

PROLIVNYTT



Informationsblad från prostatacancerföreningen ProLiv Väst • Nummer 87 • Januari 2017 • Årgång 23

”

Lika bra att du
vänjer dig direkt
vid att höra det.

– ur ledaren om ett nytt
ord som blir vanligt 2017:
prostatacancercenter

PÅ GÅNG

**Nya samtal
i Uddevalla**

HALLAND

**Möte med vården
lockade många**

IRMELIN
tog tag i
**MUSTASCH-
KAMPEN**

Foto: ANDERS HANSSON

INNEHÅLL

SNÖSNOPP OCH MUSTASCHKAMP

2016 blev ännu ett år välfyllt med stora och små ProLiv-händelser.

4

MÖTE SOM SIGNALERAR HOPP

Förre folkpartiprofilen Peter Örn intervjuas om sin bok på årsmötet.

5



DET VÅRAS FÖR FILIALEN

Lars-Eric Green lotsar ProLiv-gruppen i Trestad med omnejd mot en ny vår.

6

LYSTRING SKARABORGARE!

Nu kommer ProLiv till kyrkan i Skara och mässan i Skövde.

13

FORSKNING UTAN GLAMOUR

Det handlar om kiss och bajs på det nystartade inkontinenscentret.

14

ProLivNytt

Ansvarig utgivare: Christer Petersson
Redaktör: Anders Hansson
Formgivning och layout: Henrik Strömberg
Upplaga: 1 950 ex
Tryck: Billes Tryckeri, Mölndal 2017

Referat av artiklar ur andra källor om läkemedel och behandlingsmetoder innebär inga ställningstaganden eller rekommendationer från ProLiv Västs sida. ProLivNytt distribueras förutom till ProLiv Västs medlemmar också till medlemmar i CaPriN Halland samt till vårdpersonal.

ProLiv Väst

Kansli: Anders Hansson, 0732-31 40 10
Adress: EA Rosengrens gata 32, 421 31 V Frölunda
Kontakttelefon: 0302-467 68
E-post: kansli@proliv.com
Hemsida: www.proliv.com
Plusgiro: 920 92 34-5

LEDARE

CENTER I FOKUS

Prostatacancercenter.

Hört talas om det?

I så fall inte här i din medlemstidning, för ordet du läste alldeles nyss har aldrig tidigare förekommit i ProLivNytt.

Prostatacancercenter.

Lika bra att du vänjer dig direkt, för det kommer att handla mycket om det framöver.

Än så länge är det bara en vision, ett mål i fjärran att sikta mot. Ett ställe (eller flera) där den allra främsta vården i samband med prostatacancer ska kunna skapas – för alla. Från organiserat PSA-prov och exaktare diagnos, via val av botande behandling, uppföljning, rehabilitering, till återfall och bromsande åtgärder vid spridd sjukdom.

Längs hela skalan ska högsta kompetens gälla, och bästa tänkbara information förmedlas till patienten för maximal delaktighet.

Många plusord alltså. Men syftet är klart: Att bota fler – fortfarande avlider cirka 2 400 män i sjukdomen varje år. Och minska biverkningarna – i synnerhet dem som uppstår på grund av själva behandlingen, och bristerna i utförandet av den.

Att leva vidare med varierande grad av inkontinens och impotens är exempelvis fortfarande snarare regel än undantag för tusentals prostatacancerpatienter.

Sahlgrenska Universitetssjukhuset kan bli anhalt för landets första prostatacancercenter. Det kanske tar fem år, men vägen dit har börjat krattas. Det finns internationella kriterier för vad som krävs för att få kalla sig

prostatacancercenter, 40 kravpunkter noga räknat. Sahlgrenska uppfyller kanske ett tiotal i dag. Ett av dem är den gemensamma mottagningen för onkologi och urologi. De multidisciplinära konferenserna kring varje enskild patients behandling ett annat.

”Att skapa ett prostatacancercenter är förstås inte gratis. Är det värt det? Ja, är det värt att inte göra det, kan man ju också fundera på.

Vad kostar det då att skapa ett högsta klassens prostatacancercenter? Det är förstås inte gratis. Är det värt det? Ja, är det värt att inte göra det, kan man ju också fundera på.

Vid ett kommande medlemsmöte under 2017 hoppas vi kunna erbjuda en högklassig presentation av visionen prostatacancercenter. Nu har förresten ordet redan förekommit sex gånger här. Det lär garanterat bli fler.

Apropå center: I september 2014 ställdes i ProLivNytt frågan ”När får vi ett Maggie’s Center i Göteborg?” I takt med att diagnosmetoder och behandlingsformer utvecklas och förfinas blir antalet prostatacancerpatienter som lever med diagnosen allt större. Rimligen ökar därmed också behovet av fysisk rehabilitering och psykosocialt stöd.

