

PROLIVNYTT



Informationsblad från prostatacancerföreningen ProLiv Väst • Nummer 82 • September 2015 • Årgång 21

LEDARE:
Inför allmän
screening för
män över 45!

RAPPORT:
Vården i går
och i morgon

HALLAND:
Calle Waller
vill ha slut på
strutsbeteendet

Kuratorn som vill tala med alla om livskvalitet

”
Jag fortsätter
ta naturligt
torkade
antioxidanter
- professorns
nya rön ifrågasätts

INNEHÅLL



NYSS, NU OCH SEN MED SVEN
Överläkare Sven Grundtman om prostatacancer-vård i går, i dag och i morgon.

4

KÄNDA SWINGAR MOT CANCER

Häng med Prolivnytt på kändisrunda på Stora Lundby Golfklubb.

7

HON TAR KONTAKT MED ALLA

Elisabet Skeppner föreläser om samtalets betydelse i vården.

8

SOLIG OBSERVERING PÅ VEN

Medlemmar i CaPriN utforskade Tycho Brahes ö från traktorflaket.

12

FYTOKEMISK REAKTION

"Misskreditera inte antioxidanterna", menar en insändarskribent. Professor Martin Bergö svarar.

14

ProLivNytt

Ansvarig utgivare: Christer Petersson

Redaktör: Anders Hansson

Formgivning och layout: Stefan Renström, TardiSign

Tryck: Billes Tryckeri, Mölndal 2015

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

KORTA KÖERNA!

Prostatacancerförbundet genomför tillsammans med sina 26 patientföreningar i september varje år en prostatacancerkampanj med olika teman för att uppmärksamma Sveriges vanligaste cancerform.

2015 års tema är *En prostatacancervård i världsklass – så når vi dit.*

Septemberkampanjen vänder sig i första hand till politiker och beslutsfattare inom svensk prostatacancervård och sker i samverkan med Svensk Urologisk Förening (SUF), Svensk Onkologisk Förening (SOF), Riksföreningen för Sjuksköterskor inom Urologi (RSU), Sjuksköterskor i cancervård och Svensk Förening för Urologisk Onkologi (SFUO) samt läkemedelsföretagen Janssen, Bayer, Sanofi, Amgen och Astellas.

I temat finns tre viktiga åtgärdsområden:

- **Tidig upptäckt.** Vi kräver att ett system införs med allmän screening för prostatacancer där samtliga män bör kallas till PSA-prov vid uppnådda 45 år.
- **Tillgång till livsförlängande läkemedel.** Vi kräver att alla prostatacancerpatienter ska ha tillgång till de läkemedel som finns.
- **Kortare väntetider.** Vi kräver krafttag mot de orimligt långa väntetiderna. Vi kräver snabba åtgärder för att minska väntetiderna väsentligt.

Under kampanjen kommer det att ske aktiviteter runt om i hela landet. Det kommer vidare att arrangeras sex stycken regionala konferenser som fokuserar på kampanjens tre delteman. Medverkande kommer att vara politiker, läkare,

sjuksköterskor, verksamhetsledare och patientrepresentanter för att diskutera hur det ska kunna skapas en prostatacancervård i världsklass i regionen. ProLiv Väst planerar för en sådan konferens under november månad.

Vi kommer också att vara på City Gross i Ytterby under tre dagar i september och informera om ProLiv Väst och sälja pins och mustascher. Se mer på sidan 11.

Är det någon medlem som har kontakt med någon annan butik som vill sälja

”Vi kräver krafttag mot de orimligt långa väntetiderna. Vi kräver snabba åtgärder för att minska väntetiderna väsentligt.”

pins och mustascher så ring eller maila till kansliet.

Vi deltar även i Mustaschkampen, som förbundet arrangerar i november månad. Mustaschkampen har som syfte att:

- Skapa uppmärksamhet kring prostatacancer.
- Samla in pengar till Fonden mot prostatacancer.
- Verka för en bättre manlig hälsa.



CHRISTER PETERSSON • ORDFÖRANDE

När programmet för Mustaschkampen är klart kommer vi att lägga upp information om detta på vår hemsida, www.proliv.com.

