



# LYMFEBrevet

NR.3/2016/24. ÅRGANG



Behandling i Sverige

Stamceller afhjælper lymfødem

Ny bog om livet med lymfødem



# INDHOLD

- 03** Nyt fra bestyrelsen
- 05** Indkaldelse til næste generalforsamling
- 06** Nordisk Lymfødemedag
- 09** Lovende forsøg med stamceller
- 13** Ny bog om livet med lymfødem
- 14** Behandling i Sverige
- 17** Bispebjerg Hospital søger forsøgspersoner
- 18** Mere åbenhed om senfølger
- 22** Lymfødemkonference i Bergen
- 27** Behandlingstur til Sydspanien
- 29** Workshop 2017
- 32** Kalender

22



## KOLOFON

Lymfebrevet udgives af  
Dansk Lymfødem Forening  
Formand Lise Petersen, Arent Hansens Vej 3,  
Smidstrup, 3250 Gilleleje

**Redaktion:** Lotte Frandsen

**Layout:** Horisont Grafisk

**Tryk:** CS Grafisk A/S

Forsidefoto: Lotte Frandsen  
Deadline for indlæg til næste nummer  
af Lymfebrevet nr. 1, 2017:  
10. januar 2017

Indlæg sendes til: [info@dalyfo.dk](mailto:info@dalyfo.dk)

DALYFO samarbejder med  
Kræftens Bekæmpelse



Vil du være medlem af Dansk Lymfødem Forening? Så kontakt formand  
Lise Petersen, [lisepetersen47@dlgtele.dk](mailto:lisepetersen47@dlgtele.dk) Tlf. 51 88 85 63 eller skriv til:  
Lise Petersen, Arent Hansens Vej 3, Smidstrup, 3250 Gilleleje

[www.dalyfo.dk](http://www.dalyfo.dk) - telefon 70 22 22 10

# Nyt fra bestyrelsen

Ifølge kalenderen er sommeren slut. Vi håber, alle har haft en god lang sommer. DALYFO er trukket i arbejdstøjet efter sommeren og startede med at markere Nordisk Lymfødemeddag den 2. september på Ringsted Torv og ved Metropol i Hjørring. I kan læse referater fra arrangementerne her i bladet. Ugen efter den 9. september tog bestyrelsen til Bergen i Norge for at deltage i Nordisk Lymfødemedkonference, som var arrangeret af Norsk Lymfødemedforening. Den svenske og færøske lymfødemedforening deltog også. I kan læse om oplevelserne og de erfaringer, vi fik med hjem, på de næste sider.

DALYFO har været med ved afsløringen af bogen "Kræftfri – men ikke rask", som er skrevet af klinisk udviklingspsygeplejerske på Sjællands Universitetshospital Roskilde, Hedvig Møller Larsen.

Bogen indeholder fortællinger om livet med lymfødemed – fortalt af 20 kræftopererede personer.

Bogen kan bestilles hos Hedvig Møller Larsen. Se annoncen her i bladet.

BandaGisten Forssling & Co. inviterede DALYFO til fyraftensmøde i Ringsted Kongrescenter, hvor der var fokus på lymfødemed og kompression. Hedvig Møller Larsen præsenterede sin nye bog.

Juzo præsenterede en ny bandage, og Susanne Thane fortalte om bevillinger. Altinget og Roche afholdt Landskonference om Kræft 360 grader i Børssalen i København den 13. oktober 2016, hvor cirka 250 personer deltog.

DALYFO har lagt programmet og et referat ind på dalyfo.dk. Hvert andet år holder Viden-centret/Dansk Netværk for Lymfødemed et seminar. I år blev det holdt på Mungo Park i Kolding den 27. oktober. I vil kunne se et referat på DALYFO's hjemmeside. Bestyrelsen deltog.

På generalforsamlingen i år på Kursuscenter Severin blev Susanne Holck Mogensen valgt ind i bestyrelsen.

Desværre har Susanne trukket sig ud af bestyrelsen af helbredsmæssige årsager. Vi skal derfor finde et nyt bestyrelsesmedlem på næste generalforsamling. Vi håber, at der er et medlem, som gerne

vil påtage sig den opgave. Kontakt os på tlf. 70 22 22 10, hvis du vil vide mere.

I dette blad er der et foreløbigt program for næste års workshop. Vi håber, at rigtig mange vil deltage, da vi skal markere 25-års jubilæum. Temaet er best practice for lymfødemedbehandling. Vi er i gang med at finde deltagere til paneldiskussion.

