



STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951



I dette blad kan man bl.a. læse:

Telemedicin - gevinst for alle parter.....se side 10



Kære medlemmer

LEDER



Henning Granslev, landformand

Den mørke tid er snart slut og foråret nærmer sig. Så er det tid til de årlige generalforsamlinger rundt i lokalforeningerne. Hvis man ønsker indflydelse på de aktiviteter, der bliver tilbudt i lokalforeningen, bør man møde op til generalforsamlingen for at give ideer til bestyrelsens arbejde. Det er tilladt at komme med både negativ og positiv kritik. Det er vigtigt, at bestyrelsen føler og får opbakning til arrangementerne.

Det er også vigtigt, at medlemmerne bakker op og tilmelder sig til de arrangementer, de selv har foreslået.

Jeg er sikker på, at alle frivillige, der arrangerer aktiviteter for deres målgruppe, virkelig prøver at vælge noget, der har interesse for flest mulig af deres medlemmer.

Nu har jeg har skrevet om vigtigheden om medlemmers opbakning om foreningens tilbud til et arrangement. Så her kommer der igen en glædelig information (håber jeg). Pladserne til sidste års COPA sommerophold i Aalborg blev helt overtegnet. Der var over 20 på venteliste. Derfor er der i år en gentagelse på et sommerophold i Aalborg. Stod omtalt i sidste Copa-blad. Læs mere her i bladet.

Sundhedsvæsenet ændrer sig hele tiden med tilbud om nye behandlinger, undersøgelser og konsultationer, bl. a. telemedicin. Redaktør Ole Vestergaard har til dette blad skrevet en artikel om telemedicin efter et besøg hos stomisygeplejerske Susanne Green på Silkeborg Sygehus.

Nu er der sikkert mange, der tænker: telemedicin og stomipleje – er der en sammenhæng? Ja, det er der. Måske ikke lige medicin. Men med et foto af et hudproblem kan stomisygeplejersken/evt. i samarbejde med en hudlæge i mange tilfælde finde en løsning på et problem. Måske skal der blot vælges et andet produkt til at løse problemet. Det vil være en gevinst for alle parter. "Patienten" skal ikke bruge tid til transport til og fra sygehus, stomisygeplejersken kan se på akutte problemer, uden der skal afsættes tid i kalenderen.

Stomiforeningen COPA er med i DH (Danske handicaporganisationer) en paraplyorganisation med 34 medlemsorganisationer, der samlet har over 330.000 medlemmer.

Den 8. februar var der møde hos DH i Det socialpolitiske udvalg. Alle medlemmer har en plads i udvalget. Et af punkterne på mødet var om, hvorledes bliver DH mere kendt. Hvis man sammenligner befolkningens kendskab til logoerne fra DH med KB (Kræftens Bekæmpelse), bliver DH en meget stor taber. En af grundene kan være, at de 34 medlemsorganisationer dækker et meget forskelligt behov med hensyn til hjælpemidler, speciel undervisning, genoptræning, egnet bolig, økonomisk støtte til befordring og kørsel m.m.

Målet må være at finde bestemte sager/områder, hvor flere organisationer samlet kæmper for deres medlemmer, når det er muligt. Her er det oplagt, at COPA finder sammen med de med-

lemsorganisationer, der har sager vedr. personlige kropsbårne hjælpemidler.

Beskæftigelsesminister Troels Lund Poulsen deltog i mødet med et oplæg om at få inkluderet flere personer med handicap ind på arbejdsmarkedet. Der er flere tiltag om økonomisk støtte fra det offentlige til virksomhederne, der vil ansætte en person i flexjob m.m. Men kendskabet til loven og de specielle handicap er ikke så udbredt som ønsket.

Der er sikkert flere der har set eller læst, at Stomiforeningen COPA har deltaget i arrangementer, der har været afholdt af Tarmkræftforeningen. Det er oplagt, at COPA har været til stede med information om vores tilbud til personer med stomi. Mange af vores medlemmer har haft cancer. Og for mange medlemmer i Tarmkræftforeningen, er der en stor sandsynlighed for at få en stomi. Derfor har vi valgt gensidigt at invitere til arrangementer, hvor det er relevant at kunne mødes med repræsentanter fra begge foreninger. FAP gruppen i COPA har planer om at lave fælles arrangementer med Tarmkræftforeningen.

På sigt håber vi på et tættere samarbejde. Hovedbestyrelserne i begge foreninger må afgøre dette. Jeg mener personligt, det kun kan være en gevinst for begge parter.

Lige nu arbejdes der på et udbud med fællesindkøb/leverandøraftale for Aarhus og Odense. De indkøbsansvarlige i begge kommuner og repræsentanter fra Region Midtjylland og Syddanmark og ønsker alle en god aftale, der tilgodeser alle partner – herunder selvfølgelig også de stomiopererede.

Arets største arrangement bliver afholdelse af Verdens Stomidag i Odense lørdag den 6. oktober. Der vil i Copa-bladet blive orienteret om dagen.

Glæd jer til den lyse tid. Snart er der også plads i kalenderen til hygge og samvær med venner og familie. Påsken venter forude. OK, det gør havearbejdet også. Men så kan man måske få lidt kalorier brændt af. Al påskemaden skulle jo nødig sætte sig på sidebenene. HUSK, det er sundt at svede efter hårdt arbejde!

Mange hilsener, Henning Granslev

MobilePay til COPA

Da der har været flere forespørgsler om en nem og nutidig mulighed for at kunne give et tilskud til Stomiforeningen COPA, er der nu oprettet et nummer til overførsel af betaling via MobilePay.



Indsamlingsnævnet har givet tilladelsen. Der er oplyst i ansøgningen at støtten er til bl.a. udvikling af hjemmesiden Stomiguiden. **MobilePay nummeret er 67873.**

På forhånd tak for støtten.

h.g.

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

Det vil 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.

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.

COPA bankkonto:

Reg.nr.: 4955, kontonr.: 7090331.

Hjemmeside(r): www.copa.dkwww.stomiguiden.dkWebmaster: webmaster@copa.dkCOPA e-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

Konsul Jensensgade 16, 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.

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 sekretariatet. Sendes foto/illustrationer pr. mail, skal det være som selvstændige påhæftede filer (jpg), **højest 5 MB pr. fil** - (men prøv dig evt. frem); opløsning trykvalitet. Færdige højtopløselige-CMYK-pdf i trykvalitet 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 10/4.

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 10/4.**

Højtopløselig-CMYK/300 dpi-pdf sendes til mail@copabladet.dk. Andet materiale modtages også - efter aftale. Reproklart annoncemateriale til næste nummer skal være Copa-bladet i hænde **senest: 18/4.**

• **Indstik:** Med forbehold. Nærmere oplysninger: COPA's sekretariat.

Foto forsiden

Colourbox og o.v.

Foreningens formål:**Vedtægternes § 4:**

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

Stk. 2. Dette søges gennemført ved:

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

Copa-blad 2/2018 (marts - april) [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 261].**Indhold:**

Leder (Henning Granslev).....	2
COPA sommerophold 2018 (Henning Granslev).....	4
Drømme bliver til virkelighed (Oksana Møller).....	6
Telemedicin - gevinst for alle parter (Ole Vestergaard).....	10
10 kampen (Kræftens Bekæmpelse).....	18
Tegn i blodet forbindes med høj dødelighed hos tarmkræftpatienter.....	29
Læserne skriver.....	16
Nyt fra lokalforeningerne / grupper.....	20

**COPA-kontingent 2018**

Almindelige medlemmer: 275,-kr. / år. Pensionist- og støttemedlemmer: 175,- kr. / år.
HUSK at melde flytning og overgang til pensionistmedlemskab direkte til COPA's sekretariat.

PLANLAGT OMDELING

Copa-blad 1	januar uge 3
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

Hvis bladet ikke er modtaget i efterfølgende uge, skal man kontakte sekretariatet på tlf. 5767 3525 eller send en mail til: sekretariatet@copa.dk

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 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.

COPA sommerophold 2018

mandag 25. juni - lørdag 30. juni

Vil du/I med til Aalborg?

Der var sidste år meget stor efterspørgsel om at deltage i COPA sommeropholdet i Aalborg. Over 20 personer var på venteliste. Derfor har COPA valgt også i år at tilbyde et sommerophold på: Comwell Hotel Hvide Hus, Aalborg

Tilbuddet er for stomi/reservoriopere-rede samt deres ægtefælle/samlever.

Opholdet er i uge 26 fra mandag den 25. juni til lørdag den 30. juni

Hotellet er røgfrit og ligger tæt ved banegården. Der er ca. 500 meter til hotellet, når man går gennem Kildeparken. Hotellet har egen P. plads, og der er mange handicapværelser.

Prisen er pr. person 3500 kr. i dobbeltværelse og 4000 kr. i enkeltværelse.

Betalingen dækker følgende: alle udflugter og entreer, mandag frokost og aftenmenu, tirsdag til fredag alle måltider, onsdag madpakke til heldagsudflugten, mandag – tirsdag - torsdag og fredag en øl/vand til frokost, aftenkaffe alle dage, fredag aften festmiddag incl. ½ fl. vin, kaffe og frugt og lørdag morgenbuffet.

Comwell Hvide Hus
Aalborg



Ekstra tilbud:

Ønskes en ekstra overnatning søndag den 24. juni eller lørdag den 30. juni er prisen:

- Enkeltværelse incl. morgenbuffet 672 kr.
- Dobbeltværelse incl. morgenbuffet 882 kr.

Ekstra overnatning afregnes direkte med hotellet – priserne er efter aftale. Oplys venligst, det er i forbindelse med COPA sommeropholdet. **h.g.**



Planlagt program

Mandag den 25 juni

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

Tirsdag den 26. juni

Eftermiddagstur til Lille Vildmose. Guided tur rundt med bus.

Eftermiddagskaffe og kage.

Onsdag den 27. juni

Heldagstur til Skagen. Ud på Grenen, Besøg på museum, Madpakker medtages fra hotel. Eftermiddagskaffe og kage.

Torsdag den 28. juni

Eftermiddagstur til Rugbjerg Knude m.m. Kaffe og kage.

Fredag den 29. juni

Hele dagen er til egen disposition. Der er masser af muligheder for en tur rundt til kendte steder i Aalborg, Kunstmuseet, Aalborg ZOO, Lindholm Høje eller nyde en øl i Jomfru Ane Gade.

Det kan også anbefales at køre en tur til Voergård Slot.

Om aftenen serveres en 3 retters festmiddag incl. ½ fl. vin kaffe og sødt.

Lørdag den 30. juni

Morgenbuffet og afrejse.

Tilmeldingsblanket

COPA sommerophold 25. juni til 30. juni 2018

Comwell Hvide Hus Aalborg, Vesterbro 2, 9000 Aalborg

Tlf. 98 13 84 00 se mere på www.comwell.com

Medlemsnummer/-numre.....

Telefon.....

Navn(e).....

Adresse.....

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

☐ Bruger almindelig kørestol eller elkørestol ☐ Speciel kost.....

Sæt kryds ved ja til udflugterne:

☐ JA. Deltager i udflugten tirsdag til Lille Vildmose.

