



Leva med
bröstcancer

**God
rosa jul!**

Sätt färg på
julfrandet

”Min
dröm är
att förändra
synen på
cancer”

*Therese Khamany
utbildar kvinnor
med afrikansk
bakgrund*

**VISA
BRÖSTEN**

*Screening
räddar
liv*



VI STÖDER DINA BRÖST

oavsett vilken historia
och form de har

BREAST SHAPERS - BEHÅINLÄGG TILL DIG MED OLIKA STORLEKAR PÅ BRÖSTEN

Efter en bröstcanceroperation är det vanligt att bröstens storlekar blir olika. Detta kan även påverka det mentala välbefinnandet. Amoena har de senaste 40 åren hjälpt kvinnor över hela världen att känna sig trygga och bekväma. Den upplevda kvaliteten på produktsortimentet värderas högt av dessa kvinnor och utprovare. Med Amoenas stora urval av **Breast Shapers** finns all möjlighet att skapa en perfekt symmetri.

En bra symmetri hjälper även till med en förbättrad kroppshållning. Amoenas **Breast Shapers** är framtagna i samarbete med bröstopererade kvinnor vars fokus är att produkterna ska upplevas behagliga och kännas naturliga.

Hitta dina produkter, utprovare och butiker på amoena.se

Nr 4 2018

7 Välkommen

8 **Personligt** Bröstcancerkirurgen **Jeanette Liljestrand Sigvardsson** får Bröstcancerförbundets utmärkelse för sitt patientnära arbete.

14 **Aktuellt** Resultat från flera vetenskapliga studier har kommit.

Tema mammografi

19 Två tredjedelar av all bröstcancer upptäcks vid screening. Ändå går inte alla. Riktade insatser kan nå fler.

20 Screening efter risk. I framtiden kan mammografin skräddarsys utifrån ditt behov.

24 **Therese Khamany** lämnades ensam när hon fick bröstcancer. Nu utbildar hon kvinnor med afrikansk bakgrund om varför det är viktigt att undersöka sig.

30 Åtta av tio går på screening. Så gör landstingen för att nå alla kvinnor.

33 **Vi svarar** Våra experter reder ut dina funderingar.

34 **Livsglädje** Fira rosa jul.

36 **Föreningsliv** **Bröstcancerföreningen Värmland** väckte den slumrande verksamheten.

38 **Min insamling** **Melvin Johansson**, 9 år, pärlar armband till minne av sin gammelmoster.



– Det känns fantastiskt att uppmärksammas av patienterna. Det är dem jag jobbar för, säger Jeanette Liljestrand Sigvardsson om att få Bröstcancerförbundets utmärkelse.



Magasin B

*Sedan hösten 1992 har Bröstcancerförbundet gett ut medlemstidningen BROfästet. Från och med första numret 2018 har tidningen fått ett smidigt format, modernt utseende, nytt namn och massor av spännande innehåll. **Magasin B handlar om att leva med bröstcancer.** Tidningen vill vara din bästa vän som kan allt om diagnos och behandling. Här finns starka berättelser, den senaste forskningen och inspirerande förebilder.*



Kontakta oss

Bröstcancerförbundet
 Telefon kansli: 08-546 40 530
 E-post: info@brostcancerforbundet.se
 www.brostcancerforbundet.se
 Swish: 9005919
 Organisationsnummer:
 80 20 10-42 64

ANSVARIG UTGIVARE
Susanne Dieroff Hay
 070-239 21 83
 susanne.dieroffhay
 @brostcancerforbundet.se

REDAKTÖR
Åsa Bolmstedt
 08-556 06 444
 asa@a4.se

GRAFISK FORM
Kajsa Isenberg
 kajsa@kajsaisenberg.se

FOTO OMSLAG
Anna Simonsson

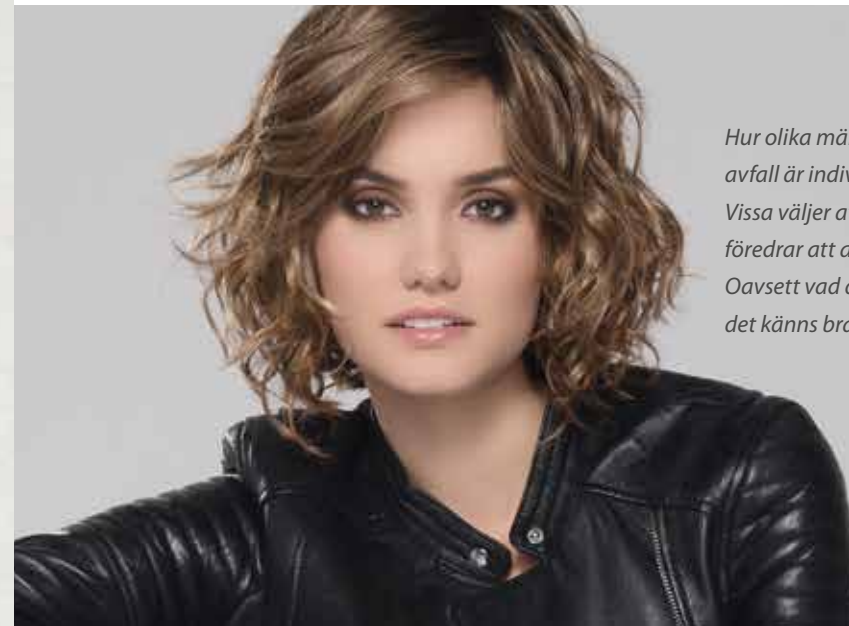
TRYCKERI
Trydells, Laholm

Upplaga: 13 500 ex
 ISSN: 2003-0010

PRODUKTION
A4 Text och Form
 a4.se

Vill du annonsera i Magasin B?

Kontakta:
Marit Jensen 08-546 405 31
 marit.jenset@brostcancerforbundet.se



Hur olika människor väljer att hantera sitt håravfall är individuellt och i slutändan en smaksak. Vissa väljer att lämna huvudet bart medan andra föredrar att använda turban och sjal eller peruk. Oavsett vad du själv väljer, är det viktigaste att det känns bra och bekvämt för dig!



Salonger med peruker & turbaner

Vi träffar dagligen personer med olika typer av håravfall, bl a håravfall som biverkan vid cytostatikabehandling. Och vi vet att det finns många frågor och funderingar kring det som inträffar och vid val av peruk. Hos oss hittar du ett stort utbud av peruker och turbaner i olika modeller och utförande – för att vi på bästa möjliga sätt ska kunna hitta just det du söker, för bästa känsla och komfort! **Kontakta oss gärna för fri konsultation.**

Varmt välkommen till någon av våra salonger!

Carl M Lundh – Salonger och Partners

enkeltomperuker.se

Är en hemsida som bygger på den enkla idén att göra det lättare för personer som drabbats av håravfall att finna komplett information om peruker. Den innehåller bland annat information om: håravfall, bidragsregler, besök på salong, utprovning/att välja peruk – och mycket mer.

Enkeltomperuker.se utvecklas gärna! Dela gärna med dig av dina egna upplevelser av att bära peruk, skicka ett mail till oss: info@carmlundh.se



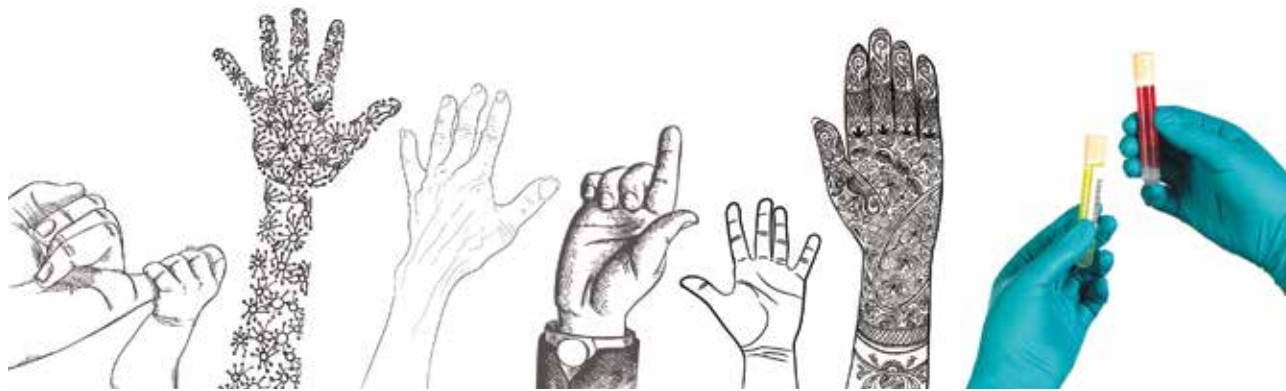
HAIRPOWER

NYHETER ELLEN WILLE – HAIRPOWER
 Vi börjar vintern med några sköna nyheter från Ellen Wille – 8 stilsäkra peruker i hög kvalitet, med ett brett utbud av frisyr och färger. För mer information och utprovning – välkommen till våra salonger och partners.



