

# Mötesreportage, Blodsjukas Förening i Västernorrland

Arkiv från 2019 och bakåt till 2012

## Julmiddag 2019

*Den 8 december samlades vi på Fernaeus restaurang till julmiddag*

Vi var 37 deltagare som fick glögg och sedan avnjöt julbordets läckerheter.  
God mat, god stämning och trevlig samvaro.



Här säljer Anita lotter och ordföranden håller låda.



Vi önskar alla en riktigt

**God Jul och ett Gott Nytt År**  
*Styrelsen*

## Medlemsmöte oktober 2019

*Den 16 oktober 2019 hade Blodsjukas Förening i Västernorrland medlemsmöte*

Vi var 25 deltagare som efter sedvanliga mötesförhandlingar fick lyssna på en intressant föreläsning om Myelom av David Erixon, överläkare på Hematologen.

Davids föreläsning var i princip den samma som vid årsmötet, men då snökaoset gjorde att många inte kunde delta fanns det önskemål om "en gång till".



David gick igenom bildandet av blodceller, hur plasmaceller bildar antikroppar samt hur förloppet med förhöjda värden (M-komponent) av antikroppar kan leda till Myelom. Vi fick en bild av diagnostisering, behandling och vilka läkemedel som finns tillgängliga. David visade på frekvensen av diagnosen på olika sjukhus. Det finns en viss förhöjd frekvens av insjuknande i Norrlandslänen. Vi fick också se statistik på insjuknande och dödlighet över tid.

Vi fick ställa frågor och diskutera olika symptom med David.



Efteråt fikade vi och hade trevligt.

## Trivselkväll september 2019

*Blodsjukas Förening ordnade trivselkväll på Norra Berget i Sundsvall*

Vi var 15 medlemmar som trotsade duggregnet och samlades vid Vännagården på Norra Berget. Där inledde Intendent Ulrika Stenbäck med att berätta om Vännagården som flyttades från byn Väanna i Timrå socken i mitten av 40-talet.

Sedan fick vi en intressant beskrivning av korvens historia som härrör sig ända från c:a 3000 år före Kristi födelse. Ordet korv är fornnordiskt och betyder böjd och stump. Korven är historiskt ett sätt att ta vara på slaktrester och konservera maten.



Ulrika



Därefter åt vi givetvis grillad korv och fikade med hembakta rulltårter i den anrika miljön.

**Tack för en trevlig kväll!**

*Styrelsen*

## Årsmöte 2019

### Den 13 mars hade Blodsjukas Förening i Västernorrland årsmöte.

Vi var 12 medlemmar som trotsade oväder och snökaos.

Vid årsmötesförhandlingarna bestämdes att styrelsen bör bestå av 7 personer.

Ordföranden Ann-Christine Lindqvist omvaldes för ett år. Anita Blombäck omvaldes som ledamot för två år. Gunvor Swenning hade av sagt sig omval. Styrelsen fick i uppdrag att under året föreslå två nya styrelsemedlemmar för fyllnadsval.

Ivar Lindqvist valdes som sekreterare. Som valberedning omvaldes Emma Ölander på två år och som ny valberedare på 2 år valdes David Erixon. Till revisorer omvaldes Yvonne Johansson och Inger Zetterberg på 2 år.

Ann-Christine rapporterade:

- Om Blodskolan som ordnas av Hematologen. Vårens omgång pågår, är uppskattad och välbesökt.
- Att vi startat upp Café-träffar som hålls 1:a tisdagen i mars, april och maj på caféet i Kulturmagasinet.
- Om Blodcancerförbundets stämma som hålls i Uppsala den 17-18 maj. Programmet är inte klart för närvarande.
- Om vårt deltagande i Funktionsrätt Västernorrland (fd HSO) och en intressant föreläsning av Tandskadeförbundet som vi i föreningen skulle kunna ta del av på ett föreningsmöte.

Som sista punkt på mötet fick vi en intressant föreläsning om Myelom av David Erixon, överläkare på Hematologen.

David gick igenom bildandet av blodceller, hur plasmaceller bildar antikroppar samt hur förloppet med förhöjda värden (M-komponent) av antikroppar kan leda till Myelom.

Vi fick en bild av diagnostisering, behandling och vilka läkemedel som finns tillgängliga.

David visade också på frekvensen av diagnosen på olika sjukhus. Det finns en viss förhöjd frekvens av insjuknande i Norrlandslänen. Vi fick också se statistik på insjuknande och dödlighet över tid.



Därefter avslutade Ann-Christine mötet och överlämnade gåvor som tack till David, till Anita som tack för alla år som sekreterare, till Gunwor som avgår från styrelsen samt till revisorerna Yvonne Johansson och Inger Zetterberg.



Tack Gunwor för allt arbete i styrelsen och för engagemang i Regionalt Cancercentrum och andra forum!



Efteråt fikade vi och hade trevliga diskussioner.

## Julfest 2018

Den 9 december hade Blodsjukas Förening i Västernorrland julbord på restaurang Farneus i Sundsvall.

Vi var 35 gäster som träffades, minglade med glögg och avnjöt julmaten.



