

GYNSAM

GYNSAM - GYNCANCERFÖRENINGARNAS NATIONELLA SAMARBETSORGANISATION

NR 1 MARS 2011

posten

*Nystart
i Örebro*

Gynsams
Riksstämman
den 9 april

**15-ÅRSJUBILEUM
FÖR GCF
STOCKHOLM**

**GLÖM INTE
BOKA
KUNSKAPS-
DAGEN!**

10 kriterier klara
för Regionala
CancerCentra





Gyncancerföreningarnas
Nationella
Samarbetsorganisation

**Gynsamposten ges ut av
Gynsam som är en ideell
intresseorganisation för kvinnor
med gynekologisk cancer**

ÄRGÅNG 11

Storgatan 52 B, 852 30 Sundsvall
08-23 30 20, info@gynsam.se
www.gynsam.se

PLUSGIRO
129 69 63-0

BANKGIRO
374-9660

ANSVARIG UTGIVARE
Margaretha Sundsten

REDAKTION
redaktor@gynsam.se
Maude Andersson
Birgit Feychting

MANUSSTOPP 2011

Nr 1: 24 januari **Nr 2:** 29 april
Nr 3: 15 augusti **Nr 4:** 1 november

Manus för publicering
insändes till redaktionen per
e-post eller cd. Redaktionen
ansvarar ej för insänt ej
beställt material samt förbehåller
sig rätten att korta
i texter och insändare.

Referat ur artiklar och andra
källor om läkemedel och
behandlingsmetoder innebär
inget ställningstagande
från Gynsams sida.

ANNONSER

Kontakta Gynsam på
info@gynsam.se

PRENUMERATION

200 kronor per kalenderår.
Gynsamposten utkommer
med fyra nummer per år.

PRODUKTION OCH GRAFISK FORM

Fronthill Kommunikation AB, Stockholm

TRYCK

DanagårdLiTHO, Ödeshög

ISSN

1651-4351

OMSLAGSFOTO

Colourbox



INNEHÅLL NR 1 MARS 2011

- 4 **Välkomna till Gynsams Riksstämman 9 april**
- 5 **HRG och tumörinflammation**
- 6 **10 kriterier för Regionala CancerCentra, RCC**
- 8 **Kunskapsdag om samliv och sexualitet**
- 9 **Cecilia och hennes man har fått en son!**
- 10 **15-årsjubileum för GCF Stockholm!**
- 12 **Min historia: Fokus på det friska i livet**
- 14 **Nystart i GCF Örebro**

ALLTID I GYNSAMPOSTEN

- 3 **Margaretha har ordet**
- 14 **Boktips**
- 15 **Gynsam kontakt**

NYCK

Nätverket för yngre
cancerdiagnostiserade
kvinnor

Glöm inte boka!

Kunskapsdagen 2 april 2011.
Läs mer på sidan 8.



Ljusare tider

NU GÅR VI mot ljusare tider. Det är skönt att säga efter en vinter som nog de flesta har upplevt som både lång och väldigt kall.

FÖR VÅRA NYA medlemmar vill jag ge en tillbakablick från året som gått. Höjdpunkten var Gynsams 10-årsjubileum. Det känns härligt att veta att vi, i både mot- och medvind, har lyckats fylla 10 år. Det var mycket trevligt att träffa så många medlemmar, både gamla och nya. Också ett tillfälle att tänka igenom allt som vi faktiskt genomfört under de här åren. Nu siktar vi på 10 nya år. Det finns så mycket som vi inte hunnit med och så mycket nytta vi kan göra framåt.

GYNSAMS STYRELSE INBJUDS att delta i olika projekt som gagnar våra medlemmar. Det tar vi som en bekräftelse på att politiker och beslutsfattare ser det som viktigt att ta del av patienternas synpunkter, och att de känner till Gynsam och har tilltro till det vi säger och gör.

Inte minst det här numret av Gynsamposten visar att vi finns med i många av de forum som tar upp frågor kring cancer och vården ur olika aspekter.

GYNSAMS STYRELSE och GCF Stockholm fanns med vid Radiumhemmets 100-årsjubileum. Det blev en intressant dag där personalen, forskare och patienter möttes i olika aktiviteter och kunde utbyta erfarenheter.

JAG HAR DELTAGIT i ett intressant möte med Cancerfondens ordförande Bengt Holgersson. Samarbetet och kontakterna med Cancerfonden är naturligtvis både intressanta och viktiga för oss i Gynsam.

