



# DBO bladet

Medlemsblad for  
Dansk Brystkræft Organisation (DBO)  
Nr. 55 | Oktober 2018 | 17. årgang

**Ny form for  
rekonstruktion  
kan blive  
standard-  
behandling  
i Danmark**

**SKAL – SKAL IKKE  
DROPPE ANTI-  
HORMONBEHANDLING?**

**LEV GODT  
EFTER BRYSTKRÆFT**

**BRYSTKRÆFTRAMTE  
MÆNDS OVERLEVELSE  
ER DÅRLIGERE  
END KVINDERS**

**HVORDAN KOMMUNIKERER VI  
MED SUNDHEDSVÆSENET?**

# ÅBENHED

## om svær problemstilling

Det er med glæde, at vi igen udsender vores medlemsblad. Denne gang med en bred vifte af artikler, der handler om det, der rører sig i tiden, eller fortæller om den betydning en livsbegivenhed kan få for fremtiden.

Der sker meget på brystkræftområdet, og udviklingen på behandlingsområdet har taget fart de senere år. Et spændende eksempel på, at der arbejdes tværfagligt med forbedring af behandling, er artiklen om arbejdet med at indføre delayed-immediate rekonstruktion. Det viser, at vores behandlende læger har stor interesse i at gøre den nødvendige - og til tider indgribende behandling - så skånsom som muligt. Forskning og udvikling der deles på tværs af lande og faggrænser er vigtigt for os alle. Det kan betyde en langt hurtigere implementering af metoder og behandlinger, der viser sig at være gode. Kan det i samme omgang betyde bedre livskvalitet og mere skånsom behandling uden at gå på kompromis med effekten for de berørte, er det ekstra godt.

Der arbejdes i øjeblikket med at se på, hvilke følger det har at have været gennem et kortere eller længere behandlingsforløb for kræft. Senfølger er for alvor i fokus. Ét af de områder, jeg ofte hører diskuteret, når der tales om brystkræft, er tilbuddet om adjuverende behandling med antihormonbehandling. Det berører mange brystkræft-ramte. Størstedelen har ingen problemer med denne behandling og klarer den uden de store bivirkninger. For andre har antihormonbehandlingen så stor indgriben i deres hverdag grundet bivirkningerne, at de vælger at droppe behandlingen. Denne



Efter redaktionens deadline valgte Eva Bundesen af helbredsmæssige årsager at trække sig som formand for DBO og fortsætte som menigt bestyrelsesmedlem – foreløbig i en periode på tre måneder. Den daværende næstformand Gitte Laursen har derfor overtaget formandsposten, og bestyrelsesmedlem Karen Sundbøll er valgt som fungerende næstformand for denne periode.

Læs mere på [www.brystkraeft.dk](http://www.brystkraeft.dk)

problematik belyser dette nummer af bladet. Jeg understreger hermed, at fordi bladet belyser emnet, betyder det på ingen måde, at DBO er kritiske over for antihormonel behandling. Men det er vigtigt at belyse også denne problemstilling. Jeg vil altid opfordre til åbenhed, og at du tager en dialog med din onkolog for at finde den rigtige løsning for dig. Det er i de fleste tilfælde muligt at ændre og tilpasse behandlingen. Det er vigtigt, at vi patienter bliver hørt, men vi har også brug for at få en saglig og faglig forklaring på de fordele og ulemper, der kan være ved at ændre eller stoppe antihormonbehandlingen.

Der har i en årrække været meget fokus på behandling og forbedring af overlevelse efter brystkræft. Der er også behov for informationer om de symptomer, der kan

være på brystkræft. Vi ser desværre stadig tilfælde på, at brystkræft ikke opdages i tide. Det gælder både hos mænd og kvinder, at symptomer overses af den ene eller anden årsag. Det er et område, DBO gerne vil prioritere de kommende år, da det er af væsentlig betydning at få stillet en diagnose og påbegyndt behandling hurtigt muligt.

**Eva Bundesen**  
Formand, DBO



# Indhold



6



8



12



16



21



24

- 04 **Skal – skal ikke** droppe antihormonbehandling
- 06 Lev godt efter brystkræft
- 08 **Ny form for rekonstruktion** kan blive standardbehandling i Danmark
- 12 Invitation til DBO's årsmøde 2019
- 14 **KORT NYT**
- 16 I dag fokuserer jeg kun på det positive
- 21 Apps til brystkræftpatienter
- 23 **Brystkræft** ramte **mænds overlevelse** er dårligere end kvinders
- 24 **Hvordan kommunikerer vi** med sundhedsvæsenet?
- 25 Danmark Rundt
- 26 **BEGIVENHEDER**
- 31 Medlemskab af DBO

Forfattere, der skriver indlæg til DBObladet, udtrykker ikke nødvendigvis redaktionens/DBO's holdning i en given sag. Næste nummer af DBObladet udkommer i februar 2019. ISSN: 1602-8775.

**Udgiver:** Dansk Brystkræft Organisation (DBO) med støtte fra Kræftens Bekæmpelse  
**Oplag:** 4.800 stk.  
**Redaktion:** Eva Bundesen, Michelle Farrington, Randi Krogsgaard og Britt Nørbak (ansv. red.)  
**Layout:** Fru Farrington  
**Forsidefoto:** Britt Nørbak

© Copyright Dansk Brystkræft Organisation (DBO)



# Skal – skal ikke droppe antihormonbehandlingen?

Det er en tabubelagt og meget vigtig problemstilling, når en patient overvejer at droppe eller har droppet antihormonbehandlingen efter brystkræft. DBObladet opfordrer på ingen måde til, at behandlingen droppes, men vi behandler emnet for at sætte fokus på et dilemma, som mange går med for sig selv. Vi spurgte på vores Facebook- og hjemmeside, hvad der ligger til grund for overvejelserne. Kvinderne er anonyme, men redaktionen kender deres identitet.

## STOR VILDREDE

Jeg har droppet Tamoxifen efter seks år. Jeg fik konstateret brystkræft i 2011 og kræft i livmoderen i 2016 sandsynligvis pga. Tamoxifen. I 2017 følte jeg mig så træt og mismodig, at jeg foreslog onkologen at holde en pause med Tamoxifen i tre måneder. Jeg fik det bedre og valgte derfor at stoppe helt. Jeg har været i stor vildrede omkring det, for den onkolog, jeg har snakket mest med, syntes, at jeg skulle fortsætte, og de andre onkologer, jeg var hos efter min pause, syntes ikke, at jeg skulle fortsætte, netop fordi mit underliv var fjernet. Jeg ved stadig ikke, hvad der er op og ned i det, og jeg føler mig af og til utryk i min beslutning. Hvis jeg får tilbagefald, vil jeg så bebrejde mig selv? Jeg synes generelt, det har været svært at få svar på, om det gør en forskel at få fjernet hele sit underliv i forhold til brystkræft og Tamoxifen.

*Kvinde, 53 år*

## DET BEDSTE VALG

Efter tre måneder med en daglig antihormonpille oplevede jeg synsforstyrrelser, søvnproblemer, grådlabilitet, smerter i knogler og led, koncentrationsbesvær, humørsvingninger, aggressivitet, nedsat hørelse (er berettiget til høreapparat), smerter i mine nervebaner i begge arme, kuldeforstyrrelser i hænder og fødder. Jeg har derfor fravalgt efterbehandlingen. Det er det bedste valg, jeg har taget længe.

*Kvinde, 43 år*

## SAVNER MIN SEXLYST

Grunden til, at jeg overvejer at droppe antihormonerne er, at jeg savner min sexlyst. Jeg er 37 år, og det er nærmest håbløst at starte et forhold eller være i et, når ens krop ikke længere er til at stole på og ikke reagerer, som den plejer. Jeg har bare lyst til at nyde livet og træde ud af kræftens skygge. Jeg fik brystkræft i 2013 og tilbagefald i 2014. Lige nu er jeg ikke i behandling med antihormoner, da jeg prøver at blive gravid. Det er så fedt at være mig selv igen, og jeg har absolut ikke lyst til at skulle tilbage på dem.

*Kvinde, 37 år*

## VÆRRE END KEMO

Jeg overvejer at droppe antihormonbehandlingen, fordi jeg har det for dårligt af bivirkningerne. Det er utroligt, at jeg kan have det værre af en lille pille end af kemoen.

*Kvinde, 59 år*

## INVALIDERENDE SMERTER

Min livskvalitet på antihormoner var FOR ringe! Jeg tog først Letrozol i cirka 18 måneder, men jeg stoppede pga. kraftige, invaliderende smerter i arme og ben og mange hedeture fordelt over døgnet 24 timer. Herefter fik jeg Tamoxifen i cirka 18 måneder. Denne gang var bivirkningerne svimmelhed, osteklokke-fornemmelse, pludselige ildebefindende og generel utilpashed. Det var ikke foreneligt med et familie- og arbejdsliv, så jeg talte med onkologen og fik lavet en risikovurdering og stoppede med behandlingen. Mit liv er fortsat et andet liv end før kræftdiagnosen. Nu er det præget af træthed, manglende overskud, ondt i leddene og en følelse af at være blevet 15 år ældre på bare fire år.

*Kvinde, 59 år*

## INGEN LIVSKVALITET TILBAGE

Jeg droppede antihormonerne Letrozol efter seks måneder. Jeg blev tiltagende træt uge for uge og troede i første omgang, at det skyldtes strålebehandlingen. Men det fortsatte, efter strålebehandling sluttede. Jeg fik mange smerter i muskler og led, havde besvær med at gå og døjede med en voldsom svimmelhed. Jeg havde ingen livskvalitet tilbage. Golf, som jeg havde nydt at spille med min mand i 20 år, var umuligt. Jeg havde en samtale med en onkolog, der syntes, at jeg skulle holde en pause på tre måneder og derefter starte på et nyt præparat. Jeg valgte at stoppe helt. Nu er jeg ved at vende tilbage til livet efter 1,5 år. Jeg kan stadig ikke gå 18 huller. Ting tager tid.

*Kvinde*

## STOPPEDE EFTER NI MÅNEDER

Jeg droppede antihormonbehandlingen efter ni måneder. Behandlingen gav mig så mange smerter, at jeg næsten ikke kunne gå. På onkologisk afdeling udregnede de en tilbagefaldsprocent på 1%, så jeg valgte at stoppe behandlingen. Jeg fortsætter dog Zometabehandlingen, da jeg har knogle-skørhed.

*Kvinde*

## FIK DEPRESSIVE TANKER

Efter fjernelse af højre bryst og efter endt kemo, startede jeg med antihormoner. Jeg tænkte, at det var fedt, at der var noget, som måske kan holde den dumme kræft væk, og at jeg nemt kunne klare ti år med antihormoner. Men de var ikke gode for min krop. Jeg fik depressive tanker, jeg var ofte ked af det og følte mig så presset i min krop. Jeg fik hedeture, der vækkede mig om natten og gjorde mig træt om dagen. Jeg fik krampe i læggene og tog 5-7 kg på. Jeg var ved at blive sindssyg over, at det var det her liv, jeg var blevet rask til. Nogle læger foreslår at holde en pause på 2-3 måneder for at mærke en forskel, men det tager længere tid for kroppen at få det væk. Til en af mine kontroller snakkede jeg med en dygtig læge, som støttede mig i min beslutning om at stoppe med de piller og kontrol. Jeg synes, at lægerne skal bruge deres tid på de syge og ikke os raske. Jeg går selvfølgelig til mammografi en gang om året, indtil jeg fylder 50 år. I år er det fem år siden, jeg havde kræft, så nu er min familie og jeg på den rigtige side. Jeg blev glad for at, I tager emnet op, da jeg håber, jeg kan hjælpe nogen med at lytte til deres hoved og krop. Det er meget svært, men tag en god snak med jeres læger, og så håber jeg alt det bedste for jer stærke kvinder.