Ordförande Ann-Christine Lindqvist hälsar välkommen



Lotteri med fina vinster stod också på agendan.

Anita stod för lottförsäljningen

Stämningen var, precis som maten, mycket god.

Vi tackar Farneus Restaurang och Torbjörn och Liv för fint julbord och bra service.

**God Jul och Gott Nytt År till alla!**

## Medlemsmöte oktober 2018

Den 25 oktober hade vi medlemsmöte med ett trettiotal deltagare.

På mötet gjordes ett fyllnadsval till styrelsen där Raimo Markkula valdes för resterande tid fram till årsmötet 2019 och därefter på ett år.

Ivar Lindqvist rapporterade från årets ordförandekonferens i Blodcancerförbundets regi: Första dagen bestod av en workshop där infektionskänslighet var temat. Slutsatsen blev att Blodcancerförbundet ska ta fram en guide med information och tips till patienter och anhöriga samt krav på vården. Allt i syfte att minska riskerna för att bli infekterad.

Andra dagen handlade om Blodcancerförbundet och dess föreningar runt om landet, vilka satsningar som görs under 2018 samt prioriteringar inför 2019. Fortsatt arbete med att påverka politiker och beslutsfattare är viktigt för att dels få tillgång till nya mediciner så snabbt som möjligt och dels även ge förutsättningar till att ställa diagnoser och sätta in behandlingar i ett tidigt skede.

Ann-Christine Lindqvist rapporterade kort om Lymfomdagen som hölls i Sundsvall den 1 september.

Sedan fick vi en bra och informativ föreläsning av sjukgymnast Maj-Len Grönlund om fysisk aktivitet och nyttan av att röra på sig.



Maj-Len Grönlund

Som sista punkt under fiket med kaffe och smörgås diskuterade vi hur det är att vara anhörig och de olika situationer som uppstår när en är sjuk och den andre är frisk i ett förhållande.

**Vi tackar alla som deltog för ett trevligt möte!**

Styrelsen

## Vår-Sommar-Höst 2018

### *Här en kort sammanfattning av aktiviteterna*

Den första omgången av Blodskolan anordnades av Hematologen under våren. Blodskolan riktar sig till patienter som nyligen fått behandling eller diagnos. Du som känner ett intresse/behov av skolan och haft diagnosen en längre tid är också välkommen. Den 8 maj fick vi från Blodsjukas Förening hålla en av lektionerna och berätta om föreningen. Under hösten 2018 kördes ytterligare en omgång och då höll vi lektion den 24 oktober.

Den 22 maj ordnade vi en trivselträff på Brokrogen i Skönsberg. Ett 20-tal glada medlemmar träffades och åt en bit mat. Trevlig stämning, bra mat och mycket prat kändes bra denna fina försommardag.

Den 29 augusti ställde vi upp två bord i foajen till Sundsvalls sjukhus. Terttu och Raimo Markkula och delar av styrelsen visade informationsmateriel, berättade om vår förening, sålde böcker och pins plus hantverk av olika slag. Ett antal broschyrer och foldrar delades också ut. En aktivitet som vi räknar med ska bli återkommande då den ger bra reklam för föreningen och ett tillskott i kassan.

Den 1 september ordnade Blodcancerförbundet en temadag om Lymfom på Hotell Knaust i Sundsvall. Vi var ca 40 deltagare som fick lyssna till intressanta föredrag. Rubriker som föredrogs:

- Inledning av Christian Pedersen, Blodcancerförbundet
- Bra att veta om lymfom, David Erixon
- Högmaligna lymfom, Emma Öhlander
- Lågmaligna lymfom, Maria Strandberg
- Arbetsterapi och cancerrehabilitering i praktiken, Maria Roos

## Årsmöte 2018

Den 27 februari hade Blodsjukas Förening i Västernorrland årsmöte. Vi var ett 30-tal medlemmar som deltog. På dagordningen var, förutom sedvanliga årsmötesförhandlingar och rapporter, också information från avdelningen.

Rapporter:

- Lena Andersson rapporterade om MPN-dagen i Göteborg.
- Gunvor Swenning informerade om HSO:s satsning på Rehabilitering som valfråga, RCC:s arbetsgrupp för närståendes förutsättningar att delta vid vård utanför hemorten och Blodcancerförbundets rundabordssamtal kring snabbare tillgång till nya läkemedel/behandlingar, fler kliniska studier och större satsning på blodcancerforskning.

Överläkare Maria Strandberg och enhetschef Annette Nordin redogjorde för läget på Hematologen och besvarade frågor:

- En blodskola planeras för nya patienter som är i slutfasen av, eller nyss har avslutat av sin behandling.
- En ombyggnad av Hematologen planeras. Inriktningen är att den projekteras under 2019 och startar 2020. Ombyggnaden innebär 15 vårdplatser och 16 platser för



dagvård. Mottagningen blir större, det blir bättre utrymmen för anhöriga och barn. Överlag blir det större och mer ändamålsenliga ytor.