Maggie’s är en kedja rehabiliteringscenter som finns på ett tjugotal ställen – flest i



ANDERS HANSSON • REDAKTÖR

Storbritannien, men även Barcelona och Hongkong – och som nu är på väg att få en västsvensk version: Kraftens Hus i Sjuhärads. Det är tänkt att samla resurser för stöd och rehabilitering åt alla cancerdrabbade och deras anhöriga. På medlemsmötet i Borås den 4 februari (se sista sidan) berättas det mer om projektet.

Och Borås – ja, det är ju nästan i Göteborg i alla fall. ■

Ett alldeles ovanligt år

2016 var året som startade i januariköld med ett hyss som blev viralt. Förre ProLiv-sekreteraren Åke Lindgrens bild av den ystert uppståndna snösnoppen utanför hans fönster, placerad mitt på isen i den göteborgska vallgraven vid Grönsakstorget, för några dagar världen runt i de digitala medierna.

Men den förförliska snoppshistorien blir nog högst en bisats när ProLiv Väst summerar det gångna årets mer programenliga aktiviteter i verksamhetsberättelsen inför årsmötet **den 25 mars**. Det här hände också 2016:

FEBRUARI

Stormvindar och liggande regn hälsade **Robert Thomas** som kom från Cambridge i England till Dalheimers hus i Majorna och föreläste om personliga strategier för självhjälp



PROFESSOR. Robert Thomas gav grönt ljus till ett glas rött.

och livsstil vid cancer. Onkologiprofessorn talade om välgörande polyfenoler, uppmuntrade till fysisk aktivitet och träning, varnade för intag av chips, men gav grönt ljus för ett glas rött till broccolisoppa.

De första 30 exemplaren levererades av ProLiv Västs nydanade **kunskapspaket** till alla ny-diagnostiserade västsvenska patienter. Premiärmottagare var urologavdelningen

vid Skaraborgs Sjukhus i Skövde. Sammanlagt 1 435 paket har under året gått ut till ytterligare åtta prostataenheter i regionen i Göteborg, Borås, Alingsås, Lidköping, Kungälv och Uddevalla.

MARS

Årsmötet gästades av **Ulrica Lachner** från SCA som gav en fyllig exposé över begreppet inkontinens och delade ut "godispåsar" med några av de senaste skyddsprodukterna inom området, däribland **engångskalsongen**.

Styrelsen fick en ny medlem,

Rune Edquist, passionerad fågelskådare med yrkesbakgrund som ekonom.



APRIL

Efter fjorton år som ansvarig för ProLiv Västs anhöriggrupp förklarade

Barbro Eliason, 79, att nu var det nog dags att andra krafter tar över ledarskapet.



PRISADE. Rebecka Arnsrud Godtman och Andreas Josefsson.

MAJ

Föreningen tilldelade två unga forskare vid Sahlgrenska, **Rebecka Arnsrud Godtman** och **Andreas Josefsson**, vardera 100 000 kronor i bidrag för vidare forskning kring bland annat säkrare diagnosmetoder och metastaserad prostatacancer.

Vid det välbesökta medlemsmötet föreläste **Pär**



BERÄTTARE. Sivan Johansson bjöd frikostigt på sin osthistoria.

Lodding om PSA och **Kerstin Åslund** från Sundsvall om aktiv monitorering.

Den gastronomiskt belönade **Sivan Johansson** i Stora Levene berättade vid vårens västgötska medlemsresa oförglömligt om sitt liv som bondflicka och hur de berömda ostarna kom in i bilden. Resedeltagarna fick också vara exklusiv publik vid en skivinspelning med **Bohuslän Big Band** i det fantasi-eggande kulturhuset i Vara.

Tillsammans med bröstcancerföreningen Johanna och gyncancerföreningen Ada&Beda anordnades tipspromenaden **Samgången** i Slottsskogen – i lite för bra väderlek. Parkbesökarna ville mest jäsa i gräset i majsolen.



SEPTEMBER

ProLiv Väst och Johanna samarbetade också om golf tävlingen **Golf mot cancer** som hölls (mestadels i regn) på Stora Lundby med 32 deltagare i shotgunspel.

NOVEMBER

Mustaschkampmånaden novembers sista dag arrangerade ProLiv Väst i samarbete med **Prostatacancerförbundet, Cankerkompisar** och **Regionalt Cancercentrum (RCC) Väst och Syd** ett heldagsseminarium med fokus på patient- och närstående-stöd. Målgrupp var landets 26 prostatacancerföreningar. Uppslutningen och responsen vittnade om att stöd-verksamheten fortfarande har en central funktion i

föreningarnas åtaganden.

Men också att sjukvården i åtskilliga sammanhang numera tydligt ser potentialen i patientmedverkan som ett sätt att förbättra vården.

På så vis har det återigen varit ett alldeles ovanligt år i ProLivs historia.