Der er også et tilmeldingsskema. I kan tilmelde jer på telefon, med brev eller email. HUSK AT TILMELDE jer inden den 15. januar 2017.

Vi plejer at holde medlemsmøder i november. I år er ingen undtagelse. Vi har planlagt et møde på Kræft-rådgivningen på Nørre Allé i København samt et på Sundhedscentret i Kolding. Denne gang kalder vi arrangementerne for "Møde for alle, der vil vide mere om lymfødemed", så alle interesserede kan deltage. Se hvordan du tilmelder dig her i bladet.



EFTERÅRSHILSNER  
Bestyrelsen  
DALYFO

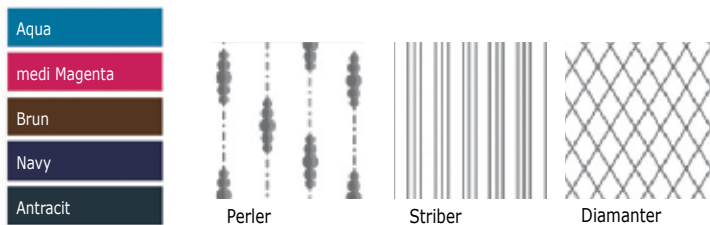
*Bagest fra venstre: Lise Petersen, Annagrete Kristensen, Susanne Mogensen, Else Melgaard.*

*Forrest fra venstre: Marianne Looft, Jytte Holte, Hanna Rübner.*

## Nye, opdaterede tåkapper fra medi



- 3 standardfarver: Sand, Karamel og Sort
- 5 nye trendfarver: Aqua, medi Magenta, Brun, Navy og Antracit
- 3 strukturmønstre



	<p>medi Danmark ApS          Vejlegårdsvej 59          2665 Vallensbæk Strand          Telefon 7025 5610          Fax 7025 5620          kundeservice@sw.dk</p>
--	---

[www.medit danmark.dk](http://www.medit danmark.dk)

**medi. I feel better.**

---

# GENERALFORSAMLING

Sinatur Hotel Storebælt, Østerøvej 121, 5800 Nyborg  
Søndag den 26. marts 2017 kl. 11.00 – 12.30

## DAGSORDEN:

1. Valg af dirigent
2. Valg af referent
3. Bestyrelsens beretning
4. Aflæggelse af årsregnskab
5. Fastsættelse af kontingent
6. Godkendelse af forslag til ændring af DALYFOs vedtægter, § 6
7. Behandling af indkomne forslag
8. Valg til bestyrelsen  
Lise Petersen – på valg  
Jytte Holte – ikke på valg  
Marianne Looft – på valg  
Else Melgaard – på valg  
Hanna Rübner – ikke på valg  
Annagrete Kristensen – ikke på valg  
Susanne Holck Mogensen – udtrådt af bestyrelsen
9. Eventuelt  
Forslag, der ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal være foreningen i hænde senest den **1. februar 2017**.  
Bestyrelsen i DALYFO

# NORDISK LYMFØDEMDAG

i Hjørring den 2. september 2016.



De sidste brochurer blev delt ud.



DALYFOs medlemmer mødte mange interesserede.

Vi havde fået en fin omtale i Vendelboposten og Majbritt Hjortholm havde delt flyers ud til lymfødemeddag på Hjørring sygehus. En del havde også set opslaget på Facebook.

Vi havde hjælp af Gitte Yding Andersen fra Apodan, så nordjyderne havde mulighed for at prøve en Lympha Press maskine, og den blev da også flittigt brugt. Vi havde en travl dag med mange interesserede, der kiggede ind for at få oplysning om lymfødemeddag og for at høre, om der var noget nyt på markedet.

Vi havde også besøg af DBO medlemmer, dejligt når vi bakker hinanden op. Annagrethe Kristensen havde lånt kompressionsmaterialer fra Jobst, så der var mulighed for at se forskellige produkter og farver, tak for det. Else Melgaard havde medbragt JoViPak bandager, som var nyt for mange medlemmer.

Nanette Benjaminsen delte ud af erfaringer vedrørende armlymfødemeddag og Majbritt, Annagrethe og Else svarede på spørgsmål vedrørende benødemeddag.

Eftermiddagen gik hurtigt, og vi er klar til at markere Nordisk Lymfødemeddag igen til næste år i Jylland.

## Af Else Melgaard

DALYFO har markeret Nordisk Lymfødemeddag ved Metropolen i Hjørring. Vi havde fået lov til at stille vores pavillon op lige uden for indgangen til indkøbscenteret. Allerede inden vi havde stillet op, var der en del interesserede.