- Bemanningsläget för sköterskor har förbättrats i form av 10 nyanställda det senaste året.
- Man arbetar mycket med intern utbildning i Hematologi och skickar även sköterskor på utbildning i Umeå.
- På läkarsidan är man fortfarande beroende av stafetter, dock är det samma läkare som återkommer regelbundet, t ex var fjärde vecka. På så sätt kan kontinuiteten för patienterna bibehållas.

På frågan vad vi i föreningen bör göra blev svaren: Ut och visa att ni finns och gör reklam för verksamheten med stödpersoner!

Något som vi tar till oss. Vår aktivitet på Sundsvalls sjukhus den 31 januari var ett lärorikt exempel på detta.



Annette och Maria



Mötesdeltagare

Därefter avtackning av Evy Bergqvist som nu lämnar styrelsen. Evy var med och grundade föreningen och har varit aktiv i styrelsen under 33 år. Vi tackar Evy med en present för fina insatser och ett stort engagemang.



Evy och ordföranden Ann-Christine

Maria, Annette samt våra revisorer Yvonne Johansson och Inger Zetterberg tackades med blommor.

Mötet avslutades med gemensamt fika.

## Aktivitet, Sundsvalls Sjukhus

***Onsdag den 31 januari ställde vi upp ett bord i foajen till Sundsvalls sjukhus.***

Initiativtagare var Terttu och Raimo Markkula som föreslog att vi skulle ordna försäljning av handarbeten med mera. Efter en transplantation och efterföljande behandling upplevde paret att Blodsjukas Förening gör väldigt mycket nytta och därför ville de ge något tillbaka. Vi från föreningen hakade på och ställde ut häften, broschyrer och lite olika profilsaker från Blodcancerförbundet.

Det blev en väldigt inspirerande dag med Terttu, Raimo och några från oss i styrelsen och många intressanta samtal med folk som stannade upp och bara ville prata eller köpa något.



Sammantaget en bra dag där vi kunde göra Blodsjukas Förening mera känd och fick ett bra bidrag till föreningens kassa.

**Tack Terttu och Raimo för ett fint initiativ!**

## Julfest 2017

Den 10 december ordnade Blodsjukas Förening i Västernorrland julbord på restaurang Farneus i Sundsvall.

Vi var 26 gäster som träffades, minglade med glögg och avnjöt god julmat. Lotteri stod också på agendan.



Ordföranden Ann-Christine Lindqvist hälsar välkommen.



Julbordet smakade som vanligt alldeles ypperligt gott.



Anita och Evy stod för lottförsäljningen och Kjell Nordström kammade hem fruktkorgen.

**Vi tackar för en trevlig och välsmakande julträff!**  
*Styrelsen*

## Trivselaktivitet på Muséet

Den 27 september hade Blodsjukas Förening i Sundsvall medlemsträff på Kulturmagasinet.

Träffen startade med en guidning på muséet med temat Sundsvalls stads historia från den stora branden och återuppbyggnaden efteråt. Vår guide Frida gjorde dramatiska gestaltningar av hur det kunde vara för enskilda familjer, kvinnor och barn.



Vi kunde också på egen hand titta runt på utställningarna.



Sedan åt vi gulaschsoppa eller fikade på Café Stair Culinar.  
Vi var 27 personer som tillsammans hade en trevlig eftermiddag.

### Medlemsmöte april 2017

Den 27 april hade Blodsjukas Förening i Västernorrland medlemsmöte.  
Förutom sedvanliga mötesförhandlingar redogjorde Gunvor Swenning för arbetet i RCC och nya vårdprogram som tas fram.

Sedan fick vi höra Per-Erik Axehult berätta om sin "resa" när han utan förvarning drabbades av Sporadisk Burkitts Lymfom som innebär att lymfkörtlarna "löper amok". Från att ha varit yrkesverksam naprapat och mycket vältränad blev det på några dagar hög feber, yrsel och total utslagning. Tuffa cellgiftsbehandlingar och sjukhusvistelse gjorde att Per-Erik tappade 45 kg i vikt. Nu, ett år senare är han tillbaka i matchvikt, arbetar och kan utöva sitt stora intresse bannracing. Om alla sjukhuskontakter säger Per-Erik att Hematologen har varit helt fantastiska - "vilken teamkänsla dom har".



Därefter bildade vi en panel (Ivar Lindqvist, Stig Jansson, Kjell Viklander och Per-Erik) där vi tillsammans diskuterade anhörig-perspektivet. Samspelet mellan den sjuka och den anhörige. Hur vi tar hänsyn till varandra, känner dåligt samvete, stöttar och pushar. Det blev en intressant diskussion där alla delade med sig av sina erfarenheter.



Mötet avslutades med fika och goda mackor.

## Årsmöte 2017

**Tisdagen den 14 mars hade Blodsjukas Förening i Västernorrland årsmöte.**

Vi var 25 personer som slöt upp. Gunwor Swenning ledde årsmötet och vi startade med en parentation för de medlemmar som avlidit under året.

Vår kassör, Åsa Gidlund gick igenom resultatrapport för 2016 samt budget och verksamhetsplan för 2017.

Till ny styrelseledamot valdes Kjell Viklander som ersätter avgående Ann-Sofie Esselström.



Yvonne Johansson fick blommor och Tack för många år som revisor.