☐ JA. Deltager i udflugten onsdag til Skagen.

☐ JA. Deltager i udflugten torsdag til Fyrtårnet ved Rugbjerg Knude.

Tilmeldingsblanketten sendes i lukket kuvert (gerne kopi) til Stomiforeningen COPA, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted

Tilmeldingen skal være fremme senest 1. maj 2018.

I 20 uge sendes svar, om du / I har fået plads på sommeropholdet.





HJÆLP OG STØTTE HVOR DU ER
Som en del af vores me+ univers tilbyder vi dig gratis kontakt til din helt egen sygeplejerske, som er ekspert i stomi.

Vores **sygeplejersker** hjælper med gode råd og samtaler, **hjemme hos dig** eller på telefonen

- Stomipleje
- Hudpleje
- Kostråd, fysisk aktivitet
- Gratis vareprøver
- Arrangementer med andre stomiopererede



me+

Se mere på
www.convatec.dk
eller følg os på

 facebook.com/ConvatecDK



Tal med sygeplejerskerne på 48 16 74 75 eller ring og lav en personlig aftale med os, det koster ikke noget.

Drømme bliver til virkelighed

Fra den 5. oktober til 8. oktober 2017 deltog delegationen fra den ukrainske stomiforening Odessa-ILKO i den 15. EOA-stomikongres i Taastrup nær København. Dette er den ukrainske delegations minder fra stomikongressen.

4 breve til COPA. Oversat af Oksana Møller, Tranbjerg, Danmark.

Kære COPA og Henning Granslev!

For 16 år siden drømte vi slet ikke om, at vi en dag ville komme til at se, hvordan vores venner i Danmark bor, hvordan danske byer ser ud, og hvilke mennesker der bor i dette vidunderlige land.

I 2017 blev vores drøm til virkelighed, takket være Den danske Stomiforening COPA og formanden Henning Granslev. Vi blev inviteret til den 15. EOA-stomikongres i Taastrup nær København. Det var rart at se det eventyrlige Danmark, vennernes smil, og byen! Vi har oplevet orden og renlighed, cykler og både, øer og katedraler. Folk strømmede roligt til arbejde, bilerne bevægede sig lydløst, metroen kom efter køreplanen.

Det er meget, vi i Ukraine stadig skal lære af jeres rolige og ordentlige Danmark!

To solrige dage fulgte vores ophold i Taastrup. Men hvis efterårsregnen ikke også var kommet forbi, ville billedet nok have været ufuldstændigt. Regnen opfriskede og gjorde vores tur rundt i København til et uforglemmeligt møde med H.C. Andersens verden!

Af hele vores hjerte lykønsker vi den nye præsident for EOA Jón Þorkelsson fra Island og COPAs formand Henning Granslev, som er valgt som medlem af bestyrelsen for EOA! Fortsat rigtig godt samarbejde til glæde for alle europæiske stomister!

Tak, Danmark! Tak, COPA! Drømme bliver til virkelighed, takket være jer!

*Med de bedste hilsener, Aleksandra Nikitina,
forkvinde for den ukrainske Stomiforening Odessa-ILKO.*



Kære danske stomiforening COPA og Stomiforeningen Odessa-ILKO!

Jeg vil gerne takke jer begge, fordi I har givet mig mulighed at deltage i den 15. EOA-stomikongres. Jeg fik lært rigtig meget om udfordringerne med stomi og mødtes med andre unge stomister, som klarer sig glimrende. I Ukraine fortæller man desværre ikke stomister



så meget om livet med stomi – det findes desværre ikke nogen rehabiliteringstilbud efter operationen og hospitalsopholdet. Vi skal selv finde ud af, hvordan vi skal passe stomien, hvordan vi kan leve et værdigt liv med stomi. Derfor er der rigtig meget, jeg ikke vidste om stomien, før jeg deltog i stomikongressen. Jeg fik meget viden ud af de forskellige præsentationer og foredrag. Jeg blev meget inspireret af den omsorg for hinanden og den værdighed og ligeværdighed, som gennemstrømmede hele kongressen – takket være arrangørernes kæmpe indsats!

Yderligere blev jeg betaget af København med dens flotte arkitektur, historie og nordisk stilrenhed – alt samlet ét sted.

*Med stor tak,
Andrei Kucherenko, medlem af Odessa-ILKOs delegation.*

(Fortsætter side 8)

EN STÆRK FORBINDELSE - DER ER TIL AT STOLE PÅ.

En stomibandage kan nogen gange være en "utæt fornøjelse".
Vores **nye 2-dels system** er fuld af unikke fordele der giver **dig ro i sindet**.

Vores *skinsmart™* klæber øjeblikkeligt og sikkert men er samtidig nem og skånsom at tage af selv på den mest følsomme hud.



Prøv vores NYE 2-dels eakin dot system.
GIV OS ET KALD OG FÅ TILSENDT GRATIS PRØVER.

49 26 13 99

eller besøg os på; www.focuscare.dk



eakin®
dot

A SMALL PART
OF A BIGGER LIFE

Kontakt os for gratis vareprøver/rådgivning:

49 26 13 99 | info@focuscare.dk



Vi er nu på Facebook: Følg os på : [focuscare.dk](https://www.facebook.com/focuscare.dk)

Focuscare



Drømme bliver til virkelighed, fortsat:

Kære COPA

Mange tak til Henning Granslev og COPA for muligheden for at deltage i EOA- stomikongressen.



Erindringer fra Odessa-ILKO's
deltagelse i stomikongressen
i oktober 2017

Jeg er glad hver gang, jeg møder og taler med stomister som jeg selv fra forskellige lande, får masser af praktisk viden om livet med stomi på kryds og tværs af landegrænser og kulturer. Vi lærer også om hinandens kulturer og lande. Det giver mig en masse positivt input, håb og mod til at fortsætte med at kæmpe for stomisternes rettigheder i Ukraine.

Det var meget interessant at lære Danmark at kende gennem møder med danskere og gennem udflugter i det skønne København.

Jeg mindes ofte vores varme møde – tak og på gensyn.

*Med varme hilsener fra Ukraine,
Tatyana Kozlovskaya, forkvinde for
Revisionsudvalget ved Odessa-ILKO.*

Kære COPA!

Jeg er meget glad for at have deltaget i EOA- stomikongressen i 2017.

Stomikongressen lærte mig en masse om stomipleje og om, hvordan jeg kan leve med stomi, uden at føle mig begrænset.

Jeg har kun haft stomi siden maj 2017, derfor var alt nyt og spændende for mig. Det var opløftende at møde andre unge i min situation, og at lære de nyeste produkter inden for stomipleje at kende. Yderligere var det et berigende møde med København – en smuk by i ethvert vejr. Byen har rigtig meget at byde på, hvad angår seværdigheder, levestandarden og kultur.

En kæmpe tak til COPA for invitationen til deltagelse i EOA- stomikongressen i 2017!

*Med de bedste ønsker i fremtiden,
Viktor Shavlovskiy, medlem af Odessa-ILKO's delegation.*





IryPump® S irrigationssæt

– med elektrisk pumpe gør irrigation nemmere

IryPump® S er en unik og innovativ måde at tænke stomi irrigation på. IryPump® S er en elektrisk irrigationspumpe, der sætter en helt ny standard for stomi irrigation. Pumpen kan tages med overalt, og gør det nemmere at irrigere fordi:

- Den har en trinløs og justerbar hastighed, så du nemt kan finde og genfinde den bedste hastighed for dig
- Pumpen gør dig uafhængig af ophængningskrog, og kan stå, der hvor du ønsker det under irrigationen
- Den er sikker og meget enkel at bruge
- Den er nem og hygiejnisk at rengøre
- Nemmere kan det ikke gøres

IryPump® S leveres sammen med konus, slange og skylleærmer m.v. i en praktisk rejsetaske, og er meget kompakt og lige til at tage med overalt.



B | BRAUN
SHARING EXPERTISE

B. Braun Medical A/S | Dirch Passers Allé 27, 3. sal | 2000 Frederiksberg
Tlf.: 3331 3141 | www.bbraun.dk

Hvis du ønsker mere information eller vores folder omkring irrigation med IryPump® S, kan du kontakte 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.

Telemedicin

- gevinst for alle parter

STOMIsygeplejerske Susanne Green, Regionshospitalet Silkeborg - havde sat undertegnede stævne - med henblik på at møde en bruger af telemedicin.

At træde ind på Regionshospitalet Silkeborg var en oplevelse. Ingen stor prangen af halvtom aulæ, men næsten med det samme står man i et stramt cafeteriaområde, med mennesker på alle stole og to 'guider', der anviser nyankomne vej til bestemmelsesstedet, ved hjælp af farvede streger i gulvet. Følg den gule streg og du kommer frem til stomiambulatoriet. Her ventede en endnu større oplevelse. En entusiastisk Susanne Green og en begejstret bruger af telemedicin, Anita Boelhøj Pedersen.

ANITA er en udadvendt, glad og positiv person - og hendes begejstring for for telemedicin bobler ud af hende.



Anita Boelhøj Pedersen er ansat i et flexjob i Silkeborg Kommune, skoleafdelingen. Anita fik stomi februar 2016.

"Systemet er brugervenligt, ikke svært at bruge og sætte sig ind i - jeg kan bruge det alle døgnets timer, og

Susanne kan se på hvad jeg har sendt, når hun har tid, og svare mig, når hun har tid", fortæller Anita, og fortsætter:

"Småproblemer kan løses uden fremmøde i ambulatoriet. Endvidere - hvis man f.eks. har hudproblemer under eller ved siden af pladen, kan man tage et billede når det reelle problemet er der; hvis man skulle vente med at vise huden frem til en aftalt tid i ambulatoriet var den måske ikke helt så rød. Jeg har også med telemedicin fået et værktøj til at følge min egen stomi og jeg er blevet bedre til at mestre problemer".

På mobiltelefonen har Anita en app - **pleje.net**, hvor hun kan sende notater og billeder til Susanne. På PC og tablet kan hun se hele journalen, her ligger alle spørgsmål, svar og billeder, lige fra hun fik stomi i februar 2016 til nu. I starten døjede Anita med, at stomien trak sig tilbage. Det problem er desværre vendt retur, og både for Susanne og

(fortsætter side 14)

Udfordringer i sundhedsvæsenet

De årgange, der forlader arbejdsmarkedet i disse år, er store og bliver afløst af mindre generationer af unge. Færre skal altså tage sig af flere.

Det betyder også, at der bliver færre til at betale sygehusene, ældreplejen, udgifterne til de praktiserende læger, mv. Da risikoen for at få en kronisk sygdom stiger med alderen, betyder et stigende antal ældre, at antallet af borgere med kroniske sygdomme vil stige. Det anslås, at ca. 1,8 mio. danskere i dag har én eller flere kroniske sygdomme. Det øger efterspørgslen efter offentlig service og stiller krav om, at opgaveløsninger nytænkes, så vi får mere ud af de ressourcer, der allerede i dag anvendes på området.