ANDERS HANSSON

Fotnot: Hela årsberättelsen för 2016 kommer att finnas tillgänglig vid årsmötet den 25 mars i Dalheimers hus.

- OCH ÅRSMÖTE I HOPPETS TECKEN

Hopp och prostatacancer, hänger det ihop? Det menar **Peter Örn**, tidigare bland annat partisekreterare för folkpartiet och generalsekreterare för svenska Röda Korset, i den bok som nyligen kommit ut där

han skriver om sin diagnos och behandling. Som har just titeln **Prostatacancer – en bok om hopp**.

Vid ProLiv Västs kommande årsmöte

den 25 mars

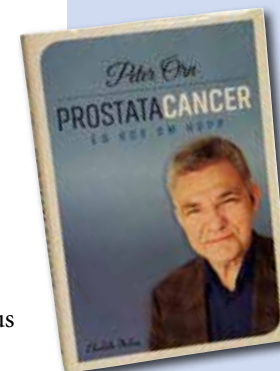
(se sista sidan) finns Peter Örn på plats för att utveckla och diskutera tankar kring betydelsen av hopp vid en tuff sjukdom.

Du kan förhandsbeställa boken till reducerat pris **150 kronor** inkl moms och hämta den vid årsmötet. Swisha pengarna till **0732-314010** eller sätt in på plusgiro **920 92 34-5**. Märk inbetalningen "Örnbok".

Intervjuer ingår med bland andra läkaren **Jonas Hugosson** i Göteborg, som opererade författaren. Boken avslutas med tio personliga råd, däribland att inte se en eventuell diagnos som slutet på allt.

ANHÖRIGGRUPPEN

i Göteborg går vidare med sina möten under ny ledning. Tid och plats som tidigare, bröstcancerföreningen Johanna's lokal vid Packhusplatsen, onsdag klockan 17.30-19. Tre möten återstår i vår: **1 mars, 5 april och 10 maj**. Kontaktperson är **Christina Blixt**, telefon **0706-11 65 92**.



TRESTAD | BOHUSLÄN | DALSLAND



FOTO: ANDERS HANSSON

PERSONALTÄTT. Med på sista planeringsmötet var läkarna Emil Järbur, Homayoun Baqai, Jesper Swärd, Staffan Jahnson, Sven Grundtman och Srood Hanna, samt sjuksköterskorna Sofia Nordgren och Lisa Karlsson. Till vänster Lars-Eric Green och Christer Petersson från ProLiv Väst.

Filialen finner formen

Det började som en tanke, som blev en fråga. Som fick svaret: Självklart kan vi vara delaktiga i att starta en ProLiv-filial i vårt närområde, sa chefen för urologen vid kirurgkliniken på Uddevalla sjukhus. Det var precis för tio månader sedan. Nu är vi nära målet: en fungerande och självstyrande ProLiv-sektion för Trestad/Bohuslän/Dalsland.

Det har varit en resa minsann. Och som på sätt och vis påbörjades redan vid mitten av 2000-talet. Då var det ProLiv Västs dåvarande ordförande

Lars G Eliason som ledde ansträngningarna, som till en början såg ut att nå framgång. Men den spontana entusiasm som Lars lyckades väcka hos de lokala medlemmarna

slocknade i takt med att rutinerna tog vid.

SKA SAMMA sak hända nu?

– Nej, den här gången har jag gett mig sjutton på att det

MÖTE I MARS

Samtalsgruppen för Trestad/Bohuslän/Dalsland samlas nästa gång **torsdag 2 mars** kl. 18.00–20.30.

Plats: Folkets Hus i Uddevalla, möteslokal Fossum.

Adress: Göteborgsvägen 11.
Kontaktperson är Lars-Eric Green, telefon 0523-472 33 eller 0709-74 44 18, **epost:** le.green@telia.com

ska lyckas, säger Lars-Eric Green, som var med vid tiden för det förra försöket. Nu är han en i "de fyras gäng" som kopplat grepp om det nya initiativet och tänker lotsa det in i framtiden tillsammans med kollegerna Roger Hedin, Raymond Wälsjö och Lars-Göran Agebrand.

De har dessutom ett värdefullt stöd i ryggen från Uddevalla-urologens personal som ser klara fördelar av att på ett mer organiserat vis kunna ta del av patienternas upplevda erfarenheter av ett liv med prostatacancer. De former som kan öppnas för framtida samarbete finns det nu inspirerande möjligheter att utveckla.

FRÅGAN OM den aktuella ProLiv-filialen kom upp den 29 mars förra året, i samband med att Uddevalla-urologen

kunde redovisa imponerande förbättringsresultat för 2015 i prostatacancervården. Vi blev nyfikna: Kanske kunde man ta det ett steg till, ännu närmare patienterna?