Hon fortsätter även nästa period tillsammans med Inger Zetterberg. På mötet beslutades att medlemsavgiften ska höjas till 150 kr per person och till 200 kr för familj från och med 2018. Detta på grund av höjningar från Blodcancerförbundet. Mötet beslutade också att bekosta ett tidningsställ till Hematologens väntrum för dagvården.

Evy informerade om en utbildning för stödpersoner den 20 maj i Linköping. Den som är intresserad att bli stödperson uppmanas kontakta Evy Bergqvist.

Gunvor informerade om arbetet med Standardiserade vårdförlopp (SVF). Under 2017 kommer 10 nya vårdformer att standardiseras, däribland Akut Lymfatisk Leukemi (ALL) och Kronisk Lymfatisk Leukemi (KLL).



Gunvor fick blommor och Tack för allt arbete hon lägger ner som vår representant i RCC Norr (Regionalt CancerCentrum)



Sedan mötet avslutats, fick vi lyssna till Lennart Jacobsson som inlevelsefullt och på Ångermanlandsmål, läste dikter av Nicke Sjödin. Lennart varvade dikterna med att sjunga ett fint urval av visor till eget ackompanjement på gitarr.





Längs till vänster Kjell Viklander, ny ledamot i styrelsen.

Sedan fikade vi och hade trevligt i vanlig ordning.

**Tack för en trevlig kväll!**

*Styrelsen*

## Medlemsmöte oktober 2016

Onsdagen den 19 oktober 2016 hade Blodsjukas Förening i Västernorrland medlemsmöte. Vi var 27 deltagare som sammanstrålade på Sundsvalls sjukhus.

Efter snabba mötesförhandlingar rapporterade ordföranden:

- Att julmiddag är bokad till 27 november. Plats som tidigare Fernaeus restaurang på Skönsmon. Inbjudan skickas ut längre fram.
- Kort om ordförandekonferensen som hölls i Stockholm förra helgen.
- Att det nu finns ett nationellt register över cancerstudier som ska startas upp. Det hittar man på [www.cancerstudier.se/samverkan](http://www.cancerstudier.se/samverkan). Skrolla ner till de fyra stora rutorna på första sidan, varav det i den ena står "Cancerstudier i Sverige". Bland annat finns studier om AML eller högrisk MDS samt om Lymfom. Om man känner intresse för någon studie så tar man upp det med sin läkare.

Under "Övriga frågor" informerade Ivar Lindqvist om en bildserie från MPN-dagarna i Stockholm som hölls i april. Ett mycket intressant föredrag om "Konsten att handskas med sin läkare" hölls av professor Gunnar Birgegård. Bilderna från föreläsningen finns på [Blodcancerförbundets hemsida](#).

Därefter var det dags för kvällens huvudtema. Kurator Lena Nordin gav oss en inlevelsefull och bra bild av hur det är att få en cancerdiagnos och vilka typiska stadier, från chock till nyorientering man ska ta sig igenom. Hon berörde den ensamhet man kan känna, anhörigperspektivet, känslan att vara färdigbehandlad, om sjukdomen kommer tillbaka och även situationen där hoppet är ute.

Lena berättade också vad kuratorn kan göra i form av stöd, information, kontakt med myndigheter och att utgöra en "bro" mellan den sjuke, närstående och vården.

Kommunerna i Västernorrland samarbetar med Landstinget för att ge stöd till anhöriga.

Det kan handla om allt från enskilda samtal till att få prata med andra anhöriga i samma situation. Även du som hjälper eller känner oro för någon i din närhet räknas som anhörig.



Lena Nordin är sedan en tid tillbaka knuten till Hematologen i Sundsvall och kan nås på: Telefon 060-180751 eller Mail. [lena.nordin3@lvn.se](mailto:lena.nordin3@lvn.se).



Föredragningen avslutades med en frågestund och diskussion, hur vi som patienter eller närstående haft svårigheter och vilken hjälp som behövs.



Tack Lena för en intressant och trevlig föredragning!

Mötet avslutades med fika och fin samvaro.

***Tack för en trevlig kväll!***  
*Styrelsen*

### Trivselkväll sept 2016

Den 8 september samlades ett 20-tal medlemmar vid Vännagården på Norra berget i Sundsvall för korvgrillning, fika och trevligt umgänge.

Vi fick njuta av strålande fint höstväder och humöret var på topp.





Lagom till fikat gick vi inomhus och fick lyssna på Jana Lindh Olsson som gestaltade Fru Enhörning på ett mycket bra sätt. Med den berättelsen och flera andra, ger Jana en bild av hur det var för kvinnorna som levde med dåtidens framgångsrika män.



Tack alla och särskilt Tack till Jana för en trevlig kväll!



## Stadshuset juni 2016

Onsdagen den 8 juni sammanstrålade 26 medlemmar vid Sundsvalls Visitor Center i stadshuset för en guidning. Sedan gick merparten av oss över torget till Restaurang Innergården för trevligt umgänge och en bit mat.

På stadshuset fick vi se två filmer, dels om den stora branden som ödelade hela staden 1888 och dels om stenstadens arkitektur.