Derfor kunne man umiddelbart se telemedicinske løsninger som 'nød der lærer nogen kvinde at spinde'. Der er gevinst i at udnytte de digitale muligheder til at løse kerneopgaverne i sundhedssystemet.

Telemedicinske løsninger som videokonference, udveksling af digitale billeder og monitorering af patienten i eget hjem kan i mange tilfælde give samme eller højere behandlings- og livskvalitet for færre ressourcer.

På sårbehandlingsområdet blev telemedicin fuldt udrullet i hele landet i 2017 - i alle regioner og næsten alle kommuner og til relevante patienter. Man vurderer at sundhedsvæsenet vil spare over 300 mil. kr. årligt blot ved telemedicinsk sårbehandling.

Hvis telemedicin er opstået som 'nød der lærer nogen kvinde at spinde' - på grund af manglende varme hænder og manglende penge - så viser erfaringerne nu, at der er mere gevinst end blot økonomisk gevinst. Veltilrettelagte telemedicinske løsninger giver:

- **Et** bedre og mere sammenhængende patientforløb.
- **Tættere** koordinering mellem den praktiserende læge, den kommunale pleje og sygehusene giver øget kvalitet og sikkerhed i behandlingen.
- **Mere** individuelt tilrettelagt behandling og selvhjulpne patienter.
- **Patienten** får god indsigt i sin sygdom og bedre muligheder for at deltage aktivt i sin behandling.
- **Faglig** udvikling af medarbejderne på tværs af sektorer.
- **Nye måder** at løse opgaverne og faglig sparring med eksperter i andre dele af sundhedsvæsenet giver medarbejderne styrkede kompetencer og mere interessante job.
- **Færre** sygehusindlæggelser og ambulante kontroller.



Sundhedsvæsenet sparer penge med telemedicin.

50% af alle med stomi oplever på et tidspunkt hudproblemer*. Hollisters mål er at hjælpe med at bibeholde en sund peristomal hud fra begyndelsen.

CeraPlus serien - tilsat ceramid

En naturlig del af sund hud



CeraPlus og CeraRing

CeraPlus og CeraRing produkterne fra Hollister er tilsat ceramid, et fedtstof, som forekommer naturligt i det yderste hudlag. Ceramid binder cellerne sammen til en vandtæt og beskyttende barriere, hvilket hjælper til at opretholde hudens naturlige fugtbalance.

Ved at anvende produkter med ceramid holder du huden sund omkring stomien, samtidig med at ceramid kan modvirke kløe og tør hud.

Få mere information på www.hollister.dk eller bestil en vareprøve ved at kontakte kundeservice på tlf.: 4846 5100 eller maile til hollister.dk@hollister.com.

*Ratliff, 2010. Early peristomal skin complications reported by WOC nurses. Journal of Wound, Ostomy & Continence Nursing. 37(5): 505-510

Telemedicin på stomiambulatoriet i Silkeborg

I stomiambulatoriet i Silkeborg bruger vi telemedicin. Det betyder, at de borgere der er tilknyttet stomiambulatoriet bliver oprettet i telemedicinsk journal. Telemedicinsk journal er en netbaseret journal og kan tilgås, hvor der er netdækning. I journalen står forskellige oplysninger om stomien, huden og bandager og der bliver lagt billeder af stomi og huden.

Journalen kan bruges af stomiambulatoriets sygeplejersker og læger, samt borgeren selv. Der kan individuelt aftales, hvem der i øvrigt skal have adgang. Det kan være hjemmesygeplejerskerne, hudlæge, egen læge, mm. Der skrives notater sammen med billederne, så et forløb kan følges kronologisk i journalen. Adgang til journalen får man, hvis man har fået tilladelse af borgeren, ved at bruge individuelle koder eller ved at logge på med nemID.

Fordelen for stomisygeplejerskerne er, at det er let at danne sig et overblik via tekst og billeder, hvis der har været problemer omkring stomien, også selvom behandlingen er foregået forskellige steder. Ved at følge billeder i et forløb, ved eks. hudproblemer, kan man hurtigt se, om der er forbedring eller forværring. Det er en lettere vej til, at samarbejde med øvrige behandlere omkring borgeren og sparring på tværs af hospitaler og sektorer.

For borgeren kan det betyde, at nogle ambulante besøg kan undgås. Det kan eks. dreje sig om et kontrolbesøg efter der har været hudproblemer eller andet. Borgeren kan sende et billede af huden eller/og stomien og der kan skrives tekst eller spørgsmål i journalen. Herefter kan stomisygeplejersken vurdere, om borger skal ses i ambulatoriet eller om råd og vejledning kan være via journalen.

Hvis der bliver problemer med stomien eller huden, uanset om man har et forløb i stomiambulatoriet, eller om det er længe siden, man har haft kontakt til ambulatoriet, kan der sendes et billede i journalen med kommentarer om problemet. Stomisygeplejersken kigger på det indenfor et døgn på hverdage og kan enten give råd og vejledning via journalen, eller indkalde borgeren til ambulant kontrol, hvis det skulle være nødvendigt.

Mange kan have svært ved at få tid til at komme i stomiambulatoriet, som kun har åbent på hverdage og i dagtiden. Det kan være vanskeligt for nogle, at få fri fra arbejde, og andre kan have transportproblemer. Det betyder, at nogle kan komme til, at gå længe med problemer omkring deres stomi, inden de får mulighed for, at blive set i stomiambulatoriet.

Der er borgere der får hjælp af hjemmesygeplejerskerne eller sygeplejerskerne på plejecentre til stomien og har svært ved at skulle komme i stomiambulatoriet. Her er der mulighed for, at samarbejde via journalen og hjemmesygeplejerskerne kan få råd og vejledning af stomisygeplejersken. Der kan desuden sendes beskeder imellem de behandlere, der er tilknyttet via journalen.

Telemedicin skal ikke ses som en erstatning for ambulante besøg, men som et supplement til det ambulante besøg og en kommunikations mulighed.

Telemedicinsk stomiJournal er en udvidelse af sårjournalen, som bruges landsdækkende af behandlere og hjemmesygeplejersker omkring borgere med forskellige sår. Det betyder at hjemmesygeplejerskerne er bekendt med journalen og mange har prøvet, at bruge den til borgere med sår og/ eller stomi.

Telemedicinsk Sårjournal har eksisteret siden 2007.



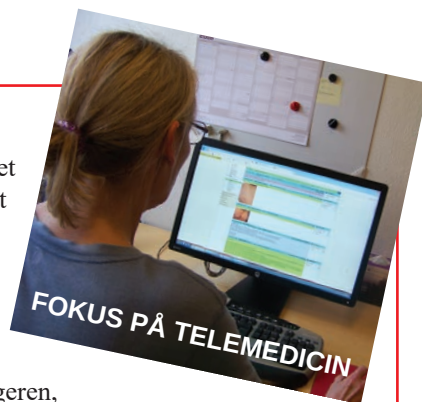
Susanne Green

Vi har på Regionshospitalet i Silkeborg brugt sårjournalen siden opstart i 2007 og har sammen med Dansk Telemedicin udviklet journalen til borgere med stomi i 2011.

Alle stomiambulatorier i Region Midt er begyndt at bruge stomiJournalen. Det er dog forskelligt hvordan vi arbejder på de forskellige ambulatorier i regionen, og der er forskellige aftaler på de forskellige ambulatorier om, hvem der får mulighed for at blive oprettet i journalen.

I Silkeborg oprettes alle de borgere med stomi og sår, som ønsker at have denne mulighed, for at bruge telemedicinsk journal.

Sår- og stomisygeplejerske
Susanne Green
Regionshospitalet i Silkeborg



Oplev stomiposen, der tilpasser sig til din krop



SenSura® Mio til enhver kropsfacon

Du kan være tryk og sikker, selv når du bøjer og strækker dig. SenSura Mio har en elastisk klæber, der tilpasser sig dine individuelle behov og følger dine naturlige kropsbevægelser.

Oplev SenSura Mio

Bestil dine vareprøver på www.coloplast.to/semio eller Coloplast Kundeservice tlf.: 49 11 12 13 mellem kl. 8.30 – 15.00.



Se mere på:
www.coloplast.to/semio



SenSura® Mio

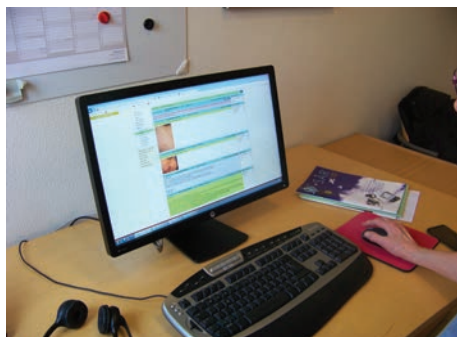
Telemedicin - fortsat:

Anita er det en hjælp, at de på skærmen kan slå tilbage til dette; alt i alt er det en fordel at alle parter kronologisk kan se alt der har været af problemer - udfordringer med at finde den rigtige bandage, hudproblemer under pladen eller ved siden af og meget andet.

SUSANNE Green følger Anitas beretning, og kommer med supplerende bemærkninger. -"Udveksling af digitale

På plejenet kan Susanne og Anita se hele Anitas journal - alle billeder, spørgsmål og svar fra start februar 2016.

Farverne i pleje.net angiver hvem der skriver. Borger og sundhedsfaglige har forskellige farver.



oplysninger før et fysisk møde kan føre til, at begge parter er bedre forberedt før mødet, så konsultationen forløber bedre. Det kan også medføre justering af behandlingen mellem besøg hos mig", er en af Susannes kommentarer. -"Telemedicinsk stomiJournal er et fantastisk redskab mellem behandler og borgeren med stomi - men også et fantastisk redskab til at forbinde alle faggrupper der arbejder med stomi".

-"Vi har ikke tidligere haft et kommunikationsredskab, der kobler primær- og sekundærsektoren så effektivt som telemedicin gør".

Hos Susanne Green på Regionshospitalet Silkeborg er telemedicin blevet et uundværligt kommunikationsredskab i hverdagen.

SUSANNE er alt for beskeden til at tage æren for, at stomi er kommet med i sårjournalen. Ikke desto mindre er det en kendsgerning, at hun har været primus motor. Telemedicinsk Sårjournal har eksisteret siden 2007. Sammen med Dansk Telemedicin begyndte hun i 2011 at udvikle journalen til borgere med stomi - Teleme-



dicinsk stomiJournal så dagens lys.

Region Midtjylland er i front med stomiJournalen. Region Midtjylland ser generelt telemedicin som et vigtigt redskab til at inddrage borgeren i egen behandling og til at skabe sammenhængende effektive patientforløb af høj kvalitet.

Alle stomiambulatorier i Region Midt er begyndt at bruge Telemedicinsk stomiJournal. Der arbejdes dog forskelligt med journalen. Susanne Green opretter *alle* de borgere med stomi og sår, som ønsker at have mulighed for at bruge den telemedicinsk journal.