Självfallet fortsätter vi också med våra kvartalsmöten, anhörig-träffar, snackkafé och vår kontakttelefon. Mer om det kan du läsa på annan plats i denna ProLivNytt. ■



■ RAPPORT

Från gubbsjuka till teknik-finlir

Framtiden

- Diagnostik Mr, imagefusion.
- Behandling Taxotere Zytiga Xtandi Xgeva xofigo

SVEN GRUNDTMAN vid senaste medlemsmötet. Han spådde en framtid med magnetröntgen och ännu effektivare läkemedel.

Foto: ANDERS HANSSON

Från gårdagens halvskämmiga gubbsjuka som det på sin höjd mumlades om innan man dog. Via dagens ökade överlevnad och förbättrade metoder. Till vad? En kombination av tekniskt finlir och handfast pang på.

Prostatacancer i går, i dag och i morgon var temat när överläkare Sven Grundtman från Uddevalla bjöd medlemmarna på en personlig rapport från urologfronten.

FRÅGA 1: HUR VAR DET FÖRR?

”Då pratade vi inte så mycket om prostatacancer alls. Man visste inte så mycket heller. De behandlingar man hade var egentligen bara kastration. Fick man problem med sin sjukdom var det strålbehandling som gällde, eller morfin.

Antiandrogenerna hade problemet att de påverkade levern. Och östrogenerna som kom var ju ett rävgift för männen, de fick mycket besvär med hjärt-kärlsjukdomar.

Den stora debatten var hur man skulle beskriva sjukdomen – hur pass svår och ilsken är den? Till en början fanns det bara tre parametrar för sjukdomsgraden att hålla reda på: lågt, intermediärt eller högt. Ganska behändigt.

Men också trubbigt. Därför infördes på 60-talet Gleasonskalan från 1-5. Där 5 betyder att prostatan är ett enda virrvarr av celler



Foto: ANDERS HANSSON

och bindväv. Så småningom ökade man på med ett tal för förekomsten. Det är den sammanlagda summan, till exempel 7 (3+4), man använder sig av, för cancer kan bestå av flera cellpopulationer.”

FRÅGA 2: HUR ÄR DET NU DÅ?

”PSA, som kom fram på 70-talet, byggdes ut under 90-talet och har ju inneburit en revolution. Och nu talar vi inte så mycket om hur svår sjukdomen är utan mer om vilken risk patienten löper. Det är det som avgör vilken typ av behandling man ska ha. Man lägger samman många observationer – rektalpalpationer där man känner på prostatan med pekfingret, hur mycket av biopsierna som har cancer i sig, hur många de är och totala längden.

Man kan fråga sig om operation eller strålning är bäst. Kanske är de likvärdiga, biverkningarna likaså. Det är en riktig avigsida. Om erektionen är kvar efter operationen är det bra. Men innan man blir opererad måste man räkna med att man förlorar potensen, för att bli frisk.

Med låg risk ska man nog inte bli opererad. Då kan man troligen leva väldigt bra med sin sjukdom. Men man kan aldrig släppa en sådan patient som har Gleason 6 (3+3) och lågt PSA, han måste följas och kontrolleras lång tid framöver. Det kallas aktiv monitorering.”

FRÅGA 3: OCH I MORGON?

”Magnetrontgen är nog en bra grej. Med den kan vi få väldigt tydliga bilder på cancerutbredningen i prostatacancerkörteln. Det som kommer i framtiden är något som kallas för *image fusion*. Då lägger man bilder från ultraljud och magnetrontgen på varann, så att bilden blir skarp i hela djupet från förgrund till bakgrund. Då vet man exakt var man ska sticka för att ta biopsin.

Nya läkemedel som taxotere, zytiga och xandi utvecklas vidare och blir ännu bättre och viktiga. Cytostatika i kombination med hormonbehandling kan ge vissa patientgrupper upp till två års ökad överlevnad med bibehållen livskvalitet.

Vi kommer sannolikt att se mer kombinerad behandling. Och prostatacancer kan gå samma väg som bröstcancer, tjocktarms- och ändtarmscancer – där kör man ganska mycket med en kraftig soppa från början.

Man slår hårt och så blir det bättre sen.”

ANDERS HANSSON

FOTNOT: Detta är ett kortat referat av föreläsningen. Läs hela på www.proliv.com.