Vår guide Emil visade också de olika interaktiva hjälpmedel som besökare kan utnyttja för att få information Sundsvalls stad, dess historia och kändisar.

Som avslutning fick vi gå ner till de gamla arrestlokalerna i källaren.



Emill visar den interaktiva skärmen där man kan nå många historiska bilder med hög upplösning



Intresserade åhörare



Ställ Kjell Lönnå eller någon annan kändis på rutan och få information på skärmen!



Avslutningsvis en gruppbild i orangeriet. Sedan avmarsch till Innergården.

Vi tackar deltagarna för en trevlig kväll och önskar alla en ...

**Skön och Bra Sommar!**

*Styrelsen*

## Årsmöte 2016

### Den 16 mars hade Blodsjukas Förening i Sundsvall årsmöte.

26 medlemmar slöt upp. Som inledning hade vi en parentation för de medlemmar som gått bort. Sedan avhandlades de sedvanliga årsmötespunkterna. Verksamhetsberättelsen 2015 samt föreningens ekonomi, verksamhetsplan och budget godkändes.

Verksamhetsberättelsen hittar du under länken [föreningsdokument](#).



Åsa Gidlund går igenom bokslut, budget och verksamhetsplan



Mötesdeltagare

På årsmötet beslutades att styrelsen minskas i antal till 7 medlemmar i samband med att Jana Lindh-Olsson avgår. En mindre justering av stadgarna beslutades också. Detta som en anpassning till förbundets stadgar.

Gunvor Swenning rapporterade om standardiserade vårdförlopp som införs under 4 år. Hon flaggade också för Sverigedagen MPN, ett seminarium som hålls i Stockholm.



Blommor och Tack till Jana  
Blommor och Tack också till Yvonne Johansson och Anja Moss för arbete med revision  
respektive valberedning.

Efter årsmötesförhandlingarna fick vi gott fika, trevligt umgänge och kunde njuta av bra  
musik med gamla goda låtar framförda av bandet Nihmbus.



Nihmbus, från vänster:  
Stig Jansson, gitarr - Pentti Frölander, sång - Bänkt Granbom, bas





Fika, musik och samvaro

**Tack för en trevlig kväll!**  
*Styrelsen*

## Julmiddag 2015

Den 6 december ordnade Blodsjukas Förening i Västernorrland julmiddag på restaurang Farneus i Sundsvall.

Ett 40-tal gäster träffades, minglade med glögg och avnjöt god julmat. Lotteri samt julklappsutdelning stod också på agendan.





Alla julens läckerheter



Många glada skratt och tokigheter blev det



Ulf agerar tomte och barnen är förväntansfulla



Titta vad jag fick!

Ordförande och styrelse tackar för det gångna året och önskar alla en **God Jul och ett Gott nytt År!**

## Medlemsmöte nov 2015

Den 4 november 2015 hade Blodsjukas Förening ett medlemsmöte i Sundsvall. 36 medlemmar deltog.

Efter snabba mötesförhandlingar avhandlades ett antal rapporter:

- Julmiddag är planerad till 6 december, se *Kalender*
- Information om studiedag hos HSO i Härnösand den 9 november
- Gunvor Swenning informerade om RCC - *Regionalt Cancercentrum*

Därefter var det dags för mötets huvudpunkt. Hematolog Emma Öhlander informerade om läget på Hematologen i Sundsvall samt gav oss en bra översikt om kroppens immunförsvar och hur det påverkas av blodsjukdomar och tillhörande behandling.



För närvarande är alla tjänster på Hematologen tillsatta. Man har på årsbasis c:a 3 900 mottagnings- och dagvårdsbesök. Det utförs c:a 2 500 blodtransfusioner och 10-15 stamcellsskördar.

Standardiserat vårdförlopp för diagnoserna AML, Lymfom och Myelom är under införande. Det innebär att man efter en diagnos eller misstanke om sjukdom, får en "direktlinje" in i vården med förutbestämda deadlines för olika åtgärder.

Sedan berättade Emma om immunförsvarets olika barriärer, alltså ställen i kroppen där man vill förhindra påvekan av virus eller bakterier, t ex hud, slemhinnor och blod-hjärn-barriären.



Hon gick också igenom det medfödda immunförsvaret och det adaptiva (eller specifika) immunförsvaret. Lymfsystemets roll samt att inflammationer kan orsaka svullnad, rodnad, värmeökning, smärta och nedsatt funktionalitet.



Under föreläsningen blev det många frågor och intressanta diskussioner. Bland annat att cancerpatienter ofta drabbas av bältros och vikten av man då kommer under vård inom 72 timmar.



Tack Emma  
för en intressant föreläsning!

Mötet avslutades med gott fika,  
smörgåsar och bakverk.

**Tack alla som deltog!**  
*Styrelsen*

## Grillkväll, N:a Berget 2015

Ett 25-tal medlemmar i Blodsjukas Förening i Västernorrland trotsade duggregnet för en trevlig grillkväll torsdag den 24 september.



Den fina mysiga gamla stugan Vännagården var perfekt för oss som hörsammat inbjudan.

Kvällen började med en frågeslinga med 10 frågor.