SUSANNE og ANITA bekræfter til fulde, at telemedicin er en gevinst for *alle*. **o.v.**



Læs mere om udbredelsen af telemedicin:

www.digst.dk

www.sum.dk

www.regioner.dk

www.kl.dk

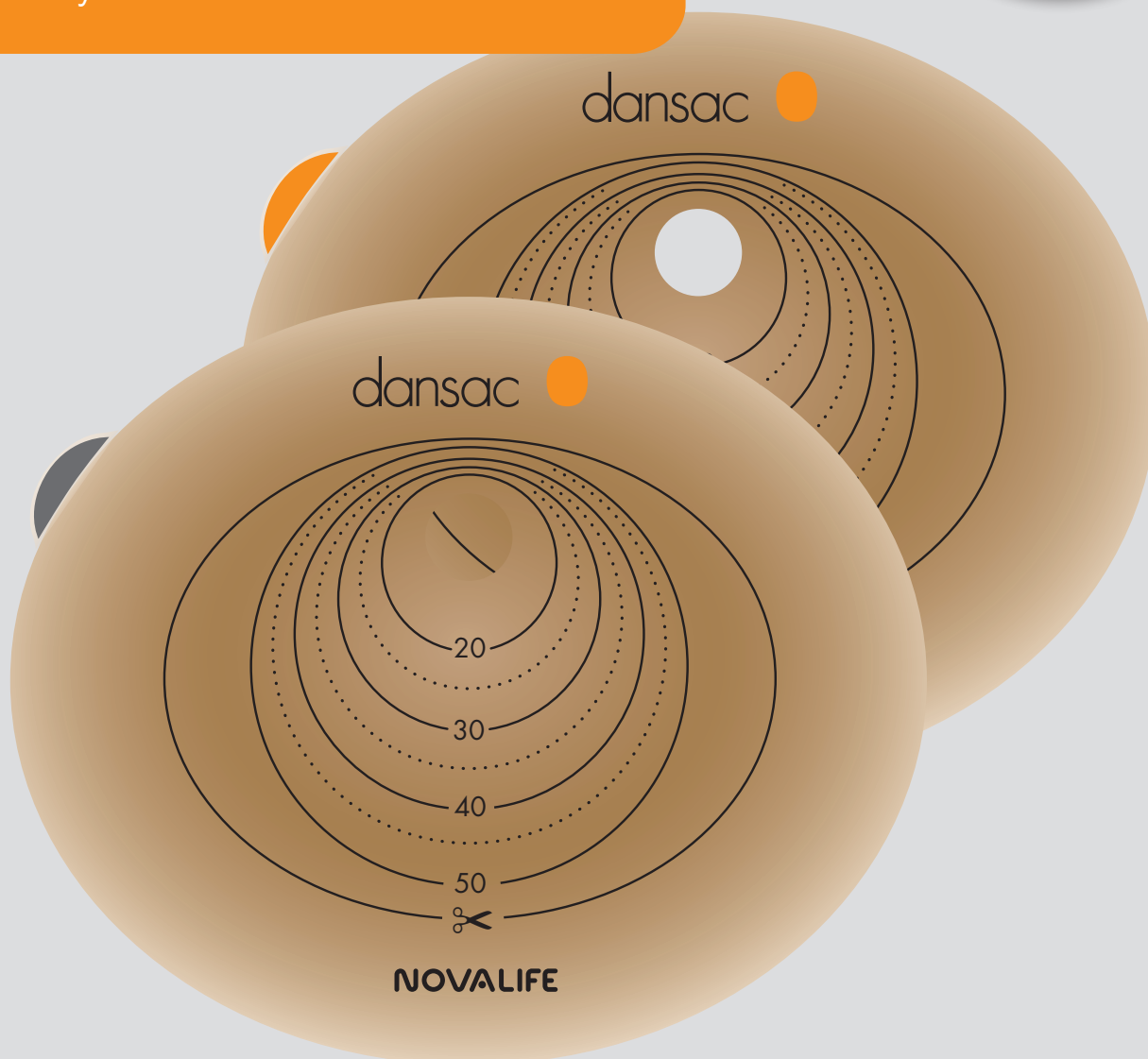
www.digitaliser.dk

Dansac Novalife klæbere GX og GX+

Det **fleksible valg**

- til beskyttelse af din hud

Dansac NovaLife
En pose
To klæbere
Flere Muligheder



Et fleksibelt valg mellem naturligt hudvenlige klæbere. Snak med din stomisygeplejerske for at finde det bedste produkt til dine individuelle behov eller kontakt Dansac på tlf.: 48465100.



Den velkendte og pålidelige NovaLife GX klæber til alle typer stomier. NovaLife GX er især velegnet til mere fast output og ved hyppige bandageskift.



NovaLife GX+ klæberen er mere udvaskningsresistent. NovaLife GX+ er optimeret til mere flydende output og mindre hyppige bandageskift.

NOVALIFE

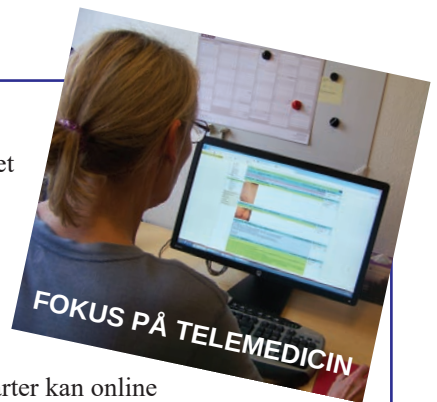
dansac 

Pleje.net

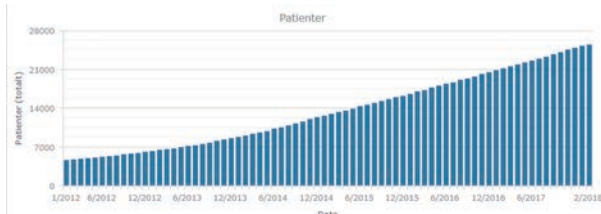
Pleje.net er et online journalsystem, der styrker kommunikation og letter deling af data. Systemet giver bedre betingelser for samarbejde mellem sundhedsprofessionelle på tværs af sektorer.

Pleje.net rummer en række kliniske områder, bl.a. sår, stomi, dermatologi, cancer, allergi og dialyse. Det er fleksibelt og dynamisk, og systemet kan tilpasses forskellige procedurer og kliniske områder. Målet med **Pleje.net** er at optimere behandlingen og udnytte specialistressourcer mere effektivt – til glæde for både patienter og personale.

Data i **Pleje.net** centrerer omkring patienten. På denne måde er informationerne tilgængelige for alle faggrupper og risikoen for, at informationer går tabt minimeres. Samtlige involverede parter kan online følge med i den enkelte patients tilstand, og den daglige plejer kan tage kontakt til ambulatoriet, hvis der er behov for det.



Stigningen i antal af patienter der bruger pleje.net (6.000 patienter januar 2012 - 26.000 patienter februar 2018)



brugt til at kvalitetssikre behandlingen af mere end 15.000 patienter. Systemet indeholder over 600.000 kliniske notater og flere end 280.000 kliniske billeder. **Pleje.net** drives af et privat firma, Dansk Telemedicin.

Pleje.net forbedrer det tværsektorielle samarbejde, løfter kompetencerne i kommunerne og giver specialisterne mulighed for en mere kvalificeret prioritering af patienterne. Samtidig medfører brugen af **Pleje.net** besparelser i tid på hospitalerne og for den enkelte borger, idet mange af borgerens rutinebesøg på ambulatoriet erstattes af monitorering i hjemmet.

Pleje.net er i dag implementeret i alle regioner og i hovedparten af de danske kommuner. Systemet bruges pt. af over 2.000 sundhedsprofessionelle og har været

https://www.pleje.net/Info_2.asp

LÆSERNE SKRIVER



Hi,

Jeg fik en god tips fra min dyrlæge. Hun havde en kunde, der købte hundeposer til sine brugte stomiposer. Det har jeg gjort siden. De er ganske udmærkede, og man sparer en masse plastic og sparer miljøet. Syntes det skal videre til andre brugere.

Kompostbar hundeposer

Irene Randal, Løgstrup

Hejsa Copa-bladet!

Undertegnede har flg. forslag. Når jeg får tilsendt en æske kolostomiposer, er der ikke ret mange "affaldsposer" med, det gør sådan set ikke noget for jeg køber så bare hundeposer m/ hank, de er gode at bruge til min lort, rent ud sagt og de er ikke ret dyre. Det var måske en ide for andre at bruge.

Hanne Stampe, Næstved



Invitation til Tarmkræftkonference i København - også til medlemmer af COPA

Onsdag d. 21. marts 2018, kl. 09.45 - ca. 16.30 **Kræftens Bekæmpelse, Strandboulevarden 49, 2100 København Ø** med spændende indlæg og nogle særdeles kompetente foredragsholdere.

Vores protektor Søren Gade vil styre "slagets gang", og vi håber, at mange har tid og lyst til at komme.

Af hensyn til frokostbuffet, frugt og kaffe/te bedes du tilmelde dig/jer **senest d. 15. marts** via vores hjemmeside www.tarmkraeft.dk - her kan du også læse dagens program.

På gensyn og med venlig hilsen Anita Grant, sekretær, Tarmkræftforeningen





Brug toilettet - det er helt naturligt

af med stofbetrækket | skyl opsamlingsposen med din afføring ud | færdig |

Med **Aurum Xtra** kan du nu igen bruge toilettet. Træk stofbetrækket af og skyl opsamlingsposen med din afføring ud i toilettet.

Helt væk er posen, lugten, og tanken om den.

Samtidig får du en en-dels lukket pose med en klæber, der indeholder **Manuka Honning**, og du får **Wellands Klæbefjernere** ilagt alle æsker - det betyder, at din hud får de allerbedste betingelser.



Kontakt os i dag og få tilsendt en gratis æske med 30 poser. Så kan du sammenligne med den kolostomipose, du bruger i dag.

Måske bliver du overrasket over, hvor **befriende let og hygiejnisk** det er.

Vi kommer gerne hjem til dig og viser dig, hvordan du gør, og **vi kan hjælpe dig** med at ansøge din kommune om en evt. bevilling.



| post@welland.dk | tlf.: 7584 1332 |

10-kampen



Kræftens Bekæmpelse

10-kampen er en sjov måde at lære at leve sundere. Det er ligeså let, som det er uforpligtende. Uanset om du vinder en af Kræftens Bekæmpelses fede præmier eller ej, så synes Kræftens Bekæmpelse, du vinder ved at deltage. 10-kampen startede 5. marts. Men du kan stadig tilmelde dig.

Det får du som deltager:

- Du får sjove uger med nemme udfordringer
- Skønne Lene Beier guider dig igennem 10-kampen uge for uge
- Du deltager i konkurrencen om et gavekort på 30.000 kr. til Club La Santa + andre præmier (Fit.nu)
- Det er nemt, sjovt og gratis
- Du bliver sundere og minimerer din risiko for at få kræft.

Du kan stadig være med i 10-kampen

10-kampen starter den 5. marts og løber 10 uger frem – men tilmelder du dig senere end den 5. marts, kan du sagtens være med i forløbet. Hvis du kender nogen, som har lyst til at være med efter du har tilmeldt dig, er det derfor heller for sent for dem at hoppe med på vognen.