*Kvinde, 49 år*

## VILLE HAVE MIT LIV TILBAGE

Jeg er opereret for brystkræft i 2003, og den sværeste kamp var antihormonbehandlingen. Mine slimhinder tørrede ind, jeg skulle passe på, når jeg tørrede mig efter toiletbesøg, samleje føltes som glasskår i skeden. Jeg blev træt og uoplagt og fik depressive symptomer. Jeg tog antihormoner i knap to år, hvor jeg prøvede at lindre tilstanden med E-ring og glidecreme, naturprodukter, kortvarigt lykkepiller, alt uden den store effekt. Jeg var arbejdsløs og oplevede et pres fra fagforening og jobformidling til at komme på arbejdsmarkedet igen. For at få mit liv tilbage og komme på arbejdsmarkedet igen, valgte jeg antihormonbehandlingen fra. I starten var det en beslutning, jeg havde det rigtig godt med, fordi jeg mærkede en klar bedring i mine symptomer, men siden har jeg følt, at jeg smed en redningsplanke væk, og måske var en uansvarlig mor ved at vælge behandling fra, så jeg måske fik en større risiko for tilbagefald og evt. at dø fra mine børn og familie. I dag er det snart 15 år siden, og jeg har det godt. Jeg ville ønske, at der dengang havde været mere fokus på, hvad bivirkninger gør ved kroppen og individet, og at der havde været et bedre netværk og forståelse specielt fra arbejdsmarkedet. Jeg følte mig faktisk presset til at stoppe min behandling for at kunne leve op til krav, ikke bare som mor men også fra omverdenen og samfundet. Da jeg stoppede behandling og fik det bedre, fandt jeg selv et arbejde, og jeg har siden uddannet mig både til yogalærer og jordemoder. Jeg håber, at der er bedre muligheder og mere fokus på bivirkninger i dag.

*Kvinde, 45 år*

*På de næste sider kan du læse om et nyt projekt, der forsker i følgeefferter i forbindelse med antihormonbehandling.*



# LEV GODT efter brystkræft

På Rigshospitalet forskes der i, hvilke følger virkninger brystkræftpatienter oplever i forbindelse med antihormonbehandling. Patienternes egne oplevelser indtastes i en ny app, som alle nuværende og tidligere brystkræftframte opfordres til at benytte.

På Rigshospitalet har et forskningsteam bestående af forskere inden for energiomsætning, læger fra Endokrinologisk Klinik og Onkologisk Klinik (afsnit for brystkræft) etableret et stort 5-årigt videnskabeligt projekt, hvor 120 nye patienter med brystkræft efter klimakteriet og uden spredning vil blive fulgt fra diagnostidspunktet, og indtil de har fået fem års behandling med antihormonbehandling (aromatasehæmmere som Letrozol, Exemestan og Aromasin).

Formålet er at undersøge, hvad der sker med patienternes blodsukker, kolesterol, knogletæthed og livskvalitet. Professor og overlæge dr. med. Peter Schwarz står bag forskningsprojektet og har et stærkt hold i ryggen bestående af blandt andre overlæge, dr. med. Michael Andersson, seniorforsker, ph.d., Charlotte Brøns og

forskningssygeplejerske Trine Lund Jacobsen. De brænder for at belyse de energi-mæssige og knoglerelaterede forandringer, der kan forekomme hos kvinder med tidlig brystkræft efter en kemoterapibehandling og under behandling med aromatasehæmmere. Det, der gør forskningsprojektet 'Lev godt efter brystkræft' ekstra interessant, er, at det har fokus på mange aspekter udover risikoen for, at antihormonbehandlingen øger risikoen for knogleskørhed.

- Vi arbejder på at undgå, at patienter behandlet for brystkræft får følger virkninger af behandlingen i knoglerne. Men vi vil også undersøge, om de får følger virkninger i energiomsætningen, om kolesteroltallet, gennemsnitsblodsukkeret og vægten kan stige i forbindelse med antihormonbehandlingen. Det er der noget, der tyder på, og det er meget vigtigt at få belyst. Der er mange ubesvarede spørgsmål, som vi vil kunne opnå svar på, og derfor er projektet så stort og langvarigt. Det varer 6-7 år, før vi er færdige, men til den tid håber vi på at have tilegnet os en meget kvalificeret viden, så det vil gå brystkræftpatienterne bedre, forklarer Peter Schwarz. Han brænder så meget for projektet, at han allerede har skudt det i gang, selv om han endnu ikke har rejst de 20-30 millioner kroner, som det kræver. Han er ikke onkolog, men han har over 30 års erfaring med knogler, calciumstofskifte og de calciumsygdomme og kroniske sygdomme, som leder til sekundært knogletab. Herunder også de

endokrine og knoglerelaterede forandringer der forekommer hos kvinder med tidlig brystkræft efter en kemoterapibehandling og under behandling med aromatasehæmmere.

- Jeg har fået henvist mange brystkræftpatienter, der har oplevet gener med knogletab ved antihormonbehandlingen, og det er blevet mit mantra, at de kvinder skal leve godt efter brystkræft. Behandling for kræft, herunder antihormonbehandling, må ikke ødelægge deres livskvalitet, siger Peter Schwarz.

## FØRSTE OFFICIELLE APP I REGION HOVEDSTADEN

Som et led i projekt 'Lev godt efter brystkræft' skal patienternes egne oplevelser af sygdomsforløbet følges. For at samle viden herom har Peter Schwarz og forsknings-sygeplejerske Trine Lund Jacobsen fået udviklet appen Bone@BC, som alle kvinder med aktuel eller tidligere brystkræft i Danmark kan bruge. Appen har information på video og som tekst, og det er muligt for patienterne at indtaste deres egne informationer. De 120 projektdeltageres svar kan på den måde sammenholdes med alle brugeres og sikre, at de 120 er repræsentative patientforløb. Derfor er alle brugere fra hele landet og uanset, hvor lang tid der er gået siden sygdommen, vigtige at få information fra i appen. Appen er frit tilgængelig i Appstore og Google Play, men du kan kun få adgang til den ved at benytte NemID. Det er en sikkerhedsforanstaltning for at undgå, at folk der ikke har eller har haft brystkræft indtaster falske informationer i appen for sjov.

# Knogletæthed



# Kolesterol Blodsukker Livskvalitet Kolesterol Knogletæthed



# Livskvalitet Blodsukker Kolesterol

- Alle de små bidder af information som de 120 projektdeltagere og alle andre brystkræftpatienter indtaster i appen er meget vigtig viden for os. De informationer vil tilsammen kunne danne et sandt billede af, hvordan gruppen af brystkræftpatienter oplever sygdomsforløbet og især antihormonbehandlingen. Appen er blevet godkendt af alle tænkelige myndigheder, og det er den første officielle app i Region Hovedstaden, siger Peter Schwarz.

Udover at benytte appen skal omkring en tredjedel af de 120 projektdeltagere også deltage i et udvidet studie af energiomsætningen, hvis de vil. Det vil være forbundet med fysisk træning, hvor deltagerne efter endt kemo og evt. stråling skal træne fysisk/leve som de plejer i tre måneder på skift, efter lodtrækning om hvem der starter, og hvem der slutter med træning. Ved dette delprojekt vil der være ekstra besøg på Rigshospitalet i form af 3-4 dage fra kl. 7-15 for at få foretaget ekstra prøver under kontrollerede forhold.

- Vi har indtryk af, at interessen for at deltage er stor, og det er sindssygt vigtigt at få de ekstra målinger. På den måde kan vi blandt andet undersøge, om antihormonbehandlingen kan øge kvindernes kolesteroltal, blodsukkertal og vægt og dermed også risikoen for at udvikle fx Type2-diabetes, eller om disse tal stiger, fordi kvinderne ændrer livsstil og spiser mere og bevæger sig mindre fx på grund af alt det de har været igennem, udtaler Peter Schwarz.



Peter Schwarz, professor og overlæge dr. med.



Tine Engberg Damsgaard  
og Birgitte Offersen.

# Ny form for rekonstruktion

## *kan blive standardbehandling i Danmark*

Hvis en dansk brystkræftpatient får fjernet brystet og skal have strålebehandling efter operationen, får hun næppe en rekonstruktion før strålebehandlingen. Det er for at undgå, at strålebehandlingen beskadiger det genopbyggede bryst. Dermed har kvinden en periode uden bryst. Nu afprøves en ny form for primær rekonstruktion, hvor kvinden ikke skal undvære brystet. Håbet er, at det kan blive standardbehandling i Danmark.

Mange af de kvinder, som får fjernet brystet på grund af brystkræft, har et ønske om at få genopbygget brystet ved en plastikkirurgisk rekonstruktion. Hvis kvinderne skal have strålebehandling efter operationen, har man hidtil været tilbageholdende med at foretage en primær rekonstruktion (hvor det nye bryst bygges op under samme operation, som det syge bryst fjernes), fordi man har frygtet, at den efterfølgende strålebehandling ville beskadige det genopbyggede bryst. Derfor får kvinderne ofte først genopbygget brystet ved en senere såkaldt sekundær rekonstruktion omtrent et år eller længere efter, at de har fået fjernet brystet. Flere studier har vist, at mange af kvinderne oplever forringet livskvalitet i den periode, hvor de mangler et bryst. Desuden er det sværere at opnå et tilfredsstillende kosmetisk resultat ved genopbygningen af brystet efter et år, fordi man hidtil ikke har kunnet bevare brystets hud.

Nu tyder nye studier på, at man ved en ny rekonstruktionsmetode, kaldet delayed-immediate rekonstruktion, kan bevare den overskydende hud til senere brug ved den endelige rekonstruktion efter et år. Hvis den nye behandlingsmetode ikke er forbundet med væsentligt flere komplikationer end standardbehandlingen, vil den blive indført som standardbehandling

i Danmark til brystkræftpatienter, der får fjernet brystet og som skal have efterfølgende strålebehandling. Det vil betyde, at kvinderne i fremtiden ikke skal gå i en periode uden bryst, og måske kan man ved bevarelse af brystets naturlige hud også opnå et bedre kosmetisk resultat.

Alle disse ubekendte faktorer bliver belyst i et projekt med det mundrette engelske navn 'The DBCG RT Recon Trial', der med en længere dansk sætning betyder, at man undersøger primær versus sekundær brystrekonstruktion hos brystkræftpatienter behandlet med mastektomi og adjuverende strålebehandling. Bag projektet står forsøgsansvarlig overlæge Tove Tvedskov fra Brystkirurgisk Klinik på Rigshospitalet og Herlev Hospital, professor Tine Engberg Damsgaard fra Plastik- og Brystkirurgi på Aarhus Universitetshospital, professor Birgitte Vrou Offersen fra Onkologisk afdeling på Aarhus Universitetshospital og professor Peer Christiansen fra Plastik- og Brystkirurgi på Aarhus Universitetshospital. Det var Birgitte Offersen, der tog initiativ til projektet, efter hun i 2016 havde deltaget i en kongres i Amsterdam, hvor den omtalte form for rekonstruktion blev præsenteret.

- I USA og flere steder i Europa efter-spørger brystkræftpatienterne en primær rekonstruktion, selv om de skal have

strålebehandling efter fjernelse af brystet. Måske skyldes det den såkaldte Angelina Jolie-effekt, siger Birgitte Offersen og hen-tyder til, at den amerikanske skuespillerinde Angelina Jolie i 2013 officielt meldte ud, at hun som BRCA-positiv havde fået sine bryster fjernet forebyggende og fået en primær rekonstruktion.

### FÆLLES RETNINGSLINJER

Da Birgitte Offersen vendte hjem fra kongressen i Amsterdam, indkaldte hun kollegerne Peer Christiansen og Tine Engberg Damsgaard til et møde og foreslog dem, at DBCG (Danish Breast Cancer Cooperative Group) skulle tilbyde brystkræftpatienter, der får fjernet brystet, en primær rekonstruktion, selv om de skal have efterfølgende strålebehandling. Hendes forslag vakte stor glæde.

- Som plastikkirurg er man instinktivt tilbageholdende med at tilbyde primær rekonstruktion til patienter, der skal have strålebehandling, fordi man traditionelt har anset strålebehandlingen for at skade det genopbyggede bryst. Men da Birgitte foreslog dette projekt, og vi havde gået litteraturen igennem, havde jeg ikke brug for overtalelse. Jeg var så klar, og det samme var Peer Christiansen. Vi fik også Tove Tvedskov fra Rigshospitalet med, og så gik vi i gang med at skrive protokollen. Alle brystkirurgiske afdelinger i hele landet er blevet spurgt, om de vil være med i projektet, og på nuværende tidspunkt (juli 2018, red.) har vi fået positive tilsagn fra Aalborg, Viborg, Esbjerg, Ringsted, Aarhus, Rigshospitalet og Herlev. Vi håber, at alle siger ja. Udover at invitere alle afdelinger i Danmark med, ønsker vi også at få mange

## DBCG's mål for og nuværende anbefalinger vedrørende brystrekonstruktion

Tab af brystet er en betydelig psykologisk, social og fysisk belastning. Det har betydning for den enkelte kvindes oplevelse af at være truet på livet af en kræftsygdom, kvindens kropsofattelse og identitetsfølelse, rolle som seksualpartner, mor og mormor, oplevelsen af vansir og ulyst ved at deltage i sportslige aktiviteter og offentlig badning, samt besvær pga. indskrænkede muligheder for tøjvalg. Målet med at gennemføre en brystrekonstruktion er at imødegå eller eliminere ovennævnte forhold af betydning for kvindens livskvalitet. Med de tilgængelige rekonstruktive teknikker er det muligt i vidt omfang at skabe en efterligning af brystfylden og areola-papillkomplekset, som med hensyn til størrelse, form, placering, ligevægt, ptose, konsistens, tekstur og farve nogenlunde svarer til kontralaterale mamma. Med BH vil kvinden i de fleste tilfælde kunne kamouflere evt. skævheder, uden at risikere pludselige tab af en ekstern protese og være mere frit stillet mht. tøjvalg og fritidsaktiviteter. En væsentlig del af de kvinder, der har gennemført en brystrekonstruktion, oplever en mindre væmmelse/forlegenhed ved egen krop (i spejlsituationen, overfor partner og børn og ved offentlig badning), samt at dystre tanker om kræftsygdom og død er mindre påtrængende.