CARL M LUNDH SALONGER – GÖTEBORG CML: 031-10 23 80 | GÖTEBORG Sahlgrenska CML: 031-41 45 10 | HELSINGBORG CML: 042-14 30 00
 JÖNKÖPING CML: 036-15 02 70 | KALMAR CML: 0480-268 30 | KALMAR Länssjukhus CML: 0480-813 69 | LUND CML: 046-14 17 70 | MALMÖ CML:
 040-733 20 | STOCKHOLM Östermalm CML: 08-545 66 800 | STOCKHOLM Perukshopen: 08-20 10 06 | STOCKHOLM Fruängen CML: 08-646 46 80
 UMEÅ Salong Huvudform: 090-12 16 72 | VÄSTERÅS CML: 021-18 15 03 | ÖREBRO CML: 019-14 83 63.

PARTNERS – ANDERSTORP Almgrens hårvård: 0371-154 77 | BORÅS Hulta Salongen: 033-15 51 77 | ESKILSTUNA Salong LM: 016-13 27 19 | FALUN
 Headbanger Hairstyle: 023-197 88 | GÄLLIVARE Stinas Hårcenter: 0970-150 55 | KARLSKOGA Salong Boman: 0586-310 27 | KARLSTAD Hedwig
 Hårvård: 054-19 08 03 | KRISTIANSTAD Skägg & Lockar: 044-10 00 00 | LINKÖPING Fifty Fifty: 013-12 65 66 | NORRKÖPING Peggis Barbershop: 011-
 13 24 00 | RONNEBY Salong Astra: 0457-108 51 | SKÖVDE Hårstudion: 0500-41 31 21 | SVENLJUNGA Bergs Salong: 0325-61 10 86 | TORSÅKER Salong
 P.I.A: 0290-400 12 | UPPSALA Rendezvous: 018-20 90 90 | VARBERG Frisyrhörman: 0340-133 78 | VÄXJÖ Hårdesign: 0470-483 90 | ÖRNSKÖLDSVIK
 Salong Jacob: 0660-190 17.



Människor är olika. Sjukdomar likaså.

Därför är Roche viktigaste uppgift att upptäcka och utveckla individanpassade läkemedel och målinriktad diagnostik, som kan hjälpa människor att leva bättre och längre liv.



Anita cares.
Underkläder efter bröstoperation

Fleur Cup A-E
Bandeau spets topp · Cup A/B-C/D
www.anita.com/care

Anita
SINCE 1886
CARE

SPECIALBEHÅAR

BADKLÄDER

BRÖSTPROTESER

TriPro Vita System

VÄLKOMMEN

Screening

Att upptäcka bröstcancer i tid räddar liv. Därför jobbar vi för att fler ska undersöka sig.

UNDER 2018 har det varit stora omställningar både för Bröstcancerförbundet och bröstcancerföreningarna: Ny hemsida, ny tidning och nytt medlems- och insamlingsystem. Vi har synts mycket i medier under Rosa Oktober. Många av er har gjort stor skillnad ute i lokalföreningarna genom att vara ute och sprida information om oss och om bröstcancer. Temat i detta nummer av Magasin B handlar om mammografi, vikten av screening och tidig upptäckt.

Hurra för Magasin B!
I höst vann Magasin B Publishingpriset för sina texter, bilder och formgivning. Vi är så stolta över vår tidning!

Precis det som vi alla betonar när vi är ute i samhället på olika uppdrag. För att nå vår fina vision, att ingen ska drabbas av bröstcancer, så måste många steg tas och mål nås innan det kan bli verklighet. Tidig upptäckt gör att fler och fler, både kvinnor och män, kan överleva en bröstcancerdiagnos, vilket är ett oerhört viktigt delmål. Ju fler som överlever, desto mer kan vi avstigmatisera diagnosen bröstcancer och



Marit Jensen
Generalsekreterare

Susanne Dieroff Hay
Ordförande

lätta den psykiska bördan, för att till slut förhoppningsvis kunna leva utan den.

Vi önskar er alla en julhelg fylld med värme. Tänk på dem som har det svårt under helgerna, bjud till och bjud in. Även en liten gest kan betyda mycket.

En varm julhälsning till er alla. Vi ser fram emot ett 2019 tillsammans med er! 🍀

FOTO SANDRA JOHNSON

PERSONLIGT

Lyssnar *med* hjärtat

Bröstkirurgen
Jeanette Liljestrand Sigvardsson
får Bröstcancerförbundets
utmärkelse: "Det känns
som att få Nobelpriset."

TEXT JENNIE AQUILONIUS
FOTO EMELIE ASPLUND



Jeanette
Liljestrand
Sigvardsson

Aktuell: Får
Bröstcancerförbundets
utmärkelse 2018.

Gör: Överläkare och bröstkirurg
vid Södra Älvsborgs sjukhus.

Ålder: 60 år.

Familj: Maken Bejert, tre barn,
fyra barnbarn och en katt.
Bejert har också två barn
och två barnbarn.



GLÄDJETÄRARNA rinner nerför kinderna. Överläkaren och bröstkirurgen Jeanette Liljestrand Sigvardsson står med väskorna i sitt rum på en konferensgård utanför Borås. Utvecklingsdagarna för personalen på kirurgmottagningen vid Södra Älvsborgs sjukhus ska snart börja när telefonen ringer. Hon har fått Bröstcancerförbundets utmärkelse som delas ut i samarbete med Astrazeneca för att hon "under mer än 30 år oförtrutet arbetat för patienternas väl och gått långt utöver vad hennes yrkesroll kräver".

– Det känns fantastiskt att uppmärksammas av patienterna. Det är dem jag jobbar för, säger hon.

I korridoren på kirurgavdelningen på Södra Älvsborgs sjukhus i Borås luktar det desinfektionsmedel. Jeanette Liljestrand Sigvardssons skrivbord är fullt av papper. Mycket är på gång. Här jobbade hon i 25 år innan hon värvades till Länssjukhuset Ryhov i Jönköping. Efter sju år är hon nu tillbaka som teamchef. Den första veckan reagerade hon på att patienterna mådde illa efter

operation. De var trötta och kom inte ihåg informationen de fått. Majoriteten låg kvar på patienthotellet efteråt, vissa i flera dagar. Jeanette Liljestrand Sigvardsson såg till att få igenom nya narkosrutiner och snart satt patienterna vakna och påklädda efter operation och ville åka hem.

– Sjuksköterskorna undrade vad jag hade gjort med dem. Jag tänkte vad i allsin dar, det är ju 2018, vi har ju läkemedel mot illamående.

Under Jeanette Liljestrand Sigvardssons första två veckor hittade teamet bröstcancer hos 43 personer. Väntetiden till operation var sex veckor.

– Jag ringde runt på sjukhuset och frågade efter lediga luckor, tog allt jag fick från ortopedier, gyn, kolorektal. Alla jobbade hårt. Nu är kön nere på 1,5 veckor. Människor ska inte behöva vänta. Det är fruktansvärt jobbigt psykiskt.

Hon har också infört rutiner som sparar tid och gör det bättre för patienterna, bland annat att operera med ultraljudskniv. Den svetsar ihop lymf- och blodkärl så att risken för blödningar och lymfvätska minskar, samtidigt som operationen går snabbare.

I motiveringen till utmärkelsen betonas hennes lyhörda bemötande och empatiska förmåga. Jeanette Liljestrand Sigvardsson berättar att hon har lärt sig mycket av att föreläsa för bröstcancerföreningar och möta deras medlemmar. Första gången hade hon inte jobbat i yrket så länge och var inställd på att patienterna skulle vara ledsna och tyngda.