Jodå. Ett första filialsonderande möte mellan ProLiv Väst och merparten av urologpersonalen inklusive chefen Jesper Swärd ägde rum veckan före midsommar. En avsiktsförklaring i sju punkter gjordes då, med ömsesidiga åtaganden beskrivna.

Kontakterna stärktes vid ett föreberedande höstmöte, och efter det gick information ut till områdets samtliga ProLiv-medlemmar och nytillkomna patienter vid urologen med ett viktigt datum: Den 19 oktober skulle uppstartsmötet hållas på Östraboteatern i Uddevalla.

”Ett lyckat möte, mycket uppskattat från båda parter

Dit kom över hundra deltagare från Trestad med omnejd. Överläkare Sven Grundtman föreläste om FAQ – de vanligaste frågorna om prostatacancer i dag och i morgon, och kotaktsjuksköterskorna Lisa



GARVAD. Lars-Eric Green.

Karlsson, Sofia Nordgren och Lena Strömberg presenterade sig.

Och inte minst, debuten för en samtalsgrupp i lokal regi spikades till den 24 november i Rimnershallen.

DAGEN FÖRE det var Lars-Eric och Raymond inbjudna till dialogmöte med politikerna i norra hälso- och sjukvårdsnämnden.

– Ett lyckat möte, mycket uppskattat från båda parter. Politikerna verkade vilja ha en uppföljning, och eventuellt medverka i någon av våra medlemsträffar, säger Lars-Eric.

Samtalsmötet i Rimnershallen blev välbesökt med totalt 25 deltagare indelade i mindre grupper. De fyllde hela lokalen. Sorlet var ljudligt, snacket bra, stämningen god. En enkät efter mötet visade att deltagarna var klart nöjda.

Resan 2016 har alltså börjat bra. Välkommen ombord 2017 du också!

ANDERS HANSSON

..Månadens.. mästersäljare

"Ju fler som går omkring med Mustaschnålar och Blå Band desto bättre. Du kan hjälpa till att sprida dem!"
Bra idé, tänkte Irmelin Lindberg, undersköterska på Östra Sjukhusets avdelning 349 A.



Höstnumret av ProLivNytt, med den lilla uppmaningen här ovan inför Mustaschkampen i november, hade inte mer än hunnit landa i brevlådan hos medlemmarna förrän det kom ett mail till kansliet:

Hej! Jag undrar om jag som privatperson kan ha en låda och sälja till släkt och vänner och arbetskamrater? Jag och min make är med i ProLiv. Med vänlig hälsning Irmelin och Krister Lindberg.

– Det stod att man skulle gå till någon butik och höra om de ville vara med, men jag tänkte vilken butik ska jag fråga? Jag kunde ju försöka sälja själv om det är okej, säger Irmelin.

Det var det förstas, med råge. När kampanjmånaden summerades hade Irmelin sålt 45 mustascharmband

och 99 pins! Sammanlagda försäljningssumman: 5 670 kronor.

Hur gick det till?

– Nej det var inte så svårt. Jag har generösa arbetskamrater, 25–30 stycken, som ställt upp för en god sak. Min man sålde på sin arbetsplats också, så det var ett teamjobb kan man säga.

Mustascharmband, blå band och reflexer hamnade även bland de tolv medlemmarna i Irmelins tjejgäng.

– Dem har jag totat ihop från olika sammanhang; tidigare kollegor, en syster till mig, gamla väninnor, någon skolkamrat, spridda skurar från lite varstans. Vi går ut och träffas en gång i månaden. Alla kände inte varandra från början, så det har blivit flera nya bekantskaper.

IRMELIN ENGAGERAR

och är engagerad. På undersköterskeblusen sitter en tät samling pins för olika diagnoser, de flesta med anknytning till cancer. Flera av hennes nära vänner har drabbats hårt, med bröstcancer, hjärntumör, och två fall av äggstockscancer.

Själv har Irmelin tidigare arbetat fem år på Jubileums-kliniken vid Sahlgrenska där cancerpatienter vårdas. På avdelning 349 A handlar det nu om mag- och tarmsjukdomar, i tjocktarm och ändtarm. Cancer och ulcerös kolit, stomier.

Hon är stolt och glad över sin nuvarande arbetsplats, som är speciell. "Framtidens



MÄRKEN. Irmelin samlar pins.

vårdavdelning" som den kallas, och som bildades för drygt två år sedan i syfte att hitta och utveckla nya och bättre former för vårdarbetet.

PRECIS SOM alla undersköterskor och sjuksköterskor har Irmelin sökt och rekryterats direkt till den nystartade avdelningen.

Vad var det som lockade?

– Ja det var väl förändring. Det är fantastiskt roligt att få vara med och starta upp en avdelning, och kunna påverka med idéer och förslag. Avdelningen stod tom när vi kom, vi fick inleda med att packa upp möblerna. Det blir extra bra stämning när alla börjat samma dag och alla valt att jobba just här.