Alle mastektomerede bør have information om muligheden for og tilbud om sekundær rekonstruktion (som varetages i plastikkirurgisk regi) inden for en toårig periode efter mastektomien. Primær rekonstruktion varetages i plastikkirurgisk regi (på landsdelsniveau) efter nærmere aftale med de visiterende/samarbejdende mammakirurgiske enheder og er et område, hvor der sker en fortsat kvalitetsudvikling.

(Kilde: DBCG.dk)



Tine Engberg Damsgaard

udenlandske centre med, siger Tine Engberg Damsgaard.

Birgitte Offersen har i mange år forsket i skånsom strålebehandling til brystkræftpatienter, og hun underviser i strålebehandling i EU-regi. Det ligger hende meget på sinde, at brystkræftpatienter ikke modtager for mange strålebehandlinger og ikke modtager stråler ud over det nødvendige område. Hun har spurgt sine kolleger i EU, hvordan de giver strålebehandling. Det viser sig, at der ikke er fælles faste retningslinjer for, hvordan og hvor meget eller hvor lidt strålebehandling, der gives brystkræftpatienter, så før startskuddet til projekt DBCG RT Recon Trial går, bliver der fastlagt nogle retningslinjer, så forsøgsdeltagerne, uanset om de bliver behandlet i Danmark eller eksempelvis i Frankrig, modtager en identisk strålebehandling.

### VIGTIGT AT UNGÅ KOMPLIKATIONER

Forsøgets nye rekonstruktionsmetode foregår ved, at der placeres en midlertidig silikoneprotese under den store brystmuskul umiddelbart efter fjernelse af brystkræften og brystet. Protesen holdes både på plads af den store brystmuskul og af et støttenet, som forsvinder efter nogle uger. Nettet skal støtte brystets form, indtil helin-

gen er indtruffet. Yderst dækkes området af huden over det fjernede bryst, som herved bevares, indtil man kan foretage den endelige rekonstruktion efter et år. Forsøget undersøger sikkerheden i den nye rekonstruktionsmetode ved at sammenligne antallet af kvinder med komplikationer ved metoden med antallet af kvinder med komplikationer ved standardbehandlingen, der består af fjernelse af hele brystet ved kræftoperationen og rekonstruktion efter et år.

- Det første år efter operationen er meget kritisk, forstået på den måde, at det især er inden for det første år, at vi håber på at undgå komplikationer, hvor 'kniven skal frem igen'. Vi vil gøre alt for at holde komplikationsniveauet nede, blandt andet ved at plastikkirurgien udføres af så få hænder som muligt, forklarer Birgitte Offersen.

Der skal medvirke 590 brystkræftfrakte kvinder i forsøget. De inddeles i to hold, hvor deltagerne på hold 1 får foretaget en hudbesparende bortoperation af brystet og samtidig genopbygning med et midlertidigt silikoneimplantat. Herefter foretages den relevante efterbehandling inklusiv strålebehandling. Seks måneder efter strålebehandling får kvinderne den endelige brystrekonstruktion. Hold 2 får foretaget

en konventionel bortoperation af brystet og den dertilhørende efterbehandling inklusiv strålebehandling. Seks måneder senere får kvinderne den endelige brystrekonstruktion. Deltagerne vil blive tilfældigt fordelt til enten den nye metode med delayed-immediate rekonstruktion eller til standardbehandlingen med sekundær rekonstruktion efter et år.

**“I USA og flere steder i Europa efterspørger brystkræftpatienterne en primær rekonstruktion, selv om de skal have strålebehandling efter fjernelse af brystet. Måske skyldes det den såkaldte Angelina Jolie-effekt.”**

Birgitte Offersen

- Når de 590 patienter har fået et års opfølgning, håber vi at gøre resultaterne op. Hvis det viser sig, at den nye behandlingsmetode ikke er forbundet med væsentligt flere komplikationer end standardbehandlingen, vil den blive indført som standardbehandling i Danmark til brystkræftpatienter, der får fjernet brystet og skal have efterfølgende strålebehandling, siger Birgitte Offersen. Der er vægt bag hendes ord. Hun sidder nemlig i DBCG (Danish Breast Cancer Cooperation Group), der udstikker de retningslinjer og anbefalinger, der ensretter behandlingen af brystkræft i Danmark. Patienterne i studiet vil blive fulgt i ti år efter brystkræftoperationen, så hvis der på et senere tidspunkt viser sig



Birgitte Offersen

problematisk fund med den tidlige rekonstruktion, vil DBCG have muligheden for at modificere den første konklusion.

Onkologisk Afdeling og Plastik- og Brystkirurgi på Aarhus Universitetshospital har ikke tidligere lavet projekter af denne størrelse på tværs af afdelingerne, og begge afdelinger forventer sig meget af projekt DBCG RT Recon Trial, der forhåbentlig munder ud i en ny standardbehandling for de brystkræftpatienter, der får fjernet brystet og efterfølgende skal have strålebehandling. Der er ingen øvre aldersgrænse for deltagelse i projektet, men kvinderne

skal være ikke-rygere. Kvinderne vil også blive tilknyttet et mere omfattende opfølgingsprogram med markant flere spørgeskemaer.

- Det gør vi, fordi vi - udover at undersøge, om den nye rekonstruktionsmetode ikke er forbundet med væsentligt flere komplikationer end standardbehandlingen - også gerne vil undersøge, om det påvirker kvinderne positivt, at de ikke skal igennem et periode uden bryst. Spørgeskemaerne vil derfor også have fokus på depressive tegn, angst for tilbagefald og personlighedstræk, udtaler Birgitte Offersen.

## Primær og sekundær rekonstruktion

En primær rekonstruktion gennemføres samtidig med bortoperationen af brystet. Begrænsningen for primær rekonstruktion ved brystkræft skyldes især, at strålebehandling, som mange kvinder får efter operation, kan ændre rekonstruktionens kosmetiske resultat i negativ retning. Primær rekonstruktion anbefales hovedsageligt til kvinder med beskeden risiko for lokalt tilbagefald, da behandlingen af et eventuelt tilbagefald vil ødelægge det, som blev opnået ved rekonstruktionen. Beslutningen om at tilbyde primær rekonstruktion sker i et tæt samarbejde mellem plastikkirurger og kræftlæger.

En sekundær brystrekonstruktion kan tilbydes, når brystkræftbehandlingen er afsluttet eller senere. Hvis man har fået strålebehandling, må man ofte vente et år efter afsluttet strålebehandling, før brystrekonstruktionen kan påbegyndes.

(Kilde: cancer.dk)

# Invitation til DBO's årsmøde

Den 16.-17. marts 2019  
Scandic Jakob Gade, Flegborg 8, 7100 Vejle

## ÅRETS TEMA:

Samarbejde, dialog og ansvar  
– med fagprofessionelle  
og familien

### SÅDAN FÅR DU 300 KR. I RABAT PÅ DELTAGERPRISEN

Ved tilmelding senest den 15. december 2018 gives der en klækkerlig 'early bird'-rabat på 300 kr., så den samlede deltagerpris i alt bliver på kun 800 kr.

#### DELTAGERPRIS

Pris for deltagelse i DBO's årsmøde 2019 er kr. 1.100 pr. person, som dækker hele programmet inkl. overnatning i enkeltværelse.

Deltager du kun i generalforsamlingen, er det gratis og uden forplejning.

Pris for ledsagere/ægtefæller/pårørende inkl. overnatning er kr. 1.690,-.

#### Tilmelding sker efter først til mølle-princippet.

Tilmeldingen er bindende, når beløbet og tilmeldingen er os i hænde senest fredag den 15. februar 2019.

#### TILMELDING

Tilmeld dig via formularen eller på [brystkraeft.dk/event/dbos-aarsmoede-2019-vejle](http://brystkraeft.dk/event/dbos-aarsmoede-2019-vejle)

Angiv om du ønsker at stå på deltagerlisten. Ca. 1 uge før mødet vil deltagerne på deltagerlisten modtage listen via e-mail med henblik på evt. samkørsel.

#### TILMELDINGSFRIST

Senest fredag den 15. februar 2019.

#### BETALING

- Via bankoverførsel. Skriv 'Årsmøde' i kommentarfeltet.
- Via MobilePay på nr.: 25207. Skriv dit navn og medlemsnummer.

#### OBS!

Værelserne tildeles efter først-til-mølle-princippet. Har du specielle ønsker mht. forplejning, bedes du selv aftale det fornødne med hotellet.

# Program

## Lørdag den 16. marts 2019

### Kl. 10.00-11.30

#### Ankomst, registrering og kaffe

Der vil være mulighed for at besøge de forskellige stande.

### Kl. 11.30-13.00

#### Frokost

### Kl. 13.00-13.15

#### Velkomst

v/DBO's formand

### Kl. 13.15-14.30

#### 'Kræft, håb og kærlighed'

Oplæg og debat v/Tina Brændgaard Nissen, cand.mag. og forfatter til bogen KLÆDT AF – en fortælling om kræft, håb og kærlighed. Bogen omhandler, hvordan Tina fik brystkræft som 30-årig og blev konfronteret med sorgen over tabet af sin mor, der døde af brystkræft som 44-årig, da Tina var 17 år. Som tidligere projektleder i Ung kræft i Kræftens Bekæmpelse har Tina været med til at give unge kræftramte en stemme og sætte unge patienters umødte behov på den politiske dagsorden. Desuden er hun formand for Kræftens Bekæmpelses Patientstøtteudvalg.

### Kl. 14.30-14.45

#### Pause

### Kl. 14.45-16.00

#### 'Rekonstruktion – nye muligheder'

Camilla Bille er plastik- og brystkirurg på Odense Universitetshospital. Hun modtog DBO's ærespris i 2018 for sit personlige engagement og sin store indsats for at finde løsninger til afhjælpning af de gener, der er opstået efter operationer, strålebehandling og rekonstruktioner hos brystkræftramte kvinder. Camilla Bille vil i sit oplæg fortælle om sit speciale og komme ind på den seneste udvikling og de nyeste muligheder inden for brystrekonstruktion.

### Kl. 16.00

#### Kaffe

### Kl. 16.30

#### Generalforsamling

Herunder valg af ny formand

### Kl. 17.45

#### Uddeling af DBO's ærespris

### Kl. 19.00

#### Middag og underholdning

## Søndag den 17. marts 2019

### Kl. 9.00-10.15

#### 'Brystkræft i familien'

Hele familien bliver ramt, når hustru og mor får brystkræft. Familiedynamikken ændres, og hverdagen forsvinder. Meget kommer til at handle om kræften og behandlingen, og det kan blive svært at holde fokus på samvær og trivsel. Randi Krogsgaard, cand. psych. og tidligere formand for DBO, tager tilhørerne med ind i den ramte familie og kommer med bud på, hvordan man kan håndtere familiens nye hverdag.

### Kl. 10.15-10.30

#### Kaffepause

Der vil være mulighed for at besøge de forskellige stande.

### Kl. 10.30-12.00

#### "Ikke-medicinsk og medicinsk behandling af kroniske smerter, herunder omtale af cannabis"

v/Anna Birthe Bach, speciallæge i anæstesiologi, master i ledelse og innovation (LAICS).

Ved behandlingen af kroniske smerter i forbindelse med tidligere brystkræftoperation og stråle- og kemoterapi er det vigtigt at analysere smertens natur. Behandlingen er vidt forskellig, men ofte er kronisk smerte en kombination af flere typer smerter. Oplægget vil gennemgå virkning og bivirkning af morfingruppens stoffer, de antidepressive midler, epilepsimidlerne og cannabis. Cannabis vil få særlig opmærksomhed, fordi stoffet er blevet legaliseret i Danmark og er tilgængeligt for patienter, hvor anden smertebehandling ikke har haft den ønskede effekt. Oplægget vil gennemgå ikke-medicinske behandlinger som betydningen af dagslys, søvn, ernæring, fysisk aktivitet, berøring, musikterapi og dans, meditation mm. Der kommer eksempler på, hvordan alle behandlinger kan inddrages i hverdagen.