UNDER HÖSTEN genomförde Gynsam en funktionärsutbildning. Bland annat deltog representanter från den nygamla föreningen i Örebro, se mer på sidan 14. Tyvärr tvingades några föreningar lämna återbud. Utbildningens syfte var att våra ledamöter i de lokala föreningarna och i Gynsams styrelse skulle få stöd i sin verksamhet.

GYNSAM HAR OCKSÅ inbjudits och deltagit i förhandsvisningen av en ny informationstjänst inom hälso- och sjukvård, och däribland cancer, på www.1177.se. Det är en viktig nättjänst som nu kommit igång. Vi skriver mer om det i ett senare nummer av Gynsam.

ALLA I GYNSAMS STYRELSE deltog vid Världscancerdagen den 4 februari på Berns i Stockholm. En mycket intressant dag.

SEDAN VILL JAG också skicka en speciell hälsning till en av våra unga medlemmar, Cecilia Häggglund, som för några månader sedan fick en son. Hon berättar själv på sidan 9. Det är så trevligt att kunna uppmärksamma och lyckönska den nya lilla familjen.

VI SES VÄL PÅ RIKSTÄMMAN den 9 april i Stockholm? 

En riktigt fin vår önskar jag Er alla.

Margaretha

MARGARETHA SUNDSTEN ORDFÖRANDE
ordforande@gynsam.se



Finn Dig själv - finn vägen till Lydiagården

specialdesignat program för cancerrehabilitering

- kunskap om cancer
- samtal, enskilt och i grupp
- fysisk aktivitet
- kreativ och kulturell verksamhet
- gemenskap

Vi erbjuder professionell rehabilitering till såväl patienter som närstående under fem dygns internatvistelse i vacker miljö. Personal med utbildning/erfarenhet av tumörsjukvård.

Tel: 0413-692 50

Fax: 0413-55 31 35

www.lydiagarden.se

Stiftelsen

Lydiagården



Välkomna till Gynsams Riksstämman 2011

Lördagen den 9 april 2011

Plats: HSO*^s lokaler, S:t Göransgatan 84, Stockholm



Gunilla Gunnarsson, överläkare och onkolog. Samordnare av SKL:s arbete inom ramen för cancerstrategin. (SKL = Sveriges Kommuner och Landsting.)

FÖRELÄSARE

Gunilla Gunnarsson, överläkare och onkolog, berättar om utvecklingen för den Nationella Cancerstrategin.

ORDINARIE LEDAMÖTER

10.30	Samling med kaffe
11.00	Föreläsning med Gunilla Gunnarsson
12.30	Lunch
13.30	Stämmoförhandlingar
15.00 (cirka)	Avslutning

Med reservation för eventuella ändringar.

Anmälan senast 27 mars till kassör
Ulla Samuelsson, e-post kassor@gynsam.se
eller telefon 08-23 30 20.

Adress: HSO*, S:t Göransgatan 84 på Kungsholmen. Tag T-banan från Centralen till Fridhemsplan (blå linje 11 mot Akalla eller grön linje mot Hässelby), uppgång Fridhemsplan och därefter cirka 350 m promenad.

* Handikappföreningarnas samarbetsorgan.

Information från Gynsams styrelse till direktmedlemmar

Vill du, i egenskap av direktmedlem i Gynsam, ha den information från Gynsams styrelse som när medlemmarna som är knutna till en lokal medlemsförening via lokalföreningen? Det kan gälla protokoll från Riksstämman, inbjudan till stödpersonsutbildning, deltagande i NYCK-projekt mm. Skriv då till ordforande@gynsam.se. Ange namn och e-postadress. Ange som ämne: »Jag önskar direktinformation från Gynsams styrelse«. **G**

EFTERLYSNING!!! EFTERLYSNING!!! EFTERLYSNING!!!

Vi behöver fler medarbetare till Gynsamposten. Är du intresserad av att vara med och bidra i tidning så är vi tacksamma om du hör av dig till oss i redaktionskommittén på redaktor@gynsam.se eller direkt till vår ordförande Margaretha Sundsten, ordforande@gynsam.se.

Välkommen till oss! Redaktionskommittén

Lena Claesson-Welsh är professor vid Uppsala Universitet. Nedan berättar hon kort om forskningen kring HRG, Histidin-rikt glykoprotein, och dess påverkan på tumörtillväxt.