– Men jag har aldrig skrattat så mycket. Bröstcancerföreningarna är underbara, de har lärt mig så fantastiskt mycket. Vad jag ska säga och inte. Att vi läkare inte får kasta ett beslut i ansiktet på en människa, att vi måste prata och förklara. Att vi måste lyssna. →



→ Det är särskilt en kvinna som har lärt henne vikten av att lyssna. För många år sedan ville kvinnan operera bort även sitt friska bröst. På den tiden var det svårt att utreda ärftlighet och hon var rädd för att få cancer även i det andra bröstet. De manliga läkarna sa nej, de opererade inte på friska organ.

– Jag lyssnade på henne och förstod henne så väl. Jag brukar tänka: "Hur skulle jag själv ha gjort? Eller om det var min syster?" Jag opererade henne och har aldrig känt en sådan tacksamhet från någon, säger Jeanette Liljestrand Sigvardsson och rösten stockar sig.

Det händer att hon delar med sig av sina egna erfarenheter. För 15 år sedan förlorade hon sin man i magsäckscancer. Hans cancer hade börjat som en liten men aggressiv tumör. Det tog flera veckor innan läkarna upptäckte var den satt. Därför har Jeanette Liljestrand Sigvardsson jobbat för att ta fram ett program där patienter med metastaser som läkarna inte vet var de kommer ifrån blir färdigutredda inom en vecka.

Det är inte ofta hon berättar om sina egna erfarenheter för patienterna, men ibland tycks det kunna hjälpa.

– Då säger jag att "Jag vet hur det är när livet vänder". De ser att jag sitter där och har klarat det, det kan komma energi ur det.

Nu har Jeanette Liljestrand Sigvardsson jobbat som bröstkirurg i över 30 år. Men det var det kanske ingen som hade trott från början. När hon växte upp var livet fattigt och tufft. Men Jeanette Liljestrand Sigvardsson hade lätt för att lära i skolan och älskade kemi, fysik, biologi och psykologi. Hon var yngst på läkarlinjen 1977 och blev senare den första kvinnliga överläkaren i Borås. Under AT-tjänstgöringen fick hon operera – och tänkte till.

– Mina glädjedagar är i operationssalen. Min morfar var skräddare, jag brukar säga att

jag ärvde honom. Jag tycker om det hantverksmässiga, att jobba praktiskt och göra fint. Det har jag också fört in här. Om vi nu räddar en människa från en sjukdom ska hon trivas med sin kropp sedan.

I dag tycker hon att det är roligt att arbeta med bröstcancer eftersom det händer så mycket, forskningen går framåt och de flesta bröstcancerpatienter överlever.

Jeanette Liljestrand Sigvardsson har också sett till att Södra Älvsborgs sjukhus deltar i olika forskningsstudier. Även om Borås inte är ett universitetssjukhus ska forskningens resultat ut i kliniken och kvinnorna ska kunna åtnjuta förbättringar som sker.

– Varje patient är unik och behandlingen måste skräddarsys. Vi ska sätta oss ner och förklara för patienten, hon ska få tid att tänka och lägga fram sina synpunkter. Men en patient ska aldrig behöva bära ansvaret för ett beslut, det gör vi. ●

"Bröstcancerföreningarna är underbara. De har lärt mig så fantastiskt mycket."

LEVER DU ELLER EN ANHÖRIG MED SPRIDD BRÖSTCANCER?

Fakta, råd, stöd och information om sjukdomen hittar du på spriddbrostcancer.se

Ny metod spårar HER2-metastaser

Forskning: Med hjälp av en pet-kamera och ett protein som sprutas in i blodet kan läkare hitta HER2-positiva metastaser i hela kroppen vid ett enda undersöknings-tillfälle, utan att ta vävnadsprov. Proteinet söker sig till tumörerna och kameran kan då se var de finns.

Metoden har hittills testats med lovande resultat på drygt 20 kvinnor inom ramen för en studie på Uppsala universitet och Pet-centrum på Akademiska sjukhuset i Uppsala. Nu ska studien utvidgas till hela Norden för att undersöka om det är en säker metod för diagnosticering. För det har forskarna fått forskningsbidrag från Bröstcancerförbundet. ●



TEXT ANNIKA SJÖBERG FOTO GETTY IMAGES

Hälsostödjare lyfter hela familjen

Forskning: Tre hälsostödjande samtal på vardera 15-20 minuter. Det fick nio familjer med bröstcancer inom ramen för en studie vid Malmö universitet. Målet var att hitta den enskilda familjens styrkor och resurser. Försöket utgör en delstudie i Anette Holst Hanssons avhandling där hon undersökt hur familjer påverkas vid bröstcancer.

– Många upplevde samtalen som värdefulla. De blev bekräftade och fick sätta ord på känslor och tankar. Men dessa redskap skulle ha satts in redan när kvinnorna fick diagnosen, säger Anette Holst Hansson till universitetets tidning Vetenskap och hälsa. ●

Miljoner

Cancerfonden har delat ut forskningsanslag i höst. Kristian Pietras i Lund ska studera hur bröstcancer celler kommunicerar med bindväv och vilken betydelse blodkärlens celler har för spridning. Målet är att utveckla ny behandling.

Hallå där: Professor Per Karlsson. Du har fått bidrag för att studera individ Anpassad strålning.

Vad ska du undersöka?

– Vi ska göra en jämförande studie med patienter som antingen fått strålbehandling eller som inte fått strålbehandling efter bröstcanceroperation. Vi vet sedan tidigare att det genomsnittliga resultatet av strålbehandling är bra. Nu vill vi ta reda på vilka som har nytta av det och vilka som inte har det. Det är en långtidsuppföljning av en studie från 90-talet.

Varför är detta viktigt?

– För att vi försöker individanpassa vården. Strålbehandling har en del bieffekter, därför ska vi använda den

specifikt för dem som har mycket nytta av den och i mindre utsträckning för dem som klarar sig bra ändå.

Hur går studien till?

– Vi har 1 000 tumörprover från patienter som vi ska analysera genetiskt. 500 som utsatts för strålning och 500 som inte har det.



Per Karlsson
Professor och överläkare i onkologi. Sahlgrenska Akademin och Sahlgrenska universitetssjukhuset. Forskningsbidrag från Bröstcancerförbundet: 500 000 kronor.

TEXT MATILDA LANN

Genom en mängd avancerade data-analyser av tumörernas gener tror vi att vi kan få fram tumörernas genetiska egenskaper och lista ut vilka som är strålkänsliga och vilka som inte är det. **Hur tror du att strålning efter operation kommer att förändras med hjälp av denna studie?**

– I framtiden kommer vi att ha mer varierade behandlingar. Vår förhopp-

ning är att kunna förutspå hur mycket nytta man har av strålning och genom att ta ett prov på tumören avgöra om någon behöver strålas efter operation. I dag behandlar

vi mycket och stora grupper får likadan behandling. När vi kommit längre med forskningen kommer en liten del patienter förvisso få mer behandling, men en hel del patienter kommer att få mindre.

Hur lång tid tar det innan detta når patienter i den dagliga vården?

– De första resultaten har vi förhoppningsvis i slutet av nästa år. Det pågår mycket forskning om strålbehandling så om 5-10 år tror jag att vi har betydligt bättre kunskap och då kan vi förhoppningsvis urskilja vem som behöver få strålbehandling efter operation. ●

”Vi har 1000 tumörprover som vi ska analysera genetiskt.”



FOTOGRAF BOSSE JOHANSSON

Hurra för Årets bröstsjuksköterska!

Prisad: Eva Hamberg, bröstsjuksköterska vid Bröstcentrum på Karolinska sjukhuset i Stockholm har utsetts till Årets bröstsjuksköterska. Enligt motiveringen visar hon stor empati och har förmåga att känna igen hur en patient mår.

–Det känns otroligt hedrande och särskilt kul att det kommer från patienterna. Det blir en bekräftelse på att det jag gör uppskattas och jag blir ännu mer motiverad att fortsätta jobba för att patienterna ska må bra, säger hon.

Bakom utmärkelsen står Bröstcancerförbundet och Novartis. 🍀

3D hittar fler tumörer

I en stor studie har 3D screening visat sig effektivt för att hitta tumörer. Nu hoppas forskarna på skraddarsydda undersökningar.

Studien är genomförd inom ramen för mamмоgrafiprogrammet och bygger på 3D-bilder av nästan 15 000 kvinnors bröst. Resultaten visar att det går att upptäcka 34 procent fler cancer-tumörer med 3D-screening, eller brösttomosyntes som metoden också kallas. Dessutom går det att minska trycket över bröstet med 40 procent, vilket kan bidra till att fler deltar i det nationella mamмоgrafiprogrammet.