### Kl. 12.00-12.30

#### Afslutning

Afrunding og kort evaluering af årsmødet

### Kl. 12.30

#### Udlevering af frokost to-go

#### TILMELDING TIL DBO'S ÅRSMØDE D. 16.-17. MARTS 2019

- Ja, jeg ønsker mit navn på deltagerlisten  
 Nej, jeg ønsker ikke mit navn på deltagerlisten

Indbetaling kr. \_\_\_\_\_

overført til Danske Bank: Reg. nr.: 3445. Kontonr.: 4610568696  
(Husk at skrive navn og 'Årsmøde')

Tilmeldingsblanketten udfyldes med BLOKBOGSTAVER og sendes i brev til:  
Dansk Brystkræft Organisation (DBO), c/o Charlotte Johannsen, Bondager 27, 2670 Greve

Navn: \_\_\_\_\_

Adr.: \_\_\_\_\_

Postnr. \_\_\_\_\_ By: \_\_\_\_\_

Mailadresse: \_\_\_\_\_

Telefonnr.: \_\_\_\_\_ Medlemsnr.: \_\_\_\_\_

(tallene, som står umiddelbart over dit navn på bagsiden af DBObladet)

# KORT NYT

## Immunterapi kurerede brystkræftpatient



For første gang nogensinde er det lykkedes forskere i USA at kurere en kvinde for brystkræft ved hjælp af immunterapi. Ifølge Videnskab.dk havde kvinden inden eksperimentet fået en række stan-

dardbehandlinger, heriblandt kemoterapi, til at bekæmpe en brystkræft, der havde spredt sig, men standardbehandlingerne virkede ikke, og udsigten til, at kvinden ville overleve, var dårlig. Forskerne bag eksperimentet lykkedes med at bruge kvindens eget immunforsvar, såkaldt immunterapi, til at bekæmpe kræften. 22 måneder efter den første behandling blev hun erklæret helt uden sygdomstegn.

– Det er et stort gennembrud, at man overhovedet er lykkedes med at få effekt på brystkræft med immunterapi. Og så er det endda med en overordentlig stor effekt, siger Inge Marie Svane, leder af Center for Cancer Immunoterapi-CCIT og overlæge på Kræftafdelingen på Herlev Hospital til Videnskab.dk. Hun har ikke selv bidraget til undersøgelsen, men hun behandler modernærkekræftpatienter med immunterapi og modtog i 2017 Kræftens Bekæmpelses Hæderspris for sit arbejde.

– Jeg tror, at de har fået hul på noget helt nyt i behandling af brystkræft, hvor man ellers ikke har kunnet bruge den klassiske immunterapi. Det skal selvfølgelig efterprøves på mange flere brystkræftpatienter i et større, klinisk studie. Det vil tage et godt stykke tid for at bekræfte virkningen, når behandlingen er så kompleks, som den er her, siger Inge Marie Svane.



## Mange brystkræftpatienter kan undgå kemoterapi

En ny amerikansk undersøgelse med flere end 10.000 brystkræftpatienter viser, at over halvdelen af brystkræftpatienterne med den mest almindelige type brystkræft kan undvære efterbehandling med kemoterapi. Det skriver cancer.dk. I Danmark har brystkræftlægerne dog længe været på forkant i forhold til efterbehandling af brystkræft. De har allerede taget højde for, at over halvdelen af patienter med diagnosen østrogenreceptor-positiv, HER2-negativ, axillær lymfeknude-negativ brystkræft i tidligt stadie kan undvære efterbehandling med kemoterapi. Omkring halvdelen af alle brystkræftpatienter har netop den type brystkræft.

– Men det er vigtigt at få bekræftet, at vi er inde på det rigtige spor, når det gælder efterbehandling af brystkræft. I dag har vi flere måleværktøjer, som hjælper os til præcist at udpege, hvilke brystkræftpatienter som kan slippe for kemoterapi og nøjes med antihormonel behandling, uden at vi sætter sikkerheden over styr. Dermed kan vi skåne disse patienter for ubehag og bivirkninger som f.eks. kvalme, træthed og tab af håret – bivirkninger, som ofte følger med kemoterapi, siger cheflæge Niels Kroman.

## DBO var synlig på Folkemødet

I år var DBO repræsenteret på Folkemødet ved bestyrelsesmedlem Lis Kuntz og næstformand Laursen. I samarbejde med andre patientforeninger, der samarbejder



med Kræftens Bekæmpelse, bemandede DBO Patientforeningernes telt, hvor alle frit kunne komme og høre om vores arbejde og få råd og vejledning. Fredag deltog DBO ved et lukket dialogmøde over emnet: "Hvordan giver vi flere patienter mulighed for at deltage i klinisk forskning". Der var indlæg fra en forskningssygeplejerske fra Medicollet, Patientforeningen Lungekræft og DBO, hvor Gitte Laursen holdt et vedkommende oplæg. Lørdag havde DBO fokus på afviklingen af Patientforeningernes eget debatmøde: "Livet efter kræft – ikke kun et spørgsmål om at overleve". Det var et yderst velbesøgt debatmøde – mange deltagere måtte tage



plads uden for teltet, fordi alle pladser var fyldt op. Inden der blev pakket sammen om søndagen, nåede DBO's repræsentanter også at netværke med de øvrige patientforeninger, samarbejdspartnere og faglige organisationer.



## Et vigtigt skridt inden for brystkræftforskning

En gruppe danske forskere har udviklet en ny metode, der skal gøre det muligt at blive klogere på samspillet mellem kroppens naturlige hormoner og udviklingen af brystkræft. Håbet er, at det i fremtiden kan betyde, at man kan reducere risikoen betydeligt for, at kræften opstår. Cancer.dk skriver, at det er lykkedes forskerne at udvikle en metode til at identificere, isolere, udtage og dyrke østrogenreceptor-positive celler fra normalt brystvæv, så de kan studeres uden for kroppen. Den nye metode åbner for helt nye muligheder for at forstå kønshormoners rolle i kræftudvikling og kan være første skridt i retningen af at kunne forebygge brystkræft.

– Indtil nu har man ikke kunnet dyrke normale østrogenreceptor-positive brystceller. Forskningen har i stedet næsten udelukkende været baseret på en cancercelle fra en lungemetastase samt celler fra mus. Og hvorvidt de mekanismer, som vi har set dér, gør sig gældende i det normale bryst, har vi ikke kunnet sige med sikkerhed. Vi har heller ikke kunnet sige noget om udviklingen fra den normale situation med få østrogenreceptor-positive celler til ondartet østrogenreceptor-positiv brystkræft. Konsekvensen er, at der i dag, i mangel af bedre, fokuseres mere på behandling end på forebyggelse af brystkræft, siger Lone Rønnev-Jessen, der står bag den nye forskning. I laboratoriet skal hun og resten af forskerholdet se nærmere på, hvilke celler, der svarer direkte eller indirekte på stimulation med kønshormoner. Det kan afsløre, hvilke celletyper, der starter udviklingen af hormonudløst kræft samt hvor i brystet, det starter.

– Vi kan nu studere normale celler og cancerceller under identiske betingelser, og derved se de helt tidlige forandringer i cellerne, blandt andet hvordan de reagerer på kønshormoner og hormonlignende stoffer fra fx p-piller og minipiller. Vi får også indsigt i den molekylære baggrund for reguleringen af østrogenreceptoren i normale celler og i kræftceller. Det er alt sammen helt ny viden inden for brystkræftforskningen, siger Lone Rønnev-Jessen.

## Omkonstituering i DBO's bestyrelse

DBO's bestyrelse afholdt mandag den 20. august et ordinært bestyrelsesmøde, hvorunder der blev foretaget en midlertidig omkonstituering. Eva Bundesen valgte af helbredsmæssige årsager at trække sig som DBO's formand og fortsætte som menigt bestyrelsesmedlem – foreløbigt i en periode på tre måneder. Den daværende næstformand Gitte Laursen (foto) har derfor overtaget formandsposten, og bestyrelsesmedlem Karen Sundbøll er valgt som fungerende næstformand for denne periode. Eva Bundesen meddelte tillige, at hun ikke genopstiller til formandsposten i marts 2019.



## Kender du nogen?

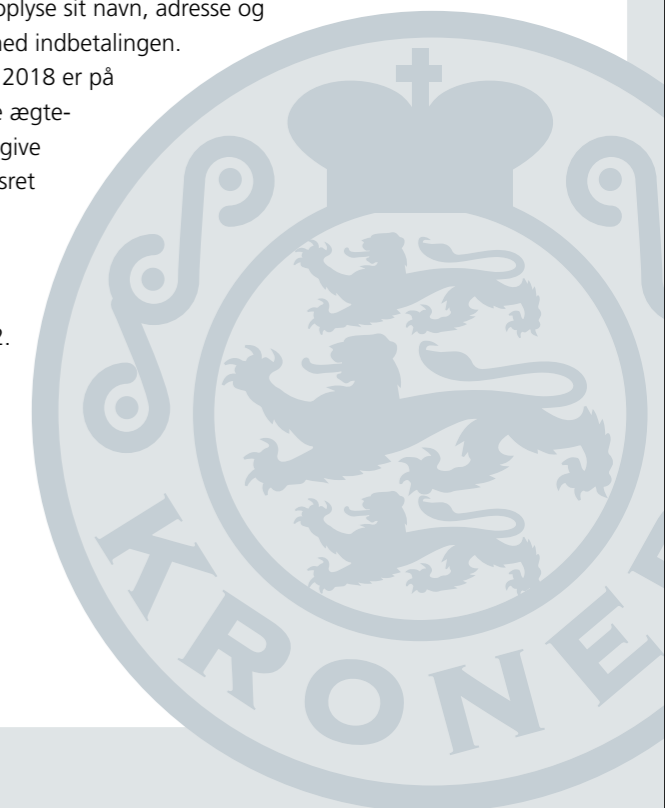
Det betyder meget for DBO, at vi udover vores medlemmer også har støtte-medlemmer, der støtter os økonomisk. Det skyldes, at DBO er en velgørende forening, der er godkendt efter Ligningsloven §8 A. Derved kan vi få momsrefusion fra SKAT, hvis vi modtager mindst 100 gaver på minimum 200 kr. pr. gavegiver om året. Hvis du kender nogen, der gerne vil støtte vores arbejde for brystkræftframte, er du meget velkommen til at dele denne opfordring. Alle kan få fradrag for deres bidrag, hvis beløbet er på minimum 200 kroner. For at DBO kan indberette en donation til SKAT, så man kan få fradrag for beløbet, skal man oplyse sit navn, adresse og CPR-nr. i forbindelse med indbetalingen.

Maksimalt fradrag for 2018 er på 15.900 kr. Samlevende ægtefæller kan hver for sig give gaver og opnå fradragsret for egne gaver.

DBO's gavekonto:  
Reg.nr.: 9570  
Kontonr.: 4630577632.

Det er også muligt at betale via MobilePay. Så skal pengene sendes til nr.: 25207.

På forhånd tusind tak for hjælpen.







# Malene har haft brystkræft **TO GANDE**

– I dag fokuserer  
jeg kun  
på det positive

Da Malene Hoppe i en ung alder blev ramt af brystkræft for anden gang, tog hun sit liv op til revision. Hun besluttede sig for at hjælpe andre kræftramte kvinder med forskellige tilbud, som hun selv manglede, da hun var syg.

Under DBO's årsmøde 2018 stod Malene Hoppe forventningsfuldt uden for døren ind til den sal, hvor alle deltagerne sad. Malene Hoppe havde ikke mulighed for at deltage i hele årsmødet, men hun var nødt til at se overrækkelsen af DBO's ærespris 2018. Den gik til Camilla Bille på Odense Universitetshospital, som er speciallæge i brystkirurgi og plastikkirurgi. Malene Hoppe er en af de kvinder, der havde indstillet Camilla Bille til prisen. Malene Hoppe fik sin anden brystkræftdiagnose i 2015 som 40-årig, og det var Camilla Bille, der overbragte budskabet om, at Malene havde kræft igen, og det var også hende, der halvandet år senere rekonstruerede Malene.

