



STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951



I dette blad kan man bl.a. læse:
NYHED: COPA-armbånd
.....se side 14.

I dette blad kan man bl.a. læse:
Brev fra KL til COPA
.....se side 2.



I dette blad kan man bl.a. læse:

Europæisk kodeks mod kræft.....se side 18

I dette blad kan man bl.a. læse:
Klagemuligheder over behandling
.....se side 6.



Kære medlemmer

LEDER



Henning Granslev, landsformand

Nu er der endelig kommet svar fra Aarhus Kommune på foreningens klage over en mangelfuld og ikke korrekt håndtering af en ny leverandøraftale på stomihjælpemidler med virkning pr. 1. april 2014.

Der er mange stomiopererede, der har haft stort besvær med at få oplyst de korrekte priser på de produkter, de hidtil har anvendt.

Information om priser er helt nødvendige for at man som borger kan tage stilling til, om man ønsker at bruge en anden leverandør end den kommunen har valgt.

Jeg skrev i sidste medlemsblad, at mødet i Aarhus med rådmanden for Sundhed og Omsorg havde været positivt. Det er korrekt. Men Administrativ Service i Aarhus Kommune, der er ansvarlig for bevillingerne, har ikke helt haft styr på produkter og priser. For flere har det været nødvendigt med mange telefonopringninger for at få de helt rigtige priser - tilmed også på de produkter, man ville bruge. Administrativ Service har lovet at bringe en lille notits her i bladet - notits vedr. sagen. Den kan læses her - nedenstående.

Er du bruger af stomi-hjælpemidler?

I april modtog brugere af stomi-hjælpemidler et brev fra Aarhus Kommune, hvor vi gjorde opmærksom på, at vi skiftede leverandør. Her bringer vi en præcisering af oplysningerne i brevet.

- Ønsker du en anden leverandør end OneMed eller et andet produkt end det, du har fået bevilget, kan du frit vælge dette. Du skal dog selv betale en eventuel prisforskel mellem det du har fået bevilget og det du ønsker.

Kommunernes Landsforening har svaret på vores henvendelse om hjælp til, at kommunerne overholder serviceloven vedrørende bevilling af stomihjælpemidler.

Jeg har valgt, at svaret fra KL kan læses her på siden, således at alle får denne information - se her til højre.

Det er ikke et helt tilfredsstillende svar. KL mener, at kommunerne har det endelige ansvar for de bevillinger, som kommunerne foretager.

Stomiforeningen COPA skal fortsætte arbejdet med at gå i dialog med de kommuner, hvor der er problemer. Tak for det.

På nuværende tidspunkt er der en dialog med både Kolding og Vejle kommune.

Stomiforeningen COPA må igen prøve at få ministeriet til at ændre loven vedrørende bevilling til personlige kropsbårne hjælpemidler. Teksten skal være klar og tydelig, således den ikke kan bruges efter kommunernes egne forskellige fortolkninger. Det er og har været frustrerende med alle de problemer, der har været med bevillinger i en del kommuner.

Vi må ikke glemme de positive oplevelser og glæder, der er her i livet. Derfor skal vi huske, at der er mange kommuner, der overholder reglerne vedrørende bevillinger til stomihjælpemidler. Som med mange andre problemer i samfundet er det ofte kun de dårlige historier, man læser og får informationer om.

Jeg håber, og tror stadig, det kan lykkedes at få noget positivt ud at en henvendelse til ministeriet.

Da det er årets sidste medlemsblad, vil der være vedlagt en kalender for 2015. Der er stadig mange, der gerne vil have COPA lommekalender med informationer om Stomiforeningen COPA, stomiambulatorier, forhandlere og producenter m.m.

Det er årets sidste blad. Derfor et lidt tidligt ønske om en glædelig jul samt et godt nytår. ■

Svar til COPA fra KL (Kommunernes Landsforening) vedrørende kommunernes bevilling af stomihjælpemidler

Tak for jeres henvendelse og brev af 30. juni 2014 til Martin Damm vedrørende de problemer, som jeres medlemmer oplever i forbindelse med kommunernes bevilling af stomihjælpemidler. KL anerkender, at det er vigtigt for borgere med stomi at få stomihjælpemidler, som effektivt kan af hjælpe følgerne af den funktionsnedsættelse, borgeren har. KL er helt enig med jer i, at borgerne skal tilbydes en smidig og enkel sagsbehandling i kommunen, og at hospitalet og kommunen bør samarbejde til gavn for borgeren.

Lovgivningen er sådan, at det er den enkelte kommunalbestyrelse, der har det endelige ansvar for de bevillinger, som kommunen foretager. Derfor kan kommunen i nogle tilfælde beslutte, at borgeren skal have et andet hjælpemiddel, end det som hospitalet har anbefalet. Hvis en borger ikke er tilfreds med det hjælpemiddel, han/hun er bevilget, er det muligt at klage over afgørelsen i henhold til gældende regler. Borgeren kan få rådgivning hos kommunen eller hos 'Den Uvildige Konsulentordning på Handicapområdet' (DUKH) om sine rettigheder og hvordan han/hun kan klage. Til slut vil jeg gerne understrege, at KL er meget optaget af, hvordan vi kan styrke kommunernes sagsbehandling og samarbejde med borgeren om borgerens sag. Det er vigtigt at kommunen får en god dialog med borgeren om hans/hendes behov og rettigheder. Jeg kan ud fra jeres henvendelse se, at I allerede er stærkt involveret i at støtte jeres medlemmer i hans/hendes dialog med kommunen. Vi anbefaler, at I fortsætter dette arbejde, og indgår i en konstruktiv dialog direkte med de kommuner, hvor I oplever, at der er problemer.

Kommunernes Landsforening (brev til COPA dateret 20. august 2014).
Med venlig hilsen



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.dk

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

• Viceslandsformand:

Gisela Schjøtt

Birkemosevej 30, 3550 Slangerup

e-mail: schjoett@webspeed.dk

Tlf.: 4733 4434

• Lokalformænd og -grupper:

Se bagsiden.

Medlemsbladet COPA

Copa-bladet udkommer 6 gange om året,
d. 10. i ulige måneder. Næste blad
udkommer 10. januar 2015.

Oplag: 4500 stk.

Tryk: LaserTryk A/S, Aarhus.

• Ansvarshavende redaktør:

Cand.scient. Ole Vestergaard,

fax: 9849 9889 • mail: bladet@copa.dk

• Læserbreve, indlæg og artikler:

COPA forbeholder sig ret til at afvise/for-
korte eller udskyde indlæg. Manuskripter
sendes via bladet@copa.dk (tekst i word)
eller med PostDanmark til sekretariatet. Sen-
des foto/illustrationer pr. mail, skal det være
som selvstændige påhæftede filer (jpg), højst
5 MB pr. fil; opløsning 300 pixels. Færdige
højtopløselige-CMYK-pdf i tryk kvalitet 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 10/12.

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

• Illustrationsannoncer:

Næste blad: Tilsagn senest 10/12.

Højtopløselig-CMYK/300 dpi-pdf sendes
med brevpost til Copa-bladet eller mail til
bladet@copa.dk. Andet materiale modtages
også - efter aftale. Materialefrist annoncer
normalt 7 dage efter tilsagn. Reproklart
annoncemateriale til næste nummer skal
være Copa-bladet i hænde senest: 17/12.

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

ISSN 0901 - 3849



Foreningens formål:

Vedtægternes § 4:

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

Stk. 2. Dette søges gennemført ved:

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

Copa-blad 6/2014 (november - december) [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 241].

Indhold:

Leder (Henning Granslev).....	2
COPA weekend i Ringkøbing 2014 (Gisela Schjøtt).....	4
Klagemuligheder over behandling i sundhedsvæsenet (Elsemarie Kraul).....	6
En god og oplysende konference (Gisela Schjøtt).....	10
Armbånd designet COPA-medlemmer (Hanne Westergaard).....	14
Læserne skriver:	
Til COPA (Elsebeth Nielsen).....	16
12 gode råd mod kræft - med hilsen fra EU (Europæisk kodeks mod kræft).....	18
Kemikalier i fødevareremballage kan give kræft.....	20
Forskere er blevet lidt klogere på Parkinsons sygdom.....	20
Nyt fra lokalforeningerne.....	22
Ny udstilling i København om planter til behandling af kræft.....	38
Danskernes tillid til lægerne er under pres.....	39



www.copa.dk

Rådgivning

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

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

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

Foreningens rådgivere er alle stomi- eller reservoiropererede eller har en sygdom, der kan føre til anlæggelse af stomi/reservoir. De har alle et afklaret forhold til deres situation om at leve med stomi/reservoir. De har været på kurser i bl.a. samtaleteknik og anatomi. Rådgiverne har naturligvis tavshedspligt.

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

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

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

COPA weekend i Ringkøbing 2014



Hotel Fjordgården.



Der lyttes til oplæg om brok m.m.



Ulla Ostenfelt, Stotec holder oplæg.



Vi venter på guide.



Danmarks Flymuseum.



Trækfærger over Skjern Å.



Udsigt over Skjern Enge.

Normalt er vi heldige med vejret, når COPA har weekendophold for medlemmerne. I år så vejrudsigten dog ikke så lovende ud, men solen skinnede da indcheckningen på det 4-stjernede Hotel Fjordgården i Ringkøbing begyndte.

Det første punkt for dagens arrangement var fremvisninger af produkter fra Stotec. Firmaets sygeplejerske Ulla Ostenfelt havde et godt oplæg om brok og hudproblemer. Vi ved jo, at brok kan give nogle helt specielle udfordringer med hensyn til bandagering, og Ulla havde nogle rigtig fine løsninger til at afhjælpe nogle af disse problemer.

Kl. 19.00 blev der serveret en dejlig 2 retters aftenmenu, og derefter var der tid til at få personlig vejledning af Ulla.

Hotellet har en dejlig swimmingpool, et jacuzzibad samt en sauna, og det var der nogle der fik tid til at benytte.

Lørdag morgen/formiddag var der traditionen tro arrangeret en bustur. Første stop med den kun 2 år gamle bus var Danmarks Flymuseum i Stauning. Ved ankomsten blev vi delt i hold, og hvert hold fik en meget kompetent guide. Vi fik bl.a. at vide, at restaurering og vedligeholdelse af flyene udelukkende blev lavet af frivillige med stor interesse for fly. Medens vi opholdt os på museet, kom der en regnskyllende så voldsom, at det var vanskeligt at høre, hvad guiden fortalte. Heldigt at vi var indendørs! Da omvisningen var færdig spiste vi de medbragte madpakker i personalets afdeling på første sal, hvor vi havde et fint kig til mange af flyene gennem store vinduer. Heldigvis var regnen holdt op, da vi skulle videre rundt i landskabet omkring Ringkøbing Fjord.

Ved Skjern å gjorde vi holdt, da der var et fint udsigtstårn, og efter en lille spadseretur kom vi til en trækfærge, der kunne føre os over fjorden. Den skulle vi selvfølgelig prøve.

Eftermiddagskaffen blev serveret på restaurant Sandslottet. Det var et meget specielt sted, for her blev der også solgt varer fra mange verdensdele. Møbler lavet af drivtømmer, orientalske figurer, flotte elefanter skåret af eksotisk træ og varme uldne sweatere og trøjer af norsk eller islandsk uld samt solhatte og diverse souvenirs.

Dagens sidste stop var Hvide Sande Havn. Heldigvis var der tid til nogen afslapning, inden vi skulle ned til en festmiddag med 3 retter lækker mad. Efter middagen var der nogle af deltagerne som underholdt os - det var ganske festligt.

Søndag formiddag var til fri disposition, og mange benyttede det spæne vejr til en tur rundt i byen. Ringkøbing har mange fine gamle huse, og de var nævnt i en brochure, der lå i hotellets reception, så det var let at finde dem. Hurtigt blev det tid til den afsluttende frokost, og derefter tog vi hver til sit.

Arrangørerne af dette ophold takker for det gode humør og den hyggelige stemning alle bidrog til. Til de, der desværre ikke kom med i år, vil der komme endnu en mulighed i 2015, da COPA holder weekend i samme hotel næste gang.

På arrangørernes vegne
Gisela Schjott



Sandslottet.



Sandslottet med udendørsmøbler.



Bakkens Piger (Hanne og Helle).

Dansac

Ekstra
hudbeskyttelse

TILBEHØRSPRODUKTER

DANSAC SKIN PROTECTOR

Hudbeskyttelsesfilm

- Beskytter huden omkring din stomi
- Forebygger irriteret og øm hud
- Svier ikke
- Fåes som servietter

DANSAC ADHESIVE REMOVER

Klæbefjerner

- Så du hurtig og nemt kan fjerne din stomibandage
- Svier ikke
- Fåes som både spray og servietter



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

- ☐ Dansac Adhesive Remover klæbefjerner
- ☐ Dansac Skin Protector hudbeskyttelsesfilm

Navn _____

Adresse _____

Postnr _____ By _____

Email _____

Telefon _____



Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler porto en

Slotsmarken 17, 1. 2970 Hørsholm

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

dansac

Klagemuligheder over behandling i sundhedsvæsenet

Hvor går du hen, når du som patient oplever noget, du ikke synes er godt nok, eller har oplevet fejl, og du derfor gerne vil klage, eller ønsker erstatning. Det kan være svært at overskue, hvem eller hvor man skal henvende sig, og jeg vil derfor gerne beskrive det nærmere.



Af: Elsemarie Kraul

Patientombuddet



Enhver, der mener at have været udsat for en fejl eller forkert behandling på et hospital, i en kommune, hos en læge eller en anden behandler i sundhedsvæsenet, kan klage til Patientombuddet. Her kan der træffes en afgørelse på, om der er begået en fejl af behandlingsstedet eller behandleren, og om der skal gives en irrettesættelse eller "næse" til de ansvarlige.

Patientombuddet er én samlet instans for patienter, som ønsker at klage over den faglige behandling i det danske sundhedsvæsen. Du kan klage direkte fra Patientombuddets hjemmeside ved hjælp af dit NemID.

Får du ret hos Patientombuddet, kan konsekvensen være, at den pågældende behandler får en næse eller kritik, og i de grove tilfælde at behandlerens navn offentliggøres.

Patientombuddet kan også træffe en afgørelse, der går ud på, at et helt behandlingsforløb har været kritisabelt. Så er kritikken ikke rettet mod nogle enkelte behandlere, men imod behandlingsstedet/stederne.

Det man kan klage over hos Patientombuddet



Man kan klage over en sundhedsfaglig behandling (en sundhedsperson eller et forløb): Læger, Tandlæger, Sygeplejerske, Jordemødre, Bandagister, Radiografer, Kliniske diætister, Bioanalytikere, Tandplejere, Fodterapeuter, Optikere, Social- og sundhedsassistenter, Ambulancebehandlere, Kliniske tandteknikere, Kiropraktorer, Fysioterapeuter og Ergoterapeuter.

Klage over tilsidesættelse af patientrettigheder



Det kan f.eks. være en klage over dårlig information, manglende samtykke til en behandling fra patienten, forkerte lægeerklæringer, journalføring, aktindsigt og brud på tavshedspligten. Det kan også være ventetid og frit valg af sygehus.

Klage over kommunale afgørelser/afslag på sundhedsydelse



Patientombuddet kan også se på klager over kommunale afgørelser på sundhedsområdet. Det kan være en klage over en kommunens afslag på tilskud til medicin, kørsel eller begravelseshjælp. Denne form for klager skal forbi kommunen, inden man går til Patientombuddet.

Patientombuddet giver irrettesættelser



Omkring halvdelen af klagerne hos Patientombuddet går videre til Disciplinærnævnet, og her munder cirka 30 procent ud i en eller anden form for kritik af typisk en læge, tandlæge eller sygeplejerske.