På 349 A har alla sköterskor oavsett rang och titel hand om alla fjorton patienter tillsammans.

– Ansvarar tillsammans, poängterar Irmelin.

Ett motto för framtiden så gott som något.

ANDERS HANSSON

... OCH HÄR SÅLDES OCKSÅ MUSTASCHER

Det var inte bara "team Irmelin" som var i säljartagen under Mustaschkampen. ProLiv Väst hade även lådor ute hos ett antal näringsidkare och butiker. Med gott resultat.

Allra bäst hos **City Gross Ytterby**, som var med redan förra året, och som nu ökade mustaschförsäljningen i sex kassor med hela 50 procent till sammanlagt 11 040 kronor!

Närbutiken **Ica Nya Varvet** upplät åter en kassa och landade på fina 4 260 kronor. Genom ProLiv-medlemmen Carina Bäck och hennes

man Mats fanns även mustaschlådor på nytt ute hos **Göksäter på Orust** (1 920 kr) och i **Stenungsund** (1 500 kr).

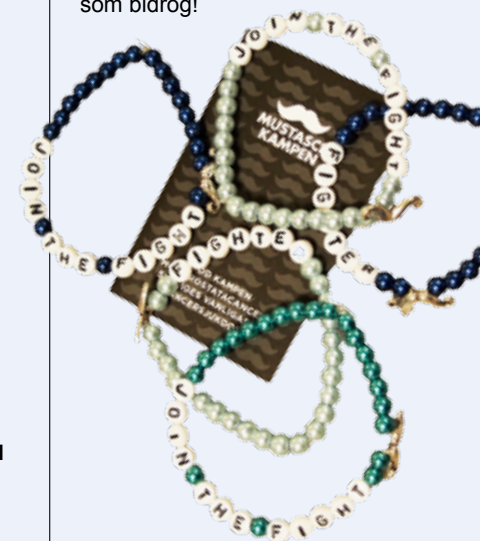
Bland nytillskotten märks **Hemköp Masthuggstorget** (4 200 kr), **Coop Surte** (2 220 kr) och **Brofrisören på Mölndalsbro** (2 670 kr).

Bruttoresultatet för kampanjmånaden blev totalt 39 500 kronor. Stort tack till alla som bidrog!



KASSACHEF.

Eva Nilsson på City Gross Ytterby.



Lust & tröst i laxmiljö

Laxbutiken i Heberg var en lördag i oktober plats för ett kombinerat seminarium om Samliv och cancer samt Stöd och tröst till cancerdrabbade. Det var ett samarrangemang mellan Region Halland, bröstcancerföreningen Johanna, gyncancerföreningen Anemonen och CaPriN. Seminariet lockade ett 70-tal deltagare spritt bland alla föreningarna.

Else-Marie Rasmusson, onkologsköterska och sexolog från Lund, inledde med ett par sammanfattande frågor:

- Vem är sexuell?
- Hur fungerar vi?
- Vad gör cancer med sexualiteten?

HON BERÖRDE också hur det går att påverka sexuell hälsa.

Vi fick klart för oss att behoven inte försvinner i samband med sjukdomen men förutsättningarna förändras. Det är viktigt att ta till sig och försöka finna vägar för vad som känns bra för den enskilde och dennes partner. Det kan vara allt från att bara känna närheten med varandra till



START. CaPriNs ordförande Knut Lawesson hälsade välkommen till temadagen.

mer avancerat medicinsk stöd. Det är viktigt att våga prata om problemen med sin partner och inte känna skam för sin ändrade kroppsuppfattning.

Else-Marie gick också igenom olika behandlingsformer, mediciner för att få bättre sexuellt välbefinnande och olika typer av hjälpmedel och apparater. Sammanfattningen av ett mycket intressant föredrag blir att sjukdomen inte tar bort dina behov men det gäller att hålla liv i lusten. För det kommer inte av sig själv.

Efter lunch fick vi en berättelse om ensamheten när närstående får cancer. Föredragshållare var Inga-Lill Lellky, som gick igenom sin erfarenhet från den tuffa tiden när hennes man fick sitt cancerbesked tills han gick bort tio månader senare.

HENNES UPPLEVELSE var en ensamhet som växer fram av att vännerna blir färre, ofta beroende på att vi inte är vana att hantera denna typ av situationer. Då fick hon hjälp av en kurator att komma i kontakt med en kvinna i samma situation som hon kunde prata med om allt möjligt i den mörka vardagen. Efter Inga-Lills mans bortgång har hon startat och byggt upp hemsidan **Cancerkompisar.se** där man kan lämna sin profil och få träff på personer med likartad erfarenhet.

KÄNSLAN EFTER dagen är att det säkert kan finnas fler gemensamma teman för patientföreningarna att samarbeta kring framöver.