- Camilla Bille gav mig en rigtig god behandling, og hun er et af de mest fantastiske mennesker, jeg nogensinde har mødt. Hun er en god formidler og menneskekender, og jeg har aldrig følt, at jeg var et nummer i køen hos hende. Hendes empati og store hjerte gør hende til et forbillede for andre i det danske sygehusvæsen. Jeg er meget glad for, at det var hende, der rekonstruerede mig, men det største, hun gjorde for mig, var at tage sig tid til, at jeg kunne tage min dengang 8-årige datter Frederikke med ind til Camilla Bille, hvor hun i forbindelse med min rekonstruktion forklarede Frederikke, at man også kan

# 'Tak fordi du har reddet mors liv'

komme på sygehuset, fordi man skal 'pyntes', og ikke fordi man er syg. Det var vigtigt for Frederikke at få forklaret af min læge, at jeg ikke var syg igen, selv om jeg skulle på sygehuset. Frederikke havde et brev med til Camilla Bille, hvor hun havde skrevet: 'Tak fordi du har reddet mors liv'. Hun havde været så bange for, at jeg døde fra hende, siger Malene Hoppe. Kun denne ene gang i det lange interview tager hun en dyb indånding, før hun fortæller videre.

## DET MÅ VÆRE EN FEJL!

Malene Hoppe mærkede en knude i venstre bryst i 2013. Det var selvfølgelig weekend, som derefter føltes meget lang, og mandag morgen kontaktede hun sin læge. Lægen mente, at det kun var noget hormonelt, men for en sikkerheds skyld blev Malene henvist til en kræftpakke. Da hun fik foretaget en biopsi, kom der mælk ud af knuden. Malene tænkte, at hun længe havde haft mælk i brystet, selv om datteren Frederikke nu var fire år, så måske var det bare derfor, der var en knude. Prøverne viste i første omgang heller ingen tegn på kræft.

## Kort om Malene Hoppe

**Alder:** 43 år

**Civilstatus:** Mor til Frederikke på 9 år og kæreste med Svenne gennem de sidste 13 år

**Job:** Uddannet inden for den grafiske branche og har tidligere arbejdet som salgs- og indkøbskoordinator og skolesekretær, før hun blev iværksætter med Stay Female

**By:** Skårup på Fyn

**Diagnoseår:** 2013 og 2015

**Læs mere på:** stayfemale.dk og facebook.com/Stay-Female-1397958197170113/



Optegning før operationen.

- Men så voksede knuden, og jeg tog til læge igen. Denne gang blev der også bestilt en MR-scanning. Jeg fik svar på Brystkirurgisk Center på Odense Universitetshospital, hvor de ikke kunne se kræft i brystet, men lægen ville dog have knuden og lymfeknuderne fjernet. Da jeg var ung, og de foregående prøver intet havde vist, og der var kommet mælk ud af knuden, var jeg rimelig rolig, og det var jo bare en lille operation, fortæller Malene. Hun

havde sin kæreste Svenne med, da hun skulle have svar på prøven.

- Der var en sygeplejerske i rummet sammen med lægen, og det tolkede jeg som et dårligt tegn. Da jeg fik at vide, at der var fundet to små kræftknuder under mælkekirtlen, og at der var kræft i lymferne, var min første reaktion, at det måtte være en fejl! Derefter tænkte jeg, om jeg mon skulle dø nu, og hvad der ville ske med vores datter, siger Malene. Hendes brystkræfttype var en hurtigvoksende HER2-positiv, og da der var spredning til 29 af 43 lymfeknuder, fik hun udover en brystbevarende operation også 33 strålebehandlinger og otte gange kemoterapi.

- Jeg fik kemo og stråler samtidigt, fordi der var kræft i så mange lymfer. Jeg blev slet ikke dårlig af kemoterapien, men jeg fik lidt stråleskade på lungen med efterfølgende hoste og en enkelt dag med ondt i knæ og fødder. Vi fortalte Frederikke,



Efter operationen.

at jeg havde kræft, fordi jeg snart ville blive skaldet af kemobehandlingen, men hendes børnehaven var rigtig god til at klare situationen. Vi var i øvrigt tre unge mødre i den børnehaven, der havde brystkræft på samme tid, udtaler Malene.

## FIK OGSÅ FJERNET DET RASKE BRYST

Fordi Malenes farmor og farmoderens to søstre har haft brystkræft, og Malenes far har haft prostatakæft, blev det undersøgt, om Malene har en arvelig form for brystkræft. Det har hun ikke. Hun er ikke BRCA-positiv. Da hun var færdigbehandlet for brystkræft, vendte hun tilbage til sit arbejde som skolesekretær, men i sommeren 2015 fik hun et lokalt tilbagefald.

- Frederikke sagde to dage i træk, at det så ud som om, at jeg havde spildt på min trøje. Da jeg for anden aften i træk skiftede trøje, opdagede jeg, at det var min venstre brystvorte, der væskede. Jeg kon-

taktede min læge og fik en henvisning til en MR-scanning. Den viste ingenting, men for en sikkerheds skyld skulle jeg også have en mammografi og en ultralydsscanning ugen efter. Ultralyden viste, at det så ud som om, at der var kræft to steder i venstre bryst. Det var simpelthen for mærkeligt, så der peb jeg altså lidt, siger Malene. Biopsien viste forstadier til kræft i brystet, og derfor skulle brystet denne gang bortopereres. Da Malene havde fået så meget behandling under sit første brystkræftforløb, skulle hun under sit andet brystkræftforløb ikke have efterbehandling, og det blev vurderet, at grunden til, at hun havde fået kræft igen, var fordi det hele ikke var blevet fjernet første gang.

- Nu bekymrede jeg mig om det højre bryst, fordi der havde været kræft to gange i det venstre. Jeg ville ikke have kræft en tredje gang! Så i september 2015 fik jeg fjernet det syge venstre bryst, og i oktober 2015 fik jeg efter eget ønske

forebyggende fjernet det raske højre bryst. Camilla Bille mente, at der skulle gå to år, før jeg kunne blive rekonstrueret, men efter halvandet år kontaktede jeg hende og bad om at blive rekonstrueret i 2017, og det sagde hun ja til.

## LIVET FØLTES SKRØBELIGT

Malene er meget selvstændig, også når hun bliver syg. Under sine sygdomsforløb fandt hun med egne ord et ekstra gear. Da hun var sygemeldt, ville hun selv handle ind og lave mad til familien, selv om hun var træt og slidt. Hun forsøgte hele tiden at være positiv, men hun havde naturligvis behov for støtte. Derfor betød det meget for hende, at hendes mor var indlagt sammen med hende på hospitalet. Hendes kammerat Lars tog med til kemobehandlingerne og var god til at holde hende med selskab. Hendes kæreste var en god far for Frederikke, men det var naturligvis et chok for ham, at Malene blev syg.

Efter første operation.



I stedet for at se problemer har Malene forsøgt at se udfordringer, som skulle løses. Hun har startet et firma, der henvender sig til kvindelige kræftpatienter. I begyndelsen var det målrettet yngre kvinder, men efter kort tid fandt Malene ud af, at ældre kvinder også efterspurgte hendes tilbud. Sammen med veninden Kristine Ebbesen, der er kosmetiker og stylecoach, stiftede Malene 'Stay Female', hvor de sammen med linergist Nina Lammers tager ud og holder foredrag. Malene fortæller om at være ramt af brystkræft to gange og efterfølgende blive rekonstrueret. Kristine Ebbesen fortæller om hudprodukter, der er målrettet sart og beskadiget hud, og Nina Lammers fortæller om sine erfaringer med at tatovere øjenbryn og 3D-brystvorter.

- Da jeg fik min anden brystkræftdiagnose, tog jeg mit liv op til revision. Livet føltes skrøbeligt, og selv om jeg var glad for mit arbejde som skolesekretær, ville jeg hellere noget andet. Jeg ville lave workshops for kvinder, hvor jeg udover at fortælle om mit forløb også giver tips til de forskellige produkter, jeg benyttede, da jeg fik behandling. Jeg gik ikke med paryk, og jeg ville ikke gå med turban eller nathuer. Udvalget af smart hovedbeklædning til kræftpatienter er ikke særlig stort i Danmark. Jeg købte derfor kasketter i USA, hvor man

kan få alle mulige slags, hvor der stikker 'hår' ud, hvis det er det, man ønsker. Når jeg fik kemo, spurgte andre kvinder mig, hvor jeg havde de kasketter fra. Jeg oplevede også, at min hud i ansigtet blev mega tør – nok på grund af Taxotere og senere Herceptin. Jeg slog ud som en teenager. Jeg forsøgte alle mulige produkter fra apoteket og Matas og Magasin, men intet hjalp. Jeg havde brug for råd og vejledning om produkter uden parfume og parabener, men det var svært at finde. Jeg googlede mig frem til nogle produkter fra Island. De produkter hjalp min hud, og jeg bruger dem stadig. Efterfølgende fandt jeg i fællesskab med Kristine også produkter til håret, fødder og negle, som hjalp mig. Den viden får kvinderne på vores workshops, for selv om man har brystkræft, vil man gerne bevare sin kvindelighed og føle sig pæn og godt tilpas på trods af bivirkningerne, smiler Malene.

#### BETALTE SELV FOR NYE ØJENBRYN

Stay Female har holdt foredrag i næsten alle DBO's lokalkredse. I løbet af foredraget svarer Malene gerne på spørgsmål, hun viser fotos fra sine to kræftforløb og den efterfølgende rekonstruktion, og hun viser også gerne 'det færdige resultat' – selve brysterne.

- De spørgsmål, jeg oftest får fra andre brystkræftpatienter er, om jeg ikke var meget ked af det, da jeg var syg, men også hvad der skete med mine øjenbryn, og om jeg tog på af kræftbehandlingen. Der er mange spørgsmål om udseendet, og det bekræfter mig i, at det er noget, vi skal have fokus på. Der er meget, jeg gerne vil sætte fokus på, for jeg synes, at der er for få muligheder til de kræftsige. Hvorfor får vi fx ikke refunderet det beløb, vi bruger på at få tatoveret øjenbryn? Jeg måtte selv betale, og jeg ville gerne have kunnet bruge nogle af de penge, der kun kan gå til køb af paryk, til at betale for at få tatoveret øjenbryn. Jeg ville også gerne have været på et træningshold med jævnaldrende, da jeg fik kemo. Den yngste på holdet var min gamle husgerningslærer! Det er svært at være ung med kræft, og vi skal have nogle lidt andre tilbud end de ældre kræfttramte, siger Malene og fortsætter:

- På vores workshops behandler vi ikke deltagere som patienter, men de bliver opdelt i grupper for enten yngre kræfttramte, ældre kræfttramte eller kronisk syge, og de må meget gerne tage en veninde eller en pårørende med. Det handler om, hvad de har det bedst med, understreger Malene. Hun har det selv bedst med at fokusere på det positive.

- Jeg vil da helst have været kræft foruden, men sygdommen har også ført noget positivt med sig. Jeg bruger ikke længere tid på de samme småting. Jeg lægger fx mere mærke til, hvordan roserne dufter, og jeg nyder at se, hvor glad min datter Frederikke er, når vi bare er sammen.

# Et kig på apps til brystkræftpatienter



Som omtalt i artiklen på s. 6-7, er der kommet en ny app til brystkræftpatienter, der hedder Bone@BC. Generelt gør mange af os brug af apps i hverdagen i mange forskellige sammenhænge. Der findes adskillige apps til brystkræftpatienter, både danske og udenlandske – og flere er på vej. DBO og DBObladet anbefaler ikke nogen specifik app, men da det kan være lidt af en jungle at lede efter apps, har vi valgt at omtale tre andre apps, som vi også er bekendt med.

## Liv med Kræft

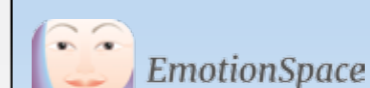
[www.cancer.dk/hjælp-viden/app/](http://www.cancer.dk/hjælp-viden/app/)



Kræftens Bekæmpelse har lavet en app, der i en tidligere version vandt to internationale priser for at være nyskabende, brugerorienteret og godt udført. Appen er let at anvende, og der er mange gode elementer til at holde styr på forløbet både før under og efter kræftbehandling.

Specielt er notesbogen et godt værktøj til at registrere de lyspunkter, der er undervejs samt eventuelle bivirkninger eller senfølger, der kan opstå af kræftbehandlingen.

Appen er gratis og kan hentes i App Store og Google Play.



## EmotionSpace

[www.emotionspace.dk](http://www.emotionspace.dk)

Denne app er målrettet dem, der har brystkræft med spredning. Appen er udviklet af medicinalfirmaet Pfizer med hjælp fra kvinder, der har brystkræft med spredning. Her handler det meget om støtte til den situation, man står i samt at kunne finde ligesindede, der kan danne netværk med. Specielt er den lette ikonbaserede brugerflade med til at gøre appen tiltalende. Der kan eksempelvis gives udtryk for den stemning, du er i, hvorefter der gives forskellige forslag til at komme videre.

Appen er gratis og kan hentes i App Store og Google Play.