Dialog



Som en del af klagesagens behandling, tilbydes der en dialog mellem patient og behandler/behandlingssted. Det kan være en god ide at have en bisidder med som patient/klager. Meningen er, at Patientombuddet gennem dialogen med den fejlbehandlede kan forbedre sundhedssystemet. Er du i tvivl om, hvordan du gør, kan dit regionale patientkontor vejlede dig nærmere.

(Fortsætter side 8)

NY
Soft Convex
generation

Når du søger den optimale **balance** mellem sikkerhed og komfort



Ny Dansac NovaLife Soft Convex - en skånsom og fleksibel løsning

Det bløde og fleksible konvekse indlæg sikrer, at bandagen lægger et skånsomt tryk tæt på stomien. Stomien skubbes forsigtigt ind i posen, og der skabes en bedre forsegling mellem hud og plade. En hudvenlig løsning, som giver både sikkerhed, tryghed og komfort.

Den nye Dansac NovaLife Soft Convex bandage fås som både lukket og tømbar en-dels pose.

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

Eller se mere på **www.dansac.dk**. Ønsker du vareprøver tilsendt kan du også benytte kuponen nederst på siden.



NY NovaLife Soft Convex

© 2014 Dansac A/S onthefront.dk

KLIP

Ja tak, send mig gratis NovaLife Soft Convex prøver

Jeg har en ☐ Kolostomi ☐ Ileostomi Min stomidiameter: ____ mm

Jeg bruger ☐ Lukket pose ☐ Tømbar pose

Jeg bruger et stomiprodukt fra ☐ Dansac ☐ Anden producent

Navn _____

Adresse _____

Postnr _____ By _____

Email _____

Telefon _____

Slotsmarken 17, 1. 2970 Hørsholm



Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen

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

NOVALIFE
The next generation

dansac

Fortsat fra side 6:

Utsigtede hændelser



Ved siden af de ovennævnte 3 klage typer har Patientombuddet også ansvar for at alle rapporter om såkaldte ”uitsigtede hændelser” bliver registreret i en særlig Patientsikkerhedsdatabase. I dag kan man som patient selv indberette en uitsigtet hændelse.

Sagernes afgørelse



Patientombuddets afgørelser er endelige, og der er ikke mulighed for at anke afgørelserne. Hvis man er utilfreds med afgørelsen, er der kun mulighed for at få sagen afgjort ved domstolene.

Erstatning / Patienterstatningen



Der er ikke nogen økonomisk erstatning at hente i Patientombuddet. Hvis du ønsker at søge erstatning, skal du henvende dig til Patienterstatningen. Du kan klage direkte fra Patienterstatningens hjemmeside ved hjælp af dit NemID.

Behandlingsskade, eller en lægemiddelskade



Der kan ydes erstatning i tilfælde, hvis der i forbindelse med behandlingen er opstået en skade, en behandlings-skade, eller en lægemiddelskade.

Det er en betingelse, at behandlingen f.eks. ikke er udført i overensstemmelse med erfaren specialiststandard, eller der er sket en hændelig komplikation/skade, der både skal være sjælden og alvorlig.

Det man kan søge erstatning for



Der kan gives erstatning for f.eks. et forlænget sygeforløb (svie og smerte), medicinudgifter m.v., tabt arbejdsfor-tjeneste, et varigt mén eller tab af erhvervsevne. Det er dog en betingelse, at beløbets størrelse udgør minimum 10.000,- kr.

Sagernes afgørelse



Patienterstatningens afgørelser kan ankes til Patientskadeankenævnet. (pr. 1.1.2015 er navnet Ankenævnet for Patienterstatning). Er du fortsat utilfreds med afgørelsen, kan du få sagen endelig afgjort ved domstolene.

Afslutning

Jeg har her prøvet at give et kort indblik i, hvilke muligheder man har for at klage, og jeg har gennem min tid som nævnsmedlem i både Disciplinærnævnet og Patientskadeankenævnet været med til at træffe mange afgørelser, og ved hvor svært det kan være at træffe ”den rigtige” afgørelse.

Det har været et spændende arbejde, og det er min opfattelse, at det nytter at klage. I Disciplinærnævnet får ca.30 % medhold i deres klage, og i Patientskadeankenævnet får ca. 25 % medhold i deres anke.

Klageskema, klagevejledninger og yderligere oplysninger findes på Patientombuddets og Patientforsikringens hjemmesider.

Desuden findes der Patientkontorer over hele landet, hvor patientvejledere er ansat til at informere, vejlede og rådgive patienter om rettigheder, behandling, frit sygehusvalg, ventetider og regler om klage- og erstatninger. ■

Elsemarie Kraul

Elsemarie Kraul startede som medlem af COPA i oktober 1980 ca. 3 uger efter, at hun havde fået ileostomi, og hun har ”hængt ved” lige siden. Siden 1984 har Elsemarie været rådgiver og i 1985 blev hun formand for Aarhus lokalforening, og det var Elsemarie i 6 år. I den periode var hun med i hovedbestyrelsen og forretningsudvalget, og deltog i mange internationale møder.

Efter lokalformandsperioden har Elsemarie været bestyrelsesmedlem i COPA Aarhus lokalforening, indtil sidste generalforsamling, og hun er nu ”kun” rådgiver.

Da Patientklagenævnet (nu Disciplinærnævnet) blev oprettet i 1988 blev Elsemarie Kraul nævnsmedlem, og i 2006 blev hun også nævnsmedlem i Patientskadeankenævnet, og er det fortsat.

Elsemarie Kraul.



Nyhed : Unik stomiring i Eakin Cohesive® familien



Vi har hudbeskyttelsen, som *omfavner* din stomi

- ✓ Utrolig hurtig og nem at tilpasse - fold omkring stomien - lad enderne lappe over - så har du skabt en sikker tætning. Skal ikke opvarmes eller strækkes
- ✓ Ideel til store eller ovale stomier - inderdiameter 50 mm/yder 85 mm
- ✓ Velegnet for folk med nedsat fingerfærdighed
- ✓ De samme hudvenlige egenskaber som Eakin Cohesive® og Eakin Cohesive SLIMS®.



Fold omkring



enderne labber over

For gratis prøver kontakt
os venligst :



Focuscare Denmark ApS.
Østervangsvej 21
DK-8900 Randers
Telefon: +45 49 26 13 99
Fax: +45 49 21 02 57
Email: info@focuscare.dk
www.focuscare.dk

eakin®



www.eakincohesiveseals.com • www.eakin.eu

En god og oplysende konference

NOA møde i Island 18. til 20. september 2014

Af: Gisela Schjøtt, vicelandsformand

For at undgå at spille tid med en mellemlanding, mødtes deltagere til NOA mødet kl. 0600 i Kastrup, for at nå et direkte fly til Island. Det bevirkede så til gengæld, at vi ankom til Reykjavik omkring middagstid - lokal tid.

Fra Danmark deltog Ida Engblom, Katrine Nielsen og Lasse Bønnerup fra Ungdomsgruppen og fra HB (Hovedbestyrelsen) var det følgende: Jette Frederiksen, Christa Jensen, Gisela Schjøtt og Henning Granslev.

Mødet skulle holdes på Centerhotel Plaza næsten midt i Reykjavik. Efter vi havde fået pakket lidt ud på værelserne, var der tid til at se os lidt omkring i byen, da der først var registrering af de delegerede kl. 1800. Hotellet havde kun morgenmad, men der var masser af restauranter og cafeer rundt om, så sulte skulle vi ikke. Da alle de delegerede havde fået deres værelser, og hilst på hinanden, var det tid til at få noget aftensmad. Efter en lille spadseretur i let regn ankom vi til vores bestemmelsessted, som var restaurant Viking på Marinemuseet i Reykjavik.

Inden middagen var der tid til at få en rundvisning bl.a. på kystvagtskibet Odinn, der deltog i torskkrigen mellem Storbritanien og Island. Under middagen var der en præsentation af deltagerne og en kort orientering om de næste dages program.

Fredeg den 19. september begyndte kl. 0830 med et rigtigt godt foredrag af kirurg Tryggv B. Stefansson om J-pouch og historien bag denne operationsteknik. Der har gennem årene været flere forskellige typer pouch, SS og WW pouch, inden J-pouch blev den foretrukne model. Tryggvi B. Stefansson, mente at ca. 25-30% af de personer, der skal have en ileostomi i stedet kan tilbydes en J. pouch.

(fortsætter side 12)

Alle mødedeltagerne.



Centerhotel Plaza



Fiskerimuseet i Reykjavik



Reception i Skibet Odinn.

Odinn.

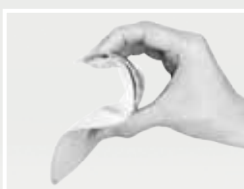


Flexima® 3S

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.

Fortsat fra side 10:

Senere på formiddagen fik vi information om ÖBI, der er en islandsk paraplyorganisation for patientforeninger. Den er noget tilsvarende DH, men ÖBI har også formidling af fleksjob og kan også anviser nogle få boliger for handicappede. De arbejder tæt sammen med de sociale myndigheder, og har ret stor indflydelse på mange politiske beslutninger.

ISILCO havde inviteret nogle gæster fra EOA bl.a. Holland og Rumænien, til at holde indlæg i dagens løb. Vi så en video om det EU støttede projekt "DOLLS" som Rumænien havde været vært for sammen med ungdommen fra eget land og andre EOA medlemslande, herunder også ungdomsrepræsentanter fra COPA. Den gav et godt indblik i det europæiske ungdomsarbejde.

Holland ønskede en debat om Kock's reservoir, da det er en operationsteknik, der i dag kun udføres i meget begrænset omfang. I Danmark er det mange år siden, lægerne lavede kock's reservoir. Men der er stadig mange personer, der lever med et kock's reservoir. Hvad gør de, når eller hvis der opstår et problem med reservoiret? I Norge kan der tilbydes hjælp fra læger på hospitaler i Trondheim og Oslo. I Finland og Danmark er der ingen hjælp, Island har aldrig udført denne operation, og i Sverige er det også kun et par sygehuse, der kan håndtere dette.

I Holland er der over 900 personer med Kock, og her er der også kun begrænset hjælp at hente fra hospitaler.

Der var enighed om at Holland er tovholder for at finde sponsorstøtte fra EU til et projekt om følgende: Er der læger i Europa, der stadig tilbyder at lave Kocks reservoir, hvor kan borgere fra andre EU land få hjælp og råd om problemer med reservoiret, hvilke lande har overhovedet ikke problem med Kock's m.m.

Efter samtale (her i Danmark) med flere stomisygeplejersker, er der dog ikke grund til bekymring, om lægerne i dag kan håndtere et problem med Kock's reservoir.

Dagen sluttede med informationer om Cancerforeningens rådgivningstjeneste og stomisygeplejerskernes behandling af og hjælp til patienterne i de senere år. Dagens sidste punkt var opsplittning af gruppen. De unge gik for sig selv, og vi over 40 år havde vores eget program. De unge gik i byen og vi "gamle" var inviteret hjem til aftensmenu hos Jon, der er formand for den islandske stomiforening.

Lørdag den 20. september gav os lidt mere morgentid. Da de nordiske landes formænd skulle have et formøde, skulle

(fortsætter side 14)

Kvinder og mænd på penismuseum.



De unge.



Hjemme hos Jon.



Frokosthygge.



Oplæg fra Islands Cancerforening.



Besøg med ølprøvesmagning.



Reykjavik Art Museum kunstner ERRO.

Erro fra kunst.

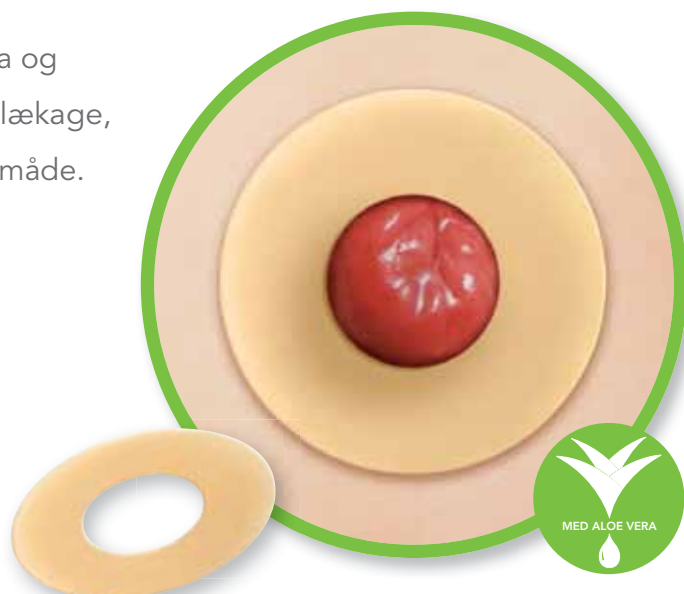


Ekstra sikkerhed omkring din stomi

SecuPlast® hudvenlig tætningsring med Aloe Vera og SecuPaste® alkoholfri stomipasta sikre dig mod lækage, så du kan føle dig godt tilpas på en komfortabel måde.

SecuPlast® Aloe Ringe

- ✓ Passer til alle stomityper
- ✓ Tilsat Aloe Vera – som blødgør og hjælper til at reducere rød og irriteret hud
- ✓ Strækkes så den passer ovale stomier
- ✓ Beholder formen for ekstra komfort
- ✓ Let og hurtig at skifte



Varenummer: SAR25 (25mm);
SAR32 (32mm); SAR38 (38mm); SAR 45 (45mm)

SecuPaste® No-Sting Stoma Paste

- ✓ Alkoholfri betyder ingen svie
- ✓ Kan anvendes til ileostomi, kolostomi og urostomi
- ✓ Kan anvendes til alle klæbere uanset type og producent
- ✓ Hjælper til at forlænge bæretiden
- ✓ Hjælper med at reducere lækage
- ✓ Hjælper med at beskytte huden



Varenummer:
NSP1 (60g)

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

Kirstine Hardam A/S • Måbjerg Skolevej 48 • 7500 Holstebro • Bestil vareprøve ved at ringe til vores kundeservice: 97 42 32 33 • Eller send en mail til: post@hardam.dk • Produktet kan også købes hos din nuværende forhandler

Fortsat fra side 12:

vi andre først møde kl. 0900. Efter konklusioner og ideer til næste nordiske møde, der skal holdes i Danmark, blev det tid til at vise COPA-filmen. Den blev rigtig godt modtaget, selv om den endnu ikke er helt færdig og endnu ikke har fået engelsk tekst.

Efter mødets afslutning havde vores islandske værter planlagt en rundtur med museumsbesøg og lidt sightseeing rundt i Reykjavik. De havde valgt et bredt udvalg af de mange tilbud, der er i Reykjavik: besøg på Reykjavik Art Museum, The National Museum of Iceland, frokost på en italiensk restaurant, Penis Museum (det eneste i verden) både kvinder og mænd så udstillingen, besøg og ølsmagning på et lokalt bryghus og til sidst afslutning med bowling.



Ungdomsbordet.



Islands forret på dansk juleplatte fra 1971.

På en meget fin gourmen restaurant var der afslutningsmiddag. Her efter blev der sagt tak for en god og oplysende konference og taget afsked med de delegerede, da en del allerede skulle forlade hotellet kl. 4 om morgenen for at nå flyforbindelse til hjemdestinationen. Vi fra Danmark var mere heldige, da vi først skulle af sted fra hotellet lidt over kl. 10.00. ■

Armbånd designet til COPA-medlemmer



PILGRIM armbånd

Armbånd til salg

Armbåndet er designet til COPA. Det er i allergivenligt materiale, lukkes med en magnetlås. Kænguruen er i sølv.

