisk søluft – det var kun undertegnede, der nåede dette.

Vel ankommet til vores hotel i Viborg var der lige tid til at se nyhederne på TV, inden næste punkt i dagens program: Aftenmenuen - en stor flot lakseanretning og en dejlig let citronfromage – uhm.

Som noget helt nyt var der arrangeret underholdning midt på ugen. Vores COPA ambassadør Tine Lilholt og hendes mand Klaus Thrane skulle underholde med deres 'Musik og Maleri koncert'.

Det er en oplevelse, der gør indtryk i sjæl og sind. Man må gerne blive lidt rørt og lade en tåre falde.

Man er vel ikke for stor til at blive rørt – selv om man er en mand?

Efter underholdningen var der stor ros og bifald til Tine og Klaus. Flere af deltagerne var yderst



Fur Bryghus.

Kaffepause i Randers.



Fur Landsskab.



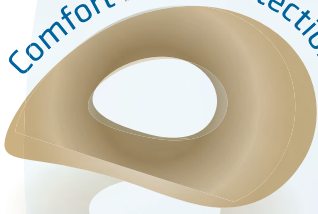
Afgang fra kaffebord.



Tine Lilholt og Klaus Thrane.

(fortsætter side 8)

Comfort **MAX** Protection



live
YOUR LIFE

ConvaTec Moldable Family

**KOLOSTOMI
ILEOSTOMI
UROSTOMI**

ConvaTecs modellérbare produkter er skræddersyet til din stomi

Bestil gratis vareprøve:

Kontakt vores kundeservice og få en skræddersyet vareprøve, som passer til din stomi
Tlf.: 48 16 74 75
www.convatec.dk



Et bredt sortiment af modellérbare hudplader som giver dig komfort og trykthed i hverdagen

○ Skræddersyet til din stomi

Den modellérbare hudplade tilpasser sig nemt til din stomistørrelse og -form

○ Fås som 1-dels og 2-dels system

○ Passer til alle kropsformer og hudtyper

Blød, komfortabel og fleksibel

Natura™

Esteem Synergy™

Esteem™

ConvaTec **Moldable Family**



Tange værket.

tilfredse med både musik og de malerier, der blev præsenteret under koncerten. Nu kan mange hjemme i sofaen nyde den stille beroligende musik og tænke tilbage på denne aften i Viborg.

Torsdag den 30. juni

Endnu en dag ventede med diverse udfordringer, først morgenbuffet, en tur op i byen og det store frokostbord, inden vi skulle på eftermiddagstur til Energimuseet i Tange. Her fik vi en rundvisning med guide rundt i det store område. Guiden tog os med ud til området 'Fisketrappen', fortalte om de gamle pramme, historien om værket og laksens vej op i Gudenåen m.m.

Efter rundvisningen var der god tid til på egen hånd at studere bl.a. maskinhallen, Bohr tårnet, forpagterboligen m.m. Efter al den traven rundt i naturen, var det rart at få kaffe, boller og lagkage, der var rigeligt med lagkage. COPA var også her sponsor med lagkage til nogle af gæsterne, der sad i solskin uden for cafeen. Især en mormor var da helt vild med lagkagen, hun spiste mere end sine børnebørn. Det var jo også gratis.

Vel ankommet tilbage til vores base på hotellet, var det tid til at takke Dennis for nogle dage med kørsel til vores udflugter. På værelset ventede lænestolen og TV avisen inden aftenmenuen: Rejecocktail og flæskesteg – og hvilken flæskesteg, den var god. Så det blev igen en dag, hvor vi kunne gå mætte i seng. Under kaffen var det muligt for alle at skrive et ønske til by/område, hvor der evt. kunne holdes et COPA sommerophold. Det blev til 22 forskellige steder! Helt sikkert kan alle ikke få deres ønske opfyldt.



Maskinhallen.

Fredag den 1. juli

Hele dagen var til egen disposition. En del besøgte Viborg Museum. Her var der en særudstilling med Olsen Banden. Det var som at se filmene, der var kulisser af Yvones og Kelds stue, Axel Strøbyes Politikontor, Bennys bil stod i gården, Franz Jäger pengeskabet med Egon, der skulle knække koden og m.m. De besøgende var i alle aldre, det var helt tydeligt. Olsen Banden filmene er stadig populære blandt mange danskere. Der var også en del tyske turister på museet.

(fortsætter side 10)



Olsen Banden.

Torvet i Viborg.



Politikontoret.



Flexima® 3S

Et komplet sortiment til kolo-, ileo- og urostomi



Styret påsætning –
sikrer korrekt og nem påsætning.



Diskret og sikker –
høj komfort og meget fleksibel.



Ekstra tryghed i hverdagen

Vi har mere end 40 års erfaring i stomi, den har vi brugt til at udvikle Flexima® 3S. Et unikt 2-dels system med en fleksibel og sikker kobling. Med den styrede påsætning behøver du ikke længere at være nervøs for, om posen er korrekt placeret.

Flexima® 3S består af poser til alle stomityper i forskellige størrelser samt både flade og konvekse basisplader. De lukkede og tømbare poser er forsynet med et effektivt og sikkert filter. Den tømbare pose har fået et nyt Roll'Up udløb, som er endnu mere sikkert, hygiejnisk og diskret.

Den hudvenlige og resistente klæber er medvirkende til, at du med Flexima® 3S kan føle dig sikker – dag og nat.

B | BRAUN
SHARING EXPERTISE

For mere information eller 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 Medical A/S Dirch Passers Allé 27, 3. sal 2000 Frederiksberg Tlf.: 3331 3141 www.bbraun.dk

Ugens højdepunkt var festaften med mad, vin, musik og dans m.m. Festmenuen var fiskeforret, kalvesteg og isdessert med frugt, dertil vin, og kaffe med sødt.



Musikken blev leveret af Axel Boel, som vi kender fra tidligere COPA sommerophold. Axel er utrolig god til at tilpasse musikken til stemningen blandt festdeltagerne.

Henning Granslev



Festaften.

Lørdag den 2. juli

Sommeropholdet sluttede med morgenbuffet. Stille og roligt blev forsamlingen mindre og mindre. Det var tid til at tage afsked med det dejlige personale på hotellet, også i år klarede de alt til UG.

Tak for en god og hyggelig uge sammen med jer i Viborg. Vi ses sikkert engang igen til et COPA arrangement et sted landet. ■

NY VIDEN

Kræftstamceller kan søge dækning og undgå kemoterapi ved at gemme sig i fedtvæv

Overvægtige kræftpatienter klarer sig typisk dårligere end slanke kræftpatienter. En ny undersøgelse¹⁾ kan kaste lys over grunden.

Et team af forskere fra University of Colorado Cancer Center har studeret - i et forsøg på mus - leukæmistamcellers adfærd. De konstaterede, at kræftstamceller har en evne til at "skjule" sig og tilpasse sig i fedtvæv og kunne endda omdanne det omgivende væv på måder, der virker som forsvar mod kemoterapi¹⁾.

Ligesom sunde stamceller, er kræftstamceller i stand til at udvikle sig til flere celletyper, og menes dermed at danne nye kræftformer og/eller forårsage tilbagefald.

Kræftstamceller udløser en proces, der kaldes lipolyse, hvor fedtsyrer frigøres fra væv til at producere energi. Kræftstamcellerne skaber en ny energikilde, de selv bruger.

Forskerne ved University of Colorado Cancer Center sætter flueben ved tre ting:

- Overvægtige leukæmi patienter har typisk dårligere resultater vedrørende behandling.
- Kræftstamceller kan forårsage tilbagefald i leukæmi.
- Kræftstamceller er stærkt afhængige af det mikro-miljø, de er i.

Fedme er en væsentlig medvirkende faktor til mange sundhedsmæssige problemer, herunder hjertesygdomme, diabetes, forhøjet blodtryk, slagtilfælde, osteoporose og kræft.

Udgifterne til fedme er enormt høje - det anslås, at den årlige sundhedspleje omkostning - forårsaget af fedme - i USA er mere end 200 milliarder \$.

47 % af den voksne befolkning i Danmark er overvægtige (BMI ≥ 25) og ca. 13 % lider af fedme (BMI ≥ 30).

Amerikanere fortsætter med at blive federe og federe. Mere end en tredjedel af alle voksne i USA er overvægtige, og to tredjedele er enten overvægtige eller fede. Antallet af overvægtige amerikanere er faldet lidt i de seneste par år, men antallet af fede mennesker fortsætter med at stige.

Og i takt med at taljemålene vokser - så vil flere amerikanere blive diabetikere. Centers for Disease Control (CDC) forudsiger, at i 2050 er mere end en tredjedel af amerikanerne blevet diabetikere. Fedme kan hos de fleste mennesker overvindes gennem kost og motion. Den usunde junkfood er hos mange amerikanere en stor del af problemet. Forarbejdede fødevarer fyldt med fedt og tilsat sukker giver ringe næringsværdi, men sætter sig på sidebenene.

En dårlig kost kombineret med en inaktiv livsstil er en sikker vej til fedme og alle de sundhedsmæssige problemer, der følger med at spise sunde fødevarer og få en rimelig mængde motion er enkle og effektive metoder til håndtering af overvægt, men mange amerikanere vælger at fortsætte med at spise dårligt og føre et stillesiddende liv. ■

Det bliver mere og mere klart, at kræft kan have oprindelse i stamceller, og at undlade at dræbe kræftstamceller fører til tilbagefald. Kræftstamceller kan "gemme sig" i fedtvæv.

Reference

1) Ye, H. et al. Leukemic Stem Cells Evade Chemotherapy by Metabolic Adaptation to an Adipose Tissue Niche. *Cell Stem Cell*. 2016 Jul 7;19(1):23-37. doi: 10.1016/j.stem.2016.06.001. Epub 2016 Jun 30.

At bevare
hudens naturlige
fugtbalance
gør hele forskellen



NYHED - Hollister introducerer CeraPlus

En sund peristomal hud har afgørende betydning for den daglige pleje af din stomi.

Hollister introducerer nu den nye CeraPlus klæber med Remois technology*. Klæberen indeholder ceramid som forekommer naturligt i det yderste hudlag, hvor den hjælper til at forhindre udtørring af huden samt beskytter den mod ydre påvirkninger. Den nye CeraPlus klæber er tilgængelig i de fleste varianter som henholdsvis 1- delts og 2- delts bandage.