OMSTRIDDA ZYTIGA BLIR BILLIGARE

Tandvårds- och läkemedelsförmånsverket har – tre år efter första ansökan lämnades in – beslutat att det omdiskuterade prostatacancerläkemedlet Zytiga från och med 1 juni i år ska ingå i läkemedelsförmånen – patienten får alltså köpa läkemedlet till subventionerat pris.

– Ett genombrott! säger Calle Waller, vice ordförande i Prostatacancerförbundet till Dagens Medicin.

Zytiga är nu också godkänt för användning före cytostatika, något patienter tidigare fått betala själva, 30 115 kronor för 30 dagars behandling. Det har framför allt slagit mot det stora antalet män med spridd sjukdom, runt 1 500 nya patienter årligen, som inte har några andra behandlingsmöjligheter.

– Det har varit en oerhört lång och tung tid. Många döende män har vetat att det har funnits ett läkemedel som har kunnat hjälpa dem, men som de inte har kunnat få. Men nu gläds jag med det nya beskedet, säger Calle Waller.

Källa: Dagens Medicin

ANHÖRIGGRUPPENS MÖTEN I HÖST

ProLiv Västs anhöriggrupp har inlett höstverksamheten med ett första möte. Före jul blir det också samtalsmöten måndag 19 oktober och onsdag 18 november. Tid och plats är åter Bröstcancerförbundet Johannas lokaler vid Packhusplatsen i Göteborg kl 17.30-19.00. För 14:e året leds mötena av Barbro Eliason, med bistånd av kontaktsjuksköterskorna Christina och Marianne från Urologen på Sahlgrenska.

Kändisar slog ut mot cancer

En 25 år lång tävlingstradition, Pro Celebrity på Stora Lundby Golfklubb, har för året kompletterats med temat mot cancer. Syftet är att på sikt bidra till att utveckla kunskap och behandlingsmetoder, att våga prata, att vara en högljudd röst i allt bruset, att mötas.

Thomas Ravelli, Ralf Edström, Anders Eriksson, musiker från The Strepplers och Flamingokvintetten, åtminstone hette orkestrarna så på ”min” tid, och en del andra kända ansikten var på plats måndagen den 4 maj för att äta, spela golf och umgås. Räddningstjänsten Storgöteborg var representerad ”för ett gott syfte” tillsammans med flera av Stora Lundby Golfklubbs sponsorer.

STORA LUNDBY bjöd på sin som vanligt väldigt fina golfbana och överskottet från arrangemanget delas lika mellan Bröstcancerförbundet Johanna och ProLiv Väst. Jag fick förmånen att ha följe med Rose-Marie Fredrikson, ordförande för Bröstcancerförbundet Johanna, under både tävling och middag. Rose-Marie spelade inte, men verkade trivas ändå.

MÅNGA AV VINNARNA spelade bra golf trots regnet och fick dela på det fina prisbordet som Helena Hysén och Eva Rice hade plockat fram lagom



INTE PUTT. En kändis som var med på Pro Celebrity var Ralf Edström, som såg ut att trivas i Eva Rices sällskap.

Foto: LASSE BODSTRÖM

till pyttipannan. Men alla golfvinnare till trots: de riktigt stora vinnarna på Pro Celebrity mot cancer är föreningarna BCF Johanna och ProLiv Väst som får ett antal tusen kronor som stöd till arbetet mot cancer inom ramen för föreningarnas verksamhet.

TILL NÄSTA ÅR vill vi att det ska vara ännu mer attraktivt att få delta i Pro Celebrity mot cancer. Min dröm är att vi kan ha konkurrens om att delta i

arrangemanget. Det finns ett antal företag i bakgrunden som kan och borde aspirera på uppmärksamhet i sammanhanget, så är det inte redan nu dags att visa intresse?

Jag heter Inge Nilsson och har/har haft prostatacancer och jag ser framåt; en framtid tillsammans med familjen och alla barnbarnen.

Låt oss verka för att fler får känna som jag!

INGE NILSSON

INTERVJU



Samtalet som en del av vården

■ Elisabet Skeppner är kurator vid universitetssjukhuset i Örebro. Där pratar hon varje dag om prostatacancer. ■ Och om livet, mycket om livet.

Under snart 20 år som heltidsanställd på urologen har hon pratat med tusentals patienter. Hon försöker möta alla som fått diagnosen och finns med dem genom åren. God prostatacancervård handlar om att arbeta med livet som helhet, sammanfattar hon:

– Patientens livssituation, livet här och nu. Det är det som är det stora och viktiga.