Armbåndet kan købes / bestilles hos lokalformændene. Det koster 150,00 kroner. Overskud ved salget går direkte til den lokalforening der sælger armbåndet.

Der kan, hos Pilgrim, købes flere charms, der passer til armbåndet. Her er der ingen fortjeneste til COPA.

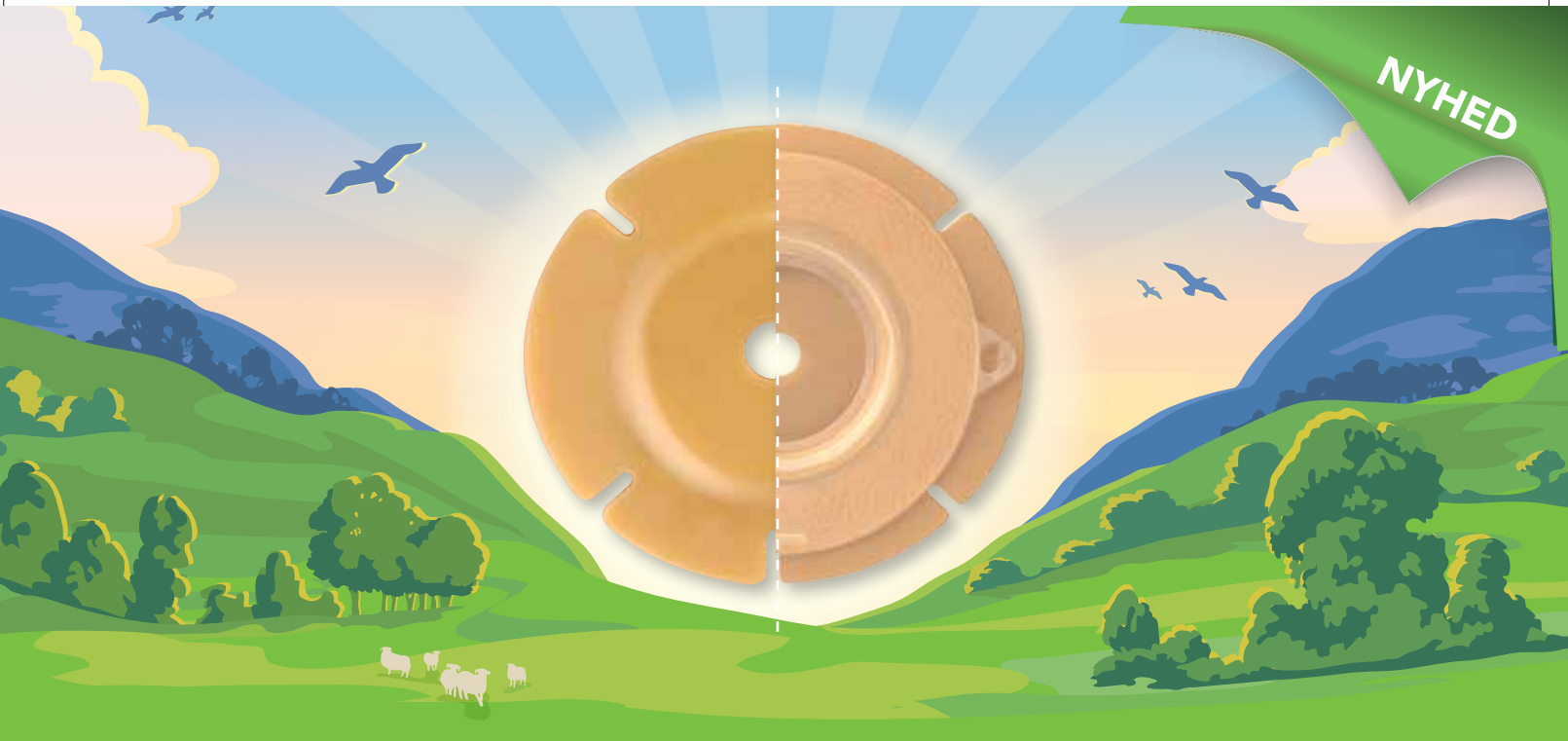


PILGRIM armbånd

Læderarmbånd med magnetlås og sølvbelagt kænguru charm.
Det findes i 2 størrelser: 19 cm og 22 cm.

Med venlig hilsen
Hanne Westergaard, lokalformand Sydøstjylland

Pilgrim, Søtoften 8, 8660 Skanderborg
telf. 6333 3313 • www.pilgrim.dk



En ny Soft Convex ser dagens lys

Meget kan ændres med 1. classes hydrocolloide klæbere

Introduktion af en ny konveks hydrocolloid klæber specielt designet til stomier i og under hudniveau. Hydrocolloider til konvekse produkter giver særlige udfordringer, da de ofte anvendes i komplekse situationer. Salts forskning indenfor den hydrocolloide videnskab har resulteret i ydeligere forbedringer, som viser sig specielt velegnet til konvekse plader.

30%
MERE KLÆ-
BENDE

40%
MERE
FLEKSIBEL

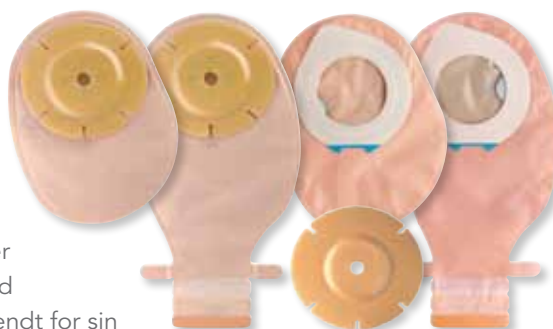
20%
TYNDERE

* end standard Confidence® Convex Supersoft

Confidence®
Natural Soft Convex

En-dels brugere vil elske vores nye blødere, hurtigklæbende og mere fleksible soft convex plade. Perfekt formet til stomier i eller under hudniveau, og med indhold af Aloe Vera, som er kendt for sin evne til at blødgøre og genopbygge.

- Blød soft convex skål for fleksibilitet og komfort
- Stærkere og mere klæbende plade for øget sikkerhed
- Stærke, bløde og fleksible bælteører
- Meget holdbart og blødt stofmateriale som tørrer hurtigt



Harmony® Duo convex med Flexifit® og Aloe Vera

Harmony® Duo kommer nu med vores unikke konvekse Flexifit® plade. Samtidig med at give en tættere pasform, er det også verdens første konvekse to-dels system med Aloe Vera, som hjælper med at blødgøre og beskytte huden.



- Stærkere og mere klæbende hydrocolloid for ekstra sikkerhed
- Let at montere ved hjælp af en lille forhøjning på pladen
- Stærke og alligevel bløde bælteører
- Fungerer med et stort sortiment af lukkede og tømbar poser

For yderligere information eller prøver, kontakt venligst Kirstine Hardam A/S • Tlf: 97 42 32 33,
E-mail: post@hardam.dk • www.hardam.dk • www.hardam-shop.dk

LÆSERNE SKRIVER



Til COPA

Som bosat i Aarhus Kommune har jeg oplevet håbløshed, frustrationer og ærgrelse i forbindelse med overgang til ny leverandør af kolostomihjælpemidler.

I slutningen af marts 2014 bad jeg Administrativ Service i Aarhus Kommune om at oplyse mig om prisforskellen på den nye og den tidligere leverandørs varer.

Efter lang tids tovtækkeri modtog jeg et det samlede beløb for min bevilling. Hvad skulle jeg dog bruge det til?

Jeg havde priserne fra det tidligere firma, men kunne ikke få dem fra det nye. Det måtte de ikke oplyse, sagde de.

Jeg forsøgte igen at få Administrativ Service til at lave en beregning på, hvor meget min egenbetaling ville være, hvis jeg valgte at beholde den gamle leverandør.

Denne gang modtog jeg en samlet oversigt over det årlige forbrug på hvert enkelt hjælpemiddel.

Jeg ville ha' dem til at forstå, at det jeg mente var, at hvis en æske fra den tidligere leverandør koster 110,- kr. og den nye kun tager 100,- kr. er min egenbetaling 10,- kr.

Det kunne jeg ikke forklare dem.

Jeg kunne godt tænke mig at vide, om det er lykkedes for nogen, bosat i Aarhus Kommune, at få prisforskellen? Min mail adresse er: elimarcu@mnail.dk

Jeg har også forsøgt at få kontakt til rådmand og direktør. Direktøren svarede mig efter knap 1½ måned. Han skrev, at jeg havde jo valgt den nye leverandør, så han kunne ikke se, at der skulle være et problem.

Det havde jeg, men det er jo fordi jeg ikke kunne få svar på mit spørgsmål?

Det var tydeligt, at han ikke har læst min sag.

Med venlig hilsen Elsebeth Nielsen

elimarcu@mnail.dk

Svar på læserbrev fra Elsebeth Nielsen

Jeg kan kun give Elsebeth Nielsen medhold i negative og frustrerende oplevelser vedrørende Aarhus Kommunes overgang til en ny leverandør af stomihjælpemidler.

Min egen personlige oplevelse var, at det var nødvendigt med flere telefonopringninger, inden jeg efter 5½ måned modtog en næsten korrekt bevilling - endda med stk. priserne oplyst på de produkter, der dækker mit behov.

Det har absolut ikke været en særlig smidig og hjælpsom oplevelse, mange borgere har oplevet ved henvendelse til Administrativ Service for at få en bevilling til en anden leverandør end den kommunen havde valgt.

I dag (den 10.10.2014) ved jeg fra pålidelig kilde, at der nu "kun" mangler en løsning for ca. 15 borgere at få oplyst priserne på de produkter, der står i deres bevilling.

Det har for mange været meget besværligt, næsten som om kommunen ikke ønskede at oplyse priserne. Læs mere om sagen i lederen - dette blad - side 2.

Venlig hilsen Henning Granslev, landsformand COPA

Ny webshop med undertøj designet af stomiopererede - til stomiopererede

PRODUKTNYT



ConvaTec lancerer nu **Ostomysecrets** i Danmark. Der er tale om en webbaseret shop, hvor du kan købe specialfremstillet undertøj, badetøj og bæltter til både kvinder og mænd med stomi.

Lisa Becker, som har grundlagt **Ostomysecrets**, har selv haft en lleostomi, siden hun var i 30'erne og oplevede både praktiske og personlige udfordringer med det at have en stomi. Stomiposen var tung og savnede støtte. For Lisa var det vigtigt at finde en optimal løsning til at holde stomiposen på plads.

Hun begyndte derfor at designe undertøj til stomiopererede.

Hemmeligheden ved **Ostomysecrets** er den unikke inderlomme, som alle produkterne er udstyret med. Inderlommen dækker hele posen, hvilken gør, at friktion mellem pose og hud mindskes samt at posen støttes, når den er fuld.

Målet for Lisa var at kunne gå i det tøj hun ville uden at være bange for, at posen ville svinge frem og tilbage. Det var også vigtigt, at posen kunne skjules så meget som muligt, også når den var fyldt. Det kan den med **Ostomysecrets** produkterne, hvor både inderlomme og ydermateriale er fleksibelt og samtidig giver en god støtte.

Nu har du chancen for at opleve det brede sortiment af undertøj, bæltter og badetøj som **Ostomysecrets** kan tilbyde. Besøg www.ostomysecrets.dk

Undertøj med inderlomme.



Lisa Becker, som har grundlagt **Ostomysecrets**.

GO MOLDABLE

Esteem™  Moldable er den eneste 1-dels bandage, som giver dig Moldable-teknologiens dokumenterede og effektive hudbeskyttelse.

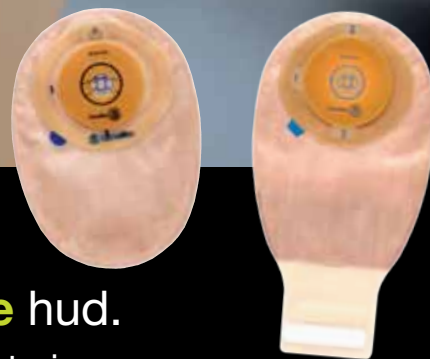
Moldable Technology™ giver en fleksibel tætning, som følger stomiens bevægelser og tilpasser sig dens størrelse og form samtidig med, at materialet kvæller op og giver en yderligere forbedret tætning. Resultatet bliver en meget sikker og god pasform.

Mere end **95%**

af alle stomiopererede, der startede ud med ConvaTec Moldable Technology™, bevarede huden sund og intakt¹.

Ønsker du at vide mere?
Ring til vores kundeservice
på 4816 7475 og få tilsendt
gratis vareprøver. Eller gå
ind på www.convatec.dk

Det er tid til at **Go Moldable**
Bedre tilpasning. **Færre** lækager. **Sundere** hud.
Nu tilgængelig som 1-dels lukket og tømbar pose for at give
stomiopererede frihed og tryghed til at leve livet fuldt ud.



Referencer: 1. Szewczyk MT, Majewska GM, Cabral MV, Hölzel-Piontek K. Osmose Study: Multinational Evaluation of the Peristomal Condition in Ostomates Using Moldable Skin Barriers. Poster presented at ECET, Paris, France, June 2013.

© 2014 ConvaTec Inc. Symbolerne ®/™ er varemærker tilhørende ConvaTec Inc.

ConvaTec 

EUROPÆISK KODEKS MOD KRÆFT

*12 måder hvormed du kan
 mindske din risiko for kræft*

1. Lad være med at ryge. Undgå en hver form for tobak.
2. Gør dit hjem røgfrit. Bak op om en røgfri politik på din arbejdsplads.
3. Gør en aktiv indsats for at undgå overvægt.
4. Vær fysisk aktiv i hverdagen. Begræns den tid, du sidder ned.
5. Spis sundt.
 - Spis rigeligt med fuldkorn, ærter, bønner, linser, grøntsager og frugt.
 - Begræns mængden af fødevarer med mange kalorier (fødevarer med meget sukker eller fedt), og undgå sukkerholdige drikkevarer.
 - Undgå forarbejdet kød. Begræns mængden af rødt kød og fødevarer med meget salt.
6. Begræns dit forbrug af alkohol. Det er bedre helt at undgå alkohol, når kræft skal forebygges.
7. Undgå for megen sol - det gælder især børn. Brug solbeskyttelse. Brug ikke solarier.
8. Beskyt dig selv mod kræftfremkaldende stoffer og materialer på arbejdspladsen ved at følge instrukser om sundhed og sikkerhed.
9. Undersøg om du i dit hjem er udsat for radioaktiv stråling på grund af et højt niveau af naturligt radon i luften. Sørg for at få sænket et højt radonniveau.
10. For kvinder:

Amning mindsker moderens risiko for kræft. Giv dit barn brystmælk, hvis du kan. Hormontilskud i overgangsalderen øger risikoen for visse kræftformer. Begræns derfor brugen af hormonpræparater mest muligt.
11. Sørg for, at din datter tager imod sundhedsvæsenets tilbud om vaccination mod humant papillomavirus (HPV).
12. Sig ja til de offentlige tilbud om screening (undersøgelser) for kræft:

tarmkræft (mænd og kvinder)
brystkræft (kvinder)
livmoderhalskræft (kvinder).

12 gode råd mod kræft - med hilsen fra EU

15.000 kræfttilfælde kunne undgås alene i Danmark, hvis vi var bedre til at forebygge. EU og WHO har nu samlet de 12 vigtigste sundhedsråd om, hvad EU-borgerne selv kan gøre for at forebygge kræft i 'Europæisk kodeks mod kræft'.