TEXT LENA CLAESSION-WELSH

HRG och tumörinflammation

Cancervävnader är som regel inflammerade. Det beror på att tumörcellerna producerar en rad ämnen som lockar

inflammatoriska celler att invadera tumörvävnaden. De inflammatoriska cellerna kommer från benmärgen, cirkulerar i blodet och tar sig igenom blodkärlen och in i tumören. I princip är det samma reaktion som uppstår i ett sår, och som bidrar till att såret läks ut.

Man kan säga att kroppen uppfattar tumören som ett sår, men skillnaden är att tumören inte läker ut – men varför gör den inte det? En viktig skillnad är att viktiga egenskaper hos de inflammatoriska cellerna förändras i tumören.



Lena Claesson-Welsh,
professor vid
Uppsala Universitet.

Läs artikeln i sin helhet i den tryckta tidningen eller beställ den i pdf-format.
Beställ på info@gynsam.se
alternativt ring 08-23 30 20.
Medlemskap, inklusive tidningen Gynsamposten kostar 150 kronor per år.
Separat prenumeration kostar 200 kronor per år.

BräckeDiakoni  RehabCenter
Mösseberg



Rehab med utsikter

Var vill du göra din rehabilitering? På RehabCenter Mösseberg i Falköping kommer vi att stödja och utmana dig. Så att du vågar tänka nytt, prova och tänja gränser. Har du viljan – har vi verktygen. Här får du möjlighet att vara aktiv, utifrån dina förutsättningar. Vi har något för alla. Och vad sägs om att bo på ett anrikt kurortshotell med SPA, hemlagad mat och stor gemenskap? Tyvärr får vi inte plats att berätta mer...

Läs mer på www.brackediakoni.se/mosseberg

10 kriterier för Regionala CancerCentra

Kjell Asplund fortsätter sitt uppdrag att genomföra inrättandet av de Regionala CancerCentra, RCC. Birgit Feychting deltog vid mötet 10 januari 2011 på Socialdepartementet, om det fortsatta arbetet.

TEXT BIRGIT FEYCHTING

I dokumentet »En Nationell Cancerstrategi för framtiden«, som presenterades i februari 2009, formulerades följande fem övergripande mål för cancervården i riket:

1. Minska risken för insjuknande i cancer.
2. Förbättra kvaliteten i omhändertagandet av patienter med cancer.
3. Förlänga överlevnadstiden och förbättra livskvaliteten efter cancerdiagnos.
4. Minska regionala skillnader i överlevnad efter cancerdiagnos.
5. Minska skillnader i olika befolkningsgrupper i insjuknande i cancer och överlevnad efter diagnos.



Kjell Asplund.

Läs artikeln i sin helhet i den tryckta tidningen eller beställ den i pdf-format.

Beställ på info@gynsam.se alternativt ring 08-23 30 20.

Medlemskap, inklusive tidningen Gynsamposten kostar 150 kronor per år.

Separat prenumeration kostar 200 kronor per år.

VIDARKLINIKEN – HELHETSSYN SOM GER LIVSKVALITET

Vidarkliniken bedriver kvalificerad cancervård och -rehabilitering med antroposofisk inriktning. Vi tar emot patienter med cancer i alla stadier.

Vidarkliniken har avtal med flera landsting.

Kontakta oss gärna för att veta vad som gäller för just dig. *Hjärtligt välkommen!*



VIDARKLINIKEN

EN UNIK KOMBINATION AV SKOLMEDICIN
OCH ANTROPOSOFISK LÄKEKONST

Tel 08-551 509 07 (inskrivning)
08-551 509 00 (växel)

www.vidarkliniken.se

Läs artikeln i sin helhet i den tryckta tidningen eller beställ den i pdf-format.

Beställ på info@gynsam.se alternativt ring 08-23 30 20.

Medlemskap, inklusive tidningen Gynsamposten kostar 150 kronor per år.

Separat prenumeration kostar 200 kronor per år.

Välkommen till Rehabiliteringsenheterna vid Röda Korsets Sjukhus



Här finns våra mottagningar;

- Lymfödemenheten med specialistläkarmottagning
- Sjukgymnastmottagningen
- Gåskola för benamputerade
- Armprotesenheten
- EX-Center

Vi har också startat Onkologisk rehabilitering.

Röda Korsets Sjukhus

Rehabiliteringsenheterna

Bockholmsvägen 1, kv. Sfären | 170 78 Solna | Telefon 08-791 14 00

T-bana: Bergshamra eller buss 540 från T-bana Universitetet

Broschyr: <http://se01.jsmediatools.com/17049105093/>



Kunskapsdag om samliv och sexualitet

med familje- och sexualterapeut Gertrude Aigner

Vi har, inom Gynsam, länge arbetat med att få till stånd en planerad kunskapsdag om samliv och sexualitet som riktar sig till er, våra yngre medlemmar i Gynsam.