Sophia Zachrisson, universitetslektor vid Lunds universitet och röntgenläkare vid Skånes universitetssjukhus och har lett studien, som fått anslag av Bröstcancerförbundet. – I framtiden kommer brösttomosyntes att komplettera eller helt ersätta den traditionella mamмоgrafen. Min förhoppning är att vi kan skraddarsydda screeningen utifrån varje kvinnas förutsättningar, säger Sophia Zachrisson till Bröstcancerförbundet. 🍀

TEXT ANNIKA SJÖBERG OCH ÅSA BOLIMSTEDT



75310

Så många rosa band till stöd för bröstcancerforskning såldes under Rosa oktober. Det är nytt rekord!

Immunterapi testas vid bröstcancer

Forskning: Under 2010-talet har forskare utvecklat cancerbehandlingar med immunterapi, där man med hjälp av läkemedel hjälper immunförsvaret att själv upptäcka och attackera cancer. Medan det har förbättrat prognosen vid exempelvis vissa varianter av hud- och lungcancer har denna typ av behandling inte lyckats vid bröstcancer – förrän nu.

I en studie publicerad i den vetenskapliga tidskriften *New England journal of medicine* har forskare behandlat 900 kvinnor från 41 länder med spridd trippelnegativ bröstcancer med immunterapi, rapporterar *Dagens medicin*. Alla fick cytostatika, som är standardbehandling i dag, hälften fick dessutom immunterapi och hälften placebo.

Bland dem som fick immunterapi dröjde det längre innan sjukdomen försämrades, 7,2 månader jämfört med 5,5 månader i gruppen som fick enbart cytostatika. 🍀

INGEN SKA BEHÖVA VARA ENSAM MED SIN BRÖSTCANCER



Bröstcancer är den vanligaste cancerformen hos kvinnor i Sverige och över 9000 får diagnosen varje år. Vi ger röst och tröst åt drabbade. Ingen ska behöva vara ensam med sin bröstcancer. Det ska vi se till.

BLI MEDLEM PÅ BRÖSTCANCERFÖRBUNDET.SE

Vill du utveckla din kunskap om bröstcancer?

Sök stipendium för utbildning eller konferensresa 2019.



Bröstcancerförbundet ger dig möjlighet till kompetensutveckling inom bröstcancerområdet genom att du kan söka bidrag för en konferens eller kurs.

- För dig som är
- medlem i en bröstcancerförening, eller
 - vårdpersonal



Läs mer och ladda ner blankett på bröstcancerforbundet.se/om-oss

Unna dig en Diamant!

Vi är glada att presentera
vårt senaste tillskott i
ABC-sortimentet;
Diamond-proteseerna.

Proteseerna har diamant-
formade kuddar på baksidan
och mellan dessa kuddar
formas kanaler som främjar
luftcirkulationen.

Designen ger en sval och
skön känsla mellan hud och
protes.

Du kan välja mellan tre olika
modeller:



Diamond



Diamond Classic



Diamond Skaper

Kontakta din lokala utprovare
om du vill prova någon av dessa
proteseer.

Vill du veta mer om produkterna
från ABC, kontakta kundsupport
på telefon 042-25 27 01
eller e-post:
kundsupport@camp.se

CAMP[®]
SCANDINAVIA

www.camp.se

Repadina[®]
plus

**Förhindrar vaginal
torrhet och hjälper
slemhinnan att läka**



010-REP-SE-2018

**En naturlig och hormonfri
behandling för vaginal torrhet**

Finns på apoteket
www.repadina.se

Azanta

Utlysning av bidrag för flärd till Elisabeth Hedins minne

(fd. Elisabeth Hedins Fond)

Är du medlem i en bröstcancerförening
som är ansluten till Bröstcancerförbundet?
I så fall har du möjlighet att söka bidrag till
”flärd”, som inköp av badkläder, BH, tand-
vård, tatuering av ögonbryn, träningskort.

Bidrag beviljas inte för Spa-vistelse och inte
till den som erhöll bidrag närmast föregående
år (2018). Maximalt bidrag är 5 000
kronor per sökande. Bidraget är behovsprö-
vat till personer med begränsad ekonomi.

- Ansökan ska vara inne senast 1 april
- Sökande får besked senast 10 maj 2018

Fullständiga kriterier och ansökan
publiceras **i januari 2019** på
bröstcancerförbundet.se

TEMA MAMMOGRAFI

13

sidor
genomlyst
läsning

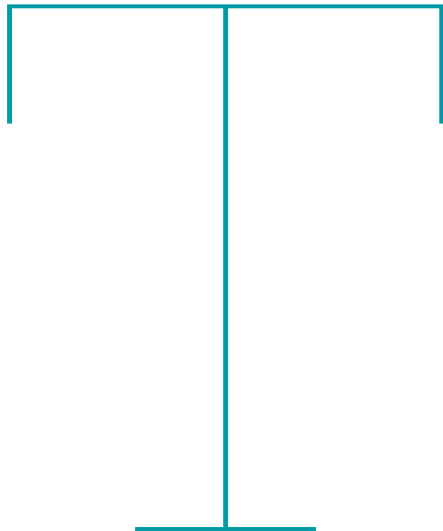
Håll koll

**Tidig upptäckt räddar liv.
Ändå väljer en del att avstå mammografi.
Bröstcancerförbundet vill se en ökad
satsning på att nå fler.**

Nå alla

Livssituationen påverkar viljan att delta i screening.

TEXT ANNIKA SJÖBERG FOTO GETTY IMAGES



TVÅ AV TRE FALL AV BRÖSTCANCER upptäcks via screening. Men det kunde vara fler om alla kvinnor gick på mammografi när de kallas. I dag väljer var femte kvinna att avstå undersökningen. I vissa grupper är siffran ännu högre. Åsa Ritenius Manjer är socionom och har i sin avhandling intervjuat kvinnor om deras förhållningssätt till mammografi.

– Det är inte brist på kunskap utan förutsättningar i vardagslivet som får kvinnor att avstå undersökningen, konstaterar hon.

En grupp som oftare än andra avstår mammografi är kvinnor med stark ställning i samhället. De lever i relationer och bollar karriär, sociala aktiviteter och resor. De upplever att de har kontroll på tillvaron och sin hälsa.

– De prioriterar inte att gå utan undersöker sig själva och tycker att de vet vad de ska göra om de upptäcker något.

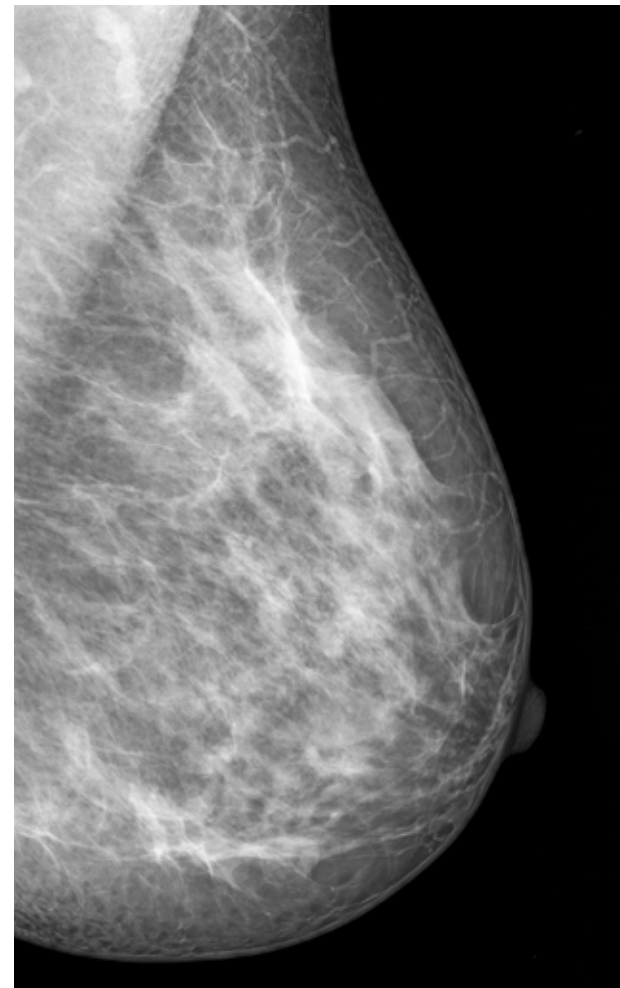
En annan grupp som ofta uteblir är kvinnor i den andra änden av den socioekonomiska skalan. Kvinnor som lever i utsatthet. De kanske är ensamstående med barn, har låg inkomst och stor otrygghet i livet. Flera av dem vågar helt enkelt inte gå av rädsla för vad ett eventuellt cancerbesked innebär för deras vardag.