Sund kost er et godt værn mod mange kræftsygdomme, viser forskningen. - "Vi ved, at de fleste danskere gerne vil leve sundere. Og når det gælder kræft har vi gode muligheder for at forebygge. Mindst fire ud af 10 kræftsygdomme kunne undgås, hvis vi var bedre til at forebygge", siger forskningschef Jørgen H. Olsen fra Kræftens Bekæmpelse.

Jørgen H. Olsen er leder af Center for Kræftforskning i Kræftens Bekæmpelse og har sammen med nogle af verdens førende kræftforskere været med til at skrive det ny europæiske kodeks mod kræft.

Rygning, kost og overvægt

De vigtigste råd lyder: Undgå rygning og overvægt, spis sundt, vær fysisk aktiv i hverdagen, begræns alkohol og soldyrkning, vær opmærksom på kræftfremkaldende stoffer på arbejdspladsen og hold øje med luftarten radon i dit hjem. Dertil kommer råd om amning, kræftisiko ved hormontilskud og opfordring til at takke ja til screeninger for kræft og HPV-vaccinationer til unge piger. Forskerne - bl.a. i Kræftens Bekæmpelse - arbejder målrettet på at skaffe ny viden om kræft, så vi også kan blive bedre til at undgå kræft.



Vær fysisk aktiv i hverdagen.

De fleste af rådene kender mange af os i forvejen. Men nu er det ganske vist og har fået både EU's og WHO's blå stempel på baggrund af den vigtigste viden og forskning på hvert område.

Danskerne dør for tidligt

- "Vi ved, at danskernes middellevetid er en del lavere end i resten af Skandinavien og mange af de andre vestlige lande, som vi plejer at sammenligne os med. Vi ved også, at næsten 20 pct. af alle kræftsygdomme skyldes rygning. Selvom det kan være rasende svært at ændre vaner og livsstil, er der altså her gode muligheder for at øge vores levetid og ikke mindst styrke vores livskvalitet og sundhed - hvis vi vil", siger Jørgen H. Olsen.

Undersøgelser viser, at de fleste danskere gerne vil. Tre ud af fire rygere ville gerne kvitte tobakken. Over halvdelen af alle overvægtige ville gerne tabe sig. 30 pct. af danskere, som drikker for meget, ville gerne mindske alkoholforbruget. Og to ud af tre danskere, som har stillesiddende arbejde, drømmer om at være mere fysisk aktive.

Lev sundere – undgå kræft

Så der ligger et kæmpe potentiale, mener forebyggelseschef i Kræftens Bekæmpelse, Mette Lolk Hanak.

- "Vores mange aktiviteter omkring forebyggelse bygger på solide internationale erfaringer som f.eks. de europæiske kræftfrå. Og vi kan se, at vi virkelig har rykket på danskernes holdning til sundhed og på deres ryge-, kost- og motionsvaner. Det er holdnings- og adfærdændringer som disse, som vi senere vil kunne aflæse som positive knæk i kræftstatistikkerne", siger Mette Lolk Hanak.

Lige nu arbejder Kræftens Bekæmpelse for eksempel med at hjælpe stor-rygere, der skal træffe den svære beslutning om at blive røgfri. Og så vil vi gerne have flere danskere op på cyklen. Samtidig er det lykkedes at få størstedelen af de danske unge ud af solarierne for at forebygge modermærkekræft.

(fortsætter side 20)



Nye former!
Bestil
vareprøver

“Tidligere tænkte
jeg, at løb var en
udfordring. Nu bliver
klæberen på plads.”

Sandra, Brava® bruger og løbeentusiast

Tænk sikkerhed. Tænk Brava®

Brava Elastisk Kantsikring passer nu til enhver
klæberform og kropsfacon.

Brava Elastisk Kantsikring er designet til at holde klæberen på plads, samtidig
med at den følger kroppens naturlige bevægelser.

Elastisk Kantsikring findes nu i to nye former. "Rektangulær" passer til
firkantede klæbere. "Buet Extra" giver ekstra støtte til områder med buler,
eksempelvis brok.

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



Brava®

Fortsat fra side 18:

Social ulighed

Sundheden er skævt fordelt blandt danskerne. Tilhører du den rigeste fjerdel af danske mænd, så lever du ti år længere, end hvis du befinder dig i den socialt dårligst stillede gruppe i samfundet. Mette Lolk Hanak påpeger, at en af forebyggelsesindsatsens fornemste opgaver er at udjævne den ulighed:

- "Danskerne bliver stadig sundere – men sundheden er ujævnt fordelt. Og vi ved, at kræft rammer hårdest blandt Danmarks dårligst stillede. Derfor har vores forebyggelsesarbejde to overordnede spor, hvor vi giver bred folkeoplysning om f.eks. fuldkorn og rygning, men samtidig arbejder målrettet for at påvirke de rammer i samfundet, der gør det sunde valg til det lette valg – for alle", siger Mette Lolk Hanak.

Den sociale skævhed i sundhed blandt danskerne skyldes især rygning og alkohol - selvom flere og flere rygere kvitter cigaretterne.

Nemmere at vælge sundt

Seniorforsker Susanne Dalton, som har forsket i social ulighed, mener, at vi bør overveje at gentænke vores strategier i forhold til forebyggelse. For at nå de borgere, som ikke føler sig inkluderet i målgruppen for de offentlige kampagner, skal vi måske målrette vores budskaber mere. F.eks. med initiativer på arbejdspladser og nærområder - og så holde øje med om de virker.

- "Og så kan vi jo se, at de såkaldte 'strukturelle tiltag' har størst effekt på folkesundheden. Hvor man f.eks. øger priserne på tobak og differentierer afgifter på usunde varer. Hvor man inddrager fysisk aktivitet i byplanlægning, dagtilbud og skoler. Det sværeste at ændre er jo vaner – og derfor skal det gøres nemmere for alle at træffe det sunde valg - og ikke bare for de samfundsgrupper, som har overskud i forvejen", siger seniorforsker Susanne Dalton fra Center for Kræftforskning i Kræftens Bekæmpelse. (www.cancer.dk)

Kemikalier i fødevareemballage kan give kræft

Ekspertter advarer mod brug af såkaldte *fluorerede kemikalier* i madindpakning. Kemikalierne kan nemlig både være kræftfremkaldende og nedsætte fertiliteten.

Paptallerkner, pizzabakker og meget andet mademballage har ikke bare kontakten med middagsmaden tilfælles. De indeholder også alle kemikalier, der gør dem **vand- og**

fedtafvisende, men som samtidig kan være farlige for mennesker.

De fluorerede kemikalier, får nu forskere i flere lande til at hejse advarselsflagene. Stofferne findes i 6 ud af 10 papirsposer og papæsker til almindelige fødevarer, konkluderer forsker Xenia Trier i sin Ph.d.-afhandling fra Danmarks Tekniske Universitet. Professor ved Danmarks Fødevareinstitut

på DTU, Anne Marie Vinggaard, siger:

- "Der er meget, der tyder på at stofferne kan være kræftfremkaldende, at de påvirker immunforsvaret og kan have skadelige effekter på de indre organer. Derudover tyder danske befolkningsundersøgelser på, at kemikalierne også kan påvirke fertiliteten hos både mænd og kvinder." ■

Forskere er blevet lidt klogere på Parkinsons sygdom

Hjerneforskere på Københavns Universitet har ved hjælp af avancerede computermødelier fået ny viden om de komplicerede processer, der forårsager Parkinsons sygdom.

Parkinsons sygdom er karakteriseret ved langsomme bevægelser, stivhed i musklerne og rystelser. Sygdommen kan ikke helbredes på nuværende tidspunkt. Parkinsons sygdom rammer 1 ud af 1.000 danskere.

Dopamin er et vigtigt signalstof i hjernen, som har betydning for fysiske og psykiske funktioner – fx styring af bevægelser, indlæring og hukommelse. Niveaue af signalstoffet reguleres af særlige dopaminceller. Ved Parkinsons sygdom ser man at dopaminceller i hjernen dør.

Det har i mange år været en sten i skoen på forskerne, at man kun kan se mangel på dopamin i meget fremskredne tilfælde af Parkinsons sygdom. På den ene side tyder symptomer på, at 'stopsignalet' for dopamin er overaktiveret, og patienter bliver med en vis succes behandlet derefter. På den anden side viser andre data, at der ikke mangler dopamin. Når man scanner hjernen på patienter med Parkinsons sygdom, kan man se, at der trods celledød ikke er tegn på mangel af dopamin selv relativt langt henne i sygdomsforløbet.

Computermødelier forudsiger sygdomsforløbet

Beregninger viser, at celledød kun påvirker niveauet af dopamin meget sent i sygdomsforløbet, men at symptomer kan opstå, længe før niveauet af signalstoffet falder. Det sker, fordi de udsving, der normalt udgør et signal, bliver svagere. I computermødelien kompenserer hjernen for de manglende signaler ved at danne flere receptorer for dopamin. Det virker i begyndelsen. Men som celledøden skrider frem kan det rigtige signal næsten forsvinde helt.

Her bliver kompensationen så voldsom, at selv små tilfældige variationer i niveauet af dopamin aktiverer stopsignalet - som dermed kan forårsage patienternes rystelser. ■

Dopamin er en vigtig neurotransmitter i hjernen, hvor signalstoffet har betydning for fysiske og psykiske funktioner som styring af bevægelser, indlæring, belønning, tankevirksomhed og hukommelse.



Patienter med Parkinsons sygdom behandles blandt andet med forstadiet til dopamin, lægemidlet Levodopa. Patienter med mani og skizofreni behandles med lægemidler, som hæmmer dopamins funktioner.

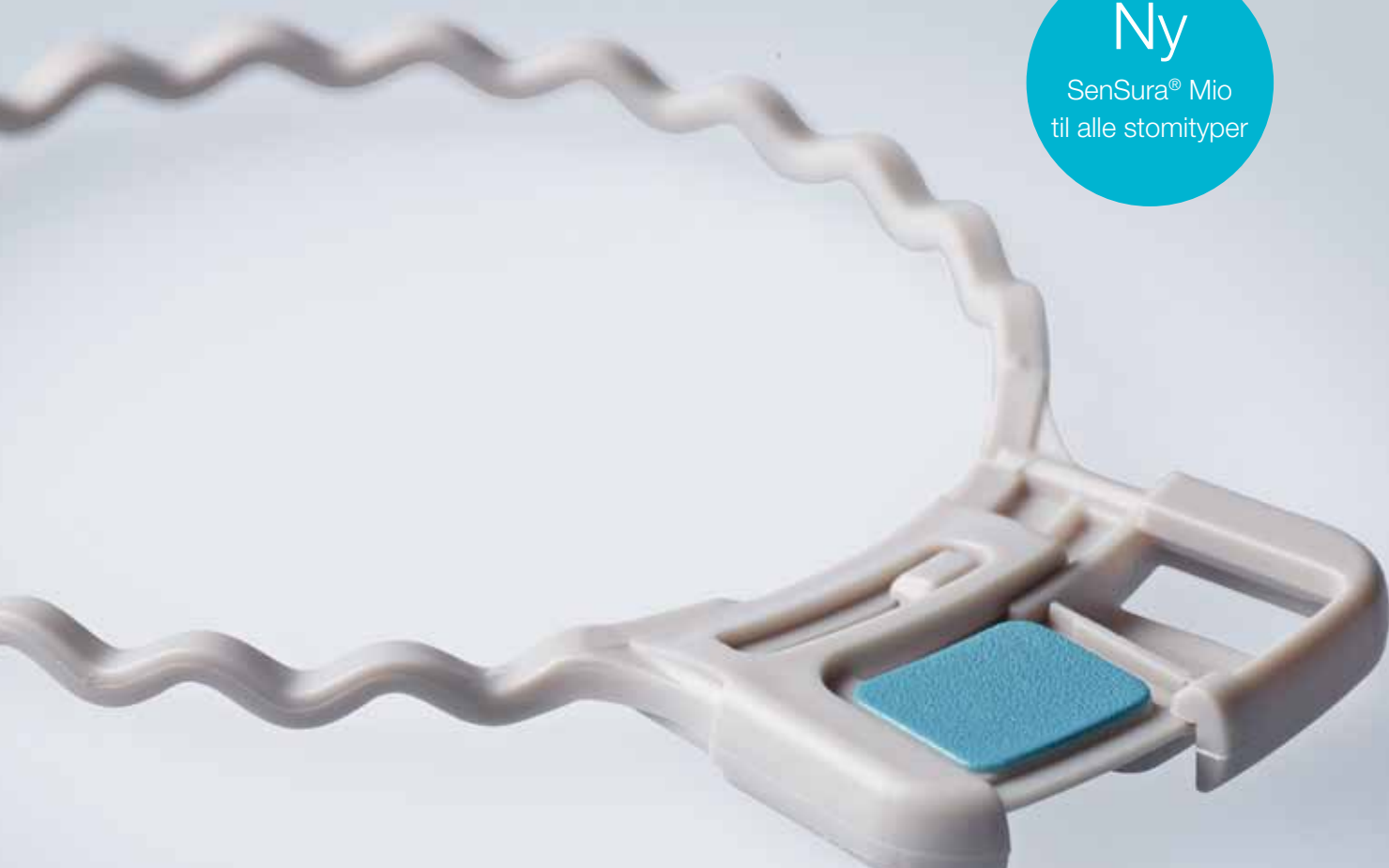
Dopamin er vigtig for hjernens belønningssystem og er involveret i stofmisbrug og ludomani. Stoffer som fx kokain og amfetamin øger mængden af dopamin ved at blokere fjernelsen af dopamin fra synapserne.

Jakob K. Dreyer: *Three Mechanisms by which Striatal Denervation Causes Breakdown of Dopamine Signaling*. The Journal of Neuroscience. 2014. 34,37; side 12444-12456.

SenSura® Mio

Ny

SenSura® Mio
til alle stomityper



Ny Click kobling giver tryghed og sikkerhed

Den nye SenSura® Mio elastiske klæber passer til din kropsfacon og følger din krop, når du bukker og strækker dig.

Den nye SenSura Mio Click kobling har en unik bølgeformet låsering, der er designet til at give tryghed og sikkerhed. Et hørbart "klik" bekræfter, at posen er låst sikkert fast på basispladen. Inden posen fastlåses, kan posen drejes til den ønskede position, uden at man behøver at fjerne posen fra basispladen.

Oplev og bestil en vareprøve:

Coloplast KundeService: Telefon **49 11 12 13** eller

www.sensuramio.coloplast.dk





NYT FRA LOKALFORENINGERNE



COPA København/Frederiksberg

Lokalformand: Svend Larsen, Brandstrupvej 99, 2610 Rødovre
Tlf.: 2057 6809 E-mail: laila.h@mail.tdcadsl.dk

Siden sidst

Vi er glade for interessen fra medlemmerne

Vi har holdt et enkelt medlemsmøde siden sidste blad. Der kom 16 medlemmer og vi er glade for interessen fra medlemmerne. Mødet blev holdt hos B. Braun der igen var så venlige at lægge lokaler til et arrangement.

Vi startede med et indlæg fra B. Braun der fortalte om deres produkter og viste en film fra deres fabrik i Tyskland.

Vi havde besøg af stomisygeplejersken fra Bispebjerg som bla. fortalte om årsager til hudproblemer - og fortalte om forebyggelse og vigtigheden af at skifte samt om hulstørrelse, der altid skal være ca 1 mm større. Hun sluttede af med, at vi altid burde kontakte dem mindst en gang om året.

Herfra en stor tak.

I pausen blev der serveret sandwich med diverse drikkevarer og kaffe og kage. Derefter var ordet frit og det blev til en god snak med mange indlæg fra medlemmerne.

Vi håber interessen for vore arrangementer vil fortsætte.