Det har varit svårt att finna en föreläsare som kan ställa upp en lördag. Men nu har vi lyckats med hjälp från Cancerfonden. Vi kan erbjuda en eftermiddag med familje- och sexualterapeuten Gertrude Aigner, som har stor kunskap och erfarenhet och är mycket anlitad och uppskattad.

Du är varmt välkommen till Stockholm den 2 april. Gynsam står för Din resekostnad och vi ber Dig köpa biljetter så tidigt som möjligt för att få ett bra pris. En del av er bor i stockholmsområdet och det underlättar givetvis. På kväl-

len bjuder Gynsam på en enkel middag så att alla ska få möjlighet att umgås. Vi tror att gemenskapen i gruppen betyder mycket. De flesta kan sedan åka hem, men de som har lång väg kan ha behov av övernattnig. Kanske kan Du ordna en övernattnig själv, men går inte det vänder du dig till Gynsams kassör Ulla Samuelsson och får hjälp. Vi erbjuder övernattnig i dubbelrum på STF-s vandrarhem på Fridhemsplan. Gynsam sponsrar upp till 450 kr/person, inklusive frukostbuffé. Vill du ha högre standard står du själv för mellanskillnaden. Vandrarhemmet erbjuder även hotellrum.

Varmt välkommen till kunskapsdagen om samliv och sexualitet!

MARGARETHA SUNDSTEN
ORDFÖRANDE GYNSAM

Inbjudan till alla NYCK-tjejer

Målgrupp: Gynsams NYCK-tjejer och andra unga tjejer/kvinnor med erfarenhet av gynekologisk cancer.

Tid: Lördagen den 2 april

Plats: HSO, Handikappföreningarnas samarbetsorgan, i Stockholm

Adress: S:t Göransgatan 84 på Kungsholmen.

Tag T-banan från Centralen till Fridhemsplan (blå linje 11 mot Akalla eller grön linje mot Hässelby), uppgång Fridhemsplan och därefter cirka 350 m promenad.

PROGRAM FÖR KUNSKAPSDAGEN OM SAMLIV OCH SEXUALITET

11.00 Samling och kaffe

11.30 Föreläsning

13.00 Lunch

14.00 Fortsatt föreläsning, samtal och diskussioner – här finns plats för alla tänkbara frågor.

16.00 Dagen avslutas

Till den här dagen inbjuder vi fler yngre kvinnor med erfarenhet av gynekologisk cancer och vi tar gärna hjälp av Er att nå ut. Har Du någon vän Du vill ta med Dig? Vi tar en konferensavgift på 150 kr, som inkluderar mat under dagen.

Fyll i nedan och sänd snarast och senast den 21 mars till Ulla Samuelsson, kassor@gynsam.se eller med vanlig post till: Ulla Samuelsson, Norra Hökåsvägen 35, 722 31 Västerås

JAG ANMÄLER MIG TILL KUNSKAPSDAGEN DEN 2 APRIL I STOCKHOLM

Var god kryssa i valt alternativ!

Jag behöver hjälp med övernattnig till den 3 april och godtar Gynsams erbjudande

Jag vill i stället ha min övernattnig på det här sättet:

.....
SE ALTERNATIV PÅ WWW.FRIDHEMSPLAN.SE ELLER FRÅGA PÅ INFO@FRIDHEMSPLAN.SE

NAMN

ADRESS

E-POSTADRESS TELEFONNUMMER.....

Kunskapsdagen genomförs i samarbete med



Här nedan berättar Cecilia Hägglund om en lång resa som hon och hennes man gjort tillsammans och som nu resulterat i att de blivit föräldrar. Gynsam gratulerar den nya lilla familjen och hoppas att många av våra unga medlemmar ska få möjlighet att uppleva samma resa i framtiden.

TEXT **CECILIA HÄGGLUND**

Läs artikeln i sin helhet i den tryckta tidningen eller beställ den i pdf-format.

Beställ på info@gynsam.se alternativt ring 08-23 30 20.

Medlemskap, inklusive tidningen Gynsamposten kostar 150 kronor per år.

Separat prenumeration kostar 200 kronor per år.