– De har ingen elasticitet i tillvaron. En sjukskrivning skulle vara väldigt svår att hantera för dem, vilket visar vad socioekonomiska skillnader innebär i kvinnors vardag.



En tredje grupp som avstår är kvinnor som inte har tillit till vården. De tycker undersökningen gör ont och har kanske erfarenhet av dåligt bemötande.

En fjärde grupp som i högre grad än andra visat sig avstå från mammografi är utrikesfödda kvinnor. Fuat Celebioglu är överläkare på Bröstcentrum vid Södersjukhuset i Stockholm och har engagerat sig för att få fler utrikesfödda att gå. Han betonar att det är en heterogen grupp, men tror att den främsta anledningen att kvinnor i den här gruppen avstår mammografi är brist på kunskap. →



”Vården screenar, upptäcker och behandlar. Det är bra. Men det finns en människa i det här som behöver ett annat mottagande.”

5 förslag till förbättringar

Dödligheten i bröstcancer har minskat med 45 procent bland kvinnor som deltar i screening. Bröstcancerförbundets ordförande Susanne Dieroff Hay vill se fem åtgärder för att rädda fler liv.

Obligatoriskt med ny kallelse

– Alla har olika anledningar att utebli från mammografibesöket. En påminnelse kan höja deltagandet med mellan 3 och 5 procent.



Mammografibuss när screeningen inte ligger inom 10 mil från bostaden eller arbetsplatsen

– Om kvinnan måste resa långt kostar det pengar och man kanske måste ta ledigt från arbetet. Det gör att vissa prioriterar bort undersökningen. En mammografibuss kan nå kvinnor i glesbygden och skulle kanske även fungera i områden med hög andel utrikesfödda kvinnor.

Särskilda informationsinsatser till utrikesfödda kvinnor

– Kvinnor från andra kulturer har i många fall ett annat sätt att tänka kring cancer och screening. Det behövs informationsinsatser riktade till kvinnan och hela familjen.

Individanpassad screening

– Alla kvinnor har olika risk att utveckla bröstcancer. Det kan bero på genetiska faktorer eller på att man har bröst med tät körtelvävnad. Kvinnor har rätt att veta sin risk och få en screening anpassad därefter.

Undersök äldre vid behov

– I dag ökar bröstcancer mest i åldersgruppen 60–69 år. I takt med att vi blir äldre är det troligt att vi snart får se en markant ökning även i gruppen 69–80 år. Därför bör screening erbjudas upp till 80 års ålder, utifrån den individuella risken.

→ – De har inte fått kunskap om screening och varför man ska undersöka ett friskt bröst. Sen är de inte så villiga att gå på läkarundersökningar, särskilt inte när det gäller bröst och underliv, konstaterar han.

I de flesta av kvinnornas ursprungsländer kostar sjukvård pengar. Därför går många, enligt Fuat Celebiouglu, inte till doktorn om de inte är sjuka. Hos vissa kvinnor finns också föreställningar om att mammografin i sig orsakar cancer, eller får den att spridas. Ytterligare en faktor är språket. I flera familjer är det barnen som läser och översätter posten åt både sina föräldrar och mor- och farföräldrar. Det är inte säkert att de berättar om kallelsen till screening och den kan vara svår att översätta till modersmålet.

FÖR ATT ÖKA DELTAGANDET i mammografi har olika insatser gjorts de senaste åren. Sveriges kommuner och landsting, SKL, har tagit fram nya mallar för kallelse, information och påminnelse tillsammans med kvinnor som valt att avstå screening. Målet är att kallelserna ska vara lätta att förstå och innehålla rätt typ av information. På sajten 1177.se finns information om mammografi och varför kvinnor kallas till screening på 13 olika språk.

2016 blev mammografi gratis i hela landet, men ännu har inte någon nationell uppföljning gjorts för att ta reda på om fler kommer. Vissa landsting skickar även påminnelser till dem som inte dyker upp, vilket lockat 3-5 procent fler än tidigare, enligt en kartläggning från Bröstcancerförbundet (läs mer på sidan 31).



Klämapp på fler språk

Nu finns Bröstcancerförbundets klämapp på arabiska, engelska, persiska, somaliska och turkiska.

Fuat Celebiouglu försöker dra sitt strå till stacken genom att vara ute och föreläsa och sprida kunskap till kvinnor födda utanför Sverige.

– Vi måste hitta olika sätt att nå kvinnorna. Det bästa tror jag är att gå via de föreningar och församlingar där kvinnorna finns, säger han.

Åsa Ritenius Manjer menar att de kvinnor som känner sig osäkra kan behöva någon att prata med. Det finns en förväntan från samhället att alla ska ta ansvar och delta i screeningprogrammet.

– När vården skickar ut en kallelse är det ingen som tar hänsyn till kvinnans livssituation. Kvinnor som känner sig osäkra kan försättas i en svår situation som de är ensamma om att hantera, säger hon.

Det gäller inte minst kvinnor som redan haft bröstcancer. Många av dem upplever att allt spelas upp igen när de återigen kallas till rutinmässig screening. De skulle gärna ha en kanal in i systemet som tar hänsyn till den oro undersökningen kan väcka liv i, särskilt hos dem som fått sitt cancerbesked efter en mammografiscreening.

– Vården screenar, upptäcker och behandlar. Det är bra. Men det finns en människa i det här som kan behöva ett annat mottagande. ●

Framtidens screening skräddarsys Din individuella risk avgör hur ofta och med vilken metod du undersöks.

TEXT ANNIKA SJÖBERG



LIKA FÖR ALLA. Så har screeningen fungerat i många år men i framtiden kommer den att skräddarsys efter varje kvinnas risk, hoppas Per Hall, professor och överläkare vid Bröstcentrum på Södersjukhuset i Stockholm.

I dag vet vi att risken att utveckla bröstcancer varierar, ändå fortsätter vi att undersöka alla på samma sätt.

– Det är helt stolligt när vi vet att det ser så olika ut, säger Per Hall.

I slutet av nästa år påbörjas därför ett försök med riskbaserad screening. Syftet är att minska risken för att tumörer inte upptäcks, och för att cancer uppstår mellan screeningtillfällena.

Kvinnor som kommer till Bröstcentrum på Södersjukhuset för screening ska få frågan om de vill ha sin risk uppmätt. Den beräknas utifrån hur mammografibilden ser ut, samt andra uppgifter som exempelvis ålder, BMI och antal födda barn. De kvinnor som bedöms ha liten risk att utveckla bröstcancer kommer att kallas med flera års mellanrum än i dag, medan de med hög risk får komma oftare och kanske undersökas med andra metoder. En viktig riskfaktor är täta bröst, det vill säga bröst med tät körtelvävnad. Täta bröst ökar risken då tumörer ofta växer i körtlarna. Brösten är dessutom svårare

att undersöka med mammografi.

För att hitta tumörer i täta bröst är ultraljud effektivt, eller möjligen kontrastförstärkt mammografi, vilket inte används i dag men som gett positiva resultat i mindre studier.

Hur många kvinnor som faktiskt vill veta sin risk återstår att se. I dagsläget finns inte någon bra förebyggande behandling.

– Vi har läkemedlet Tamoxifen som minskar tätheten i bröstet, men det ger ofta för mycket biverkningar. Vi håller på att testa om vi kan få effekt även av lägre doser, säger Per Hall.

I framtiden tror han att screeningen kommer att skräddarsys för varje kvinna.

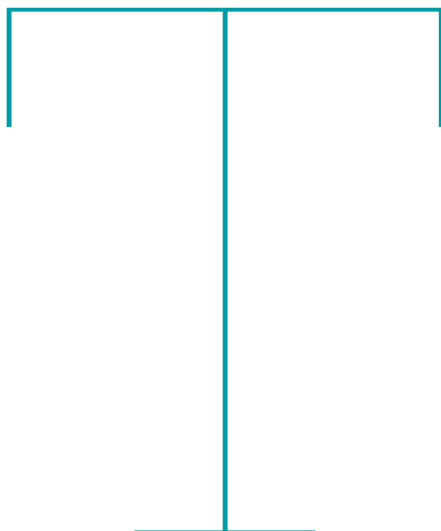
– Vi kommer säkert att lägga lika mycket resurser på screening men vi ska lägga dem där de verkligen gör nytta. ●

Therese mission

När Therese Khamany fick bröstcancer tog familj och vänner avstånd. Nu jobbar hon för att fler kvinnor med ursprung i Afrika ska gå på mammografi.