HÅKAN SVENSSON

UTVIDGAD KONTAKT CaPriN har kunnat konstatera en nästan tioprocentig medlemsökning under hösten. Det märktes även vid det välbesökta medlemsmötet i Varberg strax före jul, med cirka 80 närvarande. Publiken fick möta och ställa frågor till flera av de ledande personerna inom prostatacancer vården i Halland, där 223 fall diagnostiserades senaste året vid de tre sjukhusen. Läs mer om mötet på hemsidan www.prostatacancerforbundet.se/caprin.

GOTT OM BLÅTT. Mustaschtröjorna fyllde läktarna i Aranäshallen.



Foto: SVEN-ERIC CARLSSON

Färgstark samling gav resultat

En unik handbollsmatch spelades i Aranäshallen i Kungsbacka söndagen den 4 december. Hela arrangemanget gick i Mustaschkampens anda.

Aranäs handbollsklubb hade bjudit in CaPriN att medverka i den lyckosamma tillställningen.

KLUBBEN HADE köpt 1 000 blåa tröjor med en svart mustasch på bröstet. Dessa tröjor delades ut till alla åskådarna.

Dessutom värmdes klubbarna upp i mustaschtröjor –

hemmalaget i blå och bortalaget i vita.

CaPriN hade tilldelats en bra plats där flertalet av åskådarna gick förbi. Vi delade ut pappersmustascher och broschyrer till alla som passerade. Vi sålde också våra pins, våra blå band och reflexmustascher. Och ingen kunde missa vårt budskap om att ta PSA-prov i rättan tid.

VI KAN inte nog tacka Pelle Linders, sportchef i Aranäs

handbollsklubb, med medhjälpare för denna möjlighet att sprida kunskap om vår sjukdom.

Det visade sig också att Aranäs handbollsklubb samlade in 75 140 kronor till prostatacancerförbundet vid detta arrangemang. Fantastiskt bra. Ett antal sponsorer har bidragit till detta belopp.

LITE SMOLK i bågaren var bara att bortalaget Alingsås vann handbollsmatchen.

LARS NILSSON

CAPRIN SYNTES PÅ SOCIETETEN

Varbergs största after work hölls på Societén den 11 november. Efter kontakt med eventchefen Niclas Wilhelmsson fick CaPriN komma och sprida information, prata mustaschkamp och sälja pins bland de 700 gästerna. Arrangemanget var slutsålt och



EFTERJOBBADE. De tre mustaschmännen Sven-Eric Carlsson, Bertil Carlsson och Lars Nilsson.

stämningen mycket hög. De medverkande föreläsarna Amelia Adamo och Glenn Strömberg bidrog till trivselen. CaPriN var placerade alldeles intill scenen. Alla såg oss. Vårt budskap om prostatacancer och att män skall testa sig gick fram och pinsförsäljningen var god. Någon bland publiken uttryckte att vi var bäst med våra blå mustascher.

LARS NILSSON

HALLAND

● 2 MARS Seniormässa i Varberg ● 11 MARS Arsmöte på Laxbutiken i Heberg

Glasklar utflykt med outlet i sikte

Tjugo medlemmar hade tecknat sig för att följa med på CaPriNs julmarknadsresa till Kosta den 1 december. Turen startade i arla vinterdunkel med buss från Varberg klockan 07.00. Via stopp i Halmstad gick färden vidare till Ljungby där förmiddagskaffe avnjöts ihop med fräsiga frallor och wunderbara wienerbröd. Under resan lyckades vi sälja ett flertal Sverigelotter.

Jörgen, vår flinke chaufför, tog oss säkert genom Småland (trots lite ishalka) till Kosta vid 11-tiden där en guide visade oss runt på området.

DÄREFTER FICK alla möjlighet att besöka Kosta Outlet och glasmuseet, se glasblåsningen på bruket och eventuellt köpa hem lite glas. Julmarknaden hade en fin inramning men vi saknade alla olika hantverkare ... Efter middagsbuffén på Kosta Art Hotel fick vi en guidad visning av alla fina glasföremål på hotellet, däribland den berömda baren som är helt uppbyggd med konstglas.

På hemvägen togs en bensträckare i Ljungby och vid 18-tiden nådde Halmstadborna åter hemorten. Vi i Varberg var hemma en timme senare. CaPriN tackar alla medverkande för en trevlig resa.

SVEN-ERIC CARLSSON

GIVANDE MARSCH MED DUBBELT MÅL

Temat för årets upplaga av Seniormarschen i Kungsbacka den 21 oktober var "Gå för livet", med ytterligare syfte att samla in pengar till Cancerfonden. CaPriN hade bjudits in att delta och avverkade tillsammans med ett antal ideella organisationer marschen till målet, Filmhuset i Kungsbacka. Marschen var ett mycket bra forum för vår förening. Vi kunde tala om prostatacancer, dela ut broschyrer samt sälja mustascher, blå band och lotter med givande resultat.