GCF Stockholm bildades den 8 oktober 1996, två år efter den första lokala Gyncancerförningen Viola i Skåne. Föreningen är, liksom alla Gynsams lokalföreningar, en ideell, politiskt och religiöst oberoende lokalförening för kvinnor med gynekologiska cancersjukdomar, deras anhöriga och stödpersoner. GCF Stockholm har för närvarande 234 medlemmar.

TEXT BIRGIT FEYCHTING, ORDFÖRANDE I GYNCANCERFÖRENINGEN GCF STOCKHOLM

Gyncancerföreningen

GCF Stockholm firar 15-årsjubileum

Föreningen bildades på initiativ av Annelise Prebo, som i många år arbetat som kurator på Radiumhemmet, och som genom sitt arbete kom i kontakt med många kvinnor som efterfrågade en patientförening för kvinnor med gynekologisk cancer. Annelise fick stöd och uppmuntran av läkarna Nina och Jerzy Einhorn och den övriga personalen på Radiumhemmet.

I oktober 1996 inbjöds via annonsering i dagspress till en informationskväll om gynekologisk cancer i TryggHansa-huset i Stockholm. Makarna Einhorn föreläste, över 200 personer kom till föreläsningen.

Jerzy Einhorn, som då var chef för all cancervård på Radiumhemmet, framhöll i sin föreläsning att behovet av en patientförening var stort, »politiker misstror alltid personalen, som alltid uppfattas tala i egen sak. Därför behövs patientföreningar!«.

Samma kväll bildades Gyncancerföreningen GCF Stockholm.

LOKALA GYNCANCERFÖRENINGAR SOM INGÅR I GYN SAM:

GCF Viola i Skåne (1994), GCF Musslan i Värmland (1996), GCF Stockholm (1996), GCF Linnea i Medelpad (1997), GCF Mariarosen i Västerås (2004), GCF Ada och Beda i Göteborg (2004), GCF Anemonen i Halland (2007) och GCF Örebro (2008).

Mycket har förändrats sedan 1996. Idag finns bättre behandlingsmöjligheter, bättre och effektivare läkemedel. Dock återstår mycket att göra, och med krympande ekonomi inom landstinget är föreningens uppgift viktigare än någonsin tidigare!

Lobbyarbete

Våra medlemmar är våra värdefulla informationskällor! Föreningens styrka har varit och är att vi hela tiden är uppdaterade med aktuella patientberättelser, om vad som är bra och vad som inte fungerar tillfredsställande.

Vi uppvaktar regelbundet politiker inom landstinget och ansvariga representanter inom vården med krav på förbättringar. Sista året har vi haft regelbundet återkommande möten med de båda cheferna för den gynekologiska cancervården och för hela verksamhetsområdet onkologi.

Eftersom den krympande ekonomin har gått ut över gyncancervården så har sedan 2008 sex politikeruppvaktnings gjorts, till sittande alliansregeringen och till oppositionen. Ännu är vi inte nöjda med resultatet!

De hårda sjukskrivningsreglerna och konsekvenserna för våra medlemmar har även det varit ett angeläget ämne alltsedan 2008. Genom medlemskap i HSO, Handikappföreningarnas Samarbetsorgan i

Stockholms län, har vi kunnat driva ärendet vidare till Handikappförbunden centralt, som agerat kraftfullt.

Vad vi erbjuder våra medlemmar

Vi kan erbjuda våra medlemmar tema-kvällar, två till tre gånger per termin, med inbjudna föreläsare.

Ämnena är ofta föreslagna av medlemmarna själva. Temakvällarna har hittills bland annat handlat om lymfödem och de nya sjukskrivningsreglerna.

Öppet Hus är en annan mycket uppskattad aktivitet dit kvinnor med gynekologisk cancer och deras anhöriga är välkomna för att träffa andra kvinnor i liknande situation. Träffarna leds av stödpersoner som är utbildade av Gynsam,

Gyncancerföreningarnas Nationella Samarbetsorganisation.

Under det senaste året har vi även haft möjlighet att erbjuda en samtalsgrupp för kvinnor med återfall av gynekologisk cancer, under professionell ledning. Detta initiativ har varit mycket uppskattat av våra medlemmar.

Hösten 2010 påbörjades en samtalsgrupp för unga kvinnor med gynekologisk cancer och denna grupp fortsätter att träffas under våren 2011.

Samtliga träffar äger rum på Onkologiskt rehabiliteringscentrum, ORC, på Karolinska Universitetssjukhuset i Solna.



Birgit Feychting.