Tisdagen den 22 september är Elisabet i Göteborg och föreläser om sitt arbete för ProLiv Västs medlemmar på temat "Behovet av samtal inom

prostatacancervården". En ganska bred rubrik som känns helt rätt, menar hon, eftersom det omfattar alla. Även närstående och personal.

Elisabet säger att hon brukar utgå från den medicinska processen när hon pratar, den är viktig. Diagnos, behandling, rehabilitering. Längs den linjen, som kan sträcka sig över flera år, är det aldrig för sent att börja prata. Det gäller även dem som länge värjt sig mot att dela med sig av sina tankar och känslor kring sjukdomen.

Hon har träffat män som inte ens berättat för sin fru att de fått diagnosen. ➤



Foto: USÖ

”Det är bra att redan från början lasta av sig onödig anspänning inombords och inte göra det här konstigare än vad det är.”

– ELISABET SKEPPNER, kurator

➤ – Det är viktigt att visa att vi har kontinuitet och finns här för att kunna läsa av när det är moget och går att komma in hos en patient. Då finns det alltid en stund när man kan plocka upp det i vården. Om man är lyhörd!

– Jag hade en sådan patient hos mig nyligen. Han fick sin strålbehandling och var väldigt tydlig med att han inte ville berätta för sina barn eller på sin arbetsplats. Men nu hade verkligheten kommit ifatt honom. Med snabbt ökande PSA och start av cytostatikabehandling sa han att han ångrade sig. Barnen hade varit arga och förtvivlade för att han inte sagt något på flera år.

– Nu kunde vi mötas utifrån det och han fick hjälp att berätta och förklara för sin familj hur han hade tänkt tidigare.

■ Men går det att fastslå att det alltid är bra att prata?

– Jag kan väl anse att det är bra att redan från början lasta av sig onödig anspänning inombords och inte göra det här konstigare än vad det är, säger Elisabet och fortsätter:

– Med mina patienter pratar jag om att det här är en folksjukdom och inget att skämmas för. Och rent generellt vet man av många studier att det är sämre att hålla tillbaka och bättre att försöka sätta ord på svåra upplevelser. Sen behöver man inte prata i alla

sammanhang och man behöver inte prata med alla. Men ändå, där man har sina sociala arenor, försöka beskriva vad det är som händer en.

■ Det verkar som att kuratorns verksamhet prioriteras i Örebro. Är det så?

– Kanske inte prioriteras, men det är väl så att jag alltid haft kloka chefer som förstått att den psykosociala hälsan hos patienterna är jätteviktig. Själén är jämbördig med kroppen. Den starka betoningen på en helhetssyn har nog alltid funnits här hos oss.

ANDERS HANSSON

Fotnot: Annons för medlemsmötet med Elisabet Skeppner finns på sidan 16.

ALLT PÅ PLATS, konstaterar ProLiv Västs Christer Petersson och Eva Nilsson på City Gross.



Foto: ANDERS HANSSON

GROSS-HANDLARE SÄLJER BLÅ BANDET OCH MUSTASCHPINS

– Ursäkta, får jag fråga om du har koll på ditt PSA?

De elva orden kommer säkert åtskilliga kunder (åtminstone de manliga) i ett antal City Gross-butiker att få höra denna månad. September är kampanj månad för Prostatacancerförbundet och landets 26 lokalföreningar, och butikskedjan stöttar hela månaden med att ideellt sälja blå band och mustaschpins i sina kassor.

För ProLiv Väst innebär kampanjen också personlig

närvaro på City Gross i Ytterby under tre dagar. Butikschefen Kenneth Hult och kassachefen Eva Nilsson har berett oss utrymme innanför entrén med bästa exponering (intill fiket och spelbutiken).

Sista närvarodagen är fredag 25 september, då vi är på plats kl 11-17 och informerar om föreningen och sjukdomen och kampen mot den.

En kamp, som ju underlättas avsevärt för den som har koll på sitt PSA.

Rosa & Blå går ihop

Lördagen den 17 oktober, prick elva på förmiddagen, är det åter läge för att bege sig ut på vandring i Sävedalens omgivning. Då är det dags för den Rosa-Blå vandringen, och det är en promenad på många sätt värd att vara med i!