Medlemsrabatt på Pomi-T



32% medlemsrabatt

Som medlem i en patientförening ansluten till Prostatacancerförbundet har du 32% rabatt på Pomi-T. Rabatten får du med koden medlem32 antingen via webbsidan pomi-t.se eller ordertelefon 08-570 345 00.

Välkommen att beställa!

Prostatahälsa ab

PÅ GÅNG

SKARABORG, NU KOMMER VI!

Det är inte bara i Uddevalla som det rör på sig på ProLiv-fronten. I februari är vi högaaktiva på flera andra ställen ute i regionen, för att bredda och sprida vår verksamhet.

Till en början på **Världscancerdagen i Skara domkyrka 4 februari** ihop med bland annat bröstcancerföreningen – och med prostatacancer-ambassadören **Ralf Edström** som gäst och huvudtalare.

Vi är med i kyrkan och presenterar ProLiv Väst. Och får dessutom tillfälle att informera

inför den stora **Seniormässan i Skövde Kulturhus 15–16 februari** där vi satsar på närvaro båda dagarna klockan 10–16. **KOM OCH BESÖK OSS DÄR!**

Vår ambition och förhoppning är att träffa medlemmar och mässbesökare för att samla intresse kring en ProLiv-filial i Skaraborg, och få ett grepp om möjligheterna att bilda en lokal samtalsgrupp.

Det är viktigt att ProLiv Väst som är landets näst

största prostatacancerförening med 1 000 medlemmar – spridda över ett vidsträckt geografiskt område – kan fylla behovet av reguljär lokal verksamhet även

utanför huvudorten Göteborg.

Till gagn för medlemmarna, för föreningen, och för sjukvården, som numera aktivt efterfrågar patienternas perspektiv och erfarenheter. För att kunna erbjuda en ännu bättre vård. Du kan bidra också!



DISKRETASTE SKYDDET NÅGONSIN
1 av 4 män över 40 upplever urinläckage*. Ta kontroll och håll dig fräsch med det diskreta droppskyddet TENA Men Extra Light.
BESTÄLL GRATISPROV PÅ TENAMEN.SE

*SCA Study 2013, UK, US, DE, IT, MEX, RU, self-reported methodology, data on file not published

Centret jagar läckor

Den tjocka boken handlar bara om kiss och bajs. Och det är alls inte någon rolig historia. Kan det nya inkontinenscentret i Göteborg lindra lidandet för hundratals miljoner män och kvinnor?

VÅRDBIBEL. Ian Milsom har nytta av referensverket *Incontinence*.



Foto: ANDERS HANSSON

Ian Milsom är chef för Sahlgremska akademins forskningscentrum om inkontinens. I dagarna har centret avverkat sitt premiärår efter starten i januari 2016. Ett hundratal specialister inom vitt skilda vetenskaper – som gynekologi, hälsoekonomi, urologi, geriatrik, vård- och materialvetenskap – kraftsamlar kring en gemensam företeelse: Inkontinens. Det vill säga oönskat läckage från såväl urin som avföring.

– Det här är ingen glamorös forskning, säger Ian.

MEN DÄR finns onekligen mycket att göra. Tegelstensboken *Incontinence* (5th edition, 2013) som han håller mellan händerna är "ett ovärderligt och unikt referensverk där de vetenskapliga rönen uppdateras för alla dem som vikt sina yrkesliv åt den oerhört viktiga uppgiften att hjälpa män och kvinnor som plågas av dessa ofta miserabla tillstånd", skriver utgivaren i förordet till det 1 950 sidor mastiga uppslagsverket.

Analinkontinens, bäckenorganframfall, urinblåsesmärter, förlossningsfistel – det är lätt att hålla med om vikten av forskning kring sådana åkommor. Brutalt drabbande, inte minst ur social synpunkt. Tanken på risken att göra på sig ofrivilligt i offentligheten kan ge den



FORSKNINGSCHEF. Sahlgremska akademins forskningscentrum för inkontinens, som Ian Milsom basar över, vill medverka till att bryta tabun som råder kring den besvärliga åkomman.

tappreste ständig ångest över att gå ut.

Ian Milsom är professor i gynekologi och obstetrik. Han betonar att inkontinens framför allt drabbar kvinnor, och visar några siffror. Nästa år beräknas 120 miljoner män världen över ha inkontinensbesvär, och mer än 300 miljoner kvinnor. Detta är ett stort folkhälsoproblem, säger han.

Besvären ökar både i antal och grad med stigande ålder, men också av övervikt. Och eftersom vi blir både äldre och tyngre kan man förutspå att inkontinenskurvan också pekar uppåt.