»Politiker misstror alltid personalen, som alltid uppfattas tala i egen sak. Därför behövs patientföreningar!«

Ett medlemsblad, GCF-Bladet, ges ut tre gånger per år, där vi berättar om lokala föreläsningar och andra aktiviteter som vi tror kan intressera våra medlemmar.

Jubileum

I år firar vi 15-årsjubileum. Det har varit aktiva och händelserika år med mycket arbete i styrelsen tack vare många engagerade personer. Vi hoppas att föreningen kan utvecklas och växa. Det beror till stor del på hur våra medlemmar vill och kan bidra till detta. Mycket kan fortfarande bli bättre inom gyncancervården, vår uppgift är att genom ett ständigt pågående lobbyarbete påminna såväl politiker och professionen om våra krav.

Vi vill särskilt tacka Annelise Prebo, som tog initiativ till att bilda Gyncancerföreningen GCF Stockholm 1996. Du är ett föredöme och en inspirationskälla. Vi är glada och stolta över att fortfarande ha Dig med oss i föreningen som hedersledamot! 



FOTO: YANAN LI



Precis som din egen frisyra.

PERUKER TILL BÅDE VARDAG & FEST

Vi erbjuder ett stort utbud av peruker i olika modeller och i en mängd både moderiktiga och klassiska frisyror. Perukerna görs i material och fiber som är naturliknande och stämmer väl överens med ett naturligt hår.

För bästa känsla och komfort.

Kontakta oss för fri konsultation.

Varmt välkommen till Carl M Lundh & Perukshopen!

Vi har avtal med landstinget.

www.carmlundh.se

CARL M. LUNDH
C.M.L. HAIRCENTER

CARL M LUNDH & PERUKSHOPEN

STOCKHOLM / Storg. 11, 08-545 66 800 • STOCKHOLM / Perukshopen, Gamla Brog. 34, 08-20 10 06

GÖTEBORG / V. Hamng. 5, 031-10 23 80 • MALMÖ / Kalendeg. 12, 040-733 20

JÖNKÖPING / Ö. Storg. 16, 036-15 02 70 • KALMAR / Funkabotorget 1, 0480-268 30

SAKNAR DU EN SALONG DÄR DU BOR? / Ring 020-36 87 00 för fler ÅF.

FOKUS PÅ DET FRISKA I LIVET

Jennie Augustsson vägrar låta livsviljan knäckas av det hon inte själv kan styra. Navet i hennes liv är sonen Elliot, familjen och vännerna. Energikällan är den nystartade webbshopen. Jennie vägrar låta cancern bli hennes identitet.

TEXT ULLA GABAY

Läs artikeln i sin helhet i den tryckta tidningen eller beställ den i pdf-format.

Beställ på info@gynsam.se alternativt ring 08-23 30 20.

Medlemskap, inklusive tidningen Gynsamposten kostar 150 kronor per år.

Separat prenumeration kostar 200 kronor per år.

Läs artikeln i sin helhet i den tryckta tidningen eller beställ den i pdf-format.

Beställ på info@gynsam.se alternativt ring 08-23 30 20.

Medlemskap, inklusive tidningen Gynsamposten kostar 150 kronor per år.

Separat prenumeration kostar 200 kronor per år.

När underlivet är i obalans påverkar det hela tillvaron. **REPLENS** är en gel som lindrar klåda, irritation och sveda. Helt utan hormoner. Fortsätt att njuta och ta för dig av livet varje dag!



Finns på Apoteket

Det hormonfria alternativet vid vaginal torrhet.

Balans under livet

Vaginal torrhet kan vara ett besvärande symptom för kvinnor med bröstcancer som behandlas med anti-hormonell terapi. Replens rekommenderas av Svenska Bröstcancergruppen och ingår i läkemedelsförmåerna för behandling av vaginal torrhet hos kvinnor med bröstcancer som behandlas med aromatashämmare.^{1,2} Replens är en vattenbaserad gel som används var tredje dag för symptomatisk behandling av vaginal torrhet hos postmenopausala kvinnor. För fullständig information se Fass. Replens är ett registrerat läkemedel och finns receptfritt på Apoteket. För ytterligare information se www.Replens.se eller kontakta CampusPharma AB Tel 031-205020, info@campuspharma.se

1. Nationella riktlinjer för behandling av bröstcancer – lokala östrogenbristsymtom 2007. 2. LFN beslut 14 september 2007.



Läs artikeln i sin helhet i den tryckta tidningen eller beställ den i pdf-format.

Beställ på info@gynsam.se alternativt ring 08-23 30 20.