Kommende arrangement

Generalforsamling

Der vil blive afholdt **generalforsamling tirsdag den 24. marts 2015**. Da flere har efterspurgt et bankoarrangement, vil vi efter generalforsamlingen og en let servering spille 5 spil banko. Bestyrelsen mangler pt.2 medlemmer, så vi hører meget gerne fra interesserede, som kan komme på valg til generalforsamlingen. Derudover har vi brug for en revisor som gerne må henvende sig snarest da regnskabet skal være underskrevet inden generalforsamlingen.

P.b.v. Susanne Friis



COPA Storkøbenhavn

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

Kommende arrangement

Julefrokost søndag den 30. november kl. 12.00

Sted: Plejehjemmet Rosenlund, Mørkhøjvej 336, 2860 Søborg.

Pris: kr. 150,-.

Gode parkeringsmuligheder og bus linie 200S (fra Husum Torv eller trafikpladsen) kører lige forbi (bed om at komme af ved plejehjemmet Rosenlund). Evt linie 166. Handicapvenligt lokale.



Som noget nyt holder vi i år julefrokost.

Vi mødes kl 12. Får noget godt at spise, tænder adventskransen og synger sange samt bliver underholdt af Tom McEwan og hygger os nogle timer.

Bindende tilmelding til Gethe 4095 0953 eller mail: copa.stkb@gmail.com - **senest 24. november.**



Siden sidst

Sensommerbustur til Sverige

Glade og forventningsfulde mødtes 29 personer til en bustur til Kullen, Sverige.

Turen gik fint over Øresundsbroen (hjulpet på vej af en morgendram).

Men så fik vi dagens store overraskelse.

½ time før vi kom, var der faldet 40 mm regn på meget kort tid med meget store oversvømmelser til følge! Motorvejen lignede en flod med oversvømmede biler - et sted kunne vi kun lige se toppen af en mobil Home!. Al trafik blev naturligvis ledt væk fra motorvejen og ind i byen med totalt kaos til følge og det tog ca. 1½ time at finde en vej der førte ud ad byen, og som ikke var oversvømmet. En oplevelse - når man sad i det tørre.

Godt sultne kom vi forsinket til Spångens Gästgivergård (de havde næsten ingen regn fået!). Her fik vi en dejlig tre retters mad.

Glade og mætte kørte vi videre. Grundet forsinkelsen måtte vi dog ændre planen, så vi først kørte til Flickorna Ljungren, hvor vi drak kaffe og spiste hjerteavfler for siden at komme til Kullen med en flot udsigt, men desværre kun tid til et kort ophold.

Turen gik hjemad langs kysten. Chaufføren holdt på at køre over broen hjem i stedet for at tage færgen! Situationen havde dog lettet lidt i Malmø, og vi kom nogenlunde hurtigt gennem byen for igen at slutte i Ballerup glade og trætte efter en god og begivenhedsrig tur. Med oplevelser vi nok ikke lige glemmer

- synet af en motorvej med druknede biler!

P.b.v.

Gethe Jacobsen





COPA Bornholm

Lokalformand: Inge Skovgaard Petersen, Smedegade 20, 3700 Rønne
Tlf.: 5695 6530 / 3028 6530 ingskovgaard@live.dk

Med en sommer og sensommer der har vist sig fra sin flotteste side kan det være svært at tænke på, at efteråret er på vej, og vi skal til at hygge indendørs, men det er jo fakta vi ikke kan komme uden om.

Af personlige grunde har jeg ikke fået orienteret jer i bladet om de arrangementer vi har haft, det beklager jeg meget, men det vil jeg råde bod på her ved at fortælle jer lidt om et par af de sidste arrangementer.

Siden sidst

Besøg i Naturhaven og Fru Petersens Cafe

Det var en dejlig eftermiddag vi havde med et besøg i Naturhaven Fuglesang og senere kaffe hos Fru Petersens Cafe. Vejret var ikke helt med os, der kom ganske lidt støvregn en gang imellem, men det var ikke noget at snakke om.

Haven var en nydelse at gå rundt i med de kæmpestore træer og buske og smukke blomsterarrangementer i alle afskygninger og med 4 – 5 flotte påfugle der spankulerede rundt om os under hele besøget. Efter 2 timers havevandring fortsatte vi til Fru Petersens Cafe med det store kaffe- og kagebord. Her fik vi også et par timer til at gå med al den gode kage og ikke mindst samværet med hinanden. Vi var 18 fremmødte denne lørdag eftermiddag, og de medlemmer der ikke deltog er altså gået glip af en dejlig oplevelse.

Siden sidst

Petanque & Grill

Vi var 16 medlemmer der samledes i Aarsdale den 16. august, hvor vi spillede petanque. Og hvilket spil, jeg var nemlig med på vinderholdet hele 2 gange. Det var en blæsende eftermiddag, men ikke koldt, så det var en fornøjelse at spille. Senere drak vi vores medbragte kaffe under halvtaket, hvorefter vi kørte til Sverigesvej i Nexø, (hos Birgith) hvor vi stillede an til grill. Birgith havde gjort klar med bord og stole og presenninger, og hvor vi hver især grillede vores medbragte kød/pølser/fisk m.v.

Aftenen sluttede af med kaffe og Birgiths hjemmebagte kringler.

Igen en hyggelig og rar eftermiddag og aften i godt selskab, hvor der havde været plads til mange flere.

Kommende arrangement

Lørdag den 13. december kl. 13.00

Så er det tid til julehygge med en god julefrokost i Sagahuset – **tilmelding senest den 6. december**. En lille egenbetaling kan påregnes.

P.b.v. Inge Skovgaard P.

HUSK generalforsamlingen lørdag den 24. januar 2015 kl 13.00 på Sagahuset.



COPA Frederiksborg

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

Kommende arrangement

Afholdelse af julearrangement lørdag 22. november i Hillerød

Julearrangementet bliver afholdt i Frederiksborg Sognegård i Hillerød, ganske som vi plejer, og vi inviterer på det sædvanlige tidspunkt, nemlig **fra kl. 1300 til kl. 1700**. Vi holder på traditionerne, så foruden den altid lækre julebuffet med ris a la mande vil der også være lodtrækning på indgangsbilletten, som bliver udleveret af kassereren, når der ved ankomst betales for arrangementet. Vi vil også i år afholde andespil - julebanko, så der er tre personer, der kan tage hjem med anden til juleaften. Lokalforeningen giver en øl/vand til maden og kaffe samt småkager bagefter. Øvrige drikkevarer vil være for egen regning. Hvis der er nogen, der bliver afhentet af handicaptransport, bedes de bestille afhentning til ca. kl. 1630, da erfaringen viser, at de der bestiller transport med handicapkørsel jo tit bliver hentet 20 min. til ½ time senere end bestilt.

Adressen er: **Frederiksborg Sognegård, Frederiksværksgade 2B, 3400 Hillerød.**

Da der kun er plads til 40 personer i lokalet, gælder princippet "først til mølle", for at sikre sig en plads. Pris for dette herlige arrangement er som sidste år. Medlemmer og støttemedlemmer 150,00 kr. Hvis der er nogen, der ønsker at medbringe en ledsager som gæst er prisen for gæsten 300,00 kr. (Gæsten kan også melde sig ind i COPA som støttemedlem, så er prisen kun 150,00 kr.). Tilmelding til julearrangementet kan foretages ved at ringe til Bodil eller Gisela.

Bodil Gønss tlf. 48 17 36 13. Gisela Schjøtt tlf. 47 33 44 34.

Man kan også tilmelde sig ved at benytte den e-mail, der står i forbindelse med Frederiksborg Lokalforenings spalte i bladet. Der er god adgang for kørestole og rollatorer.

Sidste frist for tilmelding er fredag den 14. november 2014.



Handicap-
venlige
adgangsforhold



Kommende arrangement

Generalforsamling i 2015

Frederiksborg Lokalforening afholder generalforsamling *lørdag den 21. marts 2015*.

Generalforsamlingen finder sted i Frederiksborg Sognegård, Frederiksværksgade 2B, 3400 Hillerød, altså samme sted som julearrangementet. Bestyrelsen håber på samme tilslutning som der sædvanligvis er til julearrangementet.

Program for generalforsamlingen kommer i januarnummeret af bladet.

P.b.v. Gisela Schjøtt


COPA Storstrøm

Der er i øjeblikket ingen fungerende lokalforeninger på Sydsjælland og Lolland/Falster.
Kontakt COPAs sekretariat - tlf. 5767 3525.

COPA Lolland/Falster


Der er nu nedsat en arbejdsgruppe med 5 COPA medlemmer, der vil indkalde til en generalforsamling for at få valgt en bestyrelse. Måske der kun skal være een lokalforening for tidligere COPA Storstrøm og COPA Lolland/Falster.

Sekretariatet, COPA

COPA Roskilde

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

Siden sidst

Europas største kalkgrav

Søndag den 17. august 2014 besøgte foreningen
Faxø Geomuseum.

Dagen startede med opsamling i Roskilde, Greve og Køge.

Herefter kørte bussen mod Faxø, hvor der var bestilt buffeten på Danhostel Faxø.

Undervejs hertil blev der et stop ved kirken i St. Heddinge for toiletbesøg og lidt at drikke.

Danhostel Faxø har sin oprindelse i et vandrerhjem, men fungerer nu nærmest som et hotel. Beliggenheden er næsten midt i byen og på kanten af Europas største og smukkeste kalkgrav, der er et ca. 63 millioner år gammelt koralrev.

Buffeten, vi indtog, var usædvanlig veltillavet, specielt fiskefileten fik megen ros.



(COPA Roskilde fortsætter næste side)

Buffet på Danhostel i Faxø.

Et bredt sortiment
- også til individuelle behov



ROLAND – STOMOCUR®
det giver bedre løsninger!

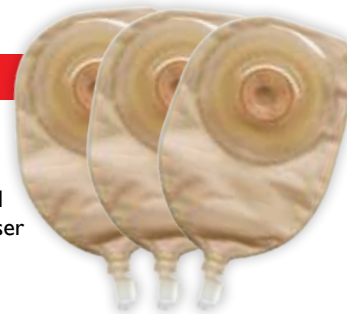
Prøv
STOMOCUR systemet
Sortimentet med de mange muligheder

STOMOCUR systemet
– også når det er vanskeligt

NYHED

Ny Convex Urostomi

Større sikkerhed
3 convexstørrelser



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

Roland Healthcare

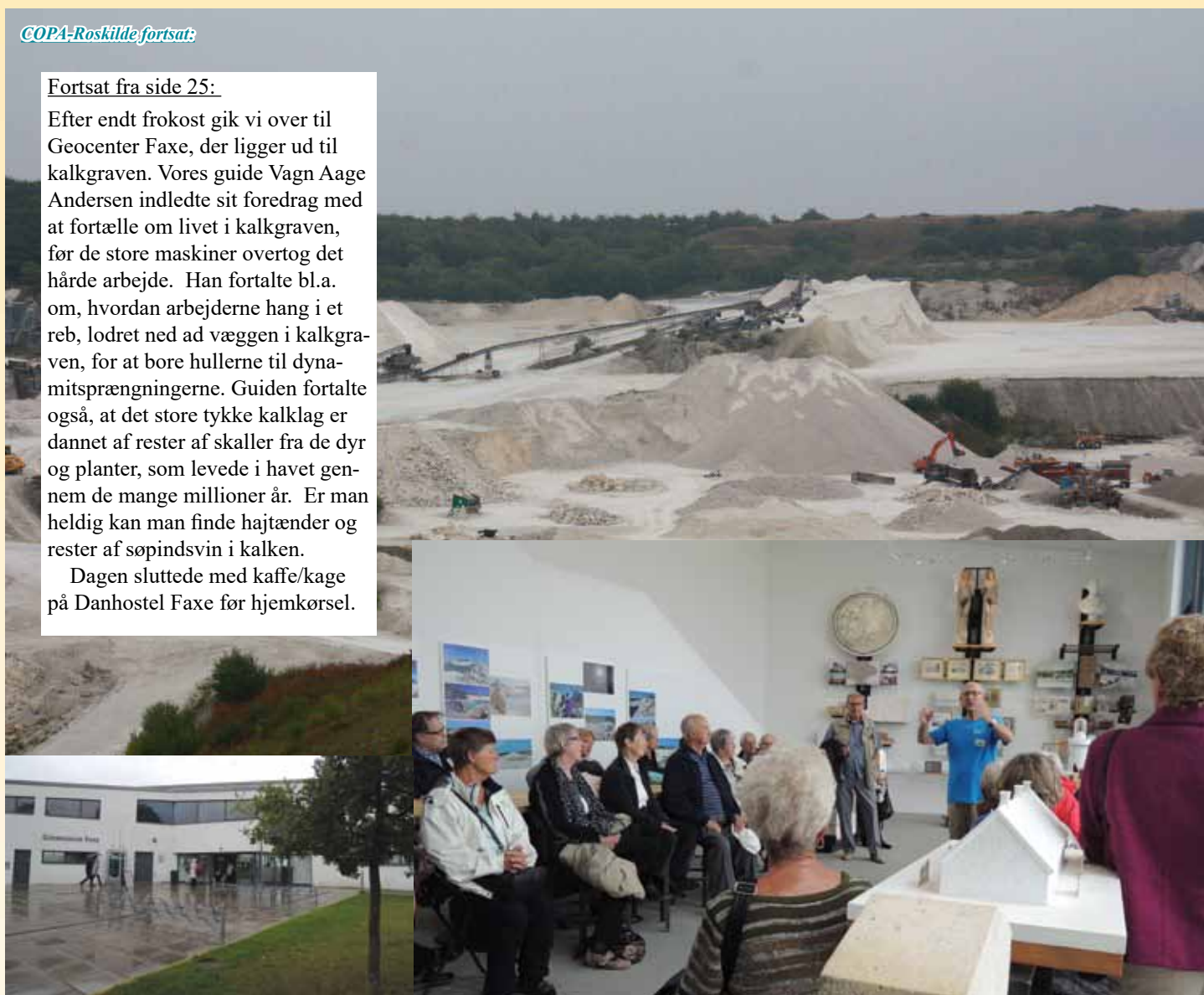
Hvidehusvej 34 • 3450 Allerød • Tel.: 4814 2080 • E-mail: info@roland1.dk • www.rolandhealthcare.dk

COPA-Roskilde fortsat:

Fortsat fra side 25:

Efter endt frokost gik vi over til Geocenter Faxe, der ligger ud til kalkgraven. Vores guide Vagn Aage Andersen indledte sit foredrag med at fortælle om livet i kalkgraven, før de store maskiner overtog det hårde arbejde. Han fortalte bl.a. om, hvordan arbejderne hang i et reb, lodret ned ad væggen i kalkgraven, for at bore hullerne til dynamitsprængningerne. Guiden fortalte også, at det store tykke kalklag er dannet af rester af skaller fra de dyr og planter, som levede i havet gennem de mange millioner år. Er man heldig kan man finde højtænder og rester af søpindsvin i kalken.

Dagen sluttede med kaffe/kage på Danhostel Faxe før hjemkørsel.



Kommende arrangement

Julefrokost

Julefrokost på Niels Juel *d. 20 november kl. 13.00* Har du meldt dig til?

P.b.v. Johnny Frederiksen



COPA Vestsjælland

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

Kære medlemmer

Årets sommertur gik i år til Odense Blomsterfestival.

Temaet i år var "Danmarks smukkeste Have" hvis man slår det op på Google, findes der mange steder i Danmark med den betegnelse og for de der ikke har muligheden for det, kommer der her seks opslag.

Ifølge Idénýt's læsere er Astruphaven på Irisallé i Videbæk den smukkeste have i Danmark.