Vann med 8 rätt gjorde Bertil Westerlund och Lena Andersson.

Efter korvgrillning blev det kaffe med gott bröd och prisutdelning.



Ordförande Ann-Christine Lindqvist berättade sedan om kommande aktiviteter. Bl.a. kommer hematolog Emma Ölander att föreläsa för oss den 4 november, se *Kalender*. Julfesten är planerad till söndag 6 december.

Vi som var med tyckte att vi hade haft en jättetrevlig kväll med många glada skratt.

## Träningsredskap juni 2015

Blodsjukas Förening i Västernorrland och Team Sportia ordnar hjälpmedel för träning. Vi har efter önskemål från Hematologen i Sundsvall anskaffat en motionscykel, fyra gästavar och två stegräknare.

Syftet är att underlätta för patienter under behandling och rehabilitering att börja träna efter förmåga samt att man bättre kan följa sin egen utveckling.

Team Sportia i Birsta var tillmötesgående och gav oss riktigt kraftfulla rabatter.



Redskapen överlämnades till enhetschef Annette Nordin

Christian Löfman,  
patient på avd 2 testar





## Jubileumsmöte 30 år

Den 22 april 2015 firade ett 50-tal föreningsmedlemmar 30-års jubileum med buffé och en gripande berättelse av Lari Salminen.



Träffen startade med att Evy Bergqvist berättade om hur föreningen bildades. Evy, läkarna Michael Hedenus och Jonas Wallvik med flera startade föreningen för 30 år sedan. Första året hade föreningen ett 70-tal medlemmar. I dag är vi 322 medlemmar och Du som har en blodsjukdom är hjärtligt välkommen att ansluta.



Därefter buffémat och trevligt umgänge

Lagom till kaffet berättade Lari Salminen om den resa han gjort efter att ha fått diagnosen AML (Akut Myeloisk Leukemi). "Jag är 39 år gammal eller 2,5 år" säger Lari. Hans liv fick en återstart efter stamcellstransplantation för 2,5 år sedan. Förlamande trötthet, cytostatikabehandling, feber och värk blev under en lång tid Laris liv. Den stora motivationsfaktorn att kämpa på och överleva var familjen och inte minst lille sonen Ludvig. I dagarna blir Lari friskförklarad och kan stegvis återgå till sitt normala liv som brandman och familjefar.

Avslutningsvis ett stort  
Tack till Lari för hans berättelse ....



.... och till Evy för 30 års hängivet  
engagemang i föreningens styrelse



**.... och lika stort Tack till alla ni som deltog!**

*Styrelsen*

## Årsmöte 2015

Den 11 mars hade föreningen årsmöte med ett 20-tal deltagare.

Under sedvanliga årsmötesförhandlingar föredrog ordförande Ann-Christine Lindqvist verksamhetsberättelse 2014 och förslag till verksamhetsplan 2015.

På mötet diskuterades hur vi ska ordna intressanta träffar i fortsättningen och även locka fler patienter till föreningen. Här är alla goda ideer välkomna!

Vår kassör Åsa Gidlund gick igenom föreningens ekonomi som är god. Pengarna används i huvudsak till föreningsträffar samt trivselhöjande åtgärder för patienter och personal på Hematologen. T ex utemöbler, dagstidningar, boxerkort till dagvården, julbord för personalen mm. Läs mer i verksamhetsberättelsen.

Nya medlemmar som valdes in i styrelsen, på två år:

Ann-Sofie Esselström

Jana Lindh-Olsson

På 1 år: Ivar Lindqvist med huvudansvar för webben.

I övrigt inga förändringar



Mötet avslutades med fika, lotteri och trevlig samvaro.





## Julmiddag 2014

Den 7 december samlades 30-talet medlemmar för en gemensam julmiddag i Hantverkarbaren på Skönsmon. Som vanligt var det mycket trevlig stämning, god mat, lotteri och julklappsutdelning.



Evy Bergqvist säljer lotter



Högsta vinsten



Fler glada vinnare



Julklappsutdelning



***God Jul och Gott Nytt År till alla!  
Önskar styrelsen***

## Medlemsmöte oktober 2014

På ett välbesökt medlemsmöte berättade Gunwor Swenning om Regionalt CancerCentrum (RCC) i Norrland. Överläkare Maria Strandberg föreläste om nya mediciner mot sjukdomarna Kronisk Lymfatisk Leukemi (KLL) och Myelom.

Gunwor berättade att hon hade deltagit som patientföreträdare vid två möten i Umeå, i RCCNorr regi, den 30 sept. Hon informerade om RCCNorrns organisation och delar av den verksamhet som bedrivs samt även om Patientrådets roll och funktion.