Medlemskap, inklusive tidningen Gynsamposten kostar 150 kronor per år.

Separat prenumeration kostar 200 kronor per år.

GCF Örebro tar nya tag

Här kommer några rader från några av de som vill vara med och få igång GCF Örebro igen.

VI ÄR ETT GÄNG tjejer som träffas över en bit god mat och lite gott att dricka. Vi är alla tjejer som har haft/har gynecancer. Vi är glada, vi skrattar och har beslutat oss för att få igång GCF Örebro igen. Det känns spännande och kul. Äntligen kan vi och de andra tjejerna vara med och påverka framtiden. Allt känns lovande.

Det dyker upp ett mejl att Gynsam ska ordna utbildning för både gamla och blivande styrelsemedlemmar. Vi tackar ja på en gång. Utbildningen kommer helt rätt i tiden. Den 13-14 november 2010. Det är inspirerande att träffa alla dessa kvinnor som är aktiva inom olika GCF föreningar.

Helgen blir full av energi, alla är vi sugna på att lära oss allt om hur en styrelse bör arbeta och vad som är bra att

tänka på vid styrelsemöten, årsmöten, protokollskrivande och vad som kan vara bra att ha med i stadgar och kunna om ekonomi.

Vi hade den bästa av föreläsare, Dick Erixon från Studieförbundet Vuxenskolan. Han har förmågan att lära ut på ett bra sätt.

Vi tänker absolut tacka ja till fler utbildningar »de är värda sin vikt i guld«. Hoppas att vi ses då.

All hjälp som vi har fått har betytt oerhört mycket för oss under vår rehabilitering! Nu känner vi att vi vill hjälpa andra kvinnor som har eller har haft gynecancer.

BLIVANDE LEDAMÖTERNA I GCF ÖREBRO
TEIJA ERICSSON HELENA JANSSON

GYNSAMS STYRELSE

ORDFÖRANDE

Margaretha Sundsten
060-12 77 54
Mobil 0730-82 23 24
ordforande@gynsam.se

KASSÖR

Ulla Samuelsson
021-248 71
kassor@gynsam.se

SEKRETERARE

Kerstin Mårdberg
031-12 16 15
kerstin.mardberg@telia.com

VICE ORDFÖRANDE

Gun-Brith Ottosson
08-647 15 17, 035-21 16 94

LEDAMOT

Maude Andersson
054-18 52 90
maude.andersson@telia.com

SUPPLEANT

Camilla Johansson
0704-82 33 33
camilla24@hotmail.com

SUPPLEANT

Yvonne Subay
013-21 10 46
subay@live.se

VALBEREDNINGEN

Irène Andersson
0346-817 79
irene_pluto@hotmail.com

Marie-Louise Jansson
0550-520 72
ma-lo.jansson@telia.com

Susanne Rehlin
08-580 303 92
susanne.rehlin@sll.se

REVISOR

Osborne Revision AB

REVISORSSUPPLEANT
Iris Westman
0611-103 12
iris.westman@telia.com

GYNSAMS ADRESSREGISTER

Gynsam har ett centralt medlemsregister för distribution av Gynsam-posten. Uppgifterna behandlas med sekretess och lämnas inte ut till obehöriga. Är du medlem i lokal GCF och upptäcker felaktigheter – eller om du flyttar och ändrar adress – kontakta din lokala GCF för rättelse. I övriga fall kontakta Gynsam.

KALENDARIVM

för Gynsam finns på Gynsams hemsida, www.gynsam.se.

GYNSAMS MEDLEMSFÖRENINGAR

GCF Ada & Beda

GÖTEBORG MED OMNEJD
Önnereds Bryggväg 69 D
421 57 Västra Frölunda
031-69 18 03
bea.andreasson@posten.se
Plusgiro 25 79 48-0

GCF Anemonen

HALLAND
Gun-Brith Ottosson
070 35 30 480
anemonen.halland@gmail.com
Bankgiro 5883-7428

GCF Linnéa

MEDELPAD
Margaretha Sundsten
Storgatan 52 B, 852 30 Sundsvall
060-12 77 54
gcflinnea@brfguldsmeden.se
Plusgiro 498 01 70-7

GCF Mariarosen

VÄSTERÅS MED OMNEJD
Maija Parviainen
Stockrosvägen 2, 722 46 Västerås
070-294 11 63
gcf.mariarosen@telia.com
Plusgiro 24 48 46-2

GCF Musslan

VÄRMLAND
Maude Andersson
Östra Kanalgratan 4, 652 20 Karlstad
054-18 52 90
gcf.musslan@gmail.com
Plusgiro 607 68 16-5