Med make, maka, partner, barn, vänner och bekanta eller bara allmänt likasinnade kan du lunka, släntra, promenera, spatsera, marschera, powerwalka eller rentav hoppasakutta dig fram.

Stil och tempo väljer ni själva. Precis som sträckans längd: allt från en lagom kvartsmil på 2,5 kilometer upp till 10 kilometer.

STARTAVGIFTEN är 150 kronor. Av den går 70 kronor att delas (hälften vardera) mellan Bröstcancerföreningen Johanna och Prostatacancerföreningen ProLiv Väst.

En solidarisk fördelningsprincip för vandringen som

starkt gynnade det manliga ProLiv förra året, då det gick sex kvinnor på varje man. Således hög tid att betala tillbaka med ett mera könsjämnt deltagarantal i år. Ut och gå, bästa ProLiv-medlemmar!

NYTT FÖR I ÅR är vårt rosa-blå intervju bord i Vallhamra idrottshall, för funderingar, frågor och samtal med inbjudna gäster. Rosa och Blå, sida vid sida mot cancer. Titta in och lyssna – här är ännå nåt på gång.

Den rosa-blå vandringen ingår som del i arrangemanget Sävedalsloppet. Anmäl ditt deltagande i vandringen på arrangörens hemsida www.savedalsloppet.se eller direkt till ProLiv på epost kansli@proliv.com eller telefon 0732-31 40 10. Välkommen i fotspåren!

ANDERS HANSSON

CYTOSTATIKA SAMTIDIGT GER LÄNGRE LIV

En ny studie visar att män som nydiagnosticeras med spridd prostatacancer tjänar hela 22 månader i livslängd om de får cytostatika samtidigt som konventionell hormonbehandling.

Studien presenterades på en stor onkologisk kongress i Chicago i maj (ASCO).

– Jag ser studien som ett av de stora genombrotten för den här svårt sjuka patientgruppen, som utgör 10 till 15 procent av hela patientpopulationen. Resultaten kommer sannolikt innebära att vi ganska snabbt lägger om den kliniska behandlingen, där vi hittills gett cytostatika först då hormoninsatser slutat fungera, säger Jan-Erik Damber, professor i urologi och överläkare vid Sahlgrenska universitetssjukhuset i Göteborg. **Källa:** Dagens Medicin

NANOKNIVEN GER FÄRRE BIVERKNINGAR

Elektroporering med nanokniv är en ny behandlingsmetod av prostatacancer, som ger färre biverkningar i form av urinläckage och impotens. Tekniken används vid Klinik für Prostata-Therapie i Heidelberg.

Vid behandlingen förs nålar in i tumörområdet, där korta högspänningspulser (70 mikrosekunder) upprepas med visst intervall. Pulserna öppnar nanoporer i cellmembranen, vilket dödar cancerceller, medan friska celler kan återhämta sig. Urologen styr nålarna med hög precision, patienten är sövd för att hindra rörelser hos prostatan.

Normalt kan patienten lämna sjukhuset dagen efter behandlingen.



GÅNGBART. Området runt Vallhamra idrottsplats väntar på att begås.

Foto: ANDERS HANSSON

HALLAND

PRINSEN BLEV KUNG I ANDRA HEATET

Västkostloppet har arrangerats årligen i över 60 år. Och den 10-12 juli var det äntligen åter dags för Västkostloppet i Falkenberg.

Det blev Fredrik Larsson som vann första heatet i STCC och Prins Carl Filip som segrade i heat nummer två på lördagseftermiddagen.

CaPriN har deltagit från 2008 med några uppehåll. På lördagen kom det väldigt mycket folk och ett halvdussin medlemmar. Gubbar som hade fullt upp med att informera om vår sjukdom och att sälja pins.

I år har CaPriN ånyo slagit rekord i insamlade medel och riktar ett stort tack till alla givmilda.

SÄLJER BAND I HELA VÅRT LAND

City Gross har ställt sig välvilligt till att stödja landets prostatacancerföreningar genom att sälja våra Blå Band under hela kampanjmånaden september.

Förra året genomförde föreningen ProVitae i Kristianstad en mycket givande kampanj på City Gross i Staffanstorps.

CaPriN har kommit överens med varuhuset i Halmstad om försäljning av pins under hela månaden. Föreningen får även ställa upp sin affisch där.