Oplev selv den nye CeraPlus klæber eller ring og hør mere ved at kontakte Hollister Danmark på telefon 48 46 51 00 eller hollister.dk@hollister.com, eller benyt kuponen herunder



Hollister Ostomy. **Details Matter.**



Remois er en teknologi fra Alcare Co., Ltd.

KLIP

Ja tak, send mig en gratis vareprøve på den nye CeraPlus klæber

Min stomidiameter: _____ mm

Jeg bruger: 2-dels flad plade 2-dels konveks plade
 1-dels lukket pose 1-dels tømbar pose
 Flad plade Konveks Soft Konveks

Jeg bruger et stomiprodukt fra: Hollister Andet: _____

Kontakt mig gerne for yderligere information om Hollister produkter

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr. _____ By: _____

Email: _____

Telefon: _____



Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen

Slotsmarken 17, 1. 2970 Hørsholm

Dansac & Hollister Danmark
+++ 23716 +++
0893 Sjælland USF B

Ny viden om hjernens energiforsyning

Ny forskning afslører, hvordan vores hjerne er i stand til at opfylde sit energibehov. Det sker via et fint justeret system, der leverer den ilt, der giver brændstof til vores nerveceller. Resultaterne kan kaste lys over neurologiske sygdomme som fx Alzheimers og forklare de kognitive vanskeligheder, der følger med sygdommen.

–"Vores hjerner kræver meget energi. Derfor skal blodgennemstrømningen i hjernen være udrustet til at sikre, at ilten kommer hen, hvor det kræves, og hvor det er nødvendigt," siger professor Maiken Nedergaard, Center for Basic and Translational Neuroscience ved Københavns Universitet og University of Rochester, som står bag det nye studie.

–"Vores nye studie viser, at hjernens mindste blodkar spiller en afgørende rolle i forhold til at reagere på efterspørgslen på ilt og sætte gang i gennemstrømningen af blod for at kunne imødekomme nervecellernes aktivitet."

Hjernen kræver en femtedel af kroppens ilt

Hjernens energiforsyning kommer næsten udelukkende fra en form for stofskifte, der kræver ilt. Nervecellerne gemmer kun en lille mængde af energi og kræver derfor hele tiden tilførsel af ilt, især når de sender signaler og kommunikerer med deres naboer. Hjernen har nemlig et stort behov for ilt, og selvom den kun udgør 2% af kroppen, bruger den 20% af kroppens iltforsyning.

Forskere har længe vidst, at der er en direkte sammenhæng mellem hjernens aktivitet og dens blodgennemstrømning. Ved hjælp af billedteknologier har forskerne observeret, at når nerveceller begynder at bevæge sig, er der en tilsvarende stigning i blodgennemstrømningen til det område i hjernen, hvor nervecellerne er aktive.

Forskningen har imidlertid ikke tidligere kunnet gennemskue, hvordan blodcirkulationssystemet i hjernen bliver klar over, at det skal optrappe blodgennemstrømningen i forhold til den øgede efterspørgsel. Det er et vigtigt spørgsmål, fordi hjernen i modsætning til andre kropsdele befinder sig i

et isoleret aflukke, som kan begrænse mængden af blod. Det betyder, at kredsløbet skal være nøjagtigt indstillet til konstant at omfordele og øge blodgennemstrømningen til de steder, hvor der er mest brug for det.

Hvis hjernen var et vejnet

Det system, der sørger for blod til hjernen, kan sammenlignes med vejnettet i en by. Mens arterier er de vigtigste forsyningsruter ind i hjernen, leverer blodet ilt til slutdestination via et omfattende netværk af små kapillærer – også kaldet mikrokår - som gennemtrænger hjernevævet. Tidligere forskning har haft teorier om, at det er arterierne, der er ansvarlige for at reagere på den øgede efterspørgsel på ilt. Men Maiken Nedergaard og hendes kollegaer har nu fundet ud af at det er de røde blodlegemer i kapillærerne der øger blodgennemstrømningen. Det er her at de røde blodlegemer er tættest på nervecellerne der bruger ilt, og de er derfor de første til at opdage et øget behov for ilt.

For at teste teorien skabte forskerne en miniature racerbane, der efterlignede kapillærer i hjernen. De røde blodlegemer var ved startlinjen i den ene ende af banen. Når iltniveauet i væsken uden for de kunstige kapillærer var høj, tog cellerne sig god tid til at komme over på den anden side. Men når ilten blev reduceret, ravede blodcellerne i høj fart gennem banen. Forskerne udførte også forsøgene i hjernen på dyr, og resultatet er det samme.

Forsøgene viser, at blodlegemerne kan fornemme, når miljøet uden for kapillærerne mangler ilt. Iltmangelen opstår, når nervecellerne optager mere ilt for at generere energi, og blodcellerne reagerer ved at skynde sig for at levere mere. Det sker meget hurtigt - faktisk mindre end et sekund



FOTO: FreeDigitalPhotos.net

efter, at ilten bliver trukket ud af det omgivende væv.

Dette fænomen er unikt for kapillærerne på grund af deres størrelse. Deres tynde vægge betyder nemlig, at iltniveauerne i det tilstødende hjernevæv afspejles i kapillærerne, hvilket gør dem i stand til at reagere på iltbehovet.

Stor betydning for forståelsen af Alzheimers

Resultaterne kan have stor betydning for en række neurologiske lidelser, herunder Alzheimers. Forskningen viser, at blodgennemstrømningen i hjernen på mennesker, der har sygdommen, er svækket sammenlignet med raske hjerner. Vanskeligheden ved at levere den ilt, som er nødvendig for nervecellernes aktivitet, kan forklare de kognitive problemer, som blandt andet kendetegner sygdommen. ■

Helen Shinru Wei, H. et al. Erythrocytes Are Oxygen-Sensing Regulators of the Cerebral Microcirculation. *Neuron*.
Published online: August 4, 2016.



Blodcirkulationssystemet i hjernen kan optrappe blodgennemstrømningen i forhold til øget gennemstrømning. Det er de røde blodlegemer i kapillærerne der øger blodgennemstrømningen.

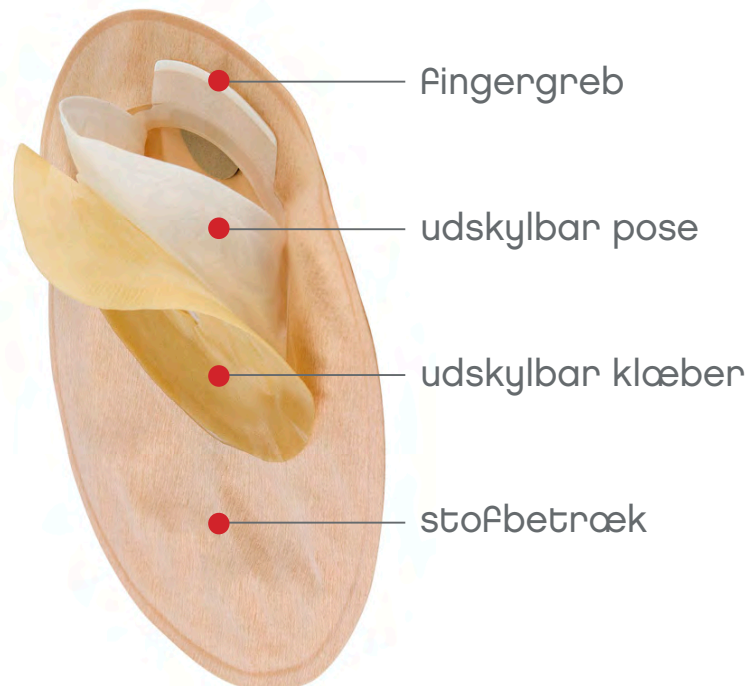
Den nye Aurum Xtra® sætter simpelthen en helt ny standard for, hvad du skal forvente af din stomibandage

- Aurum Xtra® har en unik og meget hudvenlig klæber med medicinsk Manuka Honning
- Aurum Xtra® kan skilles ad, så du kan skylle pose og klæber ud i toilettet - sammen eller hver for sig



Brug toilettet - naturligvis

af med stofbetrækket | skyl posen ud | skyl klæberen ud | færdig |



	19-50 mm	25 mm	29 mm	32 mm	35 mm	38 mm	44 mm
Mini	XMHFS519	XMHFS525	XMHFS529	XMHFS532	XMHFS535	XMHFS538	XMHFS544
Midi	XMHFM519	XMHFM525	XMHFM529	XMHFM532	XMHFM535	XMHFM538	XMHFM544
Maxi	XMHFL519	XMHFL525	XMHFL529	XMHFL532	XMHFL535	XMHFL538	XMHFL544



NYT FRA LOKALFORENINGERNE



COPA København/Frederiksberg

Lokalformand: Svend Larsen, Brandstrupvej 99, 2610 Rødovre
Tlf.: 2057 6809 E-mail: copakbh@gmail.com

Siden sidst og kommende arrangementer

Hold øje med COPA's hjemmeside

Vi håber alle har haft en god sommer på trods af det omskiftelige vejr. En regnfrakke er god at have i Danmark. Vi var nogle, der var med på sommerturen til Viborg. Det var en dejlig tur, som vi nød og gerne vil anbefale. Den planlagte tur til Arbejdermuseet måtte desværre aflyses, da museet på grund af pålagte besparelser har besluttet at nedlægge aftenåbning med rundvisning. Hold øje med COPA's hjemmeside, hvor fremtidige arrangementer vil blive annonceret. Vi håber at se jer i løbet af året.

P.b.v. Hjørdis Mikkelsen



COPA Storkøbenhavn

Lokalformand: Gethe Jacobsen, Topasvej 35, 2730 Herlev
Tlf.: 4095 0953 E-mail: copa.stkb@gmail.com

Kommende arrangement

Julefrokost

Lørdag den 28. november kl 13 -17.

Sted: Cafe Lindehøj (Herlevhallerne) Tvedvangen 198, 2730 Herlev

Pris kr. 150 for medlemmer og kr. 200 for ikke medlemmer.

Handicapvenligt lokale.

Vi gentager succesen fra sidste år med en god frokost.

Gode parkeringsmuligheder og bus linie 167 (fra Herlev Station) kører lige (med stoppested lige ved døren).