GCF Stockholm

STOCKHOLMSOMRÅDET
Box 22245, 104 22 Stockholm
08-644 84 46, 0176-813 12
info@gcf.nu
www.gcf.nu
Plusgiro 2 55 94-3

GCF Viola

SKÅNE
Gullbritt Palm
Brunkelstorp 3086, 283 91 Osby
040-97 39 58
gcfviola@hotmail.com
Plusgiro 921 31 12-7

GCF Örebro

ÖREBRO
Ditte Tengvall
019-602 78 62
ditte.tengvall@orebroll.se

DISKUSSIONSFORUM PÅ INTERNET

På Cancerfondens hemsida, www.cancerfonden.se, hittar du forumet »Diskutera cancer«. Det finns flera olika rubriker, bland annat »Gynekologisk cancer« och »Anhörigas situation«.

STÖDPERSONER

Vill du tala med någon som lyssnar?

Våra stödpersoner träffas på sina hemtelefoner – välkommen att ringa.

Britt Björk 044-21 48 15
Vivianne Johansson 0456-250 21
Liss-Britt Persson 044-573 00
Yvonne Subay 013-21 10 46
Ulla Samuelsson 021-248 71
Britt-Marie Moberg 0226-711 40
Irène Andersson 0346-817 79
Ann Håkansson 070-35 30 480
Maude Andersson 054-18 52 90
Marie-Louise Jansson 0550-520 72
Ann-Christine Broström 08-645 70 93
Lena Elfsberg 08-668 40 83
Birgit Feychting 08-644 84 46 eller 0176-813 12
Cecilia Hägglund 070-777 80 45
Christina Ugglå 08-758 71 65
Ann-Christin Hjertström 060-53 68 16
Iris Westman 0611-103 12

FÖR ANHÖRIGA

Eva-Maria Dufva 08-739 25 65
Wiveka Ramel 08-660 51 31

En stödperson

- har själv haft gynekologisk cancer eller är närstående
- vet genom egen erfarenhet hur viktigt det är att ha någon att tala med om sin situation
- har tid att lyssna
- har moralisk tystnadsplikt
- hänvisar till sjukvårdspersonal i medicinska frågor
- är ett komplement till sjukvården
- är utbildad för sin uppgift
- träffas på sin hemtelefon eller via Gynsams hemsida.

STÖD
GYNSAM!

VÄLKOMMEN
MED ERT BIDRAG.
PLUSGIRO
129 69 63-0.



Gyncancerföreningarnas
Nationella
Samarbetsorganisation

Gynsam stödjer kvinnor med gynekologisk cancer och deras anhöriga

VAD ÄR GYNSAM?

Föreningens medlemmar är kvinnor som insjuknat i underlivscancer (patientmedlemmar) och deras anhöriga samt övriga som stödjer Gynsams verksamhet (stödmedlemmar).

Gynsam ger stöd och information till alla patientmedlemmar och deras anhöriga via stödpersonsverksamheten, www.gynsam.se, tidningen Gynsamposten och olika aktiviteter i de lokala medlemsföreningarna.

Gynsam informerar och debatterar med politiker och andra som i sitt beslutsfattande påverkar situationen för kvinnor med gynekologisk cancer. Vårt mål är att alla kvinnor med gynekologisk cancer ska ha tillgång till optimal sjukvård.

STÖD TILL VERKSAMHETEN

Företag och organisationer kan stödja Gynsam genom gåvor och annonsering i Gynsamposten. Genom att stödja vårt arbete i Gynsam är ni med och påverkar värden för kvinnor med gynekologisk cancer!

BLI MEDLEM

Anmäl dig på www.gynsam.se, eller kontakta föreningens kassör på 021-248 71 eller e-post kassor@gynsam.se. Årsavgiften är 150 SEK, sätts in på Gynsams plusgiro 129 69 63-0 eller bankgiro 374-9660.

Uppge namn och adress, samt om du önskar vara patient- eller stödmedlem. Företag, organisationer och mottagningar stödjer genom sitt medlemskap verksamheten och får tidningen Gynsamposten.



GYNSAMBANDET

Beställ gärna Gynsambandet. Det är vår symbol. Bandet, i förgylld metall, kostar 30 kronor som sätts in på Gynsams plusgiro 129 69 63-0 eller bankgiro 374-9660. Uppge namn och adress och att betalningen avser Gynsambandet, så kommer det per post.