Under tre dagar – 1, 17 och 30 september – kommer föreningen att närvara vid entrén och dela ut diverse informationsmaterial.



Foto: SVEN-ERIC CARLSSON

LASTBARA RESENÄRER. Det var inga hörsäckar som placerades på traktorsläpet vid ankomsten till den fagra ön Ven.

Vinglig vagnsfärd på vackra Ven

Den 29 maj genomförde CaPriN en resa till ön Ven. 38 resenärer startade från Varberg, Falkenberg, Halmstad och Laholm för vidare transport till Landskrona.

Strax före tio gick de ombord på båten Ven-trafiken, som tog dem till Bäckviken där traktorvagnarna väntade.

En lite vinglig färd gick till S:t Ibbs kyrka från 1200-talet, vackert belägen högst upp vid södra Backafallen och med en vidunderlig utsikt över sundet. Denna kyrka är den enda av Vens två kyrkor som är i bruk.

EFTER LUNCH på Turistgården promenerade man till Tycho Brahe-museet Uranienborg, en kyrka som 2003 byggdes om till museum. Det ursprungliga

slottet uppfördes av Tycho Brahe 1576. Lokalguiden berättade om hur det bland annat såg ut på den tiden.

INTILL det som i dag är museet byggdes 1584 observatoriet Stjerneborg. Redan ett par år efter att Brahe lämnat Ven började byggnaderna förfalla och 1652 fanns knappt några spår kvar efter dem.

Efter ilfart i traktorvagn hann sällskapet precis fram till båten klockan 15 för återfärd till Landskrona. Bussfärden gick vidare till Café Killeröd där det serverades eftermiddagskaffe med ställets specialitet äppelmarängkaka innan färden gick till hemtrakterna i Halland.

SVEN-ERIC CARLSSON

Waller: "Vi män måste våga prata"

CaPriN anordnade 28 april ett öppet möte i Folkets Hus i Varberg. Temat var *Prostatacancer – vårdens styvbarn*. Cirka 60 kom för att lyssna på budskapet från Calle Waller, vice ordförande i Prostatacancerförbundet.

Calle Waller inledde med att berätta det senaste: antalet män som årligen avlider specifikt av sjukdomen har varit tämligen konstant under senare tid, ungefär 2 400. Av dessa dör åtminstone 800 män på grund av att cancer upptäckts för sent för att kunna få botande behandling, då cancer är aggressiv och redan spridd.

VIA UPPLYSNING och screening i 50-årsåldern kan således många embryon till cancer upptäckas. Genom detta skulle både pengar i vården sparas samt ett stort lidande hos männen kunna undvikas. Enligt Calle Waller har vi i dag kommit närmare en allmän screening.

Staten har i år satsat en halv miljard på cancervården för att skapa och införa standardiserade vårdförlopp (SVF) för fem cancerformer



Foto: CAPRIN

● Mats Eriksson och Calle Waller.

– däribland prostatacancer, som är den vanligaste – vilket skall leda till kortare så kallade ledtider för patienterna. Målet är att tiden mellan upptäckt och första behandling (om den krävs) ska vara under 60 dagar.

Calle betonade slutligen att män måste sluta att uppträda som strutsar, alltså inte stoppa huvudet i sanden, utan våga prata om våra underlivsproblem.

MED UNDER KVÄLLEN var också Mats Eriksson, regionstyrelsens ordförande i Halland. Han replikerade med att satsningarna behövs och att Region Halland sökt pengar för att klara målet men det kommer att bli svårt.

Någon egentlig debatt blev det aldrig eftersom deltagarna i princip var överens.

HANS ZETTERLING



DET HÄNDER I HALLAND UNDER HÖSTEN

1-30 SEPTEMBER

Septemberkampanjen. Närvaro på City Gross i Halmstad (se notis på föregående sida). ICA Kvantum, Coop Forum, Hajen och AD-Center i Varberg har under också lovat att stödja prostatacancerföreningen genom att sälja Blå Bandet. Hela månaden ställer vi upp vår affisch på samtliga sjukhus i Region Halland.

21 SEPTEMBER

Deltagande på **Halmstad-travet**, för information och nålförsäljning.

14 OCH 17 OKTOBER

närvarar CaPriN på **Halmstad sjukhus** i samband med dess 100-årsjubileum.