Det kan du forvente

- Hver mandag modtager du en e-mail med ugens udfordring.
- Hver onsdag får du en update fra Lene

Beier om, hvordan hun klarer ugens udfordring, med tips og inspiration.

- Hver fredag får du en e-mail, hvor vi følger op på ugen og annoncerer ugens vinder af ugepræmien.

- Du kan altid framelde dig e-mails og stoppe din deltagelse i 10-kampen. Det gøres i bunden af Kræftens Bekæmpelses e-mails.

Husk, at alle der tilmelder sig 10-kampen, automatisk deltager i lodtrækningen 22. maj om hovedpræmien: et gavekort på 30.000 kroner til Club La Santa, og den ugentlige præmie, et online fitnessabonnement i 6 måneder fra Fit.nu.



Små ændringer i livsstilen, som kost- og motionsvaner, kommer langsomt. Det er derfor en god idé at starte med ét tiltag ad gangen, så man ikke føler, at man skal ændre alt for mange vaner på én gang. Derfor synes jeg, at 10-kampen giver mening. Det håber jeg også, du synes?"

Anne Tjæmeland, Forskningsleder, Kost, gener og miljø, Kræftens Bekæmpelse, adjungeret professor, Københavns Universitet.



Tilmeld dig 10-kampen på <https://www.cancer.dk/10-kampen/>



10-kampen er baseret på forskning

Verdens største befolkningsundersøgelse, Kost, kræft og helbred blev startet for 20 år siden af Kræftens Bekæmpelse. Formålet var at forstå sammenhængen mellem vores mad og kræftsygdom. For det stod klart, at et betydeligt antal kræfttilfælde måtte kunne forebygges via kost og livsstil. Med projektet er vi blevet klogere. Klogere på årsagerne til kræft i Danmark. Kost, kræft og helbred har været en gave fra den danske befolkning til forskningen. Det er viden derfra, vi deler med dig i 10-kampen. Så vi sammen kan forebygge kræft.

Kræftens Bekæmpelse

“Ikke at skulle bekymre sig om lækage gør livet så meget lettere”

For 65-årige Henry var Brava® Beskyttende Tætningsring lige, hvad han manglede. Den giver ham en følelse af sikkerhed, og hjælper ham med at leve et liv uden begrænsninger.

Henry vænnede sig hurtigt til livet med en stomi efter sin operation i 2008. “Det har været meget nemt at leve med - lettere end jeg troede”.

Jeg har altid været utrolig aktiv, så faktisk var den største udfordring for mig at tage det roligt under genoptræningen.

Men efter et stykke tid begyndte han lejlighedsvis at opleve lækage. Lækagerne påvirkede huden omkring stomien. Huden blev rød og irriteret. Henrys stomisygeplejerske anbefalede ham at afhjælpe problemet med en tætningsring. Henry afprøvede flere forskellige ringe, men foretrak Brava Beskyttende Tætningsring.

Henry er også imponeret over de fordele, der yderligere er ved tætningsringen. Han forklarer: “Den er let at påsætte og aftage, og efterlader ikke mange klæberester på huden.” Det, at Tætningsringen ikke efterlader mange klæberester, gør det også lettere at opretholde en sund hud.

For Henry, der arbejder på et bryggeri, er den største fordel følelse af, at han kan gøre, hvad han vil, når han vil: “Det at bekymre sig mindre om lækage, gør tingene så meget

“Jeg skænker ikke min stomi mange tanker”

lettere. Jeg er en meget aktiv person, og jeg tror, at det holder mig ung.”

Uanset om han arbejder eller dyrker en af sine mange sportsgrene, som han nyder, så siger Henry, at Brava Beskyttende Tætningsring giver ham den følelse af sikkerhed og tryghed, han har brug for: “Jeg kan rejse, jeg kan køre bil, og jeg kan leve et normalt liv ligesom alle andre. Jeg skænker ikke min stomi mange tanker.”

Henry anvender Brava Beskyttende Tætningsring sammen med en SenSura® Mio stomipose.



Dobbelt beskyttelse

Beskytter mod lækage og absorberer fugt fra hudoverfladen.



Let at håndtere

Let at forme, så den passer nøjagtig omkring stomien. Anvendes på huden, hvor der er fordybninger, folder og rynker.

Brava Beskyttende Tætningsring består af en NY opskrift.



NYT FRA LOKALFORENINGERNE



COPA København/Frederiksberg

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

Siden sidst

Referat fra generalforsamling kan læses på hjemmesiden

Når bladet udkommer, er generalforsamlingen overstået.
Referatet herfra vil kunne ses på hjemmesiden.

Kommende arrangement

Diætist fortæller om at leve med stomi

Vi har været så heldige at få en diætist til at fortælle om, hvordan man lever fornuftigt med en stomi.

Dette foregår **tirsdag d. 17. april kl. 18.00** på Hvidovre Hospital i det grønne lokale. Der vil være skilte.

Tilmelding er nødvendig, da vi serverer en sandwich og lidt at drikke.

Tilmelding til Svend på tlf. 20576809 **senest d. 15. april.**

Kommende arrangement

Rundvisning på Carlsberg

Lørdag d. 26. maj skal vi besøge Carlsberg.

Der vil være rundvisning og derefter et måltid i restauranten, med en øl eller vand til.

Det koster 150 kr for medlemmer og 250 kr for andre.

Vi mødes ved Visit Carlsberg-skiltet på

Gamle Carlsbergvej 11, 1799 Kbh V. kl. 12.45.

Tilmelding foregår ved at indbetale beløbet på konto 0144 4386757769 **senest d. 20. maj.**

Det er vigtigt at I husker at skrive, hvem der sender pengene.

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

Besøg på Christiansborg

Torsdag den 24. maj besøger vi Christiansborg og bliver vist rundt. Vi mødes ved indgangen kl. 18.30. Her skal vi i gennem sikkerhedskontrollen.

Derefter kl. 19 er der dagens ret i Snapstinget med snak og kaffe.

Og siden rundvisning. Aftenen slutter ca. 21.30.

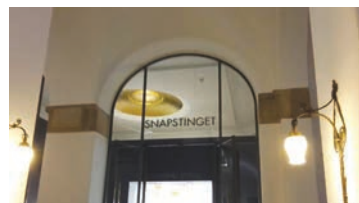
Pris kr. 100 for medlemmer og kr. 200 for ikke medlemmer.

Tilmelding til Gethe enten på tlf. 40 95 09 53 eller pr mail:

copa.stkb@gmail.com
inden den 15. maj.

Max. Antal deltagere 30.
("først til mølle....")

Pengene skal indbetales på konto 2275 0747337721.



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.



Husk at følge med på vores hjemmeside

www.copa.dk

(klik mød andre, lokalforeninger, Storkøbenhavn)

Kommende arrangement

Husk generalforsamling 10. marts

Husk vores generalforsamling lørdag den 10. marts (se sidste nummer).

P.b.v. Gethe Jacobsen



COPA Frederiksborg

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

Kommende arrangement

Vil du være bestyrelsesmedlem?

Husk generalforsamlingen søndag den 18. marts 2018 fra kl. 13.00 til kl. 17.00.

Alle medlemmer af Frederiksborg Lokalforening inviteres hermed til at deltage i den årlige generalforsamling. Hvis man ønsker at deltage i spisningen kl. 13.00, er tilmelding nødvendig. Ligesom de andre år, er lokalforeningen sponsor for frokosten. Hvis man ikke ønsker at deltage i denne, kan man bare møde op kl. 14.00, hvor selve generalforsamlingen begynder. Efter frokosten vil Jan Most med hustru holde foredrag om Vietnam, hvor de har rejst rundt. Foredraget vil vare ca. 1 ½ time. Herefter holdes den ordinære generalforsamling.

Generalforsamlingen afholdes i overensstemmelse med vedtægternes §18, stk. 4. Vedrørende stk. 4 punkt 5: Behandling af indkomne forslag. Det skal forstås således, at forslag skal være bestyrelsen i hænde mindst en uge før afholdelse af generalforsamlingen. Forslagene kan eventuelt være ideer til sommerudflugt eller julearrangement. Ideer til sommerturen med bus bør være uden for lokalområdet. Bestyrelsen skal jo have mulighed for at gennemgå og drøfte forslagene.

Til bestyrelsen i år skal der vælges:

To bestyrelsesmedlemmer for to år, en suppleant for to år samt en revisor og en revisorsuppleant for et år.

Et af bestyrelsesmedlemmerne ønsker ikke genvalg, og derfor vil vi gerne have kandidater til denne post.

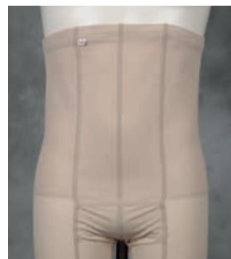
Er der nogen, der ønsker at stille op som bestyrelsesmedlem eller til nogle af de andre poster, kan man meddele dette til den nuværende bestyrelse, eller man kan stille op til valget på selve generalforsamlingen. Der er ingen krav til, at bestyrelsesmedlemmer skal have stomi, så alle interesserede kan vælges.

Generalforsamlingen finder sted i Frederiksborg Sognegård, Frederiksværksgade 2B, 3400 Hillerød.

Information vedrørende parkering: Der må ikke parkeres på græsset ved Sognegården. Da generalforsamlingen afholdes en søndag er der gratis parkering på P-pladsen ved slottet. Parkeer man helt nede i bunden, er der en sti som fører til Sognegården. Der er ikke langt at gå.

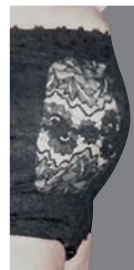
Tilmelding til spisning senest fredag den 9. marts til Karna Jørgensen tlf. 4717 4658 eller til Gisela Schjøtt tlf. 4733 4434. Man kan også tilmelde sig på formandens mail: schjoett@webspeed.dk

P.b.v. Gisela Schjøtt



Der findes mange modeller og valgmuligheder.

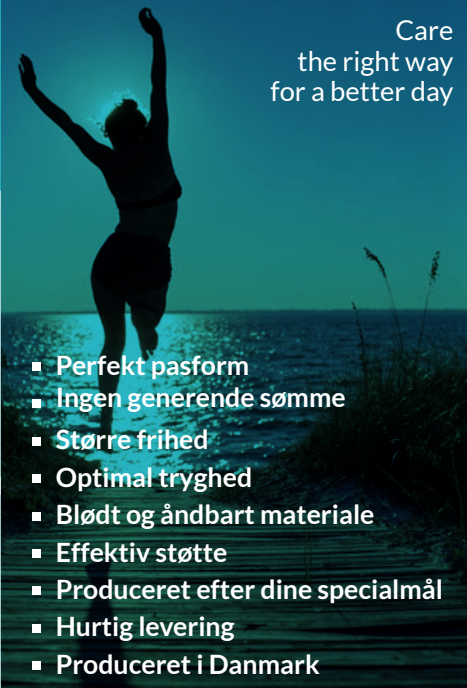
Ring og hør nærmere!