# NORDISK LYMFØDEMDAG

i Ringsted den 2. september 2016.



*Flere fik gode råd i Ringsted.*

*Af Lise Petersen*

DALYFO markerede dagen på Torvet i Ringsted i år. Vi havde fået en udmærket placering, men da regnen satte ind, var der ikke mange forbigående.

Flere personer havde dog set annonceringen i deres lokalavis, så der dukkede flere lymfødemikere op, som vi kunne hjælpe og rådgive.

Pernille Krogh fra Apodan tog sig af en med et meget stort benødem. Hun fik behandling i Lympha Press maskinen samt gode råd med på vejen.

Synnøve Parvic fra Skodsborg Lymfødem Klinik deltog også med gode råd om udredning og behandling. Stine Bahne fra Medi gav gode råd til kompressionsstrømpebrugere og havde

medbragt forskellige kompressionsbandager. Susanne Thane fra BandaGisten Fossling i Sorø havde medbragt forskellige sko, støvler og strømper. Derudover havde vi besøg af nogle af vores medlemmer. Der var besøg fra bl.a. Falster og København. Alt i alt en hyggelig dag med mange erfaringsudvekslinger.



# SPECIALBANDAGER.DK <sup>A/S</sup>

- en strømpe er ikke bare en strømpe



Vi er førende specialister  
i behandling af lymfødem  
med kompression

Både til nat og dag

## Stor tilfredshed med JoViPak bandagen

Som ene-importør af JoViPAK i Danmark har vi afsluttet en spørgeskemaundersøgelse med 151 personer.

92% af JoViPak brugerne har tilkendegivet stor tilfredshed med JoViPak produkterne, heraf har 89% givet topkarakter.



Sandsynligvis vil du også få et godt udbytte af at bruge et JoViPak produkt.

Se mere på [www.jovipak.dk](http://www.jovipak.dk)

JoViPAK forhandles også af Ruth Boisen, Jylland



### Husk at du har frit leverandørvalg

Du kan også få dine kompressionsstrømper fra os og så vidt muligt uden egenbetaling !

#### Kontakt

Tlf. 44 44 88 50  
info@specialbandager.dk  
www.specialbandager.dk

#### Adresse

Specialbandager.dk A/S  
Bindeledet 10  
2880 Bagsværd

#### Åbningstider

Mandag - Onsdag 10:00 - 16:00  
Torsdag 10:00 - 18:00  
Fredag 10:00 - 15:00



Vores butik ligger 50 m fra S-toget og vi har fri handicapparkering lige uden for døren



# Lovende forsøg med **stamceller** mod lymfødem

Forskere på Odense Universitetshospital har som de første i verden med succes behandlet kvinder, der lider af armlymfødem efter en brystkræftsygdom. Lægerne bruger stamceller fra kvindernes eget mavefedt til at gendanne ødelagte lymfekar.



Af Lotte Frandsen

Overlæge og professor i plastikkirurgi, Jens Ahm Sørensen, der står i spidsen for projektet, har længe undret sig over, at man udelukkende behandler symptomerne hos patienter med lymfødem. "Det er en ulogisk måde at behandle en sygdom på. Det er smartere at gøre noget ved årsagen. Og vi ved, at stamceller kan hjælpe kroppen med at gendanne mange slags celler, så det var oplagt at prøve det hos lymfødempatienter. Vi bruger fedtvæv, fordi det indeholder en høj koncentration af stamceller."

## **Simpel behandling**

Behandlingen består af en simpel fedtsugning. En lille del af det fjernede fedt transplanteres ind i patientens armhule, mens resten af fedtvævet centrifugeres med et enzym, der opløser fedtet.

På den måde får man et maksimalt udbytte af stamceller. Cirka fire milliliter stamceller og fedt sprøjtes ind i armhulen, og herefter klarer kroppen selv resten af behandlingen. Indtil nu er 12 kvinder blevet behandlet, og resultaterne er meget positive, siger Jens Ahm Sørensen: "Vi ved ikke præcist, hvordan stamcellerne opfører sig, men vi kan se en positiv effekt hos kvinderne, og indtil nu har vi ikke hørt om nogen bivirkninger. Kvinderne bliver ikke helbredt for deres lymfødem, men symptomerne og dermed generne bliver betydeligt mindre."

## **Eksperimentel behandling**

Jens Ahm Sørensen understreger, at behandlingen endnu er på forsøgsbasis. Det betyder, at Sundhedsstyrelsen skal give tilladelse

til behandling i hvert enkelt tilfælde, og at behandlingen endnu ikke kan tilbydes alle. Det kræver mere forskning på området.