## Untire

[www.untire.me](http://www.untire.me)

Denne app findes indtil videre kun på engelsk, men da den omhandler et vigtigt problemområde, den cancerrelaterede træthed/fatigue, er den valgt som et eksempel på, at der også laves gode apps i udlandet.

Cancer-Related Fatigue (CRF) er en af de mest almindelige følger af kræftbehandling. Denne app er målrettet udviklet til at give støtte og idéer til at arbejde med den cancerrelaterede træthed ved hjælp af forskellige tiltag som mindfulness og positiv tænkning. Appen giver adgang til et samlet program, der indeholder forslag til daglige øvelser, læring og livsstilsforslag, der ved hjælp af ugentlige målinger samler et overblik over den aktuelle status og udvikling på energiniveauet. Som bruger kan man opnå indsigt i, hvordan adfærd, tanker og symptomer kan influere på CRF. Det giver mulighed for at finde mønstre og derved mulighed for at ændre egen adfærd for at øge energiniveau og livskvalitet.

Untire kan testes i en gratis prøveperiode, men ønsker du fuld adgang til appen, koster det fra kr. 7,- for en uges adgang til kr. 185,- for et års adgang.





# Sund livsstil holder dine bryster sunde



15. OKTOBER  
BRYSTKRÆFT  
SUNDHEDSDAG




Fysisk aktivitet, normal kropsvægt og sund kost holder dine bryster sunde

## Brystkraftramte mænds overlevelse er dårligere end kvinders



Brystkraftramte kvinders overlevelseschancer er steget markant siden 1980. Det er brystkraftramte mænds ikke, viser en undersøgelse af Marianne Djernes Laurrup.

Hvis en kvinde får konstateret brystkraft i dag, er hendes risiko for at dø af sygdommen 35% mindre end for en kvindelig brystkraftpatient i 1980. Ifølge cancer.dk er 87% af de brystkraftramte kvinder i live fem år efter diagnosen. En brystkraftramt mands overlevelseschance er desværre ikke steget og ligger i dag på mellem 25-75% ti år efter diagnosen, alt efter om der er spredning til lymfeknuderne eller ej.



**Marianne Djernes Laurrup** er overlæge og ph.d. på Brystkirurgisk Afdeling på Sygehus Lillebælt. Hun har lavet en undersøgelse, der sammenligner overlevelse blandt mænd med brystkraft og blandt kvinder med brystkraft.

- Generelt får mænd rent aldersmæssigt konstateret brystkraft cirka ti år senere i livet end kvinder. Mænd er gennemsnitlig 70 år, og kvinder er gennemsnitlig 61 år. Det gør selvfølgelig, at der bliver en forskel i gennemsnitsoverlevelsen. Desuden er der en større procentdel af de brystkraftramte

mænd, der har spredning til lymfeknuderne, hvilket er af afgørende betydning for prognosen. Når mænd diagnosticeres med brystkraft, har 50% af dem spredning til lymfeknuderne. Når kvinder får diagnosen, har 25% af dem spredning. Årligt rammes cirka 35 mænd af brystkraft i Danmark. Det tal er så lille, og har endda været endnu lavere, og det er muligvis en af grundene til, at der ikke har været fokus på at registrere deres data. Vi har selv skullet grave alle data om brystkraftramte mænd fra 1980 frem i gamle journaler. Det er en stor kontrast i forhold til data om brystkraftramte kvinder, som er registreret og samlet i en database hos DBCG, Danish Breast Cancer Cooperative Group, forklarer Marianne Djernes Laurrup.

DBCG's formål er at sikre en ensartet optimal diagnostik og behandling af brystkraft på landsplan og hermed at forbedre prognosen. Det er ifølge Marianne Djernes Laurrup lykkedes. Vel at mærke for de kvindelige brystkraftpatienter.

- Det er SÅ gode data, vi har på de kvindelige brystkraftpatienter. Vi kan se, hvilken behandling de har fået, og hvordan det er gået dem med hensyn til overlevelse og tilbagefald. Hvis mænds overlevelse skal forbedres, skal deres data også registreres, så vi kan få et klart billede af, hvilken behandling de har fået, så vi kan relatere det til deres overlevelse og tilbagefaldsrisiko, understreger hun. Den opfordring ligger nu hos DBCG, og fordi Marianne Djernes Laurrup's forskning har vakt genklang, er muligheden for at få mænds brystkraft-data registreret i hvert fald ikke blevet dårligere.

### Symptomer på brystkraft hos mænd

En knude eller en anden form for uregelmæssighed i brystet er ofte det eneste symptom på brystkraft hos mænd. Der vil sjældent være tale om en øm knude. Det er derfor vigtigt at være opmærksom på knuder i brystet, så sygdommen bliver opdaget så tidligt som muligt. I sjældnere tilfælde kan der være andre tegn som klar eller blodig væske fra brystvorten og indtrækning af brystvorten, sår på brystet, der opstår af uforklarlige årsager eller hævede lymfekirtler i armhulen.

(Kilde: cancer.dk)

### VÆR OPMÆRKSOM PÅ KNUDER

Ifølge Marianne Djernes Laurrup kan man næsten altid mærke knuden hos en mand, og der ses jævnligt en indtrækning af brystvorten. Knuden kan groft sagt ikke 'gemme sig' på samme måde som i et kvindebryst. Når mænd får brystkraft, er det i de fleste tilfælde en hormonfølsom brystkraft. Mænd rammes sjældent af de mere aggressive former for brystkraft som HER2-overekspression eller triple-negativ brystkraft. Alligevel ser det ud til, at mænds overlevelseschancer ikke er steget i 40 år.

- Sådan bør det ikke være, når kvinders overlevelseschancer er steget. Mænds brystkraft opdages på et senere stadie, og det kan gøre prognosen dårligere. Derfor er det meget vigtigt, at både mænd og deres læger reagerer, hvis der mærkes en ikke-ørn knude i brystet, især hvis der er tilhørende indtrækning af huden over knuden.

- At kvinders brystkraft opdages tidligere, kan også tilskrives mammografiscreeningsprogrammet, siger Marianne Djernes Laurrup. Hun tilføjer, at brystkraftramte mænd får den samme behandling som brystkraftramte kvinder.

- Men igen; Fordi mænds data ikke er konsekvent registrerede på samme måde som kvinders, ved vi desværre ikke, om behandlingen virker så godt hos mænd, eller om mænd måske har brug for en anden behandling.

# Hvordan kommunikerer vi med sundhedsvæsenet?

Hvordan får du bedst muligt dit budskab igennem til lægen? Det har psykolog Randi Krogsgaard så mange bud på, at hun holder foredrag om emnet.

I flere år har Randi Krogsgaard, der er psykolog og tidligere formand i DBO, undervist lægestuderende i at kommunikere med patienter. Hun har bidt mærke i, at de lægestuderende ofte er nervøse for ikke at komme ordentligt i kontakt med patienterne. Derfor beder de hende om helt konkret at fortælle, hvad de skal sige.

Randi Krogsgaard holder foredrag om den vigtige kommunikation med sundhedsvæsenet.

Første gang i DBO-kreds Sønderjylland onsdag d. 3. oktober kl. 19.00, og anden gang i DBO-kreds Aarhus torsdag d. 1. november kl. 19.00.



- Det kan jeg ikke give dem en færdig opskrift på. Jeg fortæller dem i stedet, at det er vigtigt, at de ikke opfatter alle patienter som én stor homogen gruppe. Det er lægens ansvar at etablere et tillidsforhold, og det gøres bedst, hvis lægen ser den enkelte patient og patientens individuelle behov, understreger Randi Krogsgaard, der selv blev ramt af brystkræft i 1998.

- I den forbindelse lærte jeg, at vi patienter også har et ansvar for, at kommunikationen mellem os og sundhedsvæsenet fungerer. Det er et samspil, hvor vi patienter selv skal byde ind og vise den person, vi er. I andre sammenhænge vil vi ikke finde os i at blive betragtet som én stor masse. Forestil dig, at du gik til en advokat og blev betragtet som et nummer i køen. Din sag er individuel, uanset om du går til en advokat eller en læge. Vi skal ikke miste vores identitet, fordi vi har en sygdom eller en diagnose, siger hun.

## STOL PÅ DIN EGEN FORNEMMELSE

Hvordan kan du få dit budskab igennem, hvis du fx er nervøs for tilbagefald og gerne vil snakke med din praktiserende læge om din bekymring?

- Hvis du henvender dig til din praktiserende læge, er det vigtigt, at du på forhånd præsenterer det problem, du vil tale om. Det nytter ikke noget at bestille tid til en undersøgelse for en øm hals, og på vej ud ad døren får du indskudt, at du havde kræft for fem år siden og nu er bekymret for tilbagefald, fordi du har noget på lungerne. Hvis du har to bekymringer, bør du få en dobbelt-tid eller to tider i løbet af ugen. Så behøver du ikke bekymre dig om, at lægen ikke har tid til dig, siger Randi Krogsgaard og fortsætter:

- Når du har fortalt om dit problem, vil lægen stille dig uddybende spørgsmål. Du kan ikke automatisk gå ud fra, at lægen har læst din journal og ved, at du har haft kræft. Måske kommer du ind til en vikar eller en ny læge. Sig at du har haft kræft, for lægen vil gerne have de input fra dig. Jeg kender mange eksempler, hvor en patient gik til lægen med et problem, men det var ikke med i lægens overvejelser, at der kunne være tale om tilbagefald. Det er ikke fordi, vi altid skal tænke det værste, men det er fornuftigt at stole på sin egen fornemmelse. Det gør jeg selv. Jeg er med til at betale lægens løn. Jeg 'tager ikke lægens tid'. Jeg insisterer på at blive undersøgt ordentligt, lyder det fra Randi Krogsgaard.

Læs mere på [brystkraeft.dk/levents/2018-10/](http://brystkraeft.dk/levents/2018-10/) og [brystkraeft.dk/levents/2018-11/](http://brystkraeft.dk/levents/2018-11/)

## Danmark Rundt



### DBO-KREDS AARHUS

## DBO-kreds Aarhus mødtes med norsk søsterforening

I begyndelsen af april blev DBO-kreds Aarhus kontaktet af den norske Brystkreftforeningen Bergen, som planlagde en tur til Danmark. Den norske forening ville gerne mødes med DBO-kreds Aarhus for at udveksle erfaringer. Den idé faldt i god jord hos den århusianske lokalkreds, der takkede ja til forslaget. Den 21. maj ankom Brystkreftforeningen til Aarhus. De havde kun én dag i Danmarks næststørste by, og den blev tilbragt i Den Gamle By, hvor de norske og danske medlemmer af patientforeningerne mødtes. Efter et kort oplæg fra begge foreninger var Brystkreftforeningen vært ved en frokost. I løbet af de to timer, frokosten varede, oplevede kvinderne et fællesskab, hvor snakken gik livligt, og hvor alle hyggede sig sammen.

### DBO-KREDS VENDSYSSEL

## Spændende foredrag om senfølger og kemohjerne

Psykolog og ph.d. Ali Amidi fra Enhed for Psykoonkologi og Sundhedspsykologi på Aarhus Universitetshospital fortalte under sit foredrag hos DBO-kreds Vendsyssel, at lægevidenskaben har erkendt, at mange kræftpatienter ofte plages af forskellige problemer efter kræftbehandling. Ali Amidi forsker primært i koncentrations- og hukommelsesproblemer. De kan vise sig på mange måder, og den enkelte patient kan have flere problemstillinger at kæmpe med. Det kan fx være voldsom træthed, der ikke forsvinder ved hvile, kemohjerne, nedsat hukommelsesevne og koncentrationsevne, søvnbesvær, smerter og føleforstyrrelser. Hvis du lider af senfølger efter kræft, anbefaler Ali Amidi hjerne gymnastik og megen fysisk aktivitet for at bedre livskvaliteten. Hjerne gymnastik kan være krydsord, sudoku og sprogundervisning. Af fysisk aktivitet nævnte han blandt andet havearbejde, at hugge brænde, gåture, pilates eller en sport, du synes om. Du skal vælge de aktiviteter, der gør dig glad, for de kan efterhånden bedre livskvaliteten.



### DBO-KREDS FYN

## Hvad sker der i Christiansminde?



Undrer du dig også over, hvad der sker i Svendborg i nærheden af Christiansminde Minigolfbane flere gange om året? Hvis du er en flittig læser af DBObladet eller en regelmæssig besøgende på DBO's hjemmeside, har du måske opdaget, at DBO-kreds Fyn ofte arrangerer hyggelige gåture ved Christiansminde. Vi har fået billeder fra en af gåturene, og vi kan godt forstå, hvorfor kredsen gentager arrangementet. Selv i regnvejr møder de sødeste kvinder op og går en lang tur i naturskønne omgivelser. De seneste gåture fandt sted den 30. april og den 27. august. I april regnede det, da kvinderne mødtes, men det holdt hurtigt op igen, og kvinderne havde en dejlig tur, hvor de blandt andet plukkede anemoner.