NYHED!
Nu har vi også lyskebrokbælter



Care
the right way
for a better day



- Perfekt pasform
- Ingen generende sømme
- Større frihed
- Optimal trykthed
- 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 Bornholm

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

Siden sidst

Tak for et godt fremmøde

Generalforsamling lørdag den 27/1 2018.

Årets generalforsamling løb af stablen den 27. januar 2018, og sædvanen tro blev der budt på gule ærter, flæsk og pølse og lidt af de gyldne dråber, som jo hører sig til.

Der var pænt fremmøde til generalforsamlingen, 25 personer var tilmeldt.

Inden generalforsamlingen gik i gang mindes vi de 4 medlemmer vi havde mistet i løbet af året.

Dagsorden jfv foreningens vedtægter, og revisor Anders Mortensen blev udpeget som dirigent.

Formanden lagde ud med beretningen som blev godkendt.

På valg var formand Inge Skovgaard Petersen, der blev genvalgt.

I bestyrelsen blev der byttet om på et par poster. Bestyrelsesmedlem Birgit Rasmussen ville fortsat gerne give en hånd med i bestyrelsen, men som suppleant, og Renate, som har haft suppleantposten var villig til at indgå som bestyrelsesmedlem.

Anders Mortensen blev genvalgt som revisor.

Harald Lund blev valgt som revisorsuppleant.

Regnskab og budget blev fremlagt af kasserer Frank Jensen, og blev også godkendt.

Foreningen har ikke modtaget penge fra kommunen i 2017, og fejlen kan ikke findes.

For 2018 vil vi troppe op på kommunen så vi kan sikre os at det er som det skal være, og at vi får hvad vi skal have.

Kl. 16.30 kunne jeg sige tak for et godt fremmøde .

Pbv. Inge Skovgaard P.

AKTIVITETSLISTE COPA BORNHOLM 2018



14. marts kl. 19.00

Emne: Medlemsmøde – Sted: Sagahuset i Rønne.

Bestyrelsen forventer at få besøg af en leverandør, der kan vise de nyeste tiltag indenfor stomiområdet.

Der er kommet nye medlemmer til, og vi andre har også godt af at se, hvad der er kommet af nye poser m.v.

14. juni kl.13.00

Foreningen har fødselsdag, og vi foreslår en tur i Brændesgårdshaven. Vi satser på dejligt sommervej, og egen madkurv eller kaffekurv medbringes, som vi så kan nyde sammen, og bagefter nyde den skønne have.

18. august kl. 14.00

I år vil vi igen prøve at spille petanque, som foregår i Aarsdale. Også her tager vi egen kaffekurv med. Efter spillet tænder Renate og Tage op for grillen, og vi griller selv vores medbragte kød. Foreningen sørger for salat.

12. september kl. 19.00

Emne: Medlemsmøde om kost og motion. Kostvejleder og instruktør Nete Lindblad vil fortælle os om emnet. Sted: Sagahuset i Rønne.

3. november kl. 17.00

I Sagahuset. Så er det tid til mortensanden*) og pakkebanko.

I år prøver vi at flytte tidspunktet 1 time frem, altså til kl. 17.

1. december kl. 13.00

I Sagahuset. Så er der tid til julehygge. En dejlig julefrokost*) og lidt juleunderholdning skal der til.

**) Ved mortensaften og julefrokosten vil der være noget egenbetaling.*

2019

Første arrangement i 2019 bliver generalforsamling kl. 13.00 i Sagahuset.





COPA Vestsjælland

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

Kære Medlemmer

Vi afholder generalforsamling torsdag 19. april kl. 18 til ca. 22.
Aftens program er:

Heidi fra Kirstine Hardam kommer og præsenterer stomiprodukter og tøj til mennesker med stomi.
Kl. 19 spiser vi.
Kl. 20 til 20.45 vil Hubert fra Mobilscooter komme fortælle og os noget omkring mobilscooter.
Kl. 20.45 afholder vi generalforsamlingen til ca. kl. 22.

P.b.v. Eddy Tersløse

**Indkaldelse til COPA-Vestsjællands
generalforsamling - torsdag 19. april 2018**
*Generalforsamlingen afholdes i Asnæs Forsamlingshus.
Esterhøjvej 26, 4550 Asnæs fra kl. 18 til ca. 22.*

Dagsorden

1. Valg af dirigent.
2. Valg af referent.
3. Godkendelse af dagsorden.
4. Optælling af stemmeberettigede.
5. Valg af stemmetællere.
6. Lokalformandens beretning.
7. Regnskab og budget til godkendelse.

8. Aktivitetsplan for det kommende år.
9. Forslag skal være lokalformanden i hænde senest 8. dage før generalforsamlingen.
10. Valg til bestyrelsen ifølge COPA's vedtægter.
 - a. Valg af lokalformand for 2 år.
 - b. Valg af 2 bestyrelsesmedlemmer for 2 år.
 - c. Valg af 1 suppleant for 2 år.
 - d. Valg af 1 suppleant for 2 år.
 - e. Valg af revisor for 1 år.
 - f. Valg af revisorsuppleant for 1 år.
11. Eventuelt.

Af hensyn til madbestilling, er der bindende tilmelding til den del. Hvis man kun ønsker at deltage i selve generalforsamlingen, er der ingen tilmeldingspligt.

**Tilmelding med hensyn til at deltage i spisning,
senest torsdag d. 12. april 2018**

Tilmelding:

Vinni Tersløse

Telefon 71 78 42 50 - E-mail: morsrodolfo@mail.com

Jan Nielsen.

Telefon 29 45 40 08 - E-mail: jannielsen1947@gmail.com

P.b.v. Eddy Tersløse

ByMii

FEMININT UNDERTØJ

- til dig med stomi

*ByMii er en helt ny eksklusiv
undertøjsserie til dig, som ønsker
feminint og klassisk undertøj.*



Læs
mere på
bymii.dk



COPA Roskilde / Køge

Lokalformand: Jette Frederiksen, Vissenbjergvej 30, 4000 Roskilde
Tlf.: 4673 0587 E-mail: jettebfrederiksen@hotmail.com www.roskilde.copa.dk

Tilmelding arrangement: roskildelokge@copa.dk

Kommende arrangementer

Aktiviteter COPA Roskilde / Køge

- **Sommertur til Dansac i Fredensborg** Onsdag den 23. maj
- **International Stomidag i Odense** Lørdag den 06. oktober
- **Julefrokost på Hotel Niels Juel i Køge** Torsdag den 22. november

Flere informationer om arrangementerne følger i kommende blade. Husk at følge med på vores hjemmeside

www.copa.dk under Roskilde/Køge.



P.b.v. Jørgen Jensen



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

Mød op og få indflydelse

Lokalforeningen holder generalforsamling lørdag den 24. marts 2018 kl. 12.00

på "Smålandshavet", Alléen 44, 4736 Karrebæksminde

Vi starter med frokost, derefter tager vi den alvorlige del – generalforsamlingen.

Dagsorden:

1. Valg dirigent
2. Valg af stemmetællere
3. Valg af sekretær
4. Beretning v/ formanden
5. Regnskab
6. Indkomne forslag
Valg:
7. Valg af 3 bestyrelsesmedlemmer:
Geert Dall – ønsker ikke genvalg
Flemming Larsen – modtager genvalg
John Thomsen – ønsker at udtræde før tid af personlige årsager
8. Valg af revisor:
Nina Jensen – modtager genvalg
9. Valg af suppleant:
Bjarne Wissing – modtager genvalg
10. Eventuelt.

Der afsluttes med kaffe og kage.

Tilmelding til frokosten senest fredag den 16. marts 2018 på tlf. 59 50 82 43. Mød flittigt op og få indflydelse på arbejdet.

P.b.v. Helle Westergaard



Kom til generalforsamling på på "Smålandshavet", Alléen 44,
Karrebæksminde lørdag den 24. marts 2018 kl. 12.00.
Ønsker du at deltage i spisningen er tilmelding nødvendig.

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

Bowlingtur 21. marts 2018

COPA Fyn inviterer alle medlemmer og støttemedlemmer til en hyggelig aften i **Bowl'n'fun på Grønløkken 3, 5000 Odense C**
Tilgængeligt for kørestolsbruger. Alle er velkomne selvom man ikke bowler. Men husk at sige det ved tilmeldingen.

Mødetid er kl. 16.30 vi bowler fra 17.00 til 18.00. Derefter serveres der en dejlig buffet. Drikkevarer for egen regning.

Deltagerpris: 125 kr. pr person Vi håber på et godt fremmøde og en rigtig hyggelig aften

Tilmelding til Jørgen Rasmussen **senest den 13. marts kl. 20.00** tlf. 29241340 eller mail: joerner@outlook.dk

P.b.v. Jørgen Rasmussen



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

Vil du have indflydelse? - kom til generalforsamling 12. april kl. 18.30

Generalforsamling afholdes den 12. april kl 18.30 i mødestedet Sædding Bibliotek. Der bliver et oplæg efter generalforsamlingen.

Holger og Hanne er på valg, og de genopstiller ikke. Så hvis der sidder nogle medlemmer derude og tænker, at de gerne vil have

lidt indflydelse på lokalforeningens aktiviteter, så er det nu, chancen er der.

P.b.v. Anette Larsen

STOMOCUR®

Roland Healthcare

STOMOCUR
Kvalitet



Nyt blødt
CONVEX
System

COLO,
ILEO &
URO



Individuelt
tilpasset

Giver **bedre**
løsninger

Kontakt os for rådgivning og få tilsendt prøver

Roland Healthcare ApS

Tel: +45 4814 2080 Mail: info@roland1.dk

Hvidehusvej 34 3450 Allerød www.rolandhealthcare.dk



COPA Sydøstjylland

Lokalformand: Hanne Westergaard, Konsul Jensensgade 16, 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

Ny dato for udflugt

Vigtigt bemærkning: Udflugten 2018 - datoen er ændret til den 09.06.2018. På den planlagte dato er der folkemøde på Bornholm, hvor COPA i år har valgt at deltage. Håber ikke det giver for meget rod i Jeres planlægning.

P.b.v. Hanne Westergaard

Kommende arrangement

Spændende foredrag 21. april

Kom med og få en god og inspirerende oplevelse. Som optakt til vores besøg i Den Gamle By i Aarhus, inviteres I til at høre om, hvordan museet er opstået.

Allan Frandsen vil give et morsomt og spændende indblik i, hvordan Den Gamle By er opstået og hvordan man nu har bygget en 70'er bydel. Hvordan finder man husene, hvordan genopbygger man dem, hvornår fik man den 1. benzintank og hvad farve var den?

Det er noget af det der vil blive fortalt om. Snyd ikke dig selv for denne stor oplevelse.

Det sker den 21. april 2018 kl. 11.00

Ceres Centeret, Nørretorv 1, 8700 Horsens.

der er ikke så mange P-pladser på Ceres Centeret, men der er gratis parkering på Nørretorv.

Da der vil være lidt til ganen er **tilmelding nødvendig senest den 01. april 2018**, (og det er ingen aprilsnar.)

Tilmelding til Hanne på mail: h.westergaard@stofanet.dk eller tlf. 75641086

Håber at se rigtig mange - det bliver spændende.