Ifølge Kongsdal Åben Have, som ligger ved Søndersø på Fyn er de "Danmarks smukkeste Have."

Bo Bedre har i 2006 udnævnt Den Kreative Have, som Danmarks smukkeste have. Haven ligger ved Haldrup nær Horsens.



Slotsparken på Gavnø Slot siges at være Danmarks smukkeste have.

En have i Gudhjem på Bornholm.

Besøg Egeskov og oplev Danmarks smukkeste have.

Turen startede fra Holbæk over Ringsted for så at samle de sidste op i Slagelse. Da alle var samlet kørte vi mod Odense. På turen der over blev der serveret sandwich og drikke, som Lene og Birthe havde sørget for. Planen var nemlig, at vi skulle spise frokost (Fyns Nationalret) omkring halv to/to, og da vi alle havde været tidligt oppe, ville bestyrelsen ikke risikere, at pølsevognene i Odense blev bestormet af sultende COPA folk.

Det var meget kaotisk for vores buschauffør at komme ind til centrum af Odense. Byens mest trafikerede vej er blevet lukket for at gøre plads til nybyggeri, og den store parkeringsplads var nedlagt. Vores chauffør måtte spørge en mand, om hvor der var plads til turistbusser. Beskeden var at han efter at have sat os af, måtte køre ud af byen, der var nemlig ikke lavet pladser til turistbusser. Det var ellers en aftale at vores chauffør skulle spise frokost med os, men det kunne så ikke lade sig gøre. Det vakte undren, da Odense bl.a. jo afholder blomsterfestival med henblik på også at tiltrække turister, men åbenbart havde man ikke taget højde for, at nogle nok ville komme i busser. Da vi var sat af var det heldigt da det ikke var det aftalte sted, at turistguiden fandt os, da vi skulle starte med en rundvisning. Dels skulle vi høre om H.C. Andersen og dels omkring byen Odense og ikke mindst alle de smukke blomster.

(COPA-Vestsjælland fortsætter næste side)



Tilbehørsprodukter

Pasta - Ringe/Plader/Strips - Pulver

Neutralisering af lugtgener - Granulat til tynd afføring

Kontakt os på tlf. 3637 9130 for rådgivning og vareprøver

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

COPA-Vestsjælland fortsat: Vi fik historierne omkring de mange skulpturer med H.C. Andersen og hans historier. Kom forbi museet og parken som var udsmykket med blomster, derfra gik vi ned forbi Rådhuset. Foran Rådhuset havde man lavet den ene flotte opsætning efter den anden. Vi skulle over og se Odense Domkirke, det holdt hårdt og det var ikke nemt at holde styr på tropperne med alle de opsætninger der var lavet, men jeg tror alle fik set Odense Domkirke og nogle fik også historien som guiden fortalte. Turen fortsatte ned ad Skt. Knuds Kirkestræde mod Brandts Passage hvor vi så Brandts Klædefabrik, som i dag er byens kulturelle mekka.

Nu havde vi alle set og hørt en masse, så nu var tiden inde til at vi skulle smage Fyns Nationalret. Vi slentrede op og ned af Vestergade, for nu var vi alle sultende og meget tørstige. Da vi ankom til vores spisested var der nogen uoverensstemmelse om reservationen, men alt blev klaret, det var også det vigtigste, for vi skulle altså bare have noget mad. Da alle var færdige med at spise og kaffen var drukket, var der nogle der godt ville se mere af byen og andre ville se H.C. Andersens museum og hans bolig. Alle fik det som de ville. Nu hvor vi ikke længere var en samlet gruppe, var det helt fantastisk at se, at alle kunne huske hvor vi var blevet sat af bussen. Vi havde ikke kørt længe før det begynde at regne, så var det godt vi sad inde i en varm bus og fik kaffe og hjemmebagt kage. De af os der blev sat af sidst, (os der stod på i Holbæk) fik ikke noget regn da vi skulle af, det var vist mere end man kunne sige om de af vores medlemmer der skulle af i Slagelse, her stod himmel og hav i et. Så er det glædeligt, at vi havde fint vejr på vor tur, rundt i Odense. Jeg vil gerne sige en stor tak til alle deltagerne for en pragtfuld dag, det er altid en fornøjelse at være sammen med jer, og uden jer ville det ikke kunne lade sig gøre.

Stor tak til vor chauffør fra DITOBUS det var skøn oplevelse, at vi var de første som skulle køre i en hel sprit ny bus. En stor, stor tak, for forplejningen i bussen, skal gå til Lene og Birthe, samt til Conni for at hjælpe til, så alle fik hvad de kunne spise og drikke.

Da det er sidste COPA blad i år, ønsker jeg og hele bestyrelsen alle medlemmer rigtig glædelig jul og et godt nytår med tak for mange gode stunder sammen i 2014.

Kommende arrangement

Julefrokost

Julefrokost afholdes søndag d. 23. november 2014 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, samt bankospil. Alt dette er inkluderet i prisen. Resten er for egen regning. Der vil blive solgt amerikansk lotteri, hvor der kan vindes nogle helt specielle gaver.

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

Tilmelding senest søndag d. 9. november 2014.

Tilmeldingen kan ske til:

Lene Christiansen på tlf. 61 11 88 88 eller på mail lenec485@gmail.com

Eddy Tersløse på tlf. 60 63 07 47 eller på mail e.t@mail123.dk

Bestyrelsen og ikke mindst jeg, glæder os meget til at se jer til vores julefrokost den 23. november 2014 i Vommevad forsamlingshus.

Samkørsel vil kunne finde sted, så vidt det er muligt.

Kommende arrangement

OBS: år 2015

Copa-Vestsjællands generalforsamling 2015 vil blive afholdt den. 9. april 2015.

P.b.v. Eddy Tersløse



COPA Fyn

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

Siden sidst

God snak

Mandag den 18. august holdt COPA Fyn møde med nye stomister på KB lokalerne på OUH.

Der kom 13 personer og bestyrelsen. Vi havde fået stomisygeplejerske Jette Kundal til at komme og fortælle om hvordan man undgår hudproblemer; sår under klæberen er heller ikke en rar ting. Der kom en rigtig god snak ud af det under kaffen. Der er allerede blevet snakket om, at det er noget, som vi vil gøre igen.

Siden sidst

Kør selv tur til Ditlevsdal Bison Farm

Lørdag den 27. september havde vi kørt selv tur til Ditlevsdal Bi-

son Farm. Vi var 54 tilmeldt, og vi var meget heldige med vejret - sol og ikke meget vind.

Vi startede med en guidet tur på en stor vogn og så ud og se en bison i øjnene.

De er godt nok nogle voksne dyr - de store tyre kan komme op på 1300 kg, men de kan nok komme fremad alligevel - det var en oplevelse. Før spisning var der mulighed for at handle ind i gårdbutikken, de afsætter alt det kød de får slagtet der.

Vi fik så en 200 g bisonbøf, og det er noget kød der mætter; vi skulle så være ude kl 14 da der kom et nyt hold, men en rigtig god dag.

P.b.v. Poul E. Andersen

Siden sidst

COPA Fyns tur til Ditlevsdal Bison Farm

Lørdag den 27. september 2014 kl 10.30 havde vi arrangeret en tur på prærien.

Der var 54 tilmeldte til turen. Og alle mødte til tiden og havde det gode humør med og solen skinnede.

Så blev traktor og prærievogn kørt frem, der var siddepladser til 70 personer så alle kunne se ud.

Vi fik lidt at vide om hvad der skulle foregå og hvad vi ikke måtte (f.eks. stå af ude på prærien).

Derefter gik turen ud på prærien - vi kørte blandt bisoner og deres kalve.

Så blev traktoren stoppet så vi kunne høre hvad han fortalte. Han startede farmen, og nu er den overtaget af en søn.

Bisonerne er delt op i familier med ca 30 i hver flok på 10 ha. På farmen er der ca 300 bisoner. De store vejer ca 1 ton. Alle de dyr der bliver udset til slagtning, bliver skudt og halsen skåret op så blodet kan løbe af ude på marken for derefter at blive kørt til slagtehus. Næsten alt kød bliver brugt i restauranten eller solgt i butikken.

Efter en rigtig god tur på prærien skulle vi ind for at spise bisonbøf med tilbehør. Det smagte utrolig godt for bisonkød er jo meget magert.

Det var en rigtig god tur, og der blev rigtig hygget og snakket, og det var også dejligt at se, at der kommer nye medlemmer med til vore arrangementer.

P.b.v. Jørgen Rasmussen



STOMI/BROK

Specialfremstillede støttebandager og undertøj

Eto

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



Eto

GARMENTS

— soft as silk, strong as steel

Rekvirer brochure på:
Tlf: 64 46 13 30
Fax: 64 46 18 30
E-mail: info@stomibandager.dk

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



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 22. november

Så er det igen tid for vores generalforsamling. Det er i år på

**Oasen, Sognegårdsvej 3. 8700 Horsens
den 22. november kl. 11.00**

Program for generalforsamlingen

1. Valg af dirigent
2. Bestyrelsens beretning ved formanden
3. Kassereren forelægger lokalforeningens reviderede regnskab til godkendelse
4. Bestyrelsen fremlægger aktivitetsplan for det kommende år
5. Behandling af indkomne forslag
6. Valg. På valg er Grethe Pedersen og Eli Bie Andersen. Valg af revisor, på valg er Preben Pedersen. På valg er også revisorsuppleant Børge Fanth og suppleant Jørgen Kragh Jørgensen.
7. Eventuelt.

Generalforsamlingen er kun for medlemmer af lokalforeningen Sydøstjylland. Hvis der er en samlever/ægtefælle der ikke er medlem kan vedkommende deltage i julefrokosten til kostpris, eller blive støttemedlem for 150 kroner om året. Hvis du tager toget til Horsens holder busserne ved siden af banegården, der kører en bus til Sognegårdsvej. Bus nr. 5 kører til Bremersalle - Sognegårdsvej er en sidevej til Bremersalle. Bussen kører fra banegården hver time - 9 minutter over hel.

Hvis du selv kører, gør venligst ved tilmelding opmærksom på, om du har mulighed for at have et par stykker med i bilen. Efter generalforsamlingen er foreningen vært ved en julefrokost. Drikkevarer er for egen regning.

Tilmelding snarest - hvis I vil spise med:
mail H.westergaard@stofanet.dk eller tlf. 7564 1086.



Der er adgang for
kørestolsbrugere.

Siden sidst

Ny aktivitet

Bankospil

Som en ny aktivitet for vores medlemmer holdt vi i år bankospil i Bygningen i Vejle.

Cirka 30 personer mødte op - den 27. september - for at prøve lykken med bankopladerne.

Vi havde fået sponseret rigtig mange fine præmier, som vi spillede lystig om, og flere af deltagerne fik flere gode ting med sig hjem, nogle plader spillede bedre end andre, men sådan er det jo.

I pausen fik vi serveret kaffe og te og lækkert brød med pålæg. Ulla Ostenfeldt fra Stotec kom og fortalte om Stotec's stomobil med de sidste nyheder.

Der blev også vist en film COPA har fået lavet, den handler om, hvordan det er at leve med stomi.

Efter pausen sluttede vi eftermiddagen af med endnu nogle spil, hvorefter vi drog hjemad, nogle med mange pakker andre med få. Men en hyggelig eftermiddag var det.



P.b.v. Hanne Westergaard

P.b.v. Grethe Petersen



COPA Midt/Vestjylland

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

Kommende arrangement



Julefrokost

Julefrokost den 29/11 2014 kl. 18.00 afholdes på Østergaards Hotel, Silkeborgvej 94, Herning.

Der serveres julebuffet. Deltagerbetaling 100 kr. for medlemmer og 150 kr. for ikke medlemmer for buffet og 2 genstande. (snaps, øl eller vand).

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

Tilmelding til Gunnar Andersen, tlf. 97427376 eller mobiltilf. 20522743 eller mail gua@youmail.dk senest den 15/11 2014.

Kommende arrangement

Generalforsamling 24. februar 2015

Generalforsamling 2015 afholdes den 24/02 2015 hos Kirstine Hardam i Holstebro, mere i næste blad.

P.b.v. Ulla Andersen



COPA Sønderjylland

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

Kommende arrangement

Julefrokost

Julearrangement søndag d. 23. november kl. 12.00 på Røde-Kro

Vi nærmer os november og den årlige julefrokost. En dejlig menu bliver der serveret, som man kan blive mæt af og komme i julestemning.

Derefter bliver der serveret kaffe/te med julesødt og så spiller vi banko. I er meget velkomne til at medbringe en pakke, men dette er frivilligt.

Pris for medlemmer/støttemedlemmer inkl. 3 spilleplader – kr. 150,- Pris for ikke medlemmer inkl. 3 spilleplader – kr. 200,-

Drikkevarer er for egen regning.

Det er hyggeligt at vi samles og slutter året i stomiforeningen. *Lokaler er tilgængelig med rollator og kørestol.*



Tilmelding senest mandag d. 17. november:

Carl Christian - tlf. 74 72 39 81

Christa - tlf. 74 47 33 70 / 41 57 33 70.

Åben rådgivning Sygehus Sønderjylland,

Aabenraa

Mød en COPA-rådgiver

Der vil være en rådgiver til stede

Mandag d. 01. december kl. 10.00 til 13.00

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

Lokalformand Christa Jensen tlf. 7997 3650

COPAs sekretariat tlf. 5767 3525.

Anne Lise Hansen

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

Kommende arrangement

Generalforsamling

Generalforsamling 2015 onsdag d. 18. marts 2015 på Røde-Kro.

Kommende arrangement

Temaaften i Tønder

Temaaften Tønder onsdag d. 8. april 2015.

Bestyrelsen ønsker alle en glædelig jul samt et godt og lykkebringende nytår. Tusind tak for året 2014.

P.b.v. Christa Jensen



Vi er der for dig!

Hos OneMed står vi altid klar til at rådgive dig i valg og anvendelse af produkter, så du kan leve det liv, du ønsker. *"Da jeg ringede til OneMed, var det rart at få den hjælp og rådgivning, som jeg havde brug for. Sygeplejersken hjalp mig med at finde en anden stomipasta, som fik bugt med mine hudproblemer".*

Bestil via webshoppen eller ring til vores kundeservice.

Scan koden og tilmeld dig
OneMed Nyt på www.onemed.dk



ONEMED



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

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

Siden sidst

På besøg hos OneMed

I august måned var COPA Sydvestjylland på den årlige bustur til Aarhus.

Turen startede fra morgenstunden med rundstykker og en lille een i bussen.

Dagli Brugsen i Tarp, havde sponsoreret en frugtkurv som vi også fik i bussen.

Kursen var sat mod OneMed i Århus, som stod til rådighed for en rundvisning på lageret samt kontorerne, derefter var der arrangeret frokost i form af smørrebrød og vi havde mulighed for at hyggesnakke samt spørge til forskellige arbejdsgange samt produkter. Tak til OneMed, det var en rigtig god oplevelse.

Derefter gik turen til den Gamle By i Århus, hvor vi havde 3 timer på egen hånd. Så kunne alle vælge at se det de gerne ville. På hjemturen gjorde vi holdt ved Diagonal Kroen i Give og der var bestilt klar suppe med boller og urter.



Siden sidst

Bowling/Bøf

- tilmeld dig bowlingklubben

Den 6. oktober, var der Bowling/Bøf i Varde fritidscenter.

God aften og lækker mad, og husk at tilmelde dig bowlingklubben hos Hanne på tlf. 22889897.