RCC står för Regionalt CancerCentrum och är indelat i 6 regionala organisationer varav Norrland är en. Organisationen består av politiker, sjukvårdsansvariga samt representanter från patientföreningar. De huvudsakliga kriterierna för verksamheten är:

### Patientcentrerade kriterier

- Förebyggande insatser och tidig upptäckt av cancer
- Vårdprocesser
- Psykosocialt stöd, rehabilitering och palliativ vård
- Patientens ställning i cancervården

### Kriterier gällande utbildning, kunskapsstyrning och forskning

- Utbildning och kompetensförsörjning
- Kunskapsstyrning
- Klinisk cancerforskning och innovation

### Kriterier gällande RCC:s organisation

- Ledningsfunktion, RCC-samverkan och uppföljning av cancervårdens kvalitet
- Utvecklingsplan för cancervården i sjukvårdsregionen
- Nivåstrukturering
- 



Föreningsmedlemmar uppmanas att delta när RCCNorr kommer till Sundsvall på sin rundtur för att informera. När datum är klart läggs det ut under Kalender på hemsidan. Mer om RCC kan du läsa via länkarna:

[RCC Norr](#)  
[RCC Nationellt](#)

Därefter visade Ivar Lindqvist översiktligt hur vår web är uppbyggd samt uppmanade alla att komma med synpunkter och förslag på information som bör läggas in. Kontakta gärna någon i styrelsen eller Ivar direkt (060.129807@telia.com) om du har ideer och synpunkter!

Slutligen berättade Maria Strandberg om nya mediciner mot blodsjukdomarna KLL (Kronisk Lymfatisk Leukemi) och Myelom. Mediciner som nyligen släppts i Sverige eller inom kort.

Mot KLL förekommer nu Gazyvaro, Ibrutinib, Idelalisib och ABT-199 i olika studier. Bland annat pågår flera internationella studier där kombinationsbehandling med cytostatika och olika antikroppar utvärderas. Nya läkemedel med immunmodulerande effekt och olika inhibitorer mot tumörcellernas B-cellsreceptor och dess olika signalvägar har visat positiva resultat.

Gazyvaro är ett nytt målinriktat läkemedel som nu godkänts inom EU. Nya studieresultat visar att behandling med Gazyvaro, i kombination med cytostatikabehandlingen klorambucil (Leukeran) gav förlängd överlevnad och en tydligt minskad risk för sjukdomsåterfall. Nu inväntas rekommendation om användning och prissättning av läkemedlet.

Ibrutinib och Idelalisib är båda inhibitorer för vilka studier nu pågår i Sverige. Likaså kan nya biologiska markörer komma att ge möjlighet till en riktad individualiserad terapi.

Nya läkemedel på gång mot Myelom är Daratumumab, Panobinostat, Ixazomid och Carfilzomib. Under den senaste 10-årsperioden har tillkommit nya läkemedel som givit bättre resultat än tidigare.

Daratumumab är en sk monoklonal antikropp. Medlet fungerar genom att rikta mot ett protein som ofta hittas på ytan av myelomceller. Detta medel kommer att användas i en lokal studie.

I en Panorama-1-studie (fas 3) har säkerheten och effekten av Panobinostat i kombination med andra läkemedel utvärderats och då visat positiva resultat.

Ixazomib är en typ av cancerläkemedel som kallas proteasomhämmare. Medlet tas som tablett och har bättre egenskaper än Velcade.

Carfilzomib är en enzymhämmare som ska ges genom dropp. Medlet studeras i flera kliniska prövningar, även i kombination med andra läkemedel.

Tillsammans med David Erixon, vår nye hematologläkare, kommer Maria att delta vid American Society of Hematologys (ASH) årsmöte i San Francisco i början av december 2014.





Överläkare Maria Strandberg



Ett trettiotal åhörare lyssnade intresserat.



Blommor och Tack till Maria  
Mötet avslutades med fika och lotteri

---

## Medlemsmöte maj 2014

Vid medlemsmötet den 21 maj, fick vi lyssna till arbetsterapeut Maria Roos som på ett erfaret och engagerat sätt föreläste om "fatigue" (trötthet) och om cancerrehabilitering.

Maria definierade begreppet fatigue som en ihållande subjektiv känsla av fysisk, psykisk, känslomässig och kognitiv trötthet. Trötthet är mångfacetterat och det vanligast förekommande symtomet vid en mängd olika sjukdomstillstånd. Dessutom kan såväl behandlingar som oro, smärta, inaktivitet och annat resultera i fatigue.

Maria gav oss många goda råd om hur vi i olika trötthetsstadier på bästa sätt kan ta vara på den ork som ändå kan finnas. Viktigt är att utifrån det egna perspektivet välja repektive välja bort det som är viktigt och mindre viktigt. Egna intressen ska prioriteras. Genom att välja energibesparande sätt och hjälpmedel kan vardagen underlättas. Fysisk aktivitet är bra men ska anpassas till den egna sjukdomssituationen.



Maria informerade om att hon hade deltagit vid framtagande av de förslag till nationella mål för cancerrehabilitering som ska föreläggas riksdagen i juni. Förslaget innebär att cancerrehabilitering ska ingå i varje patients individuella vårdplan och att varje patient ska få information om cancerrehabilitering. Patient som har behov av rehabilitering ska få kontakt med den behandlingsprofession som ska finnas. Om minderåriga barn finns i anhörigkretsen så ska de särskilt beaktas. Det primära målet med cancerrehabilitering är att patienten ska kunna leva aktivt och lära sig leva med en cancerdiagnos.