P.b.v. Hanne Westergaard

Siden sidst

Sundhedsmesse i Horsens Sundhedshus

Lørdag den 6. januar var der sundhedsmesse i Horsens Sundhedshus. Sydøstjylland lokalforening var til stede med en stand.

Der var goodiebag til de første 300 gæster, så der var en god kø, da messen startede.

Messen startede kl. 11 med, at kultur og kirkeminister Mette Bock bød velkommen. Derefter var der tryllesjov med tryllekunstner Jesper Grønkjær, han holdte efterfølgende et foredrag om, "Smil, glæde og leg i humanitært arbejde."

Man kunne deltage i en konkurrence, ved at svare på spørgsmål ved at gå rundt til de forskellige stande. COPA deltog selvfølgelig, så folk også kom forbi vores stand og fik en lille snak.

Vores spørgsmål lød på hvornår COPA var blevet stiftet og hvor - og det kom faktisk lidt bag på nogen, at det var i Svendborg og at vores forening faktisk har en del år på bagen.

Messen var godt besøgt og det store trækplaster var det gratis foredrag med Michelle Kristensen som bl.a. er kendt fra Go'morgen Danmark. Hun holdt et længere foredrag og signerede bøger til slut.

Vi var tre fra Sydøstjylland lokalforening til stede i vores stand, så der var lidt tid til, vi kunne gå lidt ud og kigge hos de andre og få os en snak der.

Messen sluttede kl. 14, lige inden var der trækning af præmierne i forbindelse med konkurrencen, så der var også en del mennesker til stede til det sidste.

Selvom vores lokalforening ikke fik nogle nye medlemmer lige den dag, var det godt vi var til stede, så folk kan se, der er en forening for folk med stomi.

P.b.v. Grith Roldsgaard



COPA Midt-/Vestjylland

Lokalformand:
Lars Elvig,
Banegårdspladsen 4A 4.dør 1, 7400 Herning
Tlf.: 2052 1771 E-mail: elvig@privat.dk

Siden sidst

Der har været generalforsamling den 6. marts 2018 - hvor ny lokalformand formodentlig er valgt. Læs på www.copa.dk



COPA Sønderjylland

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

Åben rådgivning 2018 Sygehus Sønderjylland, Aabenraa Mød en COPA-rådgiver

Der vil være en rådgiver til stede.

Mandag d. 09. april	kl. 10.00 til 12.30
Mandag d. 11. juni	kl. 10.00 til 12.30
Mandag d. 06. august	kl. 10.00 til 12.30
Mandag d. 01. oktober	kl. 10.00 til 12.30
Mandag d. 03. december	kl. 10.00 til 12.30

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. 2961 2776 • achansen@webspeed.dk

Kommende arrangementer COPA Sønderjylland:

Kontakt venligst Christa Jensen.



COPA Gl. Viborg amt

Lokalformand:
Hans Breiner Henriksen, Fennebakken 9, 8800 Viborg.
Tlf.: 4070 0028 mail: sysoghans@youmail.dk

Yderligere kontaktperson:
Povl Jørgensen, Baldersvej 17A, 7800 Skive. Tlf.: 2481 2966 mail: lipo@youmail.dk

Kommende arrangement

Udflugt til et spændende sted

Sæt kryds i kalenderen. Bestyrelsen påtænker at afholde **sommerarrangement d. 18. august 2018.**

Det bliver i form af en udflugt - evt. til Mønsted Kalkgruber eller til Jenle - eller et andet spændende sted. Reserver dagen straks. Der vil blive udsendt invitation i Copa-bladet, på hjemmesiden samt invitation til alle medlemmer i lokalforeningen.

P.b.v. Hans Breiner Henriksen



Urostromigruppen

Gruppens repræsentant og gruppens kontaktperson:
Anne Lise Hansen, Gåskærgade 17 B, 1.tv., 6100 Haderslev
Tlf.: 2961 2776 E-mail: achansen@webspeed.dk

Kommende arrangementer Urostromigruppen: Kontakt venligst Anne Lise Hansen.



COPA Familiær 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 Familiær 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.



COPA Aarhus

Lokalformand: Gitte Heide, Engdraget 29A, 8381 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	8. marts	16 - 17.30
Torsdag	22. marts	16 - 17.30
Torsdag	5. april	16 - 17.30
Torsdag	19. april	16 - 17.30
Torsdag	3. maj	16 - 17.30
Torsdag	17. maj	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.

Randersgruppen

I januar besøgte vi VERDO - vores varmegærk i Randers. Vi fik en meget interessant rundvisning både i kommandorummet og ude ved kedlerne.

Den dag, vi var der, brugte de 40 tons flis i timen.

Vi er klar til at komme ind.

Vi ser og hører om de gamle apparater der blev brugt før i tiden.



Tirsdag den 20. marts mødes vi hos Master Bowl på Mariagervej 139-141, 8920 Randers NV kl. 19. Kom og hav' det sjovt sammen med os andre.

Vi får først kyllingeburger og 1 øl eller vand til maden, kl. 20 er der baner klar til os. Vi kan spille en time. Egenbetaling 50 kr.

Husk tilmelding til Kirsten Gjørup Hansen senest den 18. - så jeg kan nå at bestille.

Kirsten.gjorup.hansen@gmail.com tlf. 22 16 21 40.

Kirsten Gjørup Hansen

Stomiposer til Ukraine

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

Aarhusklubben

Nu er foråret og påsken lige om hjørnet.

Vi mødes onsdag d. 14. marts kl. 14 på Folketstedet i lokale O6.

Vi skal lave en lille påskedekoration. Så medbring en lille skål eller lignende til at plante i.

Og så håber jeg, vi mødes igen til lokalforeningens generalforsamling i Huset Trøjborg onsdag d. 21. marts kl. 18. Bus nr. 1A har stoppested på Kirkegårdsvej lige uden for bygningen.

Vel mødt igen nye som gamle.

Venlig hilsen Merethe Jastram Knudsen tlf. 2818 8928

Kommende arrangement

Generalforsamling COPA Aarhus

Indkaldelse til generalforsamlingen er sendt til medlemmer i COPA Aarhus pr. mail eller brev.

Der afholdes generalforsamling den 21. marts 2018 kl. 18.00 på adressen

Huset Trøjborg lokale 1.4, Kirkegårdsvej 53, 8000 Aarhus C

Dagsorden:

- Valg af dirigent
- Bestyrelsens beretning
- Kassereren aflægger regnskab
- Aktivitetsplan
- Behandling af indkomne forslag
- Valg af formand
- Valg af 2 bestyrelsesmedlemmer
- Valg af suppleanter
- Valg af revisor og revisorsuppleant
- Eventuelt.

Aftenens program er:

Kl. 18.00: Generalforsamling

Ca. 18.45: Foreningen er vært ved et lettere traktement

Ca. 19.45: Forskningsassistent Charlotte Rud fra Aarhus Universitetshospital Afd. V vil holde oplæg om drikkevarers betydning for ileostomi-output". Charlotte har sammen med overlæge Christian Hvas lavet et forskningsprojekt om ilioostomi og output. Et forsøg som flere af COPAs medlemmer har deltaget i.

Aftenen afsluttes med kaffe og Sanne Andersen og Pia Dræby fra ConvaTec, vil fortælle om deres nye produkter.

Bestyrelsesarbejde i COPA Aarhus - er det noget for dig?

Til generalforsamlingen 21. marts er der flere medlemmer af bestyrelsen, som er på valg, og enkelte ønsker at udtræde af bestyrelsen. Det giver mulighed for, andre til at få en plads i bestyrelsen.

Jeg håber, der er nogen som læser dette og tænker:

Ligger der en ildsjæl gemt i mig, og har jeg lyst til at være med til at

forme retningen for COPA Aarhus Lokalafdeling i bestyrelsesarbejde, så vil vi rigtig gerne høre fra dig.

Vi har en ny og spændende opgave foran os, hvor vi skal arbejde med at blive integreret på det nye supersygehus i Skejby. Vi glæder os til arbejde med opgaven, og bestyrelsen håber, at der kunne være andre ildsjæle, som har lyst til at være med til det.

Kassereren i bestyrelsen har valgt at stoppe, og derfor søger vi også en ny kasserer. Der vil være en god mulighed for at blive sat ind i opgaverne af den afgående kasserer.

Som bestyrelsesmedlem vil du opleve, at vi har et super godt samarbejde. Vi mødes ca. 4 gange årligt og drøfter foreningens arbejde og lægger planer for fremtiden.

Du behøver ikke selv være stomiopereret, men dog pårørende (støttemedlem) for at du kan komme med.

Hvis du gerne vil med i bestyrelsen og lave frivilligt arbejde, til glæde og gavn for mange, så ring til mig og lad os få en snak om det. Jeg glæder mig til at høre fra dig.

Venlig Hilsen Gitte Heide

Mail: copa_aarhus@icloud.dk eller Telefon: 2778 2894 efter kl. 17

Kommende arrangement

Svømmeaften mandag d. 26. marts 2018



Foråret nærmer sig, og det samme gør vores svømmeaften nr. 1 i år (2. svømmeaften bliver til efteråret).

Vi mødes kl. 18.00 ved billetlugen til svømmebadet "Spanien" i Århus midtby, ved rutebilstationen. Her vil vi nyde en svømmetur, eller blot flyde rundt i vandet (du skal ikke nødvendigvis kunne svømme), vi kan også benytte massage ved vandtryk, varmtvandsbassin, spabad og sauna eller de af mulighederne, som vi nu har lyst til, men en tur i bassinet skal vi dog.

Du kan trykt tilmelde dig, der er altid COPA-rådgivere med i omklædningsrummet og i vandet.

På grund af begrænset deltagerantal, går vi efter "først til

mølle" princippet, så skynd dig at tilmelde dig, - dog har 1. gangs og nyopererede medlemmer første prioritet.

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

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

Eneste betingelse er at du er medlem eller støttemedlem.

Her må gerne må pruttes, og her er intet emne tabu, vi er alle i samme båd.

Tilmelding senest d. 19. marts (men gerne nu) til Mariann telf. 20193449.

Med venlig hilsen Mariann Hvid Olesen

Tegn i blodet forbindes med høj dødelighed hos tarmkræftpatienter

Nyt forskningsprojekt fra Aalborg Universitet har undersøgt en række biomarkører, der kan identificeres ved hjælp af en simpel blodprøve - heraf to markører, der kan sige noget om, hvor alvorlig sygdommen er for patienter med tarmkræft.

I stedet for en besværlig afføringsprøve arbejder forskere på at screene for tarmkræft ved hjælp af en blodprøve, der afslører, om man har kræft, og hvor slemt det står til.

Læge Simon Ladefoged Rasmussen, ph.d. på Aalborg Universitet har skrevet en artikel^{*)}, der handler om, hvordan man i vores blod kan finde det DNA, der gør, at nogen udvikler kræft i tyk- og endetarmen.

Hvis patientens blod indeholder et højt antal af de undersøgte biomarkører, har patienten en dårlig prognose og en øget risiko for at sygdommen vender tilbage. Havde man mere end ti markører i blodet, var kun knap 40% i live fem år efter diagnosen blev stillet. Af de patienter, der havde under fem markører i blodet, var tæt på 80% fortsat i live efter fem år.

