

Pressemelding:

Mange opplever tiden etter behandling som mer utfordrende enn behandlingen:

«Hver dag teller – livet etter kreft» – en ny bok fra Kreftkompasset

Kreftkompasset lanserer denne høsten boken «Hver dag teller – livet etter kreft». Målet med boken er å gi gode råd og innblikk i livet etter en kreftdiagnose.

Boken skildrer åtte personlige historier om hvordan livet blir snudd på hodet etter å ha mottatt den tøffe beskjeden om at man har fått kreft.

«Jeg ser på behandlingstiden som en togreise. Toget er fullt av flinke folk som hjelper oss og vi vet hele tiden hvor neste holdeplass er. Vi vet hva som venter oss og hvem som møter oss. Vi har en plan og et mål om å nå frem til endestasjonen. Det er slitsomt, men sammen skal vi få det til.

Men når vi er fremme, toget stopper og vi går av, da føler vi oss usikre. Hvor skal vi gå nå? Her er det så mange skilt til ulike steder. Og kanskje verst av alt, alle de flinke folkene som hele tiden har vist vei, støttet og hjulpet oss, er ikke her lenger. Nå må vi finne veien selv».

Karine Dehli, pårørende i boken «Hver dag teller»

Bokdrøm

–Det har lenge vært en drøm for oss å få gitt ut denne boken, sier Lotta Våde som er en av initiativtakerne til Kreftkompasset. Kreftkompasset ble startet for å spre informasjon og kunnskap om hvordan kreftpasienter best mulig kan møte hverdagen etter diagnosen.

Mange er uforberedt på at de opplever store utfordringer når kreftbehandlingen er avsluttet, derfor er denne boken viktig. Både for å gi leseren mange konkrete råd om hva de selv kan gjøre for å mestre hverdagen, men også for å forstå at du ikke er alene om å ha det vanskelig.

Boken inneholder også et kapittel om hvordan det er å **leve med kreft**, noe som blir stadig vanligere i Norge.

Samarbeider om utgivelse

Et samarbeid med den nye organisasjonen All.Can Norge bidro til at boken ble en realitet. All.Can er et internasjonalt initiativ som nylig ble etablert i Norge.

– All.Can Norge ønsker å fremme satsingen på «prehabilitering» og «trygg utskrivning» for pasienter som har fått en kreftdiagnose – og dette er nettopp noen av behovene vi synligjør i denne boken, sier Våde.

Prehabilitering handler om hvordan den enkelte pasient kan bli best mulig forberedt til behandlingen, mens trygg utskrivning handler om hvordan tiden etter behandlingen skal legges opp best mulig.

Praktiske råd om alt fra frykten for tilbakefall, mestring og samliv

I boken møter du åtte personer i ulike aldre, med ulike kreftdiagnoser. Alle setter ord på mange av de utfordringene de opplever etter at kreftbehandlingen er avsluttet.

Alle kapitlene har en personlig skildring – etterfulgt av praktiske og faglige råd.

Temaene som tas opp er:

1. Å komme hjem – overgangen fra behandling til hverdag
2. Seneffekter – de vanligste seneffektene og håndtering av disse
3. Mestring av den nye livssituasjonen
4. Å akseptere din nye hverdag
5. Sex og samliv
6. Relasjoner – familie, venner og kollegaer
7. Å leve med kreft
8. Kontroller og frykt for tilbakefall

Lanseres i november

Boken lanseres i november og vil primært bli solgt på nett og direkte til bedrifter, lag og foreninger.

** ** *

(Priv. til red.): Vil du intervju en av pasientene i boken?

De åtte personene som presenterer hver sin unike historie. Ta gjerne kontakt med oss dersom du ønsker å gjøre et forhåndsintervju med en eller flere av pasientene som deltar i boken.

Kontaktinfo:

Lotta Våde
Kreftkompasset
www.kreftkompasset.no
Mobil: 97064834

Mer om Kreftkompasset:

Kreftkompasset ble etablert i 2018 med en visjon om å bidra til økt livskvalitet hos personer som har eller har hatt kreft og deres pårørende. Mange som har gjennomgått en kreftbehandling føler seg ikke friske, selv om de ikke lenger har kreft. Det er ikke uvanlig å føle at man har mistet noe av seg

selv og gnisten i livet. Dette i kombinasjon med at man «burde» være takknemlig for å ha overlevd kan oppleves utfordrende.

Kreftkompasset drives av Lotta Våde, Ida-Marie Nilsen og Vibeke Borchgrevink. Lotta og Ida-Marie er begge sykepleiere med mer enn 20 års erfaring hver fra kreftomsorgen. Vibeke har selv hatt kreft.

Kreftkompasset har flere tjenester - konsultasjoner, foredrag, inspirasjonskvelder, podcast, blogg, nettbutikk og et mentorskapsprogram for kreftoverlevende støttet av det private næringsliv.

Ingen skal møte kreft alene heter det, det er vi enig i. Men ingen skal heller møte tiden etter kreftbehandling alene, det er minst like viktig!

www.kreftkompasset.no

Mer om All.Can:

All.Can ble etablert i 2017 som et internasjonalt initiativ med lokale styringsgrupper. Målet er å forene representanter fra pasientorganisasjoner, beslutningsmiljøer, helsepersonell, forskning og industri – til å arbeide sammen for en bedre og mer effektiv kreftbehandling. Initiativet baseres på frivillig innsats, mens økonomisk støtte til All.Cans prosjekter og drift finansieres av industrien.

Alle initiativ fra gruppen skal gjenspeile en konsensus fra deltakerne i All.Can. All.Can skal ikke fremme spesifikke behandlingsformer eller terapi, men har et overordnet perspektiv på en bedre og mer pasientorientert kreftbehandling.

All.Can Norge består av Hjernesvulstforeningen, Lungekreftforeningen, CarciNor (NET-kreftforeningen), Aktiv mot kreft, Roche Norge og Bristol Myers Squibb Norge (BMS).

www.all-can.org/national-initiatives/norway/