Mötet avslutades med fika och då gavs möjlighet att sitta i diskussionsgrupper utifrån den egna sjukdomsdiagnosen.



Skribent:  
Gunwor Swenning

---

## Årsmöte 2014

### Den 26 mars hade blodsjukas förening i Sundsvall årsmöte

Under mötet skötte Gunwor Swenning ordförandeskapet.

Beslut togs att Gunwor ersätter Monica Jacobsson som vice ordförande. I övrigt inga förändringar i styrelsen. På årsmötet deltog 21 personer samt fyra sköterskor från Hematologen.

På mötet diskuterades också tema för framtida träffar. Vi enades om att bjuda in de nya läkarna på hematologen samt en arbetsterapeut. Alla uppmanades att föreslå föreläsningar och teman.

Efter årsmötesförhandlingarna blev det fika med smörgås och kakor.

Vi satte oss i grupper tillsammans med sköterskorna indelade i de vanligaste sjukdomstyperna.

Syftet var att träffa och diskutera "sin sjukdom" med andra som har samma diagnos.

Många tyckte det var mycket bra att få diskutera symptom och biverkningar med andra likasinnade.



Åsa redovisar ekonomin.



Från mötesförhandlingarna. Gunwor sköter ordförandeklubban.



Diskussion i grupper ordnade i typ av blodsjukdom.



Mötet avslutas med att sköterskorna får blommor.

## Medlemsmöte oktober 2013

Vi hade den 16 oktober ett välbesökt medlemsmöte där överläkaren och onkologen Lars Beckman berättade om strålbehandling samt om mat som motverkar cancer. Förutom sedvanliga mötesförhandlingar rapporterade Gunwor Swenning från Blodcancerdagarna i Göteborg.



Lars Beckman berättade om strålbehandling i Norrland samt det pågående projektet med installation av en andra strålkanon på Sundsvalls sjukhus. Kapaciteten för strålbehandling i Västernorrland ökar kraftigt med den nya strålkanonen vilket innebär färre patientresor till Umeå.

Strålning har också utvecklats under senare år till att bli mera precis och riktad mot de delar som ska strålas. Alltså med mindre negativa biverkningar.

Lars berättade också om kokboken "Matfrisk" som han, professorn och forskaren Lars Franzen samt proffskocken Fredric Andersson har skrivit.

I den med boken, mat som kan förebygga cancer är att visa hur vi kan äta gott och samtidigt minska risken för flera cancersjukdomar. Vi hoppas väcka nyfikenhet utan att skrämmas, genom att på ett enkelt sätt förklara sammanhang, sprida kunskap och bjuda på rätter som är lättlagade

Tillsammans har de två läkarna över 50 års erfarenhet av cancerbehandling och samtal med patienter och deras anhöriga. Den erfarenheten och kunskapen vill vi dela med oss säger Lars.

Boken innehåller recept på förrätter, varmrätter och desserter som baserats på ett antal huvudingredienser som visat sig ha dokumenterade positiva egenskaper att förebygga cancer. Här 13 goda exempel som finns med:  
Ingefära, vitlök, nötter, citron, tomat bönor, kål, chili, lök, blåbär, kakao, fisk och gurkmeja.



Lars Beckman

Mötet avslutades med fika och lotteri



## Julmiddag 2013

*Den 8 december hade föreningen gemensam julmiddag, med god julmat, julklappsutdelning och lotteri.*

Ordförande hälsar välkommen



Ulf Gidlund är tomte med den äran







Lottförsäljning med fina priser



## Medlemsmöte oktober 2012

Överläkare Michael Hedenus gav en återblick av sin mångåriga läkargärning på Sundsvalls Sjukhus.



Han kommer framöver att ägna sin kraft åt andra uppdrag, tråkigt nog för oss, som mister en avhållen och respekterad hematolog. Han berättade att han som ung läkare kom hit i mitten av 70-talet. Han tjänstgjorde även på Umeå Sjukhus och åkte buss ofta tillsammans med patienter från Sundsvall. Detta var oerhört slitsamt och tröttande både för honom och för patienterna.

Så det bestämdes att behandlingen av blodcancerpatienter i fortsättningen kunde ske på Sundsvalls Sjukhus. Evy Bergqvist berättade att föreningen bidrar ekonomiskt till utbildning av vårdpersonal, ordnar föreläsningar om blodsjukdomar med mera.

Evy tackade Michael Hedenus och överlämnade blommor och present.



Det välbesökta medlemsmötet avslutades med fika och lotteri.



Text: Evy Bergqvist  
Foto: Kjell

## Julmiddag 2012

Den 2 december avslutade vi året i föreningen med ett välbesökt julbord. Omkring 40 personer tog paus i julförberedelserna och mötte upp till vårt julbord hos Frenaeus Gastronomiska för att äta gott och umgås. Torbjörn Frenaeus hade som vanligt dukat upp ett vackert och välsmakande julbord. Christer Lehnberg stod för underhållning med stilla och vacker musik. Julfesten avslutades med lotteri och traditionsenlig julklappsutdelning.

Styrelsen tackar medlemmarna för det gångna året och önskar en  
**En god jul & Gott nytt år!**