"Vi følger op på vores gode resultater med flere forsøg, og hvis alt går, som vi håber, regner vi med at kunne tilbyde behandlingen om nogle år."

Ifølge Jens Ahm Sørensen er det især patienter med sekundært lymfødem efter skader eller kirurgi, der kan få gavn af at få transplanteret stamceller, og behandlingen skal ske tidligt i forløbet. "Medfødt lymfødem er en helt anden sygdom med helt andre årsager. Og jeg tror ikke, en stamcelletransplantation hjælper på kroniske lymfødemskeer, når lymfevæsken først er blevet erstattet af fedtvæv. Men jeg tror, at hvis vi får patienterne tidligt, når de begynder at udvikle lymfødem, har vi en stor chance for en rigtig god effekt. Men der kommer som sagt til at gå nogle år."



## ”Jeg har kun **vundet** ved det”

Gitte Østerkjærhuus er som den første i verden blevet behandlet med sine egne stamceller mod sit lymfødeme. Og det har været en succes.

Af Lotte Frandsen

Det hele skete ret tilfældigt. Gitte Østerkjærhuus opsøgte plastikkirurgen Jens Ahm Sørensen på Odense Universitetshospital, fordi hun overvejede, om en fedtsugning kunne afhjælpe nogle af hendes gener.

”Min arm blev tykkere og tykkere, selv om jeg var meget omhyggelig med at gå med min armstrømpe hele tiden.”

Jens Ahm Sørensen var netop vendt hjem fra en konfe-

rence om stamceller, og han foreslog Gitte Østerkjærhuus at være forsøgsperson og få stamceller fra sit eget mavedefedt transplanteret op i armhulen.

Efter et par dages betænkningstid takkede Gitte Østerkjærhuus ja til behandlingen. Men først skulle Sundhedsstyrelsen give tilladelse.

”Jeg havde en tid til operation klokken 13.00, og klokken 12.45 fik Jens Ahm Sørensen grønt lys til at gå i gang. Det

blev lidt hektisk. Jeg havde lige nået at indstille mig på at tage hjem igen.”

Selve fedtsugningen foregår i fuld narkose, mens indsprøjtningen af fedtcellerne foregår uden bedøvelse.

”Det gjorde overhovedet ikke ondt, men det var noget mærkeligt at se på, at han sprøjtede noget ind med en meget lang nål. Jeg tænkte, gad vide hvad det gør?”

### **Både fysisk og psykisk gevinst**

Ingen ved helt præcist, hvad stamcellerne gør, men for Gitte Østerkjærhuus har det udelukkende haft en positiv effekt. Allerede et par uger efter behandlingen var armen blevet synligt mindre, især ved håndledet.

”Jeg kan ligesom mærke, at lymfævæsken løber mere frit. Det er en god følelse. Før havde jeg en konstant trykken og snurren i armen, det har jeg ikke haft siden, heller ikke da jeg var på ferie sydpå i varmen, hvor armen ellers plejede at hæve endnu mere.”

Også psykisk har Gitte Østerkjærhuus kunnet mærke en forskel.

”Før var det meget vigtigt for mig at have ærmet på hele tiden. Jeg blev nærmest helt panisk, hvis jeg ikke var hjemme og havde glemt et rent ærme. Nu fylder det ikke nær så meget i mit hoved længere. Og jeg kan mærke, hvilket pres det har været.”

Hvis man skal har maksimalt udbytte af behandlingen, skal den ske, inden lymfævævet bliver omdannet til fedtvæv.

"Jeg har haft mit lymfødem i fem år, så armen er stadig hævet og tykkere end den raske venstre. Jeg går med mit ærme det meste af tiden. Det føles trygt, for så gør jeg, hvad jeg kan for min arm. Men jeg kan godt finde på at lade strømpen blive hjemme, hvis jeg en dag skal noget. Jeg håber, behandlingen snart bliver et tilbud til alle. Jeg har udelukkende godt at sige om forløbet."

#### Citater fra Hedvig Møller Larsens nye bog:

**"Jeg fik ingen information om senfølger efter cancer. Da mit venstre ben hævede, vidste jeg ikke, hvad det var, og det vidste min egen læge heller ikke."**  
Kvinde, 70 år

**"Jeg kan blive rasende, når jeg ikke kan komme i festskoene og se lidt fiks ud, men lymfødemet skal ikke begrænse mig."** Kvinde, 49 år

## Er du opereret for brystkræft?

Vi tilbyder en række ydelser specialdesignet til at hjælpe dig til en nemmere hverdag. Hos os kan du få taget mål til dine kompressionsstrømper, handsker eller veste til behandling af lymfødem.