Sidst men ikke mindst må jeg endnu engang opfordre alle medlemmerne til at sende mailadresse til Anette Larsen på s.a@bbsyd.dk

P.b.v. Anette Larsen



COPA Gl. Viborg

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

Siden sidst

Oplevelse uden lige

Vi besøgte Grønhøj Kro en regnfuld dag sidst i august, men det betød intet for vi fik en fantastisk middag. Efter middagen fortalte kromanden sin egen historie om kroen og dette var en fantastisk oplevelse, synge kunne han også. Vi så det fine Morten Korch Museum, som vakte minder frem hos os alle. Dette sted er absolut et besøg værd og en oplevelse uden lige.



P.b.v. Knud Fauerby

Fagligt Selskab

Fagligt Selskab for sygeplejersker i stomiplejen

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

Fagligt Selskab for sygeplejersker i stomiplejen

afholder kurser og mødeaktiviteter på landsplan for sygeplejersker og interesseorganisationer.

Fagligt Selskab for sygeplejersker i stomiplejen

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

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

Formand: Birgitte Dissing Andersen bidian01@heh.regionh.dk - også kontaktperson COPA



COPA Aarhus

Lokalformand: Christian Heidum, Værum Fælledvej 22, 8940 Randers SV
Tlf.: 8644 5435 / 4027 5577 aarhus@copa.dk E-mail: chh@bailine.dk

Rådgivning på Aarhus Sygehus THG

indgang 1 A, 2. Sal

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

Mulighed for en samtale med en ligestillet.

Torsdag 13. november kl. 16.00 – 17.30

Torsdag 27. november kl. 16.00 – 17.30

Torsdag 11. december kl. 16.00 – 17.30

Juleferie - dog ikke for henvendelser vedrørende rådgivning i hjemmet

Torsdag 8. januar kl. 16.00 - 17.30

Stomiposer til Ukraine

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

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

Siden sidst

Byvandring i Aarhus

På en dejlig sensommerdag (17. september) mødte 14 personer op ved Domkirken i Aarhus, hvor vores guide Kirsten Holm

Nielsen fra Visit Aarhus tog os med på en spændende vandretur i kvarteret omkring Domkirken, og som vi i daglig tale omtaler som Latinerkvarteret. Latinerkvarteret fik sit navn som følge af at nogle arkitekter i slutningen af 1960'erne tog på studietur til Paris for at få inspiration til den storstilede restaurering der skulle gennemføres af kvarteret. Da de syntes, at der var mange lighedstræk mellem Aarhus's gamle bydel og Latinerkvarteret i Paris var det nærliggende også at bruge denne betegnelse for kvarteret i Aarhus.

Latinerkvarteret er den ældste bydel i Århus, og en del af bydelens huse stammer helt tilbage til 1500-tallet, fortalte vores guide. Mange af de gader, som vi fik set under byvandringen, bærer da også præg af tidligere tiders aktiviteter i bydelen. Gadenavne som Guldsmædegade, Badstuegade, Klostergade, Volden, Borggade, Kannikegade taler for sig selv.

Vores guide fortalte også, at området, som vi i dag betegner Latinerkvarteret var tæt på at blive ryddet i 1960'erne for at give plads til en 4 sporet vej fra Aarhus Centrum mod nord. Århusianerne kan takke borgmester Bernhardt Jensens mangeårige og stædige kamp for at forhindre gadegennembruddet, at dette ikke blev tilfældet. Besigtigelsen af bronzestatuen ved Immervad ved Aarhus Å af Bernhardt Jensen med ansigtet vendt mod Latinerkvarteret sammen med hans elskede cykel var en god ramme til at få omtalt historien om Latinerkvarteret og Bernhardt Jensen.

Da starten for byvandringen var ved Domkirken blev dennes historie naturligvis også omtalt. Kirken blev påbegyndt i 1100 tallet, men den kirke, vi i dag ser, er resultatet af en storslået ombygning af den oprindelige kirke i slutningen af 1400-tallet. Domkirken er i øvrigt med sin længde på 93 meter Danmarks længste kirke.

Kirsten Holm Petersen fortalte, at Aarhus blev grundlagt i Vikingetiden og at udgravninger har vist, at byens placering ved hav og å allerede omkring 770 har spillet en central rolle for byens udvikling til en driftig handelsby med mange forskellige håndværk. Byen var i Vikingetiden omkranset af en enorm forsvarsvold for at beskytte byen mod angreb udefra. De nuværende gadenavne Volden, Graven og Borggade vidner om byens afgrænsninger mod omverdenen.

Lidt filmhistorie blev det også til under byvandringen. Vores guide fortalte, at Aarhus i årene omkring 1910 var førende i verden med hensyn til produktionen af stumfilm. Det foregik bl.a. i den bygning i Kannikegade, som tidligere husede Aarhus Stiftstidende. Her har bl.a. den verdenskendte, danske stumfilmstjerne Asta Nielsen indspillet nogle af sine film. Da talefilmen blev en realitet, blev det en brat afslutning for det aarhusianske filmeventyr. Måske starter et nyt med den etablerede Filmby Aarhus?

Efter godt 2 timers vandring i Latinerkvarteret i godt selskab med vores guide Kirsten Holm Nielsen var tiden kommet til få lidt at spise. Det foregik på restaurant Sct. Oluf i Mejlgade men stadig i Latinerkvarteret. Efter et par timer med hyggeligt samvær skiltes vi igen mætte af oplevelser og god mad.

Pb.v. Ejvind Thorsen

Kommende arrangement

Julehygge i Aarhus



Folkestedet, Carl Blochs gade 28, 8000 Aarhus C.

Lokale 1.1 (1. sal) - der findes elevator - tirsdag d. 2. december kl. 16.00 til ca. kl. 18.30.

(Vi må gøre opmærksom på at der er egenbetaling på parkering.)

Risengrød og julehjerter, nisser, glimmer, gran og kærter...ingen kan vist være i tvivl om, at den dejlige JULETID atter står for døren. Igen er COPA på banen med lækkerier, julestemning og glade smil :.....**FRA ALLE OS TIL ALLE JER.....**

I år falder julehyggen på en tirsdag, nemlig **tirsdag d. 2. december**. Vi åbner dørene kl. 16.00 og her byder COPA på gløgg, æbleskiver og julegodter. Ifør dig nissehue og andet "julepynt", så vi kan frembringe den rette julestemning. Alle er jo medvirkende til hvor jule og hyggeligt vi får det.

OBS. Du behøver ikke være bosat i Aarhus for at deltage, **ALLE** medlemmer og støttemedlemmer er velkommen. Traditionen tro og i den gode julestemning finder vi rafflebægeret og stopuret frem og spiller pakkeleg, her kæmper vi om alle de sjove, søde og idérige, julede pakker I og vi medbringer til eftermiddagen.

Derfor bedes alle deltagere medbringe en pakke til ca. 25 kr., bestyrelsen vil sørge for lidt ekstra pakker.

Vi skal også synge lidt julesange og igen i år har vi fornøjelsen af harmonikaspil fra: JEPPE FRA HAMMEL

Vi glæder os meget til at se dig / jer.

Da vi skal have købt ind, vil vi gerne have du tilmelder dig **senest søndag d. 30. november** (og selvfølgelig gerne før) til:

Mariann, tlf.: 20193449 eller mail: mariann@mhl.dk **Julehilsen, Pb.v. Mariann Hvid Olesen**



(COPA-Aarhus fortsætter næste side)

COPA-Aarhus fortsat:

Aarhusklubben

I oktober besøgte vi de nyåbnede væksthuse i Botanisk Have. Det var en spændende oplevelse at gå rundt der. Vi så bl.a. balsatræet, der vokser en meter på fire måneder.

Sidste mødedag i år er **onsdag den 12. november kl. 14-16** i lokale O.6 på Folkestedet. Vi laver julekort m.m. og spiller pakkeleg. Så I skal medbringe en lille gave til ca. 20 kr.

Venlig hilsen Merethe J. Knudsen telf. 2818 8928.

Siden sidst Randersgruppen

Møde i Randersgruppen 26. august

Vi mødtes i Randers Sundhedscenter på Thors Bakke, vi er glade for de dejlige lokaler, som vi kan låne.

Vi havde besøg af konsulent Susanne Andersen fra Coloplast, hun viste os det nye Sensura Mio. Der var meget at se på, og der var stor spøgelyst.

Vi fik virkelig vendt mange ting, mens vi nød kaffe og kage.



Kommende arrangement Randersgruppen

Julemøde i Randers 25. november kl. 19.00

Når dette blad udkommer, er det tid til at tænke på julemøde, det bliver tirsdag den 25. november kl. 19 også i **Randers Sundhedscenter, Thors Bakke, 2. sal mødelokale 3**. I må meget gerne melde jer til hos Kirsten Gjørup Hansen på mail kirsten.gjorup.hansen@gmail.com eller tlf. 22 16 21 40.

P.b.v. Niels Brund

Siden sidst Silkeborggruppen

Kostvejledningsmøde i Silkeborggruppen

Som noget nyt blev indkaldelse til møde i Silkeborggruppen mandag 29. september 2014 - som forsøg - kun annonceret på COPA-facebook. Der var positive tilkendegivelser om deltagelse, men fremmødet var begrænset.

Aftenen foregik med tæt dialog om kost, kostvejledning og hvad der er godt for vores fordøjelse og hvilke produkter vi som stomister har udfordringer med at optage. Jytte Langkjær fra 'Phytokost og Madværkstedet' (www.phytokost.dk) fortalte levende og inspirerende om kosten, og om hvorledes man på en nem og enkelt måde kan bibeholde smag, vitaminer og bid i tilberedningsfasen. Hvilke fedtstoffer der er sunde, og hvilke vi skal afholde os fra at anvende.

Jytte Langkjær havde taget et oplæg til en 2 dages workshop med, som kan/skal afholdes i hendes Madværksted – hvor hovedtemaet vil være ”for dig med stomi, hvilken mad og hvilke forhold skal vi være opmærksomme på” Der bliver praktisk arbejde med tilberedning samt teori og sparring om kvaliteten af mad og hvad den gør ved os.

En meget inspirerende og lærerig aften – som vi vil afholde igen på et senere tidspunkt.

P.g.v. Morten Spaabæk Dippel



COPA Familiær Adenomatøs Polypose

Susanne Jakobsen, Elsdyrvej 15, Strandhuse 6000 Kolding Tlf.: 2165 9460 E-mail: susanne.elsdyrvej@gmail.com

Kontaktperson Østdanmark: Lise Dam, Skovbrynet 39, 4450 Jyderup Tlf.: 5927 7788

Kommende arrangementer COPA Familiær Adenomatøs Polypose:

Kontakt venligst interessegruppens repræsentanter.



COPA Nordjylland

Lokalformand: Jørgen Dresfeldt, Søndre Kongevej 56, 9400 Nørresundby
Tlf.: 4050 0990 www.nordjylland.copa.dk E-mail: nordjylland@copa.dk

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

Hjemmesiden

Se de seneste billeder fra vores arrangementer på vores hjemmeside www.nordjylland.copa.dk

Vigtig information

Rådgivning på Aalborg Sygehus

Rådgivningen på Aalborg Sygehus er midlertidig indstillet på grund af sygdom. Man kan i stedet sende en e-mail til nordjylland@copa.dk

Kommende arrangement

Julefrokost

Søndag den 7. december 2014 kl. 12.00 afholder vi lige som sidste år julefrokost på Skalborg Kro. Der går bus lige til døren (Metro-bus linie 1) og der er parkering i gården.

Vi har bestilt en menu bestående af:

Marinerede sild med karrysalat • Fiskefilet med remoulade • Små frikadeller med stuvede hvidkål • Grønlangkål med flæsk, pølse og brunede kartofler, sennep og rødbeder • Varm leverpostej med bacon • Bricost med druer og kiks • Ris à l'amande med kirsebærsauce.

HUSK AT medbringe en pakke til ca. 25 kr. til banko spillet - og ind imellem skal vi vel også synge et par julesalmer. Det er jo kun jul én gang om året - heldigvis.

Det koster for medlemmer 80 kr. pr. kuvert og for ikke-medlemmer 120 kr. pr. kuvert og drikkevarer er for egen regning. Normal kuvertpris er 150 kr.

Tilmelding **senest søndag den 30. november** til Jørgen Dresfeldt på tlf. (helst sms) 40 50 09 90 eller på nordjylland@copa.dk.

P.b.v. Jørgen Dresfeldt



COPA Urostomigruppen

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

Østdanmark: Kirsten Cederlund, Bymarken 4 D, st.tv., 4000 Roskilde Tlf.: 4632 0835

Siden sidst

Lang dag med spændende indlæg og aktive deltagere

Arrangement i Urostomigruppen lørdag den 27. september Hotel Harmonien, Haderslev.

Efter rundstykker og kaffe en velkomst ved COPA Anne Lise Hansen til de 30 fremmødte. Derefter fulgte et spændende indlæg ved Overlæge Per Holt fra urologisk afdeling OUH.

Per fortalte om urinvejenes anatomi, årsager til urinafledning og de forskellige typer for urinafledning, som Nefrostomi, Måns-son / Indiana Pouch, Neoblæren / Studer blære og Brickerblære. Brickerblæren hvor en del af tyndtarmen bruges og med dannelse af urostomi.

Per fortalte om konsekvenserne ved urostomi såsom øget risiko for urinvejsinfektioner, risiko for strikturdannelse i urinvejene, flad stomi, hudproblemer og parastomalt hernie, brok omkring stomien, som kan give smerter/ømhed, kosmetiske gener og bandageringsproblemer.

Derefter viste Per en lang interessant billedserie omkring kirurgiske procedure ved konstruktion / anlæggelse af urostomi. Her blev forklaret om åben kirurgi og robot assisteret kirurgi. Meget spændende fortælling, hvor foto viste robot og de meget små instrumenter, der anvendes.

Der var mange spørgsmål under og efter Pers indlæg, og Per gav sig god tid til at svare og forklare.

Efter en dejlig frokost med flæsketeg og islagkage fortsatte dagen med indlæg ved stomisygeplejerske Kirsten Bach fra Horsens. Kirsten fortalte om stomipleje og livskvalitet med speciel fokus på brok ved stomien.

Brok opstår for de fleste indenfor de 1 – 2 år efter anlæggelsen af stomi. Symptomer ved brok kan være en trækkende / trykkende følelse ved stomien, en tyngde fornemmelse ved stomien og smerter / ømhed.

Kirsten fortalte om en spørgeskemaundersøgelse, hvor 1800 stomiopererede, der brugte brokbandage eller støttebælte deltog. Formålet var at få en øget forståelse for de erfaringer og det liv patienter med parastomalt brok har. Der kom mange interessante oplysninger bl.a. at mere end hver femte patient med parastomalt brok har gennemgået en operation og 20% er blevet opereret mere end to gange. Man vil helst ikke operere for brok, for risikoen for at det kommer igen er stor.

Kirsten fortalte om behandlingen ved parastomalt brok og der blev vist mange forskellige brokbandager og støttebælter frem. Kirsten fortalte om muligheden for specielt syet bandager, hvor bandagisten tager mål, og vigtigheden i at det sad korrekt. Det er ved kommunen, man skal ansøge om bevilling til specielt syet brokbandage. Igen mange spørgsmål til Kirsten.

COPA-Urostomigruppen fortsætter næste side)

COPA-Urostomigruppen fortsat: Efter Kirstens spændende indlæg var det Mette Bundgaard fra Dansac & Hollister, der kunne præsentere urostomiprodukter. Mette fortalte om Dansac og Hollisters 1-dels og 2-dels urostomi bandager og viste den sidste nyhed fra Hollister en ny urostomipose. Mette havde et produktbord, hvor der var stor aktivitet og spørgelyst.

