Patientforeningen Lungekræft

Åbent møde i Kolding den 1. november 2017 kl. 16.00-20.00 i Sundhedscenter Kolding, Sygehusvej 6, Kolding.

Formand Lisbeth Søbæk Hansen bød velkommen til forsamlingen og glædede sig over det pæne fremmøde på 24 personer.

Afdelingslæge Torben Schjødt Hansen, Onkologisk Afdeling, Vejle Sygehus, var første oplægsholder med nyt indenfor lungekræft. Han talte om kemoterapi, målrettet behandling, immunforsvar og immunterapi. Han sagde, at behandlingen skal rettes mod egenskaber, der er mest muligt specifikke for kræftceller. Kemoterapiens egenskab er, at den rammer kræftceller, der er i hyppig deling. Ulemperne er, at det går ud over knoglemarv, slimhinder og hårsække. Han fortalte, at mange af de midler der bruges i kræftbehandling stammer fra planteekstrakter. Vinorelbine kommer fra vincaplanten og taxotere fra takstræer. Han fortalte om de forskellige typer kræftcellesystemer, hvordan de behandles, og hvordan immunforsvaret virker. Han fortalte også, at der til stadighed forskes i ny kemoterapi og andre behandlingsmetoder med færre bivirkninger, blandt andet immunterapi i kombination med vitaminer, ligesom der forskes i øget livskvalitet og velbefindende, som øger overlevelsen. Han påpegede også, at fysisk aktivitet, dialog, og nært samarbejde med egen læge, rehabilitering og måske palliativ behandling er vigtige elementer.

Sygehusdirektør for Sygehus Lillebælt, som består af tre sygehuse, Kolding, Vejle og Middelfart, og formand for Kræftens Bekæmpelse Dorte Crüger, talte om sin uddannelse, job og vej, drevet af interesse til de to krævende poster, hvoraf kun direktørstillingen er lønnet. Arbejdsfordelingen i Kræftens Bekæmpelse er, at de overordnede linjer og politikker bestemmes og fastlægges af formand og bestyrelse, og direktionens opgave er at sørge for, at det besluttede bliver udført. Hun fortalte, at Kræftens Bekæmpelse leverer absolut flest penge til forskning i Danmark, og det er de bedste danske og internationale forskere, der ansættes i jobbene. Patienter og pårørende er medbestemmende om, hvad der skal prioriteres i forskningen. Det overordnede mål er, at flere skal overleve kræft. Der bliver sat fokus på lungekræft, bugspytkirtelkræft og hjernekræft nu, fordi overlevelsen er dårlig, og der kan tages nye metoder i brug. Hun slog fast, at rygning er den altoverskyggende synder, og at tobaksindustrien bør holde op med at gøre rygning smart i de unges øjne, da antallet af unge rygere desværre stiger igen efter at have været faldende i nogle år. Forældre har en stor og vigtig rolle i at sørge for, at deres børn og unge ikke begynder at ryge. Der var tid til nogle få spørgsmål.

Så var det tid til lækkert smørrebrød i pausen. Det blev rost i høje toner, selvom det nok ikke var helt efter kostrådene.

Diætist Heidi Neuman fortalte om den rigtige kost til kræftpatienter med udgangspunkt i de officielle kostråd. Hun nævnte det vigtigste råd, ”Spis varieret, ikke for meget og vær fysisk aktiv”. Vi har dog alle forskellige behov. Frugt og grøntsager er en god kilde til vitaminer og mineraler, og de grove varianter er en god kilde til fibre, som forebygger overvægt. Frosne grøntsager bevarer deres indhold af vitaminer og mineraler, så de er gode at anvende. ”Vælg magert kød”. Anbefalingen siger max. 500 g kød om ugen fra de firbenede, brug i stedet fjerkræ, fisk og bælgfrugter som proteinkilde. ”Vælg fuldkorn”. Fuldkorn har en kræfthæmmende virkning og mætter godt. Anbefalingen lyder på 75 g pr. dag. Står man med udfordringer som vægttab og appetitløshed, så vend kostpyramiden på hovedet, det gælder om at holde vægten i et sygdomsforløb. Fyld ekstra fedt på mellemmåltiderne, drikke og smoothies. Brug også tilskudsdrikke. Kræftpatienter kan få tilskud til køb, hvis man har fået en henvisning fra lægen. Hun sagde også, at det var vigtigt med gode rammer for måltidet; dæk bord, sid ordentligt og anret maden pænt i små portioner, og spis gerne i selskab med andre. Heidi anbefalede bøgerne ”Synk Let” og ”Spis godt”, som indeholder gode råd og opskrifter. Derefter var der spørgsmål.

Lisbeth takkede oplægsholderne for de spændende og interessante indlæg og sagde tak for i dag.