Udover kompression, tilbyder vi b.la. brystproteser, lingeri, badetøj, parykker, hovedbeklædninger, makeup, støttestrømper og meget mere.

**Bestil en tid til personlig og professionel vejledning på [Svaneklinik.dk](http://Svaneklinik.dk).**

Svaneklinik  
Lyngby hovedgade 27-29, 2 sal  
2800 Kongens Lyngby  
Telefon: 45870110  
Mail: [kontakt@svaneklinik.dk](mailto:kontakt@svaneklinik.dk)



**Svaneklinik**  
- omsorgsfuld kompetence



# Lympha Press<sup>®</sup>

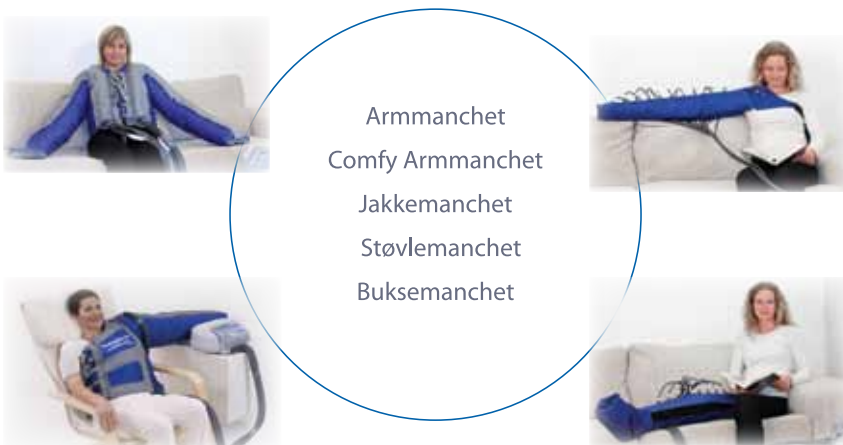
*Øger livskvaliteten i takt med at generne fra ødemet mindskes*



Lympha Press Optimal er en effektiv og enkel 12 kammer kompressionspumpe, med 4 forskellige programmer. Trykket er gradueret i manchetten, så det er højest længst væk fra hjertet. Dette sikrer at ødemet presses ind mod kroppen.

Lympha Press hjælper brugeren til bedre at kontrollere generne ved lymfødeme, gør dagligdagen lettere og øger dermed livskvaliteten.

## Manchetter fås til hele kroppen



Lympha Press kan bevilges til hjemmebrug af kommunen eller regionen, efter en individuel vurdering af borgerens behov.

## Apodan Nordic

For mere information, kontakt:

Sjælland: Produktchef Pernille Krogh • Mobil: 2125 3195 • pk@apodan.dk  
Jylland & Fyn: Konsulent Gitte Yding • Mobil: 2830 9657 • gya@apodan.dk  
Lergravsvej 63 • 2300 København S • Tlf. 3297 1525 • www.apodan.dk

# Ny **bog** om livet med **lymfødem**

Sygeplejerske Hedvig Møller Larsen er netop nu aktuell med en bog, hvor 20 personer fortæller om, hvordan det er at leve med lymfødem.

De har alle overlevet en alvorlig kræftsygdom og erklæret raske, men dør med senfølger i form af lymfødem.

Det er Hedvig Møller Larsens håb, at hun med bogen kan sætte fokus på lymfødem og derigennem bedre forholdene for lymfødemikerne.

Køb den før din nabo og vær med til at støtte forskningen i lymfødem.

## BOGEN

### Kræftfri - men ikke rask

Fortællinger om livet med lymfødem.

Pris 200 kr. + 30 kr. ved forsendelse.

Beløbet indbetales via Jyske Bank på:

Reg. nr. 5095 Kontonr. 0001644033

mærket "Lymfødem"

eller

MobilePay 51519386

mærket "Lymfødem"

Bogen bestilles ved:

Hedvig Møller Larsen

SMS 51519386

Mail [fhml@esenet.dk](mailto:fhml@esenet.dk)

Beløbet, v/salg af bogen, går til det videre arbejde inden for senfølgen lymfødem.

Venlig hilsen

Hedvig Møller Larsen

Alice Jakobsen har lymfødeme i det ene ben, Anette Riisgaard har lymfødeme i den ene arm. De vil gerne oplyse om muligheden for at blive opereret i Malmø. For det er ikke noget, det danske sundhedsvæsen fortæller