TEXT ANNIKA SJÖBERG FOTO ANNA SIMONSSON





THERESE KHAMANY ringer på porttelefonen till ett av låghusen i Stockholmsförorten Rågsved. Det är bara några portar bort från hennes egen lägenhet men hon och Anna Masonga Mkebi träffades första gången dagen innan. Det var i centrum. Therese Khamany hörde ett språk hon kände igen, gick fram och hälsade och frågade om kvinnan vet något om mammografi. Nu slår vi oss ner i de stora skinnsofforna i Anna Masonga Mkebys vardagsrum.

"Har du gjort mammografi någon gång?" frågar Therese Khamany.

"Vad är det?"

Therese förklarar. Anna Masonga Mkebi grimaserar och säger att hon inte vill gå. Att hon är rädd. Hon fyller 40 i år och kommer inom kort att få sin första kallelse till mammografi.

"Ring mig så följer jag med dig", säger Therese Khamany.

Hon säger hej då och går vidare till nästa kvinna som hon stämt träff med efter ett samtal i mataffären. Therese Khamany vill få

fler afrikanska kvinnor att förstå att bröstcancer inte är ett straff från gud, att det inte är mammografin som orsakar cancer och att det i Sverige finns behandling för den som drabbats. Hon vill inte att någon annan kvinna ska behöva vara med om det hon själv fått utstå.

– När jag fick bröstcancer ville jag inte berätta för någon. Jag var rädd att förlora mina vänner. Bara min man och min syster visste. Men sedan spred sig ryktet vidare, berättar hon.

Therese Khamany var 28 år när hon fick sin diagnos. Fyra månader tidigare hade hon fött sitt fjärde barn och hon hade fått ett sår på bröstet. När dottern ammade gjorde det mer och mer ont så hon gick till vårdcentralen för att få hjälp. Där skickades hon vidare till Bröstcentrum på Södersjukhuset i Stockholm. Hon förstod inte varför. Hon hade aldrig hört talas om mammografi och visste inte vad det var för undersökning eller varför den gjordes. När hon blev kallad på återbesök en vecka senare kom hon själv, trots att kliniken bett henne ta med någon närstående.

– De sa att de inte kunde prata med mig när jag var ensam, att jag måste ringa någon.

Hennes sambo och syster kom och det är Therese Khamany glad för i dag.

– När de sa att jag hade bröstcancer och att den redan var avancerad kunde jag inte förstå det. Jag tänkte på min lilla dotter, på de andra barnen och att allt var slut. Jag skulle dö. Jag hade ingen information om bröstcancer och bara grät.

Therese Khamany är född i Kongo. Där, liksom i en del andra delar av världen, ses bröstcancer som ett straff från gud. Den som drabbas måste ha gjort något riktigt →

Therese Khamany

Ålder: 36 år.

Bor: Rågsved i södra Stockholm.

Gör: Sprider information om mammografi och bröstcancer till kvinnor med afrikanskt ursprung. Utbildad stödperson i Bröstcancerföreningen Amazona Stockholm.

Jobbar: Arbetsökande.

Familj: Fyra döttrar.

Diagnos: Avancerad inflammatorisk bröstcancer.



→ dåligt och blir ofta förskjuten av familj och vänner. Därför kom hon, sambon och hennes syster överens om att hålla Therese Khamanys sjukdom hemlig.

Men det gick inte. När hon behövde dem som mest, slutade vännerna att svara i telefon. Hon blev inte bjuden på fester, förlorade jobbet som personlig assistent och pastorn i den afrikanska kyrka hon brukade gå till ville inte ha med henne att göra. Även hennes sambo gled längre och längre ifrån henne och mitt under behandlingen lämnade han henne för en annan kvinna.

– Det var väldigt, väldigt svårt. Alla tyckte att det var mitt fel. Jag var jätterädd och hade bara min syster och mina barn, berättar hon.

Under den tiden fick hon hjälp av vuxenpsykiatri och kuratorn på Södersjukhuset som stöttade med allt från att fylla i blanketter till Försäkringskassan till att hjälpa henne att acceptera separationen från sambon. Det var också på Södersjukhuset som hon först kom i kontakt med Bröstcancerföreningen Amazona Stockholm.

– Först ville jag inte gå dit. Jag tänkte att jag kommer vara den enda afrikanska kvinnan och kanske inte blir bra bemött. Men de välkomnade mig med respekt. Nu är de som en andra familj för mig.

Therese Khamany gick på föreläsningar och träffar. Det hjälpte att få dela erfarenheter med andra drabbade och kunna ställa frågor. I takt med att hon fick bättre kunskap växte också hennes självförtroende.

2014 gick hon för första gången fram till en för henne okänd kvinna och började

prata om bröstcancer och mammografi. Så har hon fortsatt sedan dess. Hon vänder sig medvetet till kvinnor med rötter i Afrika eller Mellanöstern. De flesta hon börjar prata med berättar att de är rädda och brukar slänga brevet när de blir kallade till mammografi.

– När jag började handlade det mycket om att visa barnens pappa att man kan få ett bra liv efter sjukdomen. Och så vill jag göra något för alla kvinnor som riskerar att hamna i samma situation som jag.

I dag är Therese Khamany och hennes

tidigare sambo vänner. De har pratat om vad som hände och konstaterat att de båda var rädda och visste för lite om sjukdomen. Det är den kunskapsluckan hon vill täppa till.

Via Bröstcancerföreningen Amazona Stockholm och på eget bevåg har hon hållit informationsträffar i olika förorter och hon kontaktar kyrkor med många

invandrade medlemmar för att få komma och berätta om bröstcancer och mammografi.

Sedan några år tillbaka har hon även börjat sprida information i Kongo. Två gånger om året reser hon dit och bjuder in till informationsmöten i fattiga områden. För att locka så många som möjligt bjuder hon på smörgås och dricka. Det brukar komma ett par hundra åhörare varje gång och hon har dessutom varit med på kongolesisk teve.

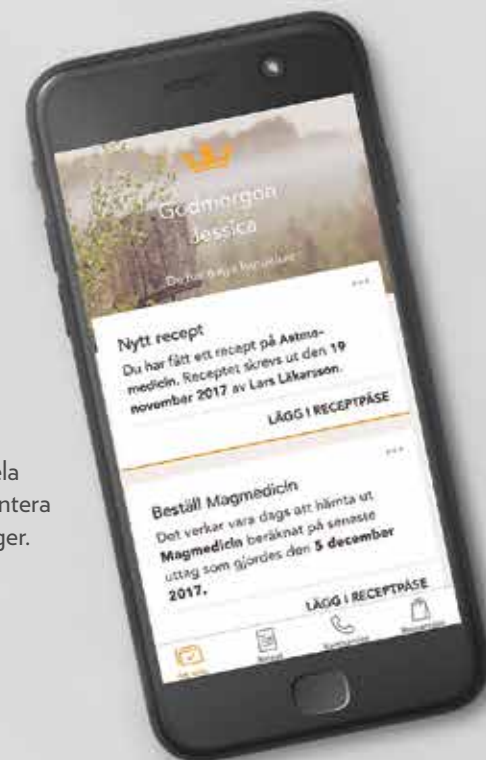
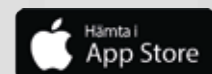
– Min dröm är att det ska bli en förändring i synen på cancer. Jag vill prata inför massor med folk och få alla att förstå hur viktigt det är att även fattiga kvinnor får tillgång till behandling. Kanske kan jag bli deras röst, säger hon och ler. ●

”Jag vill prata inför massor med folk och få alla att förstå hur viktigt det är.”

ETT APOTEK I FICKFORMAT

ALLT FÖR DINA RECEPT. TILL DIG OCH ALLA DU BRYR DIG OM!

Med Kronans Apoteks app kan du hålla ordning på hela familjens recept. Håll koll på ditt högkostnadsskydd, hantera fullmakter, kolla vilka apotek som har din medicin på lager. Allt enkelt samlat i mobilen.



✓ HAR MITT RECEPT KOMMIT IN?