### DBO-KREDS HOVEDSTADEN

## Livsbekræftende foredrag og afprøvning af produkter



Kvinderne på billedet har ikke været i slagsmål. De er såmænd bare fotografet under et arrangement

med Stay Female, hvor de fik lov at afprøve forskellige hudplejeprodukter. Arrangementet begyndte med, at Malene Hoppe fra Stay Female fortalte om at blive ramt af brystkræft to gange, om at få fjernet begge bryster, og om at blive rekonstrueret i begge sider. Resultatet er blevet rigtig fint, og Malene viste glad og stolt sine nye bryster til de andre kvinder. Hudterapeut Kristina Ebbesen viste forskellige hudprodukter fra Island, der er udviklet til sart og beskadiget hud. Hun fortalte om en særlig hårproduktserie, som har til hensigt at rense hovedbunden og aktivere de hår, man har, og som bare skal vokse. Tatovør og linergist Nina Lammers fortalte herefter om tatovering af bryn, læbelinjer, eyeliner og brystvorter i 3D. Hun viste før- og efter- billeder, og til sidst fik kvinderne lov til at prøve nogle af produkterne.

Læs artiklen om Malene Hoppe på side 16.

# Begivenheder

## DBO-kreds Vendsyssel

brystkraeft.dk/dbo-kreds-vendsyssel

Tirsdag d. 30. oktober kl. 19.00-21.00

### Foredrag med Jes Dige om børn i sorg

I de senere år er der kommet fokus på, at det er nødvendigt at tage hånd om børn i sorg. Men det er ikke nok, at viljen er der, og rigtig mange føler sig ikke rustet til at tage hånd om den følelsesmæssige del af barnets tab. I foredraget fortæller Jes Dige om sorgens betydning for barnet. Gennem 25 års arbejde med sorg har Jes Dige ofte oplevet, at et dødsfald i den nærmeste familie skaber store forandringer i barnets personlighed og værdigrundlag.

Arrangementet er i samarbejde mellem Hjørring Bibliotekerne, Kræftens Bekæmpelse, FOF Vendsyssel og DBO.

**BILLETPRIS:** 50 kr. for medlemmer af DBO eller Kræftens Bekæmpelse

Billetter kan købes på [fof-vendsyssel.dk](http://fof-vendsyssel.dk) og tlf. 70 25 50 50.

**STED:** Hjørring Bibliotek, Metropol, salen, Østergade 30, 9800 Hjørring

Mandage kl. 17.00-18.30

### Motion og fysisk træning for kræftramte kvinder

v/fysioterapeut Gerda Nørgård

Kurset er for kvinder, der har haft kræft inden for de sidste år.

**TILMELDING:** Alle tilmelder sig før kursusstart hos Else Nørby på tlf.: 23 92 75 05 eller [else.noerby@icloud.com](mailto:else.noerby@icloud.com)

**STED:** Sundhedscenteret, Bidstrupvej 3, 9800 Hjørring

Onsdag d. 7. november kl. 19.00-21.00

### Rekonstruktion efter brystkræftoperation

Plastikkirurg Lene Birch-Sørensen fortæller om og viser billeder fra sit arbejde med at rekonstruere bryster efter en brystkræftoperation.

Der vil blive rig mulighed for at stille spørgsmål til plastikkirurgen og at tale med andre fremmødte om erfaringsudveksling.

Der vil blive serveret kaffe, te og lidt sødt.

Du er velkommen til at tage en ledsager med.

Deltagelse er gratis.

**STED:** Hjørring Sundhedscenter, Bidstrupvej 3, 9800 Hjørring

Onsdage kl. 13.00-16.00

### Malehold

På kurset vil du gennem kreativ udfoldelse få mulighed for at få bearbejdet dine følelser, og på den måde måske komme videre med dit liv.

Underviser er Erla Poulsen.

Det er gratis at deltage, dog skal du selv betale for materialer.

**TILMELDING:** Til Erla Poulsen på tlf. 20 42 30 84 eller [vasen107@gmail.com](mailto:vasen107@gmail.com)

**STED:** Vendsyssel Kunstmuseum, P. Nørkjærs Plads 15, 9800 Hjørring

Mandag d. 3. december kl. 16.30

### Wellnesstur for kvinder til Romulus

Kvinder der har eller har haft kræft inviteres til en sanseoplevelse for krop og sjæl i de romerske bade i Romulus i Skallerup Seaside Resort.

Omklædning begynder kl. 16.30. Vi er færdige i badene cirka kl. 20.30. Derefter er der mulighed for spisning i Restaurant Messen fra kl. 19.50. Prisen for en 2-retters menu med efterfølgende kaffe er 100 kr. Menu og drikkevarer betales direkte på Restaurant Messen.

Der er 50 pladser, som tildeles efter først til mølle-princippet.

Arrangementet støttes af Romulus, Restaurant Messen, Lions, Kræftens Bekæmpelse i Hjørring og DBO-kreds Vendsyssel.

**TILMELDING:** Senest fredag d. 23. november til [olepia@gmail.com](mailto:olepia@gmail.com) – skriv dit navn og telefonnummer i mailen, tak.

**STED:** Skallerup Seaside Resort, Nordre Klitvej 21, 9800 Hjørring



## DBO-kreds Aarhus

brystkraeft.dk/dbo-kreds-aarhus

Mandag d. 8. oktober kl. 19.00-21.00

### Hvad laver en patolog?

Trine Tramm er overlæge på Patologiaafdelingen, Aarhus Universitetshospital. Hun beskæftiger sig med brystpatologi, herunder diagnostik af brystkræft. Patologens arbejde er centralt i udredningen af enhver kræftsygdom, og resultatet af patologens undersøgelser er med til at afgøre, hvilken behandling patienten tilbydes. Trine Tramm's forskningsinteresse koncentrerer sig især om brugen af de nye genudtryksanalyser til forbedring af diagnostikken af brystkræft. Kom og hør, hvorfor patologen er én af de vigtigste læger i den personlige medicin, og mød lægen, du ellers aldrig ser.

Der serveres kaffe/te og kage i pausen for kr. 25,-.

**TILMELDING:** Senest mandag d. 1. oktober til Esther på tlf. 61 78 42 44, evt. sms, eller [dboaarhus@brystkraeft.dk](mailto:dboaarhus@brystkraeft.dk)

**STED:** Huset Trøjborg, Kirkegårdsvej 53, lokale 1.4, 8000 Aarhus. Der er gode parkeringsforhold, og bus nr. 1A kører lige til døren.

Torsdag d. 1. november kl. 19.00-21.00

### Hvordan kommunikerer vi med sundhedsvæsenet?

DBO's tidligere formand Randi Krogsgaard stiller skarpt på dialogen mellem patient og læge/sundhedsvæsen. Hvad skal der til, for at vi som kræftpatienter får vores budskab igennem og forstår lægens budskab til os? Præsentation og diskussion på baggrund af egne erfaringer, herunder undervisning af medicinstuderende i kommunikation med patienter – samt deltagernes oplevelser i dialogen med sundhedsvæsenet.

Mødet arrangeres i samarbejde med Prostatakræftforeningen PROPA i Østjylland. Din partner er velkommen.

Der serveres kaffe/te og kage i pausen for kr. 25,-.

**TILMELDING:** Senest torsdag d. 25. oktober til Esther på tlf. 61 78 42 44, evt. sms, eller [dboaarhus@brystkraeft.dk](mailto:dboaarhus@brystkraeft.dk)

**STED:** Huset Trøjborg, Kirkegårdsvej 53, lokale 1.1, 8000 Aarhus C. Der er gode parkeringsforhold, og bus nr. 1A kører lige til døren.

## DBO-kreds MidtVest

brystkraeft.dk/dbo-kreds-midtvest

Torsdag d. 4. oktober kl. 19.00

### Wellness workshop

Beauté Pacifique er et dansk hudplejemærke, og du vil på workshoppen få en grundig indsigt i produkterne fra Beauté Pacifique og tage hjem med en ren og lækker og gennemfugt hud.

Der vil være en egenbetaling på 50 kr. for at deltage, og du får en gave med hjem.

**TILMELDING:** På tlf. 23 47 66 01.

**PRIS:** 50 kr.

**STED:** Kulturhuset, Nygade 22, Holstebro

Torsdag d. 1. november kl. 19.00

### Temaaften med Boisen

Denne aften er der fokus på senfølger, kompression og brystproteser.

Boisen tilbyder denne aften 50% på BH'er ved bevilling.

Vi arbejder også på at få besøg af en sagsbehandler, der har kendskab til bevillinger.

**STED:** Kulturhuset, Nygade 22, Holstebro

Tirsdag d. 6. december kl. 18.00

### Julehygge

Traditionen tro afholder vi igen i år julehygge, hvor vi sammen wfår lidt godt at spise.

**STED:** Kulturhuset, Nygade 22, Holstebro

## DBO-kreds Trekantområdet

brystkraeft.dk/dbo-kreds-trekantomraadet

Mandag d. 12. november kl. 19.00

### Beslutningsstøtteværktøj for nydiagnosticeret brystkræft

Karina Dahl Steffensen, der er overlæge og leder af Center for Fælles Beslutningstagning og Karina Olling, der er projektleder på Center for Fælles Beslutningstagning på Vejle Sygehus, har udviklet et beslutningsstøtteværktøj til kvinder med nydiagnosticeret brystkræft. Hensigten med beslutningsstøtteværktøjet er at klæde kvinder med brystkræft bedre på til at blive inddraget i de beslutninger, der bliver taget omkring deres behandling. Specielt med henblik på beslutning om, hvorvidt man ønsker eventuel medicinsk efterbehandling efter operation eller ej. Hvad er fordele og ulemper ved behandlingen? Hvordan inddrager man den enkelte patients personlige præferencer? Hvordan træffer man en beslutning sammen med patienten og ikke for patienten?

Det er gratis at deltage.

Kaffe/te/kage kan købes for kr. 25,-.

**STED:** Sundhedscenter Kolding, Sygehusvej 6, 6000 Kolding

Onsdag d. 9. januar 2019 kl. 19.00

### Fokus på lymfødem

Oplæg om årsag og behandlingstilbud ved lymfødem v/lymfødemterapeut Anette Speyer, Vejle Sygehus. Efterfølgende vil der blive mulighed for at se og høre om lymfødemhandsker og andre produkter.

Det er gratis at deltage.

Kaffe/te/kage kan købes for 25 kr.

**STED:** Vejle – nærmere oplysninger kommer på brystkraeft.dk/dbo-kreds-trekantomraadet

## DBO-kreds Sønderjylland

brystkraeft.dk/dbo-kreds-soenderjylland

Onsdag d. 3. oktober kl. 19.00–21.00

### Hvordan kommunikerer vi med sundhedsvæsenet?

DBO's tidligere formand Randi Krogsgaard stiller skarpt på dialogen mellem patient og læge/sundhedsvæsen. Hvad skal der til, for at vi som kræftpatienter får vores budskab igennem og forstår lægens budskab til os? Præsentation og diskussion på baggrund af egne erfaringer, herunder undervisning af medicinstuderende i kommunikation med patienter samt deltagernes oplevelser i dialogen med sundhedsvæsenet.

**TILMELDING:** Senest d. 1. oktober på tlf. 28 90 41 01 eller dbosoenderjylland@brystkraeft.dk

**STED:** Kræftrådgivningen i Aabenraa, Søndergade 7, 6200 Aabenraa

Onsdag d. 7. november kl. 19.00–21.00

### Foredrag om brystkræftkirurgi

Overlæge Dirk Sina fortæller om det sidste nye inden for brystkræftkirurgi.

**TILMELDING:** Senest d. 5. november på tlf. 20 74 22 06 eller dbosoenderjylland@brystkraeft.dk

**STED:** Kræftrådgivningen i Aabenraa, Søndergade 7, 6200 Aabenraa

## DBO-kreds Fyn

brystkraeft.dk/dbo-kreds-fyn

Tirsdag d. 2. oktober kl. 17.00-20.30

### Problemer med koncentrationen og hukommelsen

v/Ali Amidi

Mange kræftpatienter klager over hukommelses- og koncentrationsbesvær efter kræft og kræftbehandling. Det har forsker og psykolog Ali Amidi søgt at skabe klarhed over i sin forskning. Han er ansat på kræftafdelingen på Aarhus Universitetshospital. Ali Amidi fortæller om forskningen på området, samt hvordan man bedst kan håndtere problemerne. Der bliver mulighed for spørgsmål og dialog. Foredraget er for alle med interesse i viden om senfølger efter kræft og for kræfttramte og deres pårørende.