ANDELEN MÄN som har anknytning till prostatacancer är inte så stor. Å andra sidan är inkontinens en vanlig åkomma i samband med sjukdomen och dess behandling.

Vi kollar igenom den digra listan över studier. Ett par av dem visar på att mellan 50

och 75 procent av patienter behandlade för prostatacancer fått någon grad av läckage. En annan säger att 10 procent måste byta ett skydd, eller flera, så ofta som varje dag.

ATT HITTA sätt att hantera problemen skulle med stor säkerhet betyda ökad livskvalitet.

En av studierna som startats vid centret leds av Jonas Hugosson och ska besvara frågan varför vissa män som opereras för prostatacancer får inkontinens och andra inte, berättar Ian Milsom.

– Många operationer för prostatacancer kan vara onödiga och behöver inte göras. Utan operation uppstår heller ingen inkontinens.

Vilka nya lösningar forskningen kommer fram till i framtiden går inte att fastslå redan nu. Men man kan anta att inkontinenscentret jobbar på saken.

ANDERS HANSSON

980 ELLER 1 000 – HJÄLP TILL ATT FIXA NUMERÄREN!

Varje år, före den 15 januari, lämnar vi uppgifter till Prostatacancerförbundet om antal betalande medlemmar, som sedan ligger till grund för det föreningsbidrag vi får för vår verksamhet. Den 31 december 2016 var vi 980 betalande medlemmar. På hemsidan kunde vi samtidigt läsa siffran 1 000.

Differensen beror på ett antal som inte har betalt medlemsavgiften, men ändå finns kvar i systemet. Samt att uppdatering av aktuellt antal betalda, och även upphörda medlemskap, sker utspjutt vid ett par tillfällen under året. I princip finns därmed alltid en viss eftersläpning mellan det som visas på hemsidan, via medlemsregistrets leverantör Föreningssupport, och det faktiska antalet betalande medlemmar.



Det är självklart onödigt kostsamt och kanske ibland besvärande att skicka

kallelser till medlemmar som inte vill eller kan vara kvar i föreningen. Inte minst därför är vi angelägna om, att den information du lämnat om dina personuppgifter (adress, epost, mobil) är aktuell och adekvat för ditt medlemskap. Och att du meddelar eventuella uppdateringar per telefon (**0732-314010**) eller epost (**kansli@proliv.com**) till kansliet.



KVARTALSMÖTE I BORÅS

Onsdag 8 februari kl 18-20.30 ● Norrby IF:s klubbstuga, Ramnavallen, Parkgatan 26, Borås

Årets första kvartalsmöte hålls i klassisk fotbollsmiljö i Borås. Föreläsare är **Adel Bader Hamdalla**, överläkare på onkologen och processledare för prostatacancer vid Södra Älvsborgs Sjukhus. Han kommer att tala om den senaste tidens snabba utveckling inom onkologin av nya förfinade och kombinerade

behandlingsmetoder av prostatacancer.

Medverkar gör också **Carina Mannefred** som är projektledare för det planerade **Kraftens Hus** i Sjuhärad, som efter förebild från bland annat Storbritannien är tänkt att bli ett centrum för psykosocialt stöd till alla cancerberörda. **Fri entré.**

ÖRN GÄST PÅ ÅRSMÖTET

Lördag 25 mars kl 11-14.30

Dalheimers Hus, Slottsskogsgatan 12, Göteborg

Fem dagar efter vårdag-jämningen är det dags för en annan världig kalendarisk tidsmarkör: ProLiv Västs årsmöte.

Förutom sedvanliga ärenden innehåller programmet en författar-



PETER ÖRN.

träff med **Peter Örn**, som intervjuas om sin nyligen utkomna bok om hans personliga upplevelser av diagnos och behandling för prostatacancer (se även artikel på sidan 5).

Ett musikaliskt mellanspel av gårdagskaraktär står också på agendan. Kallelse med komplett program och aktuella handlingar till mötet skickas ut senare.

2 x SNACKCAFÉ I VÅR

Tisdag 21 februari kl 12.30-14.30 ● Tisdag 11 april kl 12.30-14.30

Plats: Café Idrottsgården, Parkgatan 41, Heden, Göteborg

Kom och ta en fika, träffa likasinnade, ställ frågor du grunnar på om prostatacancer och livet och kärleken och allt som hör därtill.

Alltså: Hur ser du på sådant som hälsa och livskvalitet, självhjälp och livsstil? Kanske vill du mest lyssna på de andra? Här är det högt i tak och förvånansvärt raka rör. Det



skrattas också! Men du – tänk på att alla ska ha samma chans att komma till tals. Det finns mycket att prata om!

Vi samlas en våning upp på caféet vid Heden. Meddela om du har något ämne du gärna vill tas upp på mötet, så kan vi göra en enkel gruppindelning vid behov. **VÄLKOMMEN!**