I appen ser du direkt om ett nytt recept har kommit in från förskrivaren.

✓ VEMS RECEPT SER JAG?

Du ser recepten för dig själv, dina barn, dina djur och dem du har fullmakt för.

✓ FINNS MIN MEDICIN I LAGER?

Se vilka apotek som har just din vara i lager, direkt i appen.

✓ NÄR GÅR MITT HÖGKOSTNADSSKYDD UT?

Få full koll på ditt högkostnadsskydd – vi påminner dig när det börja gå ut.

✓ VI PÅMINNER DIG

Du får påminnelser om när det är dags att t.ex. hämta ut nästa recept eller när ett recept går ut.

✓ GE NÄRSTÄENDE FULLMAKT

Du slipper pappersarbetet – ge någon en fullmakt direkt i appen.

✓ FÖRNYA DITT RECEPT

Med ett knapptryck kan du enkelt kontakta din förskrivare direkt från ditt recept.

Du kan direkt i appen enkelt beställa dina mediciner för fri hemleverans eller boka och hämta varorna på valfritt Kronans Apotek. Du kan också få rådgivning av våra kompetenta farmaceuter.

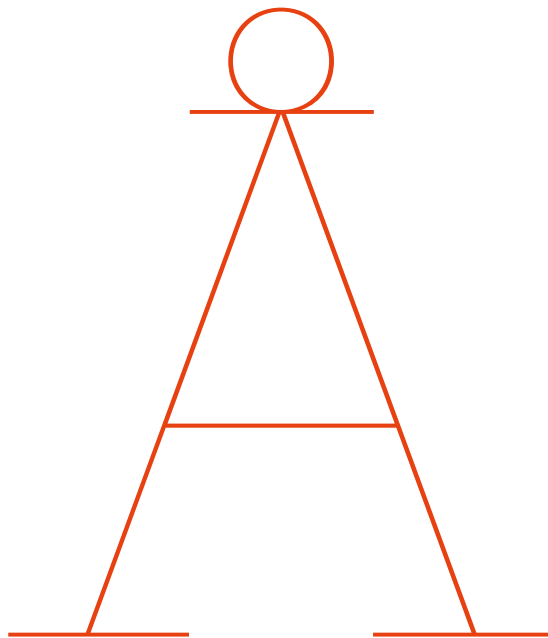
 **APOTEK**

ÄRA ALLA DINA SIDOR

Screening räddar liv

Nu satsar fler landsting på att nå dem som inte kommer.

TEXT ÅSA BOLMSTEDT OCH ANNIKA SJÖBERG



I övrigt varierar uppfinningsrikedomen, några landsting gör en insats, andra gör flera: Norrbotten och Östergötland skickar ett påminnelse-sms ett par dagar innan den bokade tiden. Jönköping satsar på informationsfilmer i sociala medier, Dalarna och Norrbotten har gjort kampanjer i traditionella medier. Stockholm har utökat öppettiderna på kvällar och helger och i Örebro är det gratis att åka kollektivt till undersökningen. Östergötland och Stockholm gör riktade insatser till nyanlända och utrikes födda. Skåne informerar om mammografi i olika köpcentra.

Sex landsting svarar att de inte gör något alls utöver den ordinarie kallelsen, men bland dessa landsting finns ändå några av dem som har högst deltagande i screening.

Fler överlever

Sedan regelbunden screening infördes har dödligheten i bröstcancer minskat med 30 procent, enligt Regionala cancercentrum i samverkan. Bland kvinnor som regelbundet deltar i screening har den minskat med 45 procent.

ÅTTA AV TIO, eller 83 procent, av de kvinnor som kallades på mammografi inom ramen för screeningprogrammet 2017 valde att gå på undersökningen. Det visar Magasin B:s enkät med landsting och regioner i Sverige där 19 av 21 har svarat.

I Västernorrland och i Jönköping kommer flest, 87 procent, medan Stockholm och Örebro har lägst andel med 70 respektive 78 procent.

Två tredjedelar av landstingen/regionerna gör särskilda insatser för att locka fler att delta i screeningen. Vanligast är att skicka en ny kallelse till dem som inte dyker upp.

Påminnelse gör skillnad

Färre än hälften av landstingen skickar påminnelse till dem som uteblir från mammografin. Det visade Bröstcancerförbundets kartläggning i höst. Detta trots att påminnelser, eller en ny kallelse, har visat sig vara ett effektivt sätt att få fler att delta.

I Skåne ökade antalet undersökta kvinnor med fem procent när landstinget började skicka påminnelser. Motsvarande siffra i Västra Götaland blev tre procent.

– När det är så uppenbart att tidig upptäckt räddar liv så borde det vara självklart att alla landsting inför det som rutin, säger Susanne Dieroff Hay, ordförande i Bröstcancerförbundet.

Efter att Bröstcancerförbundets kartläggning uppmärksammats i media har flera sjukhus meddelat att de har börjat, eller har för avsikt att börja skicka ut påminnelser.

Blekinge hittar flest

I Sverige upptäcktes 65 procent av all bröstcancer vid screening under 2017, enligt Nationellt kvalitetsregister för bröstcancer.

I Blekinge läns landsting hittades 82 procent, vilket är flest i landet.

Tomas Strand är avdelningschef för Mammografi Blekinge.

– Vi jobbar rätt lika över hela landet så jag vet inte vad skillnaderna beror på. Men om jag tittar på vår verksamhet så har vi väldigt duktiga röntgensköterskor som tar bra mammografibilder. Det gör det lättare för läkarna att göra bra bedömningar och hitta tumörer som bara är ett par millimeter.



Påminnelser får fler att komma på mammografi.

Fråga om bröstcancer!
Ställ din fråga och läs andras på: bröstcancerförbundet.se

Annonsera i Magasin B

I Sverige lever i dag nära 100 000 kvinnor som någon gång haft bröstcancer. Över 9 000 kvinnor får diagnosen varje år. Alla dessa kvinnor är vår målgrupp. Många av dem når ni via Magasin B. Dessutom deras anhöriga, sjukvårdspersonal, forskare och folkvalda runt om i landet. Även personer på tongivande tidnings-, radio- och TV-redaktioner läser tidningen. En annons i Magasin B gör skillnad för många.

Kontakta oss!

Marit Jensen
08-546 405 31
marit.jenset@bröstcancerforbundet.se



Undrar du något om din diagnos eller behandling? Våra experter har koll på vad som gäller.

Varför ger ni inte kostråd?

Fråga: Varför ger ni inte kostråd för att förebygga cancer? Det är ju allmänt vedertaget att viss kost ökar risken för cancer och att viss kost minskar riskerna.
Svar: Det är en bra fråga! Dock är det också en mycket svår fråga, som inte har ett självklart svar beroende på att det är mycket som inte går att bevisa



Gunilla Christenson, överläkare och bröstkirurg, Falu Lasarett.

vetenskapligt. Att man får cancer kan inte sägas bero på bara en sak, som kosten. Det skulle säkert vara värdefullt om människors livsstil kunde förändras från stillasittande till rörlighet, från mindre söt och fet mat till grönsaker, från övervikt till normalvikt.

Gunilla Christenson

Hur får jag stöd som anhörig?

Fråga: Min fru har precis fått veta att hon har många "vita" prickar i ena bröstet. De tog många olika prover från hennes bröst och armhåla. Hon är väldigt stark. Jag är inte lika stark. Behöver jag bli starkare?

Svar: Det kan vara väldigt svårt att vara anhörig! Kan du berätta för henne om din oro? Om du känner att du behöver

stöd som anhörig finns det möjlighet att träffa andra som varit i liknande situation. Det finns samtalsgrupper. Vid diagnos brukar man få information om sådant, både var närmaste Bröstcancerförening finns och vilka mötesplatser det finns för anhöriga. Fråga på Bröstmottagningen!
Gunilla Christenson

Bör jag ta bort även det andra bröstet?

Fråga: Jag har genomgått behandling av trippelnegativ bröstcancer 2016-2017. Cellgifter, operation och strålning. Har fått återfall ett år efter avslutad strålning i samma bröst. Ny cellgifter och opera-



Elisabet Lidbrink, överläkare och onkolog, Karolinska sjukhuset.

tion där man beslutat att ta bort bröstet. Kan man minska risken för återfall om även det andra bröstet tas bort?
Svar: Eftersom du haft trippelnegativ bröstcancer rekommenderar man att du testas avseende mutationen

BRCA. Man gör detta numera även på kvinnor upp till 60-årsåldern. Har man en sådan mutation överväger man att ta bort det friska bröstet, men annars är det inte aktuellt och det påverkar inte i ditt fall din prognos.