Vi mødes kl 13. Får noget godt at spise (den store julebuffet) og drikke, tænder adventskransen og synger sange. Bagefter måske en overraskelse og vi hygger os nogle timer.

Bindende **tilmelding** til Gethe 40 950 953 eller mail:copa.stkb@gmail.com **senest 22. november.**

Pengene bedes indbetalt samtidig på konto: 2275 0747337721.

P.b.v. Gethe Jacobsen

Mød en stomiopereret

1. tirsdag i måneden på Herlev Hospital

Der kan opstå mange spørgsmål, når man har stomi. Kom og mød en stomiopereret fra COPA på Herlev Hospital 13. etage den

1. tirsdag i hver måned fra kl. 17.00 til 19.00.



COPA Bornholm

Lokalformand: Inge Skovgaard Petersen,
Storegade 15 D, 3700 Rønne
Tlf.: 3028 6530
ingeskovgaard@live.dk

Kommende arrangementer COPA Bornholm: Kontakt venligst lokalformanden.

eakin Cohesive®

UNDGÅ UHELD

BESKYT DIN HUD

4 STØRRELSER DÆKKER **ALLES** BEHOV



Cohesive **SLIMS**®

Daglig Beskyttelse

- Daglig hudbeskyttelse og sikkerhed
- Til hyppige poseskift

REF 839005

Small Cohesive®
Seals

Extra Beskyttelse

- Maximal hudbeskyttelse
- Til dig med high-output

REF 839002

Large Cohesive®
Seals

Dækker størst overflade

- Dækker et stort hudområde omkring stomien
- Til komplekse hudproblemer eller ujævn overflade

REF 839001

Cohesive
StomaWrap™

Sparer tid

- Til store, ovale eller loop stomier
- Til dig med nedsat fingermotorik

REF 839006

Hvilken ring beskriver bedst dit behov ?

Kontakt os for gratis
vareprøve eller et godt råd

eakin® 

49 26 13 99

info@focuscare.dk

www.focuscare.dk



tgeakin



tgeakin



eakin.eu | eakincohesiveseals.com

Focuscare





COPA Frederiksborg

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

Kommende arrangement

Medlemsudflugt lørdag den 24. september 2016

Når I sidder med dette blad i hånden, er tilmeldingsfristen for ovennævnte udflugt forbi. Skulle der være nogen i blandt jer, der alligevel gerne vil med på turen, kan I prøve at ringe til Karna Jørgensen for at høre, om der eventuelt skulle være ledige pladser. Karna Jørgensen har tlf. 47 17 46 58 . Se omtale af turen i blad nr. 4.

Tilmelding til turen er bindende og prisen er 250 kr. for medlemmer/støttemedlemmer og man kan tage en enkelt gæst med for 350 kr. Husk ved tilmelding at angive opsamlingssted.

Opsamling til turen er de sædvanlige steder:

Egedal Station i Ølstykke kl. 8.45

Hillerød Station kl. 9.15 på parkeringspladsen på Carlsbergvej.

Kommende arrangement

Julearrangement i Frederiksborg Sognegård søndag den 13. november 2016

Vi mødes som sædvanlig kl. 13.00, hvor første punkt på programmet er en dejlig frokost, hvor der afsluttes med ris a la mande og kaffe. Derefter bliver der hygge og andespil. Med andre ord: Vi holder den sædvanlige tradition.

Årsagen til den tidlige omtale af julearrangementet skyldes, at det ikke har været muligt at få lokalet på en senere dato, og bladet forventes omdelt omkring datoen for afholdelse af arrangementet.

Tilmelding er bindende og prisen er 175 kr. for medlemmer/støttemedlemmer og man kan tage en enkelt gæst med for 350 kr.

Sidste frist for tilmelding er torsdag den 3. november 2016.

Tilmelding til Karna Jørgensen på tlf. 47 17 46 58 eller til Michael Petersen på tlf. 31 13 05 47.

Bemærk venligst at julemødet er en søndag.

P.b.v. Gisela Schjøtt



COPA Roskilde / Køge

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

Kommende arrangement

Bowling 2. oktober

Så er det tid for at medlemmerne igen kan udfolde sig på banerne i Roskilde Bowling Center, Ro's have 16 (bag Jysk) i Roskilde. Der kan hentes gratis P-billet i bowlingcentret.

Arrangementet kommer til at foregå søndag den 2. oktober hvor vi mødes kl. 10.45 så der er tid til at skifte sko, da vi har banerne fra kl. 11.00 til 12.00, efter vi har bowlet vil der blive serveret en buffet vi ved ikke endnu om det bliver brunch eller frokost. Egenbetaling for medlemmer er kr. 150,- og ikke medlemmer kr. 250,- som skal indbetales på reg.nr. 2520 kontonr. 5493 575 769 (Nordea Ringsted), der modtages ikke mere kontanter.

Tilmelding samt indbetaling kan først ske fra den 18. september og **senest den 28. september** til Ea Jensen på mail ejjeanty@gmail.com eller på tlf. 5687 1371 med oplysning om navn. Ved tilmelding skal der oplyses navne på dem der bowler.

Kommende arrangement

Julefrokost

Julefrokost **torsdag den 24. november** på Hotel Niels Juel i Køge.

P.b.v. Jørgen Jensen



Tak for gode års samarbejde

Stomisygeplejeske Anne Grete Olsen fra Stomiambulatoriet på RASK i Køge oplyser at hun går på efterløn her til efteråret.

COPA's lokalforening Roskilde/Køge takker for mange års godt samarbejde i Stomiambulatoriet, på afdelingen samt på Stomiskolen og ønsker Anne Grete et godt otium.

Jette Frederiksen

Siden sidst

Vores tur til Sporvejsmuseet

Fredag den 29. juli havde vi arrangeret en "kør selv"



tur til Sporvejsmuseet. Der var ikke den helt store tilslutning, men vi var 13 medlemmer som tog linje 1 fra indgangen til remiserne, hvor vi fik en rundvisning af Bo som med sin fantastiske viden, havde en historie om alle de vogne som stod på sporene i den store hal. Efter rundvisningen var



1 fra indgangen til remiserne, hvor vi fik en rundvisning af Bo som med sin fantastiske

viden, havde en historie om alle de vogne som stod på sporene i den store hal. Efter rundvisningen var

(fortsætter side 18)



Bestil dine varer fra Mediq på din mobil

Med den nye app fra Mediq Danmark bliver det nemmere at bestille varer fra iPhone og iPad.

App Store

Hent appen i App store gratis, eller scan QR-koden for mere information.



Få påmindelse om genbestilling

Overblik over dine bevillinger

Forbedret ordreflow



Mediq Danmark A/S, Kornmarksvej 15-19, 2605 Brøndby
Tlf. 3637 9200, www.mediqdanmark.dk



COPA Roskilde / Køge fortsat:

der tid til en tur på skinnerne inden vi skulle spise. På turen passerede vi "Remise 3" som er under opbygning og skal huse de vogne som har været opbevaret i eksterne depoter, mod sporet kan de besøgende opleve tids-typiske butikskulisser.

Efter turen travede vi alle til Golfrestauranten Skjoldenæs-holm hvor der var dækket op med en dejlig frokostbuffet, som blev indtaget med dertilhørende drikke. Efter frokost var det igen tid til en tur i de gamle vogne, inden vi skulle sætte os til rette i den historiske Valby Gamle Remise hvor der var bestilt kaffe og lagkage. Alle var enige om at det havde været en dejlig interessant dag og det regnede kun mens vi var indendørs.

P.b.v. Jørgen Jensen



COPA Vestsjælland

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

Kære medlemmer

Det er mig en glæde, at kunne meddele medlemmerne i COPA-Vestsjælland, at Legatfondens bestyrelse for - Skotøjshandler af Odense Sigvard Abrahamsen og Hustrus Legatfond, har besluttet at støtte vores lokalforening med - 9.000,00 kr.

Bestyrelsen takker for den velvilje som Fonden har vist vores lokalforening. Der vil blive sendt et takkekort til Legatfondens bestyrelse.

Jeg må desværre konstatere, at flere og flere medlemmer ikke modtager Copa-bladet, det kan jeg kun beklage, men jeg har desværre ikke indflydelse på, at COPA har skiftet til en anden leverandør, det har FU (Forretningsudvalget) så må vi håbe de

tager dette problem meget seriøst, for mange af vores medlemmer, er det den eneste måde de får kommunikation fra COPA og lokalforeningen på. Det nytter ikke noget, at skrive i Copa-bladet, at medlemmerne skal ringe eller skrive til sekretariatet hvis de ikke har modtaget bladet. Godt nok står der i bladet, hvornår det udkommer næste gang. Da det ikke er en avis man modtager hver dag, men et blad der udkommer hver andet måned, tænker man nok ikke så meget på, at der nu er gået 2 måneder, så er der lige de medlemmer der ikke har fået bladet 2 til 3 gange i træk. Jeg ved, at mange af vores medlemmer er afhængig af bladet og ikke gør så meget via computer. Derfor er det ikke særlig hensigtsmæssig og kan være direkte medvirkende til, at lokalforeningen ikke kan kommunikere med vores medlemmer.

Kommende arrangement

Julefrokost

Julefrokost bliver **søndag den. 20. november 2016 kl. 13.00** Julefrokosten vil blive afholdt på adressen: Vommevad Forsamlingshus. Søstrupvej 82, 4420 Regstrup.

Prisen bliver på 200 kr. for medlemmer og 250 kr. for ikke medlemmer og gæster. God mad og to genstande plus kaffe/te med en skarp til. Der vil bl.a. være lodtrækning på indgangsbilletten og hvad arrangementudvalget ellers kan finde på af spændende ting.

Husk at medbringe en gave til 40 kr. pr. person.

Tilmelding senest mandag d. 14. november 2016 til arrangementudvalget:

Janne Christophersen på tlf. 23 32 92 80 eller pr. mail: jchristoph@jubii.dk

Vinni Tersløse på tlf. 71 78 42 50 eller pr. mail: morsrodolfo@gmail.com

Jan Nielsen på tlf. 29 45 40 08 eller pr. mail: ASLJ47@mail.dk

P.b.v. Eddy Tersløse



COPA Storstrøm/Lolland / Falster

Lokalformand: Helle Westergaard, Elmebakken 6, 4400 Kalundborg
Tlf.: 5950 8243 / 4042 3044 E-mail: hw.sn@ka-net.dk

Kommende arrangement

Besøg af stomisygeplejerske

Lørdag den 8. oktober 2016 kl. 12.30 mødes vi i COPA-sekretariatets hus, Jyllandsgade 41, Ringsted.