To markører særligt farlige

Specielt to af de syv markører, som ifølge forskningsprojektet kan anvendes i en blodprøve, er forbundet med en dårlig



Simon Ladefoged Rasmussen

prognose. Således er risikoen for at dø af sygdommen to til tre gange højere indenfor fem år.

"Patienter med disse markører vil derfor kunne have gavn af en mere aggressiv behandling i form af kemoterapi. Der er ikke forsket meget i prognosen

for de enkelte markører. Og ingen har hidtil identificeret disse to markører som værende et udtryk for overdødelighed hos tarmkræftpatienter", siger Simon Ladefoged Rasmussen.

Fra afføringsprøve til blodprøve

På baggrund af 193 patienter med tyk- eller endetarmskræft og 102 raske patienter udredt ved kikkertundersøgelse, har Simon Ladefoged Rasmussen nærmere undersøgt 30 biomarkører, som tidligere er påvist at have betydning for udvikling af denne kræfttype. Og særligt syv af de 30 markører - det såkaldt hypermetylerede DNA - viser sig at kunne anvendes som screeningstest for kræft i ende- eller tyktarm.

Hvornår kan en blodprøve så erstatte afføringstesten?

I dag får alle, der har passeret 50 år, tilsendt en kuvert med kit, de skal anvende til at indsende en prøve af deres afføring med posten. Formålet er at opspore tegn på kræft i ende- eller tyktarm. Men en del - 35% - afstår fra at fumle med at tage prøver af egen afføring. Flere forskere arbejder bl.a. derfor på at erstatte afføringstesten med en blodprøve, der forventes at være mere tiltalende for dem, der i dag ikke deltager i screeningsprogrammet.

"Vi har nu identificeret en DNA-profil, som er lige så sikker som afføringsprøven, når det kommer til at påvise tegn på kræft og til at frikende de raske," siger Simon Ladefoged Rasmussen.

- I Danmark diagnosticeres ca. 5.000 med kræft i ende- eller tyktarm hvert år.
- Femårsoverlevelsen er ca. 50%.
- I 2014 blev der indført et screeningsprogram for alle i alderen 50-74 år.

^{*)} Simon Ladefoged Rasmussen, S.L. et al. Hypermethylated DNA, a circulating biomarker for colorectal cancer detection. PLOSone. 2017. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0180809>



COPA Nordjylland

Lokalformand:

Bjarne Baarup, Vester Altan 42, 9500 Hobro
Tlf.: 2143 3018 bjarnebaarup@gmail.com

Kommende arrangement

Indkaldelse til generalforsamling

Generalforsamling søndag den 8. april kl. 10.30

Der indkaldes til ordinær generalforsamling i lokalforeningen COPA Nordjylland søndag den 8. april 2018 kl. 10.30 på Skalborg Kro, Hobrovej 515-517, 9200 Aalborg SV. Der går bus lige til døren, og der er parkering i gården.

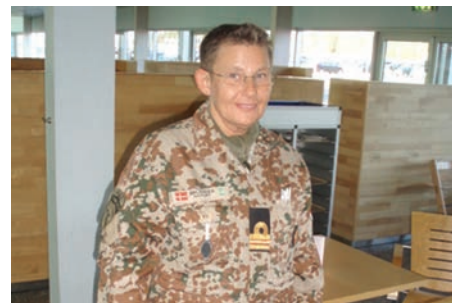
Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Formanden aflægger beretning til godkendelse.
3. Kassereren forelægger lokalforeningens reviderede regnskab for kalenderåret 2017 til godkendelse.
4. Bestyrelsen fremlægger aktivitetsplan for det kommende år.
5. Behandling af indkomne forslag.
6. Valg af formand og 2 bestyrelsesmedlemmer.
Formand: (Bjarne Baarup er villig til genvalg).
Bestyrelsesmedlem: (Lise-Linda Nielsen er villig til genvalg).
Bestyrelsesmedlem: (Lis Isgaard Gregersen er villig til genvalg).
7. Valg af revisor og revisorsuppleant
(Pt Ronald Hyllested og Niels Larsen).
8. Eventuelt.

Kl. 10.00-10.30 inden generalforsamlingen er der kaffe og rundstykke.

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

Vi slutter af med et spændende foredrag af Wiera Malamá Lorentzen - bedre kendt som Mamma Doc - som er læge i Frederikshavn, og som er en af Danmarks mest erfarne krigslæger.



Efter generalforsamlingen holder læge Wiera Malamá Lorentzen - bedre kendt som Mamma Doc - et spændende foredrag.

Tilmelding til selve generalforsamlingen er ikke nødvendig. Men hvis du ønsker at deltage i formiddagskaffen forinden og/eller spisningen efterfølgende bedes du **tilmelde dig senest lørdag den 31. marts** til Bjarne Baarup på tlf. 2143 3018 eller email bjarnebaarup@gmail.com.

P.b.v. Bjarne Baarup



COPA Forældregruppen

Gruppens repræsentant og gruppens kontaktperson:

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

Kommende arrangement

Junior-COPA i pinsen

Vi inviterer hermed juniorer og evt. søskende på et af en af forårets glæder: Junior-COPA tur med Forældregruppen.

Det er i pinsen - fra fredag d. 18. til mandag d. 21. maj.

Hvorfor laver vi en Junior COPA tur?

Erfaringer fra de sidste mange års Junior-COPA ture - og det vi hører fra juniorer og deres forældre sidenhen - er bl.a., at turen er med til at styrke modet til den unges ståen på egne ben under trykke rammer. De unges netværken, snakke og udveksling af mestringsstrategier foregår også bare på en anden måde når far og mor ikke er lige ved hånden.

Hvem kan deltage på Junior COPA?

Det kan medlemmet og evt. søskende der er eller fylder 12 år i 2018.

Vi har i 2018 valgt at rykke aldersgrænsen "op ad" for at skabe mere plads til juniorer og "junior" ting.

Søskende kan kun deltage, hvis medlemmet også deltager.

Vi håber både på kendte ansigter og glade gensyn - og mindst lige så meget vi det glæde os, hvis vi kan byde nye juniorer velkomne.

Hvor skal vi hen?

Denne gang går turen til Jylland. Helt præcist i Auning. En lille by som ligger stort set midt på Djursland. Der skal vi bo i en børnehaven som vi har fået lov at låne. **Adressen er Rolighedsvej 13, 8963 Auning.**

Vi laver selv mad og spiser sikkert også ude - ex. i Djurs Sommerland.



Vi vil i år inddrage de unge mennesker i små opgaver med madlavning, borddækning m.v.



Hvad skal vi lave?

Vi kunne tage i Djurs Sommerland eller på Gågaden i en af de større byer i nærheden, Den Gamle By i Aarhus, Ree Safari Park, eller måske vandretur i Mols Bjerge?

Mulighederne er mange – og I har indflydelse på, hvad vi skal. Jer der har været med tidligere ved vi også ”bare” hygger, snakker og fniser, vi støtter og hjælper hinanden og allerbedst: Fællesskab og samvær med plads til alle - er blandt nøgleordene for turen.

Hvordan kommer du derhen?

Afhængigt af hvor man kommer fra geografisk, vil vi se efter forskellige muligheder.

Der vil blive arrangeret fælles transport fra Vejle / Fredericia, hvor opsamling (og aflevering) ved banegård - ex. Fredericia - er muligt. Det er måske endda den bedste løsning hvis du kommer fra Sjælland?

Hvis du vil køre med fællestransport, så husk at gøre opmærksom på dette i din melding.

Dine forældre er selvfølgelig velkommen til at køre dig.

Tilmelding Junior-COPA i pinsen (18. maj - 21. maj) Send mail til COPA på sekretariatet@copa.dk med nedenstående.

Navn.....

COPA medlems nr.....

Adresse:.....

Kontaktperson.....

Tlf nr.:.....

Køre med:

Fra Vejle __ Fredericia banegård __ Vi kører selv __

Sidste frist for tilmelding er den 1. maj 2018

Det koster 500,- kr. pr. deltager som skal betales ved tilmelding.

Overfør til reg. 4955 konto: 7090331.

Transport (undtaget fællestransport) er for egen regning.

Samtykke til billeder

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

Underskrift.....

Hvad skal du have med?

Ud over tøj (+ skifte tøj) og ”tilbehør” efter vejret skal du medbringe håndklæde så du kan komme i bad, og: Sygesikringskort, ting du skal bruge til at skylle med (husk evt. krog / ophæng)sovepose / hovedpude (vi har luft madrasser).

Har I spørgsmål?

Har du spørgsmål, tvivl om Junior-COPA er noget for dig - eller forslag til, hvad vi skal opleve på turen, må du meget gerne kontakte Ditte på tlf. 2992 8813 eller Morten på 4021 1966.

P.g.v. Morten Holmgaard



Bliv støttemedlem eller almindeligt medlem af COPA

NYT MEDLEM

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

NAVN.....

ADRESSE.....

POSTNR.....

BY.....

MAIL.....

TLF.....

Fødselsår.....

Stomitype.....

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

- | | |
|--|--|
| ☐ Ungdomsgruppen | ☐ Colitis/Crohn-gruppen |
| ☐ Urostomigruppen | ☐ Forældregruppen |
| ☐ Familiær Polypose-gruppen | ☐ Almindeligt medlem
(kr. 275,00 pr. år) |
| ☐ Pensionistmedlem
(kr. 175,00 pr. år) | ☐ Støttemedlem
(kr. 175,00 pr. år) |

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

Sendes (gerne i kopi) til:

COPA
Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted

LOKALFORENINGER / GRUPPER (Landsforeningen: tlf. 5767 3525)

København / Frederiksberg

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

Fyn

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

Nordjylland

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

Storkøbenhavn

Gethe Jacobsen
Topasvej 35
2730 Herlev
Tlf.: 4095 0953

Sydøstjylland

Hanne Westergaard *)
Konsul Jensensgade 16 ^{2.th.}
8700 Horsens
Tlf.: 7564 1086

Frederiksborg

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

Sønderjylland

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

Familiær Adenomatøs Polypose gruppen

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

Bornholm

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

Sydvestjylland

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

Forældregruppen

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

Roskilde/Køge

Jette Frederiksen *)
Vissenbjergvej 30
4000 Roskilde
Tlf.: 4673 0587

Midt-/Vestjylland

Lars Elvig *)
Banegårdspladsen 4A ^{4.dør 1}
7400 Herning
Tlf.: 2052 1771

Ungdom

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

Vestsjælland

Eddy Tersløse
Rolighedsvej 19
4571 Grevinge
Tlf.: 6063 0747

Gl. Viborg amt

Hans Breiner Henriksen
Fennebakken 9
8800 Viborg
Tlf.: 4070 0028

Urostomigruppen

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

Storstrøm/Lolland Falster

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

Aarhus

Gitte Heide
Engdraget 29A
8381 Tilst
Tlf.: 2778 2894
(bedst efter 16.30)

*) Medlem af COPAs forretningsudvalg. **) Suppleant COPAs forretningsudvalg.