Elisabet Lidbrink

God rosa jul

Julmys med föreningarna och välj klappar med mervärde.

TEXT MATILDA LANN OCH ÅSA BOLMSTEDT



för Bröstcancerföreningen Kalmar län.

En nyhet i år är en dagstur till Eksjö julmarknad, som arrangeras av föreningens medlemmar i Emmaboda. Birgitta Borg Olsson hoppas att många kommer att delta och tror att det är viktigt med aktiviteter som piggar upp under den mörka årstiden.

– Hela konceptet med julblommor, glögg och julmarknad handlar om att njuta av något som lyser upp decembermörkret lite. Vi kan behöva det där lilla lyftet som ljus, lingonkransar och jultillbehören ger.

Det är inte bara Bröstcancerföreningen Kalmar som tar chansen att göra det festligt till jul. I Bröstcancerföreningarna Norrbotten, Skellefteå, Örnsköldsvik, Östra Skåne och Olivia Medelpad blir det julfester av olika slag med allt från gröt och skinkmackor till hemlig underhållning. Olivia Medelpad ordnar också aktivitetskväll för att göra blomsteruppsättningar inför advent.

I Bröstcancerföreningarna Rosa Gotland och Johanna Göteborg blir det julbord för medlemmarna. Johanna Göteborg passar också på att ha klädbyttardag med adventskaffe och ordnar även julklappslek. ●

Rosa julklappar

Vad kommer tomten med i år?
Fyll säcken med presenter och ge
samtidigt en gåva till forskning
om bröstcancer.

Gläns i
skidbacken
med skidor från K2.
Finns på Stadium.



Duka fint med rosa
bandet-servetter
från Duni. Finns
på duni.se

Mönstret finns
även som tyg i
metervara hos
vintagein-
myheart.com



Smycka dig
med bröstingen
från Mom of
Sweden.
Finns på
momofsweden.se.

Fixa frisyren
med plattång från
GHD. Finns på utvalda
hårsalonger.



FOTO GETTY IMAGES

Värmland väckte en
slumrande bröstcancerförening.
”Vi försöker hitta glädjen i livet.”

”VI HADE HAFT ett par turbulenta år utan riktig ledning. För att få igång verksamheten hade vi adventsmys i fjol och bad medlemmarna att komma med idéer. Jag var ny ordförande och uppmanade fler att gå med i styrelsen.

Resultatet blev både fyra nya styrelsemedlemmar och ett 20-tal förslag på saker att göra, allt från att resa till Ullared till chokladprovning.

Jag vill att styrelsearbete ska vara roligt. Det blir det genom att vi försöker se det positiva, hitta glädjen i livet igen, känna att man fortfarande lever. Skratta, gråta och stötta varandra. Det är fantastiskt att möta våra äldre medlemmar som drabbades för 20 år sedan men som fortfarande är aktiva. Fixade läkarna bot för två decennier sedan gör de väl det i dag också.

Nu är det full fart med aktiviteter. Hösten inledde vi med en make up-kurs där vi fick hudvårds- och sminktips. Under Rosa oktober var vi runt på olika ställen i Värmland och sålde våra produkter. Flera hårsalonger och butiker hörde av sig och sålde våra band och sminkväskor. Vi var också inbjudna till en tjejkväll på Colorama i Karlstad där vi berättade om vår förening.



Ann-Charlotte Wäxfeldt, ordförande Bröstcancerföreningen Värmland.

Vi håller även rosa träningspass tillsammans med ett gym i Karlstad, där delar av inkomsterna går till oss. På samma gym har vi också haft en kväll med föreläsning om kost och motion och ett yogapass enbart för våra medlemmar. Dessutom har vi ett bra samarbete med prostatacancerföreningen. Ibland blir vi tillsammans inbjudna till kyrkokonserter där kollekten går till våra föreningar.”

TEXT: ANN-CHARLOTTE WÄXFELDT HAR BERÄTTAT FÖR MATILDA LANIN.

TACK FÖR ETT FANTASTISKT SAMARBETE

Tillsammans med bröstcancerföreningarna och Bröstcancerförbundets företagssamarbeten satte vi rekord med antal rosa band i år! Ert engagemang och bidrag är så viktigt för att vi ska kunna nå vår vision att ingen ska drabbas av bröstcancer. Med er insats kan vi fortsätta ligga i framkant och driva arbetet framåt. Varmt tack till er alla för 2018. Vi ser redan fram emot nästa år!

Bröstcancerförbundets huvudpartners



Bröstcancerförbundets partners



Sponsor Rosa Oktober



Pärklar för att motverka cancer Melvin Johansson, 9 år, startade insamlingen efter sin gammelmorders död.

Vad är det för insamling du gör Melvin?

– Jag pärlar armband som det står "Mota cancer" på. De kostar 100 kronor och 70 går till Bröstcancerfonden. 30 kronor går till material och frimärken.

Varför gör du den här insamlingen?

– Min mammas moster som jag gillade jättemycket gick bort i bröstcancer. Då pratade jag och mamma om att vi ville göra något. Jag har alltid gillat att pärla så då kom vi på att vi kunde sälja armband. Vi ringde till Bröstcancerförbundet och de berättade hur vi kunde göra.

Hur går det till praktiskt?

– Via Bröstcancerförbundet och en Facebooksida som mamma har kan man beställa armbanden. Mamma sköter pengarna och jag gör armbanden. Hittills har jag sålt cirka 300 stycken. Varje dag efter skolan sitter jag och pärlar. En kväll gjorde jag 41 stycken.

Vad betyder insamlingen för dig?

– Gammelmorder Maggan var jättesnäll och vi träffade henne nästan varje dag. Jag tror att Maggan är glad för att jag gör det här, kanske kommer jag att kunna rädda någon annan eftersom pengarna går till forskning.



Hur har det varit?

– Det har varit fint att sitta i köket och pärla och prata om Maggan och minnas henne. Ibland har mormor varit med också. Men det är lite jobbigt att hålla räkningen på alla pärlor.

Du har höjt ditt insamlingsmål flera gånger och nu satsar du på 40 000 kronor till nyår. Hur känns det?

– Det är kul. Först ville jag nå 2 000 kronor, men det fick jag ihop första dagen. Just nu ligger vi på 34 000 kronor.

Vill du göra fler insamlingar i framtiden?

– Jag kommer att fortsätta sälja armband fram till nyår. Sen får vi se. ●

TEXT MATILDA LANN

Färgstarka mot cancer

Vi på Apoteksgruppen möter varje dag människor som är under behandling för bröst- eller prostatacancer. Vi möter också dem som nu är friska, men som på olika sätt behöver ta hand om sig själva. Vi har lång erfarenhet och stor kunskap som vi vill bidra med.

Under din behandling kan vi se till att de läkemedel du behöver finns hemma i rätt tid. Kontakten mellan oss är värdefull även framöver. Låt oss vara ditt stöd i att hitta till ditt nya liv efter cancer.

Livet efter cancer

Elsi Berglund möter framför allt kvinnor som har haft bröstcancer och som sedan behandlas med antihormonella läkemedel.



Elsi Berglund, farmaceut
Apoteksgruppen i Nora.

” Det gör att man hamnar direkt i klimakteriet med vallningar och svettningar. Efter bröstcancer får man tyvärr inte använda vanliga hormonbehandlingar. Då kan vi informera om att till exempel regelbunden motion ofta hjälper.*

Välkommen in till oss för mer information och rådgivning!

apoteks
gruppen

Vi stöttar stolt Bröstcancerförbundet och Prostatacancerförbundet i kampen mot cancer



VÅRA BRÖST BEHÖVER MER STÖD ÄN BARA EN BH.

Swisha din gåva till 900 5919

Varje timme får ytterligare en svensk bröstcancer. Trots framsteg inom forskningen finns det ingen medicin mot rädsla, ilska och sorg. Det är därför vi inom Bröstcancerförbundet stödjer varandra och

forskningen, varje dag året runt. Ju fler medlemmar vi blir, desto större skillnad kan vi göra. Stöd oss i kampen mot bröstcancer. Bli medlem eller skänk en gåva på bröstcancerforbundet.se

Bröstcancerförbundet är Sveriges enda intresseorganisation som enbart fokuserar på bröstcancer. För oss är alla månader rosa.