Vi starter med et stykke smørrebrød samt en øl eller vand.

Vi får besøg af stomisygeplejerske fra Slagelse Sygehus, Heidi Skovsgaard. Hun vil komme med et oplæg, hvorefter der vil blive mulighed for at stille spørgsmål, så mød talrigt op og få svar på de ting, man måske går og tumler med i dagligdagen. Her vil blive tid til at alle kan få svar. **Tilmelding** nødvendig **seneste 1. oktober** af hensyn til madbestilling.

Kommende arrangement

Julefrokost

Inden vi ser os om nærmer julen sig, og vi skal vanen tro afholde julefrokost. Her vil vi mødes til rigtig hygge. Arrangementet finder sted lørdag den 12. november 2016 kl. 12.30 i Hollænderhaven, Fuglebakken 3, 4760 Vordingborg i fine lokaler og med god betjening. Vi sørger for gode sange, lækker mad og selvfølgelig et flot lotterispil. Vi håber rigtig mange vil slutte op om dette arrangement, så vi lærer hinanden rigtigt at kende. **Tilmelding** til Helle Westergaard, tlf. 40 42 30 44 eller mail: hw.sn@ka-net.dk **senest fredag den 28. oktober 2016.**

Kommende arrangement

Landsforeningens arrangementer

Vores landsforening har hvert år arrangeret ferie- og weekendophold. Det vil jeg gerne anbefale, da det er rigtig gode arrangementer, som vi under vores medlemmer at opleve. Prøv næste sommer at se på, hvad der foregår. Her vil I møde medlemmer fra hele landet.

P.b.v. Helle Westergaard

**Fagligt Selskab
for sygeplejersker
i stomiplejen**

På hjemmesiden www.dsr.dk/fs22 kan du finde en opdateret oversigt over alle stomiklinikker i Danmark.

Kontaktperson til COPA er
Gerd Friis Bille gerd.friis.bille.01@regionh.dk



COPA Fyn

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

Kommende arrangement

Fællesmøde 29. november

Patientforeningen for Tarmkræft-Fyn og COPA Fyn afholder et fællesmøde i KB lokalerne på OUH, tirsdag den 29. november 2016 kl 19-21.

Læge Katrine Emmertsen, MD PhD, Aarhus University Hospital kommer og fortæller om senfølger efter behandling for tarmkræft.

Tilmelding nødvendig: Poul E. Andersen. Tlf. 6615 8512
Mob: 3011 4296 E-mail: ipea@webspeed.dk

P.b.v. Poul E. Andersen

Kommende arrangement

Julefrokost 18. november

Julefrokosten COPA Fyn finder sted fredag den 18. november kl 17.30 i Hjalles Forsamlingshus Hjallesgade 31 5260 Odense S. Handicapvenlige adgangsforhold.

Der serveres en julebuffet. En øl eller vand en snaps eller et glas vin og kaffe er med i prisen.

Egenbetaling er 125,00 kr. som betales ved arrangementet.

Tilmelding senest 14. november kl 20.00.

Tilmelding til: Poul E. Andersen. Tlf. 6615 8512
Mob: 3011 4296 E-mail: ipea@webspeed.dk

P.b.v. Poul E. Andersen



COPA Sønderjylland

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

Åben rådgivning Sygehus Sønderjylland, Aabenraa Mød en COPA-rådgiver

Der vil være en rådgiver til stede

Mandag d. 03. oktober kl. 10.00 til 13.00
Mandag d. 05. 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

Siden sidst

Vellykket dag

Turen til Randers Regnskov d. 5. august var en vellykket dag for alle. Der kommer mere info om turen i næste blad.

Kommende arrangement

Julefrokost 27. november

Julefrokost søndag d. 27. november 2016 på Røde-Kro kl. 12.00.

Tilmelding senest den 22. november 2016 til:

Carl Christian – tlf. 7472 3981

Christa – tlf. 7447 3370 / 4157 3370.

Vi håber, at mange vil deltage, så vi kan få en hyggelig dag sammen.

P.b.v. Christa Jensen



COPA Gl. Viborg amt

Lokalformand:
Knud Faueryby, Hagenstrupparken 34, 8860 Ulstrup
Tlf.: 5046 8434

Yderligere kontaktperson:
Børge Kjærgaard. Tlf.: 2068 9200.

Kommende arrangement

Rettelse - rettelse - rettelse

Julefrokosten er flyttet fra den 19. november til den **26. november 2016**. Der vil blive udsendt indbydelser pr. brev og via E-mail. Så sæt X i kalenderen den 26. november.

P.b.v. Knud Faueryby

Stomiforeningen COPA har fået en ny og mere moderne hjemmeside, som vi tror og håber på, at alle bliver tilfredse og glade for. Adressen er stadigvæk www.copa.dk

Skulle du opleve nogle fejl eller mangler på den nye hjemmeside, er du meget velkommen til at skrive til webmaster@copa.dk





COPA Sydvestjylland

Lokalformand:

Anette Larsen,
Bryndumvej 200, Bryndum,
6715 Esbjerg N

Tlf.: 2785 5978 (bedst hverdage efter kl. 14.00).

E-mail: s.a@bbsyd.dk

Kommende arrangement

Bowling - indbydelse kommer med posten, hvis du er medlem af Bowlingklubben

Vi skal til bowling igen i oktober. Det foregår i Bowling Center Blåvand. Der sendes mail vedr indbydelse, til dem der har tilmeldt sig Bowlingklubben. Så hvis du/i ønsker at komme med, så tilmeld jer til Bowlingklubben. **Tilmelding** til Hanne på 2288 9897.



Kommende arrangement

Julefrokost 24. november

Årets juleafslutning holdes traditionen tro på Restaurant Sydvesten. Det foregår den 24. november, hvor der vil være underholdning, pakkeleg samt rigelige mængder af god julemad. Så sæt x i kalenderen allerede nu.

Pb.v. Anette Larsen



ONEMED
www.onemed.dk • 86 109 109

Tæt på dig, tæt på virkeligheden, en del af hverdagen...

Faglig indsigt - menneskeligt fokus

Et liv med OneMed som leverandør skal være trygt, værdigt og sikkert. Og vi er der for dig. Med svar på spørgsmål eller rådgivning om produkter, suppleret med en snak om din hverdag med stomi.

Vi kender produkterne, og vi forstår den virkelighed, der er din hverdag. Derfor kan vi tilbyde dig det, du har brug for - oprigtig opmærksomhed og fleksibel rådgivning.



COPA Sydøstjylland

Lokalformand: Hanne Westergaard, Emil Møllers Gade 24 A, 2.th., 8700 Horsens
Tlf.: 7564 1086 E-mail: h.westergaard@stofanet.dk

Åben rådgivning på Regionshospitalet Horsens, Horsens Sygehus Mød en COPA-rådgiver

Åben rådgivning på Horsens Sygehus den 2. torsdag i måneden fra kl. 15.00 til kl. 17.00. Vi findes i dagligstuen på P4.

Kommende arrangement

Generalforsamling 19. november

Der indkaldes til generalforsamling i Lokalforeningen Sydøstjylland lørdag den 19. november kl. 11.00
Bygningen, Ved Anlægget 148, 7100 Vejle.

Dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Bestyrelsens beretning ved formanden
3. Kassererens fremlæggelse af regnskab
4. Bestyrelsen fremlægger aktivitetsplan for 2017
5. Behandling af indkomne forslag
6. Valg. På valg er:
Bestyrelsesmedlemmer Eli Bie Andersen,
Grethe Petersen og Niels Jørgen Dixen
Suppleant Jørn Kragh Jørgensen, revisor Preben Meyer Petersen og revisorsuppleant Børge Fanth.
7. Eventuelt.

Efter generalforsamlingen er foreningen vært ved en julefrokost, hvorfor tilmelding er nødvendig til julefrokosten.

Hver deltager bedes medbringe en pakke til ca. 25 kr., der vil blive fordelt på en underholdende måde.

Tilmelding til julefrokosten

senest den 12. november til: Hanne Westergaard på tlf. 7564 1086 eller mail h.westergaard@stofanet.dk

Generalforsamlingen er kun for medlemmer af lokalforeningen Sydøstjylland. Der er elevator men ikke handicaptolet.

Er din kone/mand/samlever ikke medlem kan man deltage i spisning mod at betale kostprisen eller blive støttemedlem til 150,- kroner om året.

P.b.v. Hanne Westergaard

Siden sidst

En indholdsrig dag

COPA-Sydøstjylland's sommertur til Fyn juni 2016.

Efter busopsamling fra Horsens, Vejle, Kolding og Fredericia nød vi den medbragte kaffe og rundstykker og en lille morgensbitter på rastepladsen ved Middelfart. Der blæste en god vind fra vest, men det regnede heldigvis ikke. Således trøstede fortsatte vi turen mod Ditlevsgård Bisonfarm ved Morud på Nordfyn, hvor vi nød hinandens selskab og det smukke landskab.



Vi ankom til bisonfarmen i godt humør, hvor vi allerede i den lange indkørsel havde set de store smukke dyr på markerne omkring gården.

Bisonfarmens grundlægger og ejer ønskede os velkommen og fortalte lidt om stedet, hvorefter vi alle kom op på ladet af en stor gummivogn med traktor foran. Så gik det ellers ud over humlede markveje gennem flere led, der skulle lukkes solidt efter os. Og så var vi inde ved dyrene. De var fordelt på flere marker, hvor de gik som familieflokke. Der gik 3-4 tyre hos køerne og de små kalve. Tyrene vejede ca 1000 - 1300 kg, men de var utroligt adrætte. På et splitsekund fra at have rullet sig i sandet, stod de store dyr igen på benene. Ejeren fortalte mange spændende ting om dyrene, han havde i alt ca. 400 dyr. Vi kørte videre og så sorteringsanlægget, hvor dyrene via sindrige åbne- og lukkemekanismer kunne

Det græske sygehusvæsen

Synes du at det danske sygehusvæsen er for dårligt:

Så skulle du prøve at blive indlagt på et offentligt sygehus i Grækenland.