29 OKTOBER

Hans Zetterling föreläser på begäran av Varbergs Båtklubb. Tid: klockan 18.30.

8 NOVEMBER

Fars Dag på GeKås. Information och nålförsäljning i samband med Novemberkampanjen.

2-4 DECEMBER

Julmarknadsresa till Bremen planeras. Tyvärr har vi i skrivande stund inte kunnat binda upp några föredragshållare till höstens möten. Arbete med detta pågår.

INSÄNT

● **FIENDE ELLER VÄN?** Att de ombytliga **antioxidanterna** kan vara både och var ett tema för professor **Martin Bergös föreläsning** vid vårens kvartalsmöte. Detta har fått Lars Conon att **opponera** sig.

Jag fortsätter att ta Pomi-T

”Växter är en överflödande rik källa till fytokemiska ämnen (se fotnot), vitaminer, antioxidanter och fibrer, som kollektivt skapar en miljö som är ogästvänlig för cancerceller och som håller dem i ett latent, ofarligt tillstånd.” Så skriver den kände cancerforskaren professor Richard Beliveau i Le Journal de Montreal i mars 2014. Han och dr Denis Gingras har bland annat gett ut boken: *Foods that fight Cancer*.

DÅ ÄR DET JU överraskande att plötsligt få se tidningsrubriker som ”Antioxidanter kan förvärra lungcancer”. De syftar på en ambitiös Göteborgsundersökning, som publicerats i den ansedda tidskriften *Science Translational Medicine*. Men redan i *Science* invänder ett par forskarlag mot resultatet och ett av dem menar att det är fel att använda ett syntetiskt E-vitamin i studien. De säger också att det är olyckligt att misskreditera antioxidanter. Stora forskningsinsatser görs ju för att belysa deras positiva verkningar.



LARS CONON reagerade på intervjun med Martin Bergö i förra numret av ProLivnytt.

Även Beliveau konstaterar att syntetiskt E-vitamin är särskilt skadligt. Det ökar risken för lungcancer hos rökare. Beliveau nämner också en storskalig klinisk undersökning från 2001 med syntetiskt E-vitamin, där risken för prostatacancer ökade med 17 procent. Studien avbröts.

I GÖTEBORGSSTUDIEN påstås att E-vitaminet stänger av anticangenen P53 hos cancercellerna. Då hälften av alla cancerceller har en avstängd P53-gen (Galina Selivanova, Karolinska Institutet), kan ju en lekman undra om den redan var avstängd, när de fick E-vitamin och i *Nature Scitable* (www.nature.com) sägs att ”det verkar nästan omöjligt för en normal cell att bli en cancercell om den inte stänger av P53-genen.”



Göteborgsstudien snuddar vid problemet, men utvecklar det inte närmare.

LYCKLIGTVIS är det så att E-vitamin motverkar cancer liksom en del andra antioxidanter, men de har bästa effekt i ett naturligt sammanhang. E-vitamin finns i växtoljor, nötter, mandlar, mörkgröna grönsaker, broccoli, brysselkål, fullkorn, vetegroddar och vetegroddsolja. 100 gram ägg påstås ge cirka halva dagsbehovet.

SJÄLV FORTSÄTTER jag ta Pomi-T, som innehåller naturligt torkade antioxidanter, sedan jag gjort ett uppehåll i medicineringen vid ett mycket lågt, postoperativt PSA. Efter ett och ett halvt år med Pomi-T ökar PSA-värdet bara med 11 procent i stället för som tidigare med cirka 50 procent per halvår.

I en ny studie av Pomi-T visar det sig dessutom att PSA-effekten av Pomi-T överensstämmer med tumörens tillstånd.

LARS CONON

Fotnot: fytokemi = grön kemi, vetenskapen om de kemiska föreningar som bildas i växter.

Bergös svar till Conon

En stor mängd forskning, inklusive studier du citerar och forskning från vår egen grupp, styrker argumentet att antioxidanter kan skydda mot cancer. Du refererar till forskare som säger att det är olyckligt att misskreditera antioxidanter. Men bra forskning är hypotesdriven och observant och försöker inte belysa ett eller annat resultat.

I texten ifrågasätts användandet av syntetiskt E-vitamin (en antioxidant i vår studie), grundat på en stor klinisk undersökning från 2001 med syntetiskt E-vitamin, där risken för prostatacancer ökade med 17 procent, med följd att studien avbröts.