Sidste punkt på programmet stod COPA landsformand Henning Granslev for. Henning fortalte generelt om reglerne for bevilling af stomi hjælpemidler, og om de problemer nogle af medlemmerne får i forbindelse med, at kommunerne strammer reglerne for bevilling af stomiprodukter. Henning fortalte om nogle kommuner, der havde ansat en sygeplejerske for at visitere til andre stomi produkter, som er billigere for kommunen. Henning fortalte om nye tiltag i COPA foreningen og viste en film, som COPA er i gang med at lave. Efter en lang dag med mange spændende indlæg og et meget aktivt publikum, sagde Anne Lise Hansen tak til Per, Kirsten, Mette og Henning for indlæg, og tak for i dag til alle de fremmødte. Også en tak til Dansac & Hollister, der havde støttet med tilskud til hotelovernatning.

Med venlig hilsen Anne Lise Hansen



COPA Colitis-Crohngruppen

Vestdanmark: Vakant. Kontakt COPAs sekretariat.

Østdanmark: Svend Larsen, Brandstrupvej 99, 2610 Rødovre
Tlf. 2057 6809 (efter kl. 18.00) E-mail: laila@mail.tdcadsl.dk

Kommende arrangementer COPA Colitis-Crohngruppen:

Kontakt venligst Svend Larsen.



COPA Forældregruppen

Gruppens repræsentant og gruppens kontaktperson:

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

Kommende arrangementer COPA Forældregruppen:

Kontakt venligst Morten Holmgaard.



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 arrangement

Vintertur

Så er det blevet efterår og vi går mod mørke og trist vejr.... men det betyder jo også at det er tid til Ungdomsgruppens vinterarrangement. Vi er fuld i gang med planlægningen, men er dog ikke helt klar med præcis dato til bladets deadline. Så hold øje med Facebook (COPA Ungdom) og/eller COPA-hjemmesiden, hvor vi vil opdatere med mere info.

I er også meget velkomne til at skrive til ida: ida.j.engblom@gmail.com for spørgsmål eller info.

Siden sidst

NOA møde Island

Den 18. til den 20. september blev NOA konferencen afholdt på Island, i byen Reykjavik. På konference var landene Island, Sverige, Finland samt Danmark repræsenteret. Derudover var der gæster fra Rumænien og Holland. På det danske hold deltog syv personer, hvoraf tre var fra ungdomsgruppen. Der var mulighed for at tage til Island nogle dage før konferencen for egen regning, for at se lidt af landet, og her gik turen blandt andet på hvalsafari, afslapning i Den Blå Lagune, og som det eneste sted i verden en tur hvor man bliver hejst 120 meter ned i en død vulkan.

Selve konferencen startede torsdag aften med velkomstmiddag på det Maritime museum i Reykjavik, hvor der også var tid til en lille





rundvisning. Fredag stod fra morgenstunden på oplæg i hotellets mødelokale. Kirurgen Tryggvi B. Stefansson, fortalt om J-pouch, historien herom, samt problemer og behandlinger ved stomi og reservoir operationer. Herefter var Holland på banen. Holland ønsker at lave et projekt omhandlende Kock-pouch patienter, og de kirurger, som kender til denne operation i Europa, og fremlagde derfor forslag til hvordan dette projekt skulle stables på benene. Efter frokost var der oplæg fra den islandske cancer forening, en stomisygeplejerske, samt fra den islandske stomiforening ISILCO. Sidst på dagen havde Rumænien et oplæg omhandlende to ungdoms arrangementer, som Rumænien har afholdt igennem de seneste år, som har været understøttet af EU. Derudover blev der fortalt hvordan det er at være stomiopereret i Rumænien, hvad der støttes af staten og hvilken service der fås igen- nem det rumænske sundhedssystem.

Efter en lang, men spændende dag med oplæg, blev forsamlingen delt i to. Deltagere over 40 år var inviteret til middag hos Jón Thorkelsson – Formand for ISILCO. Ungdomsgruppen 20/40 var en tur ude og bade, hvorefter middagen stod på store bøffer på det nærliggende Steak House. Herefter var natten stadig ung, og Ungdomsgruppen brugte derfor nogen tid på The English Pub, som er kendt og berygtet for sit lykkehjul, hvor man har mulighed for at vinde en meter fadøl.

Lørdag stod på sightseeing i Reykjavik, og turen gik først til et kunstmuseum, hvor det var muligt at se nogle af Islands kendte kollager. Herefter gik turen til Islands nationalmuseum, som viser Islands opbyggelse igennem de sidste 1200 år. Det sidste museum vi nåede på turen var et museum, som der kun findes denne ene slags af i verdenen, nemlig Det Islandske fallosmuseum. På dette museum kan man se ikke mindre end 200 forskellige penisser tilhørende dyr på land og i vand, som kan findes på Island. Efter nogle meget interessante museumsbesøg blev gruppen livet op med en tur på ølskole, hvor der udover ølsmagning, blev fortalt om øllets historie på Island. Efter en opkvikning fra ølsmagningen gik turen til den lokale bowlinghal, hvor der blev dystet om at slå flest strikes.

Konferencen blev lukket af med middag på The Fish Company, hvor den stod på fem retters menuen kaldt 'En tur rundt om Island'. Efter middagen var det tid til at sige farvel, da mange af deltagerne skulle meget tidligt hjem søndag morgen.

Jeg takker for en rigtig lærerig, god, og spændene tur.

*Med venlig hilsen
- p.g.v. Katrine Nielsen*



Ny udstilling i København om planter til behandling af kræft

NaturMedicinsk Museum på Københavns Universitet åbnede en ny udstilling om planter til kræftbehandling i oktober 2014.

Naturen har traditionelt været den vigtigste kilde til nye lægemidler. Både i form af planter, svampe- og bakteriekulturer. En tredjedel af alle nye lægemidler, som blev godkendt på verdensplan i perioden 1981-2006, var naturstoffer eller afledt af dem. Halvdelen af alle lægemidler til behandling af kræft består enten af rene naturstoffer eller kemiske forbindelser, som er kraftigt inspireret af naturen.

En ny særudstilling på NaturMedicinsk Museum sætter fokus på planter til behandling af kræft – både de historiske planteprodukter og de nye lægemidler under udvikling.

Giftgulerod til prostatakkræft

-"Skærmpflanzen *Thapsia garganica* (giftgulerod), der vokser som ukrudt i mange midelhavslande indeholder et stof med positiv effekt på prostatakkræft. Kliniske forsøg på mennesker er i gang, og resultaterne er lovende", fortæller professor Søren Brøgger Christensen, som står bag den nye udstilling. Han var selv med til at isolere det aktive stof *thapsigargin* i 1970'erne.



Thapsia garganica har ikke noget officielt dansk navn, men fra engelsk kan navnet oversættes til 'giftgulerod', og plantens toksikologiske egenskaber har da også været kendte siden oldtiden, hvor de hudirriterende egenskaber ved plantesaften første gang blev beskrevet.

Giftgulerod (Thapsia garganica) producerer naturligt giftstoffet thapsigargin, der effektivt nedkæmper kræftceller. Stoffet har været i gennem de første kliniske studier og er nu på vej ind i anden fase af de kliniske studier. Hvis det går som forventet, vil det skabe en enorm efterspørgsel. Men planten er relativ sjælden og nærmest umulig at dyrke. Samtidig er det dyrt at fremstille stoffet syntetisk.

Natur Medicinsk Museum



Jagtvej 160, indgang bygning 22.

OBS: Grundet ombygning er der p.t. ingen elevator.

NaturMedicinsk Museum er et skatkammer af planter og plante- og dyreprodukter fra hele verden, der anvendes til medicin, pilegifte, rusmidler, kosmetik og farvning.

Museet udstiller danske folkemedicinplanter og forklarer om deres virkning og viser, hvordan en ny medicin udvikles fra folkemedicin i Danmark og hele verden.

NaturMedicinsk Museum er en del af Institut for Lægemediddesign og Farmakologi på Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet.

Abningstider

Museet er åbent for offentligheden på torsdage kl. 13-17. Der er gratis adgang. Museet er lukket skærtorsdag, Kr. Himmelfartsdag, hele juli og august, samt 19/12 og 26/12.

Handicapforhold

Det tilrådes at kontakte museet i forvejen, hvis man ikke selv kan klare en mindre trappe.

Taks til brystkræft

Når man udvikler lægemidler baseret på naturstoffer, kan det være en udfordring at skabe en bæredygtig produktion. Plantestoffet *taxol* har spillet en vigtig rolle i kampen mod brystkræft.



-"*Taxol* udvindes af amerikanske takstræers bark. Af ét træ kunne man udvinde lægemidler til gavn for få brystkræftpatienter, og på den måde blev det naturligvis svært at sikre fremtiden for både planter og mennesker. Men så fandt man i begyndelsen af 1990'erne ud af at benytte europæiske takstræer. Her kunne man tage nåle fra træet i stedet for at ødelægge barken og derefter brygge videre på råstofferne i laboratoriet ved hjælp af syntesekemi", fortæller Søren Brøgger Christensen.

Taks indhold af taxaner herunder paclitaxel i "Taxol" og docetaxel i "Taxotere", der anvendes som effektive cytostatika til kemoterapi i forbindelse med blandt andet æggestokkræft, lungekræft og brystkræft, har forstærket medicinalindustriens interesse for træet. Senest er "Abraxane", der indeholder paclitaxel bundet til plasmaproteinet albumin, blevet godkendt af Den europæiske Lægemedicinstyrelse i 2008.

Opdagelsesrejse i ukendt terræn

Frem til midt i 1800-tallet var planter, tørrede organer og mineraler de eneste tilgængelige lægemidler. I løbet af historien har de medicinskemiske videnskaber vundet frem, og det er nu muligt at forfine og fremstille naturens udgangspunkt i laboratoriet:

– "Naturen er mangfoldig, og pludselig kan et nyt og spændende 'lead' vise sig. Det er en opdagelsesrejse i ukendt terræn, hvor vi jager brugbare molekyler til fremtidens lægemiddeldkemi", slutter Søren Brøgger Christensen.

Danskernes tillid til lægerne er under pres

Historierne om fejlbehandlinger, chikane af akuttelefonen og misbrug af forskningsmidler tærer på danskernes tillid til lægestanden. Den årlige troværdighedsmåling fra Radius Kommunikation viser, at lægernes troværdighed er faldet de seneste tre år.

De mindst troværdige faggrupper er dog stadig journalister, bilforhandlere – og politikere.

Den hvide kittel og stetoskopet i brystlommen har traditionelt været forbundet med en høj troværdighed, men nu viser en ny analyse, at danskernes tillid til lægerne er dalende. For sjette år i træk har Radius Kommunikation undersøgt danskernes tillid til en række faggrupper, og set over de seneste tre år er lægernes troværdighed faldet betydeligt.

Lægerne ligger fortsat i den pæne ende af troværdighedsbarometeret og bliver kun overgået af sygeplejersker og dommere, men alligevel er der tale om et markant fald i troværdigheden, lyder det fra seniorpartner i Radius Kommunikation Nicolaj Taudorf Andersen:

”-Ser man på udviklingen over de seneste tre år, er der en tydelig tendens til, at danskernes tillid til lægerne falder. Vi har de seneste år været vidne til en række uheldige sager i lægeverdenen, der har givet lægernes image ridser i lakken,” siger han.



Chikanehistorier tærer på troværdigheden

Nicolaj Taudorf Andersen peger på, at danskernes opfattelse af lægernes troværdighed i høj grad afhænger af deres personlige oplevelser med praktiserende læger eller sygehuslæger, at mediernes omtale af lægestanden som helhed også har en klar indflydelse.

”-Jo oftere vi bliver konfronteret med historier om lægesjusk og fejlbehandlinger, des lavere tillid vil vi have til lægerne. Dertil kommer balladen om chikane af akuttelefonen sidste vinter og de seneste måneders fokus på misbrug af forskningsmidler, som har fået meget opmærksomhed i pressen. Der skal kun en håndfuld rigtigt dårlige enkeltsager til, før det påvirker vores overordnede indtryk af lægerne.”

Journalister har genvundet troværdighed

Allernederst på troværdighedsbarometeret ligger igen i år journalister, bilforhandlere og politikere. Politikerne får i år den laveste troværdighedsscore nogensinde og sætter dermed ny bundrekord for de seks år, Radius Kommunikation har gennemført undersøgelsen. Journalisterne har derimod taget et lille hop opad i forhold til sidste måling.

”-I kølvandet på Se&Hør-skandalen i foråret lavede vi en ekstraordinær måling af journalisternes troværdighed, der viste et betydeligt dyk. Men nu er journalisternes troværdighed oppe på stort set samme niveau som før afdækningen af overvågningsskandalen. Det viser, at troværdighed på samme tid er en plastisk og stabil størrelse. Massiv negativ mediedækning af en given branche kan lynhurtigt farve vores opfattelse af faggruppen på kort sigt, men giver ikke nødvendigvis varige mén på langt sigt. Særligt ikke, hvis branchen som helhed er hurtig til at inddæmme krisen ved at tage afstand fra de dårlige sager, som journaliststanden var,” slutter han. ■

Bliv støttemedlem eller almindeligt medlem af COPA

NYT MEDLEM

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

NAVN.....

ADRESSE.....

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

Fødselsår.....Stomitype.....

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

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

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



Sendes (gerne i kopi) til:
 COPA • Jyllandsgade 41 • 4100 Ringsted

Udgiver: COPA, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted

LOKALFORENINGER / GRUPPER (Landsforeningen: tlf. 57 67 35 25)

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

Undtaget herfra er København/Frederiksbergs, Storstrøm Nords og Lolland/Falsters lokalforeninger.

København / Frederiksberg

Svend Larsen **)
Brandstrupvej 99
2610 Rødovre
Tlf.: 20 57 68 09

Storkøbenhavn

Gethe Jacobsen
Topasvej 35
2730 Herlev
Tlf.: 4095 0953

Frederiksborg

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

Bornholm

Inge Skovgaard Petersen
Smedegade 20
3700 Rønne
Tlf.: 5695 6530 / 3028 6530

Roskilde

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

Vestsjælland

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

Storstrøm Nord

Kontakt
COPAs
sekretariat
Tlf.: 57 67 35 25

Lolland-Falster

Kontakt
COPAs
sekretariat
Tlf.: 57 67 35 25

Fyn

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

Sydøstjylland

Hanne Westergaard *)
Emil Møllers Gade 24A, 2.th.
8700 Horsens
Tlf.: 75 64 10 86

Sønderjylland

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

Sydvestjylland

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

Midt/Vestjylland

Lars Elvig
(fungerende lokalformand)
Banegårdspladsen 4A 4 1
7400 Herning
Tlf.: 20 52 17 71

Gl. Viborg amt

Knud Faueryby
Hagenstrupparken 34
8860 Ulstrup
Tlf.: 50 46 84 34

Aarhus

Christian Heidum
Værum Fælledvej 22, Værum
8940 Randers SV
Tlf.: 86 44 54 35

Nordjylland

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

Familiær Adenomatøs Polypose gruppen

Østdanmark:

Lise Dam
Skovbrynet 39, 4450 Jyderup
Tlf.: 59 27 77 88

Vestdanmark:

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

Forældregruppen

Morten Holmgaard
Amaliehaven 20, 7080 Børkop
Tlf.: 50 47 50 07

Ungdom

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

Colitis-/Crohngruppen

Østdanmark:

Svend Larsen
Brandstrupvej 99, 2610 Rødovre
Tlf.: 20 57 68 09

Vestdanmark:

Kontakt COPAs sekretariat

Urostomigruppen

Vestdanmark:

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

Østdanmark:

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

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