- Ambulancekørslen er noget der skal være gode nerver til at overleve.
- Ankomsten til sygehuset er utrolig effektiv. Ca 10 personer står klar til at modtage patienten, og inden for 1/2 time har man været igennem samtlige undersøgelser og bliver kørt op på en sygestue.

Hermed ophører servicen.

- Næste morgen kl. 8.30 serveres der morgenmad bestående af 1/2 stk ristet brød, lidt marmelade og en kop te.
- Til frokost kl. 13.30: En lille klat lunken kartoffelmos og et koldt kyllingelår.
- Til aften kl. 18.30 tre nudler og et koldt kyllinge lår.

Ingen næring, ingen fibre ingen proteiner, ikke en kost man kan leve eller overleve på ret længe, så de pårørende må sørge for mad og drikkevarer til patienten. Igennem dagen er der ingen servering af nogen art - ingen drikkevarer - skal du have vand til f.eks. tabletter må du drikke af vandhanen.

- Bad, der udleveres ikke håndklæder, du må bruge de små papirservietter der er på badeværelset
- Tøj må du også selv medbringe, du bliver lagt i seng med dit eget tøj, du er heldig hvis du får et lagen og en hovedpude.

En oplevelse man gerne ville have været foruden. Det sværeste var måske, at ingen talte engelsk og græsk er der nok ikke mange turister der kan klare sig på. Hvis vi skal til Grækenland en anden gang vil vi nok vælge et sted, hvor der er flere turister.

Vores sommeroplevelse, Hanne Westergaard



sorteres i kalve, køer og tyre uden at dyr og mennesker kom til skade. Sorteringsstedet lå vist på det mest vindomsuste bakkedrag i området, så vi var glade, da turen fortsatte ned på gården, hvor der var læ, solskin og dejligt varmt.

I spisesalen fortalte Hanne og Henning om COPA og om en forestående undersøgelse om effektiviteten af filtre på stomiposer.

Derefter blev der serveret bisonburgere. Kødet var meget velsmagende og mættende og sikkert også en del sundere end almindelige burgere, da bisonkød er meget magert og kolesterolvenligt.

Efter besøg på gårdens lille butik, hvor der kunne købes kød og souvenirs, fortsatte vi mod Bogense. Vejret var nu rigtig dejligt og vores byguide ankom og fortalte om det gamle Bogense, hvor rigtig mange af de gamle huse står velholdte og beboede. Guiden fortalte om Manneken Pis, som er en tro kopi af figuren i Bruxelles. Vi kom forbi kirken, som også tidlige var et vartegn for sømænd, da kirken ligger højt og tæt på vandet. Da man i 2009 skulle renovere bygningerne, så man at kirketårnets kuglespir havde skudhuller, man regner med at tyske soldater har brugt tiden til at skyde til måls efter det.

Vi sluttede vores vandretur gennem byen på Erik Menveds Kro. Kroen er Bogenses ældste



hus fra 1543 og tillige Fyns ældste kro. Her nød vi solskinnet i gårdhaven, hvor vi fik serveret en god kop kaffe med kringle og småkager.

Så gik turen hjemad via småveje, hvor vi stoppede ved en af de mange salgsboder, der solgte nye kartofler og jordbær. Flere fik på denne måde reddet sig noget lækkert til aftenmaden.

Efter en dejlig og indholdsrig dag, tog vi afsked med hinanden efterhånden, som vi kom til opsamlingsstederne.

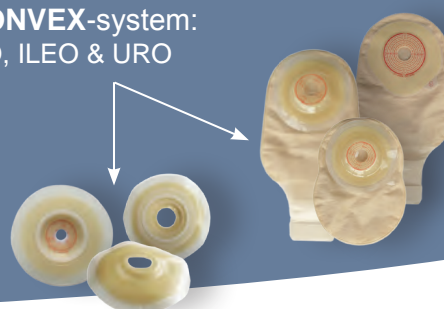
P.b.v. Lone Nørtoft Ravn

Kontakt os
for rådgivning
og STOMOCUR-
prøver

STOMOCUR – et bredt sortiment
„også til dig med individuelle behov“



Soft CONVEX-system:
COLO, ILEO & URO





COPA Midt/Vestjylland

Lokalformand:

Lars Elvig,

Banegårdspladsen 4A ^{4.dør 1}, 7400 Herning

Tlf.: 2052 1771 E-mail: elvig@privat.dk

Kommende arrangement

Julefrokost 19. november

Julefrokost den 19/11-2016 kl. 19.00 afholdes i år på *Vestergaards Hotel i Videbæk*. Der serveres julebuffet.

Deltagerbetaling for medlemmer 100 kr. - ikke medlemmer 250 kr. for buffeten og 2 genstande (snaps, øl eller vand).

Til pakkespil medbringer hver deltager 1 pakke til værdi af 25 – 30 kr.

Tilmelding til Gunnar Andersen tlf. 9742 7376 / mobil 2052 2743 eller på mail gua@youmail.dk **senest den 10/11 2016.**

P.b.v. Ulla Andersen



COPA Aarhus

Lokalformand: Gitte Heide, Engdraget 29A, 8310 Tilst

Tlf.: 2778 2894 (bedst efter kl. 16.30) E-mail: copa_aarhus@icloud.com

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.

Torsdag	22. september	16 - 17.30
Torsdag	06. oktober	16 - 17.30
Torsdag	20. oktober	16 - 17.30
Torsdag	03. november	16 - 17.30
Torsdag	17. november	16 - 17.30

**Der gøres opmærksom på, at alle der ønsker en samtale med en af COPAs rådgivere er velkomne.
Det er ikke kun for patienter, der er indlagt.**

Stomiposer til Ukraine

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

Kommende arrangement

Juleafslutning

Kom til juleafslutning i COPA Aarhus

lørdag den 26. november kl. 13.00 til 18.00 på Folkestedet.

Vi skal hygge os med smørrebrød og lidt godt til kaffen. Traditionen tro skal vi spille pakkespil og synge julesange.

Til pakkespillet skal hver deltager medbringe en pakke til ca. 30 kr og bestyrelsen sørger for lidt ekstra pakker og en overraskelse i løbet af eftermiddagen.

Bestyrelsen håber du har lyst til at deltage i vores juleafslutning. Kom med dit gode humør og lad os ønske hinanden en glædelig jul.

Tilmelding til Gitte Heide på copa_aarhus@icloud.com **senest søndag den 20. november.**

P.b.v. Gitte Heide

Aarhusklubben

Velkommen tilbage efter en lidt blandet sommer vejrsmæssigt. Jeg tror også, at det var årsagen til, at vi ikke kunne deltage med et stort gå-hold til DHL Stafetten.

Vi mødes nu igen på Folkestedet **den 7. sept.kl.14-16.**

I oktober bliver det **den 12. okt.**

En af dagene skal vi en tur over i Ceresbyen og se udstillingen om bryggeriet.

Venlig hilsen Merethe Jastram Knudsen



Randergruppen

Næste gang mødes vi

tirsdag den 27. september kl. 19

på Reberbanevej 12 st. th.

Vi går en lille tur i området ved Værket og Egnsteatret, inden vi går tilbage og får kaffe, te og kage, og fortsætter snakken indendørs. Alle er velkommen, gruppen er åben for alle, vi tager meget gerne imod nye.

Meld jer gerne til på tlf. nummer 22 16 21 40 eller mail kirsten.gjorup.hansen@gmail.com

Kirsten Gjorup Hansen



Kommende arrangement

Svømmeaften 27. september

COPA inviterer dig til SVØMMEAFTEN tirsdag d. 27. september.

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

Vi mødes tirsdag d. 27. september kl. 18.00 ved billetlugen til Aarhus svømmebad "Spanien", Aarhus midtby, ved rutebilstationen.

Her vil vi nyde en dejlig "rørende" svømmetur eller blot flyde rundt i vandet og føle os fjerlette (du skal ikke nødven-

digvis kunne svømme). Vi har mulighed for at nyde massage ved vandtryk, spabad og sauna, så du forstår nok det er et tilbud værd at tage imod. Vi kan frit vælge de af mulighederne vi har lyst til (eller dem alle), men en tur i bassinet skal vi dog. Du kan trygt tilmelde dig, der er altid COPA-rådgivere med i omklædningsrummet og i vandet.

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

Også denne gang håber vi på nye ansigter til vores populære svømmeaften, du skal være hjertelig VELKOMMEN.

Atter er COPA gavmild med et godt tilbud: Indgangsbilletten til svømmehallen er GRATIS, og COPA giver et væsentligt tilskud til de af svømmerne der efterfølgende ønsker at gå med

på restaurant / spisested hvor vi nyder god mad og et glas vin / vand, medens vi puster ud i muntert og hyggeligt samvær med ligestillede.

Benyt dig af denne enestående chance til at være sammen med ligestillede, både i vandet og i efterfølgende hyggeligt samvær, hvor stomi ikke er tabu og du frit kan spørge, kommentere, komme med eller få gode råd.

Der er en lille egenbetaling til spising på 50,00 kr. for medlemmer / støtte medlemmer.

Tilmelding gerne nu men **senest d. 22. september** til: Mariann Hvid Olesen tlf. 2019 3449 eller Signe Hachenberger (efter kl. 17.00) tlf.: 6185 6313.

Svømmehilsen Mariann Hvid Olesen



COPA Familær Adenomatøs Polypose

Gruppens repræsentant og kontaktperson Vestdanmark:

Susanne Jakobsen,

Elsdyrvej 15, Strandhuse 6000 Kolding

Tlf.: 2165 9460 E-mail: susanne.elsdyrvej@gmail.com

Kontaktperson Østdanmark: Vakant

Kommende arrangementer COPA Familær Adenomatøs Polypose: Kontakt venligst Susanne Jakobsen.



COPA Ungdom

Gruppens repræsentant og gruppens kontaktperson:

Ida Engblom, Stærevej 16, 1.tv., 2400 København NV

Tlf.: 5136 3063 E-mail: ida.j.engblom@gmail.com

Kommende arrangementer COPA Ungdom: Kontakt venligst Ida Engblom.

Ekstra næring i en nem lille mundfuld

Arla Protino® er et friskt mejeriprodukt, der gør det let og lækkert at få ekstra næring i en nem lille mundfuld.

Få inspiration til lækre mellemåltider med Arla Protino® på www.arla.dk/protino



nyd det gode

MED VALLEPROTEIN



NYHED

SMAGER SOM KOLDSKÅL OG CREMET YOGHURT!