BÅDE I DENNA STUDIE och i lungcancerstudien i Finland tror vi att det var patienter som redan hade små odiagnostiserade tumörer när studien startade som snabbare fick en cancerdiagnos medan

de som var tumörfria fortsatte vara det.

Antioxidanter bryter ner syreradikaler som annars kan göra att en frisk cell omvandlas till en cancercell. Problemet, som inte diskuterats tidigare, är att antioxidanter även skyddar redan etablerade cancerceller. Antioxidanter är alltså inga cancerdödande ämnen utan ämnen som bryter ner och neutraliserar syreradikaler. Syreradikaler kan vara skadliga för alla celler, både friska och canceromvandlade.

”DET VERKAR NÄSTAN omöjligt för en normal cell att bli en cancercell om den inte stänger av P53-genen”, citerar du vidare i stycket om vår studie som visat att E-vitaminet stänger av anticangenen P53 hos cancercellerna. Och då ”hälften av alla cancerceller har en avstängd P53-gen” undrar du om den skyddande genen kanske var avstängd redan innan?

Det är en bra fråga. Men svaret är nej! Vi såg till att P53 inte var avstängd i tumörerna: och visade sen att båda typerna



antioxidanter stängde av P53.

Vi har visat att när lungcancer celler exponeras för antioxidanter så sjunker nivåerna av skadliga syreradikaler och tumör cellerna kan då växa fortare. Det spelar ingen roll om det är en naturlig eller syntetisk antioxidant, så länge den kan bryta ned syreradikaler. Sammantaget leder detta till att det kan vara problematiskt att rekommendera ett extra intag av antioxidanter till en person som redan utvecklat cancer.

MARTIN BERGÖ



HÖR AV DIG OM VÅRDEN!

Har du synpunkter kring prostatacancervården, beröm eller kritik? Hör av dig till Karl-Erik Gustafsson! Han sitter i ProLiv Västs styrelse och är kontaktperson för föreningens medlemmar. Karl-Erik når du på telefonnummer **031-49 36 57** eller på e-post karlerikgustafsson@telia.com.



KVARTALSMÖTE ...

Tisdag 22 september 2015 kl. 18.00 ● Hotell Kusten, Kustgatan 10, Göteborg

Från Universitetssjukhuset i Örebro kommer kurator Elisabet Skeppner till Göteborg och ProLiv Västs första höstmöte för en föreläsning på temat "Samtalets betydelse för stöd och rehabilitering av prostatacancerpatienter". Plats är denna gång Hotell Kusten i Majorna, mellan Karl Johansgatan och Oscarsleden. Konferenslokalen Vinga rymmer 120 platser. OBS! Fri parkering i garaget med nerfart 50 meter bredvid hotellentrén! Mötet anordnas med stöd av **SANOFI** .



PROGRAM

18.00-18.15 Allmän information om vår förening.
18.15-19.15 Kurator Elisabet Skeppner: "Tala om livskvalitet. Om behovet av

samtal i prostatacancervården".
19.15-19.30 Paus med frukt.
19.30-20.15 Kort intervju med Elisabet Skeppner, därefter frågestund.
VÄLKOMNA!

... OCH SNACKCAFÉ!

Måndag 28 september kl. 12.00-13.30 ● Café Idrottsgården, Parkgatan 41 (Heden), Göteborg

Efter en tids uppehåll är det dags nu igen för ProLiv Västs uppskattade snackcafé! Det är en opretentiös form av samtal över en kopp fika där du fritt kan ställa alla de frågor du har om sjukdomen prostatacancer och den förändrade livssituation den ofta medför.

Om du vill. Kanske du mest vill lyssna på de andra, för detta är en grupp där stor öppenhet råder att dela med sig av sina erfarenheter från livet med prostatacancer.

Några personer från ProLivs styrelse leder samtalen, denna gång är det i första hand Carl-Åke Ahlqvist och Anders Hansson. Vi samlas en våning



upp på Café Idrottsgården i nordöstra hörnet av Heden, ingång från Parkgatan.

Det behövs ingen föranmälan, du kan komma närhelst du bestämmer dig. Men vet du redan i förväg att du vill

vara med så maila till kansli@proliv.com eller ring 0732-314010 – så kan vi säga till om extra smörgåsar.

VÄLKOMMEN!