Foredraget arrangeres i samarbejde med FOF Odense-Fredericia-Middelfart.

**PRIS:** Vi har købt 30 billetter med grupperabat til 90 kr. pr. stk.

Betaling kan ske med mobilePay på 40 70 78 72.

Det er også muligt at købe billetter på [www.fof-ofm.dk](http://www.fof-ofm.dk) til 110 kr. pr. stk.

**MØDESTED:** Vi mødes hos Kræftens Bekæmpelse, Klørvænget 18B, Odense, indg. 119 på OUH og hygger os med en sandwich, inden vi kl. 18.15 følges til Vindegade 74 for at høre Ali Amidi's foredrag.

**TILMELDING:** Senest d. 15. september til Susanne Geneser på [susannegeneser@gmail.com](mailto:susannegeneser@gmail.com) eller tlf. 40 70 78 72.

**STED:** FOF, Vindegade 74, 5000 Odense

Torsdag d. 11. oktober kl. 19.15-21.15

### Skab balance i dit liv!

Kinesiolog Lene Jespersen holder sit foredrag "Skab balance i dit liv med kinesiologi".

Begrænset antal pladser.

Kaffe/the, kage og frugt koster kr. 20,-.

**TILMELDING:** Senest d. 4. oktober til Anne Larsen på mail: [poul.l.larsen@webspeed.dk](mailto:poul.l.larsen@webspeed.dk) eller tlf. 23 65 08 63.

**STED:** Brogade 35 (gennem porten), 5700 Svendborg

Tirsdag d. 6. november kl. 19.00–21.00

### Fedttransplantation efter brystkræft

v/læge Martin Sollie og overlæge Camilla Bille (modtager af DBO's ærespris 2018), fra plastikkirurgisk afdeling Z, OUH

Fedttransplantation kan være en behandling mod strammende arvæv efter brystkræft-operation, hvor fysioterapi ikke slår til. I flere tilfælde virker fedttransplantation også nedsættende på kroniske smerter i arvævet og lymfødemsmerter.

Begrænset antal pladser.

Kaffe/te, frugt og kage koster kr. 20,-.

Tilmelding: Senest d. 1. november på tlf. 26 82 01 34 eller [marie@ejlby.dk](mailto:marie@ejlby.dk)

**STED:** Kræftens Bekæmpelse, Klørvænget 18B, 5000 Odense C, indgang 119 på OUH

## DBO-kreds Roskilde

brystkraeft.dk/dbo-kreds-roskilde

Mandag d. 1. oktober kl. 19.00-21.00

### Patologens rolle i forbindelse med diagnostik

Patologens rolle er meget central i forbindelse med diagnostik og skræddersyet behandling.

Overlæge Henrik Mygind fra Slagelse Sygehus giver os et indblik i, hvordan patologen arbejder, og alt det der går forud, før behandlingen sættes i gang.

Kom og mød lægen, som du ellers aldrig ser.

**STED:** Kræftens Bekæmpelse, Gormsvej 15, 4000 Roskilde

Mandag d. 5. november kl. 19.00-21.00

### Kan yoga gøre en forskel?

Ny forskning viser, at yoga kan have en positiv virkning på søvnproblemer og på den særlige træthed, mange kræfttramte oplever. Betinna fortæller om yogaens historie og særlige virkning. Sammen laver vi yogaøvelser og mærker på egen krop yogaens afstressende virkning.

Husk behageligt tøj.

**STED:** Kræftens Bekæmpelse, Gormsvej 15, 4000 Roskilde

Mandag d. 3. december kl. 18.00

### Julemøde

Vi hygger sammen om lidt godt at spise og det traditionelle pakkespil. Medbring én gave, værdi 30 kr.

**DELTAGERPRIS:** 50 kr.

**TILMELDING:** Til Birthe Brøbech på [birthe@brobech.com](mailto:birthe@brobech.com) eller tlf. 43 90 61 28 / 29 60 26 65.

**STED:** Kræftens Bekæmpelse, Gormsvej 15, 4000 Roskilde



## DBO-kreds Hovedstaden

brystkraeft.dk/dbo-kreds-hovedstaden

Onsdag d. 31. oktober kl. 19.00-21.00

### Kend din L-Dex® score – om tidlig diagnosticering af sekundær lymfødem

Fysiodema og fysioterapeut og lymfødemespecialist Merete Celano Wittenkamp fra Herlev Hospital vil fortælle om ny teknologi til tidlig diagnosticering og monitorering af sekundær lymfødem.

Tidlig diagnosticering er kritisk for vellykket behandling, 'normalisering' af tilstanden og dermed for at bevare patientens funktionalitet og livskvalitet. Lymfødem er en kendt senfølge efter fjernelse af lymfeknuder i armhulen eller stråleterapi for brystkræft. Der vil være lejlighed til at se og prøve det nye udstyr.

Arrangementet er åbent for alle interesserede.

Der serveres kaffe, the og frugt.

Dørene åbnes kl. 18.30.

**TILMELDING:** dbohovedstaden@brystkraeft.dk eller på mobil til Lene: 60 80 55 41.

**STED:** Center for Kræft & Sundhed, Nørre Allé 45, 2200 København K

Tirsdag d. 27. november kl. 19.00-21.00

### Oplæg om pakkeforløb efter brystkræft samt opfølgning efter brystkræft på Hillerød Sygehus

Diagnoseansvarlig for brystkræft, Hella Danø, og en sygeplejerske fortæller, hvordan Onkologisk Afdeling på Hillerød Hospital imødekommer Sundhedsstyrelsens nye kræftpakkeforløb for brystkræft samt retningslinjer for opfølgning efter brystkræft.

Arrangementet er åbent for alle interesserede.

Der serveres kaffe, te og frugt.

Dørene åbnes kl. 18.30

**TILMELDING:** dbohovedstaden@brystkraeft.dk eller til Lene på mobil 60 80 55 41.

**STED:** Kræftrådgivningen i Hillerød, Østergade 14, 3400 Hillerød

Tirsdag d. 4. december kl. 18.30-21.00

### Julemøde

Kom og vær med til at tilrettelægge næste års aktiviteter i DBO-kreds Hovedstaden. I styregruppen vil vi meget gerne se jer til en hyggelig og uformel aften med æble-gløgg og æbleskiver og have jeres forslag til og idéer til aktiviteter i 2019.

Vi håber at se rigtig mange af DBO's medlemmer denne aften.

**TILMELDING:** dbohovedstaden@brystkraeft.dk eller til Lene på mobil 60 80 55 41.

**STED:** Center for Kræft & Sundhed, Nørre Allé 45, 2200 København K

## DBO-kreds Sydsjælland

brystkraeft.dk/dbo-kreds-sydsjaelland

Tirsdag d. 23. oktober kl. 19.00-21.00

### Det nye pakkeforløb for brystkræft

DBO-kreds Sydsjælland indbyder til en god og oplysende aften i selskab med Gitte Ohmann, der er afdelingssygeplejerske på Onkologisk afdeling på Næstved Sygehus. Gitte Ohmann vil fortælle om de nye pakkeforløb for brystkræft, herunder egenomsorg og opfølgingsprogrammer. Der vil efterfølgende være mulighed for at stille spørgsmål og udveksle erfaringer.

Der kan købes kaffe, te og kage for kr. 20,-.

**STED:** Kræftrådgivningen, Ringstedgade 71, 4700 Næstved

Tjek også  
hjemmesiden  
for kommende  
arrangementer



# Dansk Brystkræft Organisation (DBO)

## Sekretariat:

Dansk Brystkræft Organisation (DBO)  
Mail: dbo@brystkraeft.dk

Hvis du ønsker at blive ringet op, er du velkommen til at lægge dit navn og nummer på DBO's telefonsvarer 26 82 39 29

Telefonsvareren aflyttes mandag-torsdag, og alle opkald besvares senest dagen efter.

## DBO's fungerende formand og pressekontakt:

Gitte Laursen  
Tlf.: 40 50 78 59  
Mail: gitte.laursen@brystkraeft.dk

## Kontaktpersoner i DBO-kredse:

**DBO-kreds Fyn**  
Marie Lykke Rasmussen  
Tlf.: 66 13 31 34  
Mail: dbofyn@brystkraeft.dk

**DBO-kreds Hovedstaden**  
Lene Knudsen  
Tlf.: 60 80 55 41  
Mail: dbohovedstaden@brystkraeft.dk

**DBO-kreds MidtVest**  
Dorthe Halgaard  
Tlf.: 22 42 41 58  
Mail: dbomidtvest@brystkraeft.dk

**DBO-kreds Roskilde**  
Lotte Kristensen  
Tlf.: 22 88 80 80  
Mail: dboroskilde@brystkraeft.dk

**DBO-kreds Sydsjælland**  
Vivi Riis-Nielsen  
Tlf.: 28 20 22 50  
Mail: viviriis@sol.dk

**DBO-kreds Sønderjylland**  
Grethe Dahlquist  
Tlf.: 20 74 22 06  
Mail: dbosoenderjylland@brystkraeft.dk

**DBO-kreds Trekantområdet**  
Gitte Laursen  
Tlf.: 40 50 78 59  
Mail: dbotrekantomraadet@brystkraeft.dk

**DBO-kreds Vendsyssel**  
Anna Sick  
Tlf.: 98 97 74 73  
Mail: dbovendsyssel@brystkraeft.dk

**DBO-kreds Aarhus**  
Esther Grau Andersen  
Tlf.: 61 78 42 44  
Mail: dboaarhus@brystkraeft.dk

## Ny DBO-kreds?

Hvis du er interesseret i at oprette en DBO-kreds, kan du rette henvendelse til sekretariatet.

## Husk at melde flytning

Du kan meddele DBO, at du har ændret adresse og/eller mailadresse, ved at maile til dbo@brystkraeft.dk. Husk at oplyse dit medlemsnummer samt gamle og nye adresse.

## DBOnyt:

DBO udsender et gratis nyhedsbrev ca. 10 gange om året, som du kan tilmelde sig ved at sende en mail til: dbonyt@brystkraeft.dk

Det sendes til alle medlemmer med en mailadresse kendt af DBO.

## Redaktør på DBOnyt:

Britt Nørbak  
Tlf.: 29 82 88 89  
Mail: dbonyt@brystkraeft.dk

Du kan til enhver tid framelde nyhedsbrevet.

## DBObladet:

DBObladet er et medlemsblad, som udkommer i februar, juni og oktober. Det indeholder blandt andet portrætter af kvinder, der har eller har haft brystkræft samt relevante artikler om forskellige aspekter af sygdommen.

## Ansv. redaktør på DBObladet:

Britt Nørbak  
Tlf.: 29 82 88 89  
Mail: dbobladet@brystkraeft.dk

## Styrk DBO med dit medlemskab

Antallet af medlemmer i Dansk Brystkræft Organisation (DBO) er ca. 2.500. Jo flere medlemmer vi er, jo bedre mulighed har vi for at få større indflydelse på områder af særlig interesse for brystkræftpatienter.

Et medlemskab koster kun 250 kr. om året.

Navn, adr., postnr. og by er obligatoriske oplysninger. De øvrige oplysninger hjælper os med at målrette og synliggøre vores aktiviteter bedst muligt. Du er også velkommen i foreningen, hvis du ikke ønsker at afgive disse oplysninger.

**brystkraeft.dk/  
medlemskab-af-dbo/**

## Ja tak, jeg vil gerne:

være medlem af Dansk Brystkræft Organisation (DBO). Årskontingent 250 kr.

modtage DBOnyt, DBO's elektroniske nyhedsbrev, som udsendes via mail. Det koster ingenting.

**HUSK** at skrive din mailadresse på kuponen

Skriv tydeligt og helst med blokbogstaver

Navn:

Adr.:

Postnr.:

By:

Mailadresse:

Telefonnr.:

Fødselsår:

Diagnoseår:

## Kuponen udfyldes og sendes i brev til:

Dansk Brystkræft Organisation (DBO)  
c/o Anna Olsson  
Brorrupvej 37, 4621 Gadstrup

Du kan også melde dig ind på  
www.brystkraeft.dk/medlemskab-af-dbo





# Vidste du...



...at du gratis kan læse tidligere numre af  
DBObladet på DBO's hjemmeside?

Hvis du ikke længere har papirudgaven af bladet og gerne vil genlæse en artikel, kigge i oversigten over lokalkredsens kommende arrangementer eller noget helt tredje, kan du altid finde de sidste fire numre af bladet på

[brystkraeft.dk/dbobladet](http://brystkraeft.dk/dbobladet)

**God fornøjelse**