Arla Protino® forhandles i supermarkeder over hele landet



Ny hjemmeside for COPA

Jeg havde ellers lige sat en oversigt over bestyrelsen for Nordjylland ind på vores hjemmeside. Men nu har vi skiftet til den nye hjemmeside, og skal først til oktober på kursus i at vedligeholde lokalsiden, så derfor sætter jeg lige bestyrelsesoversigten ind her i bladet.

• Formand:	Bjarne Baarup, Hobro, Tlf: 2143 3018	E-mail: bjarnebaarup@gmail.com
• Næstformand:	Kim Sass Lund, Nørresundby, Tlf.: 2211 3331	E-mail: kimsassjensen@gmail.com
• Kasserer:	Lasse Bønnerup, Aars, Tlf.: 6020 8064	E-mail: lasseboennerup@hotmail.com
• Sekretær:	Lise-Linda Nielsen, Aalborg SØ, Tlf.: 2332 5390	E-mail: gonzon@gvdnet.dk
• Bestyrelsesmedl.:	Randi Hansen, Vadum, Tlf.: 2224 2173	E-mail: Rh280846@gmail.com
• Suppleant:	Vinnie Christensen, Nørresundby, Tlf.: 6094 0900	E-mail: vimse_52@hotmail.com

Kommentarer modtages gerne

Da jeg for 17 år siden blev medlem af COPA, var der en del aktive medlemmer fra det nordligere Vendsyssel, men her i de senere år er det mest medlemmer fra Storaalborg og nogle få fra Himmerland, der kommer til vores arrangementer. Og det er jeg ked af.

Vi har taget problemet op i bestyrelsen, og vil forsøge starte bussen i Frederikshavn eller Hjørring, når vi tager sydpå, og i Hobro, når vi tager nordpå. Men det kræver jo, at vi får nogle tilmeldingerne fra de berørte områder. Vi kunne desværre ikke nå det på udflugten i september, men det er vores agt at forsøge at få hele regionen med.

Derfor tænker vi også på, at vores julefrokost skal flytte rundt i regionen, så det ikke er samme sted hvert år. Kommentarer til vores tanker modtages gerne på bjarnebaarup@gmail.com.

COPA-rådgivningen på Aalborg Sygehus Syd suspenderet

Jørgen Dresfeldt, som plejer at dække rådgivningen så Aalborg Universitetshospital Syd i Patient til Patient rådgivningen har desværre måttet melde fra. Derfor er rådgivningen suspenderet indtil videre, indtil vi får afklaret, hvor stort behovet er, og hvordan vi får dækket urostomisterne, som jo har deres gang på Sygehus Nord.

P.b.v. Bjarne Baarup

Flere overlever kræft i Danmark – men vi er stadig ikke i mål

Tre kræftplaner og ikke mindst indførelsen af kræftpakkerne har skabt en markant fremgang i danskernes overlevelse efter kræft. Men nye tal fra den nordiske kræftstatistikdatabase Nordcan viser, at vi stadig har den dårligste kræftoverlevelse i Norden.

- "Fremgangen viser, at det kan betale sig at gøre en indsats, og det er vigtigt, at vi fortsat holder et skarpt fokus på kapaciteten i sundhedsvæsenet", siger direktør i Kræftens Bekæmpelse, Leif Vestergaard Pedersen.

Fra perioden omkring årtusindeskiftet til 2010-2014 er etårsoverlevelsen efter kræft i Danmark steget med 11 procentpoint for mænd og 10 procentpoint for kvinder. Dermed stiger kræftoverlevelsen i Danmark med større hastighed, end det sker i de øvrige nordiske lande, når det gælder alle kræftformer undtagen bryst-, prostata- og almindelig hudkræft, der ikke kan sammenlignes på tværs af landene. Det viser tallene i den nordiske kræftstatistikdatabase Nordcan, der netop er blevet opdateret med nye tal fra de nordiske kræftregistre.

Nogle af de patienter, som det går meget bedre for i dag, er patienter med tyk- og endetarmskræft. Hvor 74 pct. af mænd og 75 pct. af kvinder i Danmark var i live et år efter diagnosen i 2000-2004, er det i dag hele 83 pct. af både mænd og kvinder, der i dag overlever det første år med tyk- eller endetarmskræft.

Vi bliver ældre og ældre

En fremskrivning fra Kræftens Bekæmpelse viser, at om 20 år vil mindst 47.000 danskere rammes af kræft hvert år. Det svarer til en stigning på 34 pct. Samtidig vil 70 pct. flere leve med sygdommen.

- "Den danske befolkning bliver ældre og ældre, og derfor vil der desværre også blive flere, der rammes af kræft. Samtidig vil stadig flere også leve med sygdommen, netop fordi behandlingen bliver bedre, og kræftoverlevelsen stiger. Derfor er det utroligt vigtigt, at vi sørger for, at sygehusene har kapacitet til at behandle det stigende antal patienter til tiden", siger Leif Vestergaard Pedersen.

Vi er ikke i mål

De senere dage er der i øvrigt blevet sat spørgsmålstejn ved, om man i det hele taget kan sammenligne tallene for kræftoverlevelse på tværs af landene.

Men det kan man, fastslår Leif Vestergaard Pedersen.

- "Tallene i Nordcan-databasen er baseret på de nordiske kræftregistre, som er nogle af de bedste i verden. Alligevel skal vi være forsigtige ved sammenligninger, fordi der er nogle problemer omkring de svenske data. Men tallene er de bedste, vi har, når vi gerne vil sammenligne os med vores broderfolk. Og når de viser, at vi stadig halter bagud i forhold til de andre nordiske lande, fortæller det os, at vi stadig har noget at gøre for at forbedre kræftoverlevelsen i Danmark", siger Leif Vestergaard Pedersen.

Tallene for kræftoverlevelse omfatter ikke almindelig hudkræft, bryst- og prostatakræft.

*Kilde:
Claus Fahrendorff, Kræftens Bekæmpelse*



COPA Urostomigruppen

Vestdanmark:
Anne Lise Hansen, Gåskærgade 17 B, 1.tv., 6100 Haderslev
Tlf.: 7452 0091 / 2961 2776 E-mail: achansen@webspeed.dk

Østdanmark:
Kirsten Cederlund, Bymarken 4 D, st.tv., 4000 Roskilde Tlf.: 2093 2159 E-mail: kacederlund@webspeed.dk

Kommende arrangement

Sommerens urostomimøde - 24. september i Roskilde

Vi minder om sensommerens møde i Urostomigruppen. Vi håber på et godt fremmøde og glæder os til en hyggelig og indholdsrig dag.

Det foregår

Lørdag d. 24. september 2016 på Restaurant Håndværkeren, Hersegade 9, 4000 Roskilde.

Det er lige i nærheden af Roskilde Station, og for dem der kommer i bil, er der lidt parkeringspladser ved restauranten og mange flere ved Gråbrødre skole i Grønnegade - 50 m derfra.

Deltagere

Medlemmer og støttemedlemmer deltager gratis, dog er drikkevarer til frokosten for egen regning.

Tilmelding

Tilmelding hurtigt til sekretariatet. Telf.: 5767 3525 eller mail sekretariatet@copa.dk

Spørgsmål?

Evt. spørgsmål til arrangementet rettes til Kirsten Cederlund eller Anne Lise Hansen.

Program for dagen

10.00 – 10.45	Ankomst, kaffe og en bid brød
10.45 – 11.00	Velkomst
11.00 – 12.15	Indlæg ved overlæge Lisbeth Salling, kirurg på Rigshospitalet
12.30 – 13.30	Frokost (drikkevarer for egen regning)
13.30 – 14.30	Stomisygeplejerske på Urologisk afd., Rigshospitalet: Urostomier, hudpleje m.m.
14.30 – 14.45	Kaffepause
14.45 – 15.30	Nyt fra Coloplast ved Mette Martinsen
15.30 – 16.00	Eventuelt og afslutning.

De bedste hilsener på Urostomigruppens vegne
Anne Lise Hansen tlf.: 7452 0091/ 2961 2776 mail: achansen@webspeed.dk
Kirsten Cederlund tlf.: 2093 2159 mail: kacederlund@webspeed.dk

STADIG LEDIGE
PLADSER



Restaurant Håndværkeren,
Hersegade 9, 4000 Roskilde.



Der findes mange modeller og valgmuligheder.

Ring og hør nærmere!



Care the right way for a better day

- Perfekt pasform
- Ingen generende sømme
- Større frihed
- Optimal trykghed
- Blødt og åndbart materiale
- Effektiv støtte
- Produceret efter dine specialmål
- Hurtig levering
- Produceret i Danmark

Støttebandager og medicinsk beklædning til stomi/brok, udviklet og produceret efter specialmål – for ultimativ komfort!

etogarments

stomibandager.dk

Eto Garments ApS • Bredgade 16 • 5592 Ejby • +45 64 46 13 30
sales@eto-garments.com • eto-garments.com



COPA Forældregruppen

Gruppens repræsentant og gruppens kontaktperson:
Morten Holmgaard, Amaliehaven 20, 7080 Børkop
Tlf.: 5047 5007 / 4021 1966 E-mail: holmgaard@hotmail.com

Invitation til Forældregruppens Familieweekend 2016

For børn & unge som er stomi-/ reservoiropererede eller har afføringsproblemer.

Weekenden 14. til 16. oktober, afholder vi familieweekenden 2016. Vi skal igen være på Klarskovgaard lige uden for Korsør. Smukke omgivelser – lige ud til skov og strand – vi glæder os allerede.

Årets undervisning står Laila Felicia Vester Nielsen for.

Overskriften er **"Itmasken til forældrene – Hjælp til dig og dit barn"** – og tager afsæt i disse emner:

- Hvordan står vi stærke som forældre, når vores barn har en livslang sygdom?
- Hvem er vi og hvor er vores fokus?
- Hvordan gør vi og hvorfor?
- Hvad hjælper mit barn og hvad hjælper mig, min partner, os?
- Hvordan får vi energi og overskud til at leve livet?

Selve rammen for weekenden er som den plejer.

- Ankomst fredag – hygge- og cafeaften.
- Lørdag, undervisning for voksne og aktiviteter for børn og juniorer. Lørdag er der også junior alene "snak" hvor Laila vil tage afsæt i børnenes hverdag. Emnerne vil bl.a. være om bedre at forstå og hjælpe sig selv i hverdagen med de udfordringer man nu har.

Som altid er der voksne og ansvarlige hjælpere med på weekenden, så man rent faktisk kan deltage i programmet.

For børnene vil der være gode muligheder for en lang række sjove og spændende aktiviteter.

Vi laver aktivitetsrum, hvor man kan tegne, male, lege med perler, spille PlayStation, Wii, Lego, spille bræt spil og meget andet.

Det er for samvær på deres præmisser. Naturligvis med "passende ansvarlig voksen styring".

Blandt "børnepasserne" er der flere voksne (i alle aldre) der selv har stomi. De ved på egen krop hvordan "det med maven" kan fylde i hverdagen.

De er fra de tidligere år gennemgående figurer – og er rigtig gode til at se hvornår et barn har brug for forældrene. Det gør I trygt kan deltage i undervisningen.



Så skal vi selvfølgelig også – som vi plejer – have en masse gode grin, snakke, udveksle erfaringer, hygge og spise god mad m.v.

Ved generalfor-

samlingen kan I høre sidste nyt fra COPA og Forældregruppen. Der er valg til styregruppen - så har du lidt tid tilovers nu og da og gerne vil være med til at arrangere – så overvej om du skulle stille op.

Tilmelding og betaling:

Skal ske **senest d. 3. oktober 2016** sådan:

1. Send mail med angivelse af medlemsnummer, navne på alle deltagere og børnenes alder (og gerne diagnose): sekretariatet@copa.dk
2. Overfør egenbetaling via bankoverførsel til COPA: Reg nr. 4955 Konto nr. 000 7090 331.

VIKTIGT:

Husk at påføre medlemmets navn og medlemsnummer i bemærkningsfeltet.

Tilmelding er ikke "godkendt" før sekretariatet har modtaget betaling – og har bekræftet dette over for jer.

Deltagelse er betinget af medlemskab i COPA (som regel er det, det barnet som er medlem. Hvis det ikke er tilfældet for jer, er I yderst velkommen til i mailen at bede om det).

Egenbetaling pr. deltager:

0 – 3 år	kr.: 0,00
4 – 14 år	kr.: 300,00
15 år / voksen kr.:	kr.: 400,00.

For hvert medlem, kan der deltage 2 voksne (og x antal børn). Familien bor som udgangspunkt på samme værelse/ rum.

Kommer I mere end 2 voksne pr. medlem, eller hvis man vil at have adskilte værelser, kan dette betyde at merprisen afregnes af jer selv.

Bemærk, at det efter Serviceloven §41 er muligt at søge om tilskud gennem jeres sagsbehandler i jeres kommune.

Hvis I søger om tilskud - og af kommunen bliver bedt om at beskrive programmet - kan I fremhæve, at der gennemføres undervisning som skrevet ovenfor.

Endelige programmer sendes til tilmeldte efter SU. De vil også kunne ses på hjemmesiderne www.foraeldregruppen.dk og www.copa.dk/foraeldregruppen/

Vi ser frem til en god weekend både med familier der har været med før, men ikke mindst de familier, der kommer første gang. Det bliver en aldeles fremragende weekend.

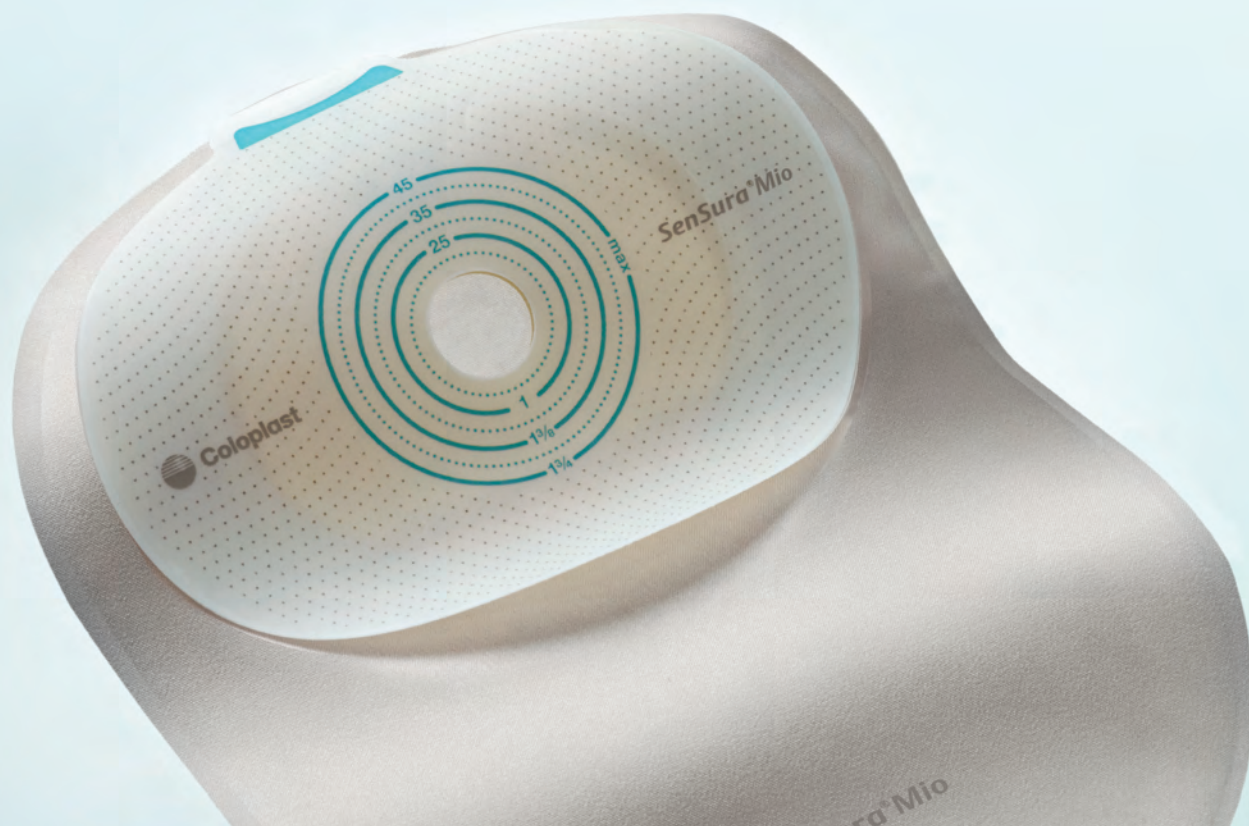
Ankomst fredag d. 14. oktober mellem 16.00 og 17.15. 17.30 er der velkomst og oplæg til weekenden.

Vel mødt til både "gamle" og nye familier, børn & juniorer

*På styregruppens vegne
Morten Holmgaard*

Evt. spørgsmål kan rettes til Morten på tlf.: 4021 1966 eller mail: morten@foraeldregruppen.dk

Elastisk klæber, som tilpasser sig din kropsfacon ...



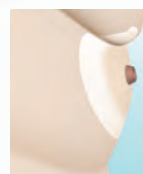
... og følger din krop og mavens form omkring stomien, som ændrer sig i løbet af dagen.



Den elastiske klæber passer til din kropsfacon og følger din krop, når du bukker dig.



Den strækker sig og følger med huden, når du strækker dig.



Den vender tilbage til sin neutrale position, når du står oprejst.

Oplev og bestil en vareprøve:
Coloplast KundeService:
Telefon **49 11 12 13** eller
www.sensuramio.coloplast.dk



 **Coloplast**

SenSura[®]Mio

Det rette stomihjælpemiddel gør en stor forskel

Der er stor værdi i, at kommunerne tilbyder en bred vifte af stomihjælpemidler, så den enkelte borger kan få det rette hjælpemiddel. Det gavner nemlig både livskvaliteten for den enkelte og samfundsøkonomien som helhed. Det viser en analyse baseret på et spørgeskema blandt COPAs medlemmer i juni-måned, hvor man spurgte til dagligdagen med stomi og stomihjælpemidler. Det er en af de største danske undersøgelser om stomipleje og du kan læse om resultaterne lige her i COPAs medlemsblad.

Da alle menneskekroppe er forskellige er der behov for et bredt udvalg af hjælpemidler for at sikre, at alle stomiopererede kan få de hjælpemidler der passer netop dem. Det er også hovedkonklusionen på en helt ny rapport fra Copenhagen Economics kaldet "Værdien af et bredt udvalg af stomihjælpemidler". Analysen er foretaget på initiativ af Coloplast Danmark og konklusionerne er baseret på et større spørgeskema blandt COPAs medlemmer i juni 2016. Rapporten skildrer hvorfor et bredt udvalg af hjælpemidler giver mening for den enkelte og for samfundet. Det rette produktmatch (altså at produktet passer den stomiopererede) har nemlig stor betydning for livskvaliteten og samfundsøkonomien. Eksempelvis betyder det rette produkt færre gener på grund af lækage, hudproblemer og ballooning (når posen pustes op indefra) og ikke mindst også færre bekymringer. Samtidig giver det bedste produktmatch en bedre samfundsøkonomi, blandt andet som et resultat af reduceret produktforbrug og færre konsultationer med stomisygeplejersken.

Livskvaliteten stiger når hjælpemidlet passer

At få opereret en stomi kan påvirke ens liv på mange måder. Derfor er det også vigtigt at få et hjælpemiddel, der fungerer bedst muligt. Det rette produkt for den enkelte kan nemlig reducerer lækage, hudproblemer og ballooning – tre af de største udfordringer relateret til det at leve med en stomi. Det ved vi fra egen krop og fra litteraturen om stomipleje, men nu også fra undersøgelsen blandt COPAs medlemmer. Lækage reduceres ifølge undersøgelsen med hele 70% ved et bedre produktmatch og ballooning med 33%. Samtidig reduceres hudproblemer også for en stor del af respondenterne. Nok så vigtigt, så betyder hjælpemidlet også meget for bekymringen om lækage og hudproblemer, der reduceres med henholdsvis 28% og 13% ved brug af det rette produkt. Undersøgelsen bekræfter altså, at bekymringerne kan mindskes kraftigt med et produkt, der passer til kroppen, hvilket har stor betydning for den enkeltes adfærd og livskvalitet. Som det bemærkes i rapporten: "Samlet set viser den gennemførte undersøgelse, at den brede adgang til stomihjælpemidler, og det at skifte til et produkt der matcher bedre, giver færre gener og dermed mulighed for højere livskvalitet blandt de stomiopererede".



Analysen er foretaget på initiativ af Coloplast Danmark og konklusionerne er baseret på et større spørgeskema blandt COPAs medlemmer i juni 2016.

Bedre match: Færre gener, færre produkter og færre besøg hos stomisygeplejersken

Undersøgelsen peger også på, at et bedre produktmatch giver et fald i antal af brugte produkter. Når produktet passer og ikke giver komplikationer, så beholder man posen på lidt længere. Det giver eksempelvis et fald i produktforbrug på 17% for dem, der bruger 1-dels produkter. Det er da en besparelse, der er værd at tage med i betragtningerne når man skal indkøbe produkter. Når man har færre komplikationer og gener, så har man også færre besøg hos stomisygeplejersken til vejledning eller behandling, bekræfter undersøgelsen. Det er godt for den enkelte og godt for trækket på vores fælles sundhedssystem.

Arbejdsevnen påvirkes også af hjælpemidlet

En god nats søvn betyder meget for vores produktivitet dagen efter. Mange stomiopererede oplever desværre, at de bliver forstyrret i nattesøvnen, typisk på grund af ballooning. Faktisk er antal nætter med afbrudt søvn helt oppe på 5-6 per uge blandt respondenterne, dog har man ca. en halv nat mere med uforstyrret søvn per uge ved et bedre produktmatch. Ifølge rapporten fra Copenhagen Economics, falder produktiviteten med 23% på dage efter afbrudt søvn. Det giver uvægerligt nogle udfordringer når man skal på arbejde dagen efter nætter, hvor man eksempelvis har været vågen for at skifte stomiposen. Undersøgelsen viser også, at hjælpemidlet kan påvirke motivationen for at søge bestemte job, der fx kræver hård fysisk aktivitet, deltagelse i store forsamlinger eller rejseaktivitet. Det påvirker altså både adfærd for den enkelte i jobsøgningen, men betyder altså også noget for fleksibiliteten og produktiviteten på det samlede arbejdsmarked. Rapporten belyser også, at 6% af respondenterne i den arbejdsdygtige alder helt har trukket sig fra arbejdsmarkedet på grund af deres stomi – det er immervæk en stor procentdel, der begrænser individet og påvirker samfundsøkonomien negativt.

Sundere økonomi for hele samfundet

Samlet set konkluderer rapporten, at med den nuværende brede adgang til hjælpemidler, så er de offentlige budgetter 65 millioner kroner sundere og velstanden 41 millioner kroner større, end det havde været tilfældet uden den brede adgang. Det skyldes for eksempel de reducerede udgifter til hjælpemidler og sundhedsmkostninger, samt den højere produktivitet og senere tilbage-trækning fra arbejdsmarkedet. Sagt med andre ord, så fører 1 krone brugt i det offentlige sundhedssystem på stomihjælpemidler altså ikke til en forværring af de offentlige budgetter på 1 krone. Man skal nemlig modregne de positive gevinster ved et rigtigt produktmatch. Det giver altså mening for kommunerne at sikre sig et bredt udbud og at foretage den konkrete, individuelle vurdering af den enkelte borgers behov.

Sådanne økonomiske overvejelser bør indgå i alle beslutninger om udvalget af stomihjælpemidler.

Nye løsninger hele tiden – COPA arbejder for dig

Fra tidligere undersøgelser ved vi at kun ca. hver anden stomiopererede har prøvet at skifte hjælpemiddel. Men med denne nye rapport for øje, så kan det være godt at huske på, at der løbende kommer nye produkter og at der trods alt er sket meget indenfor stomiplejen de sidste årtier. Så det kan være værd at undersøge nye løsninger, hvis man oplever gener eller komplikationer. Undersøgelsen giver også hos COPA et bedre indblik i livet med stomi og vi vil i vores videre arbejde sørge for at sprede budskabet til alle, der måtte have en interesse i området: Det rette stomihjælpemiddel gør en forskel for den enkelte og for samfundet. ■

Værdien af et bredt udvalg af stomihjælpemidler

FAKTA

Analysen er baseret på et spørgeskema sendt til alle med en registreret mail-adresse hos COPA (540 respondenter) i juni 2016. En af de største danske stomi-undersøgelser nogensinde.

Udarbejdet af konsulentbureauet Copenhagen Economics på opdrag fra Coloplast Danmark
Analysen kan findes i sin helhed på www.copa.dk og www.copenhageneconomics.dk

Lodtrækning af 5 gavekort på 500 kr.

Blandt de indsendte spørgeskemaer var der lodtrækning om 5 præmier på gavekort af 500 kr. Her er navnene på 4 af de udtrukne deltagere. Den sidste ønskede ikke sit navn i bladet.

Betty Venneberg
Saksen C4, 3 - 3
2630 Taastrup

Hans M. G. Pinderup
Brogårdsvej
6880 Tarm

Pia Sander
11 Egen 7
Svogerslev
4000 Roskilde

John B. Jørgensen
Skovgårdsvænget 112
8310 Tranbjerg



Kender du COPA?
Scan QR-koden og få
meget mere at vide.

NY VIDEN

Et naturligt stof fra persille- og dildfrø kunne være et alternativ til kemoterapi

I øjeblikket er kemoterapi den mest anvendte medicinske metode til behandling mod kræft. Princippet i denne behandling er - ved hjælp af mitosehæmmende lægemidler - at inhibere væksten af cancerceller ved at forstyrre celledelingsprocessen (mitose). Samme princip udnyttes i en ny tilgang til kræftbehandling. Men ikke med syntetiske lægemidler men med stof der naturligt forekommer i dild- og persillefrø samt i bladene på et træ i Brasilien.

Et russisk forsker team [fra Moskva Institut for Fysik og Teknologi og ND Zelinsky Institute of Organic Chemistry] har udviklet en fremgangsmåde til at fremstille *glaziovianin A* og strukturelle analoger. Stoffer der 'in vitro' inhiberer væksten af humane tumorceller. Disse stoffer har de russiske forskere endvidere vist 'in vivo forsøg' på søpindsvin embryo at give lovende resultater. *Glaziovianin A* - der er en isoflavon - er hidtil blevet isoleret fra det brasilianske træ, *Ateleia glazioviana*. Det russiske forskerteam brugte frø fra persille og dild.

De russiske forskere påviste også lovende resultater med deres *glaziovianin A* på human kræftceller - lunge-, prostata-, bryst-, tarm- melanom- og ovariekræftceller. Teststofferne begrænsede effektivt væksten af disse kræftformer - og de var ikke-toksiske for sunde blodceller, der blev anvendt som kontrol. ■

Reference:

Semenov, V.V. et al. Efficient Synthesis of Glaziovianin A Isoflavone Series from Dill and Parsley Extracts and Their in Vitro/in Vivo Antimitotic Activity. *Refereret i: Journal of Natural Products*. 2016. 79,5; side 1429.



Kemoterapi

Kræftceller deler sig langt hyppigere end normale celler, og derfor er de mere modtagelige for virkningerne af mitosehæmmende lægemidler. For eksempel fordobles antallet af melanomceller hver 3. dag, mens antallet af deres sunde stamfædre melanocytter kun stiger med 15%, selv når celledeling stimuleres.

Mikrotubuli spille i vigtig rolle i mitose. De består af et protein kaldet tubulin.

Mitosehæmmende lægemidler binder tubulin og standser celledeling med efterfølgende celledød.

Glaziovianin A fra dild og purløg er også et aktivt anti-tubulin middel.

Måske kan en isoflavon - der findes i persillefrø og dildfrø - blive anvendt som et bivirkningsfrit alternativ til kemoterapi.

LOKALFORENINGER / GRUPPER (Landsforeningen: tlf. 5767 3525)

København / Frederiksberg

Svend Larsen *)
Brandstrupvej 99
2610 Rødovre
Tlf.: 2057 6809

Storkøbenhavn

Gethe Jacobsen
Topasvej 35
2730 Herlev
Tlf.: 4095 0953

Frederiksborg

Gisela Schjøtt **)
Birkemosevej 30
3550 Slangerup
Tlf.: 4733 4434

Bornholm

Inge Skovgaard Petersen
Storegade 15 D
3700 Rønne
Tlf.: 3028 6530

Roskilde/Køge

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

Vestsjælland

Eddy Tersløse
Rolighedsvvej 19
4571 Grevinge
Tlf.: 6063 0747

Storstrøm/Lolland Falster

Helle Westergaard
Elmebakken 6
4400 Kalundborg
Tlf.: 5950 8243 / 4042 3044

Fyn

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

Syddøstjylland

Hanne Westergaard *)
Emil Møllers Gade 24 A ^{2.th.}
8700 Horsens
Tlf.: 7564 1086

Sønderjylland

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

Sydvestjylland

Anette Larsen
Bryndumvej 200, Bryndum
6715 Esbjerg N
Tlf.: 2785 5978
(bedst efter 14)

Midt/Vestjylland

Lars Elvig *)
Banegårdspladsen 4A ^{4.dør}
7400 Herning
Tlf.: 2052 1771

Gl. Viborg amt

Knud Faueryby
Hagenstrupparken 34
8860 Ulstrup
Tlf.: 5046 8434

Aarhus

Gitte Heide
Engdraget 29A
8310 Tilst
Tlf.: 2778 2894
(bedst efter 16.30)

Nordjylland

Bjarne Baarup
Vester Altan 42
9500 Hobro
Tlf.: 2143 3018

Familiær Adenomatøs Polypose gruppen

Susanne Jakobsen
Elsdyrvej 15, 6000 Kolding
Tlf.: 2165 9460

Forældregruppen

Morten Holmgaard
Amaliehaven 20, 7080 Børkop
Tlf.: 5047 5007 / 4021 1966

Ungdom

Ida Engblom
Stærevej 16, 1. tv.
2400 København NV
Tlf.: 5136 3063

Urostomigruppen

Vestdanmark:
Anne Lise Hansen
Gåskærgade 17 B, 1.tv.
6100 Haderslev
Tlf.: 7452 0091 / 2961 2776

Østdanmark:

Kirsten Cederlund
Bymarken 4 D, st.tv.
4000 Roskilde
Tlf.: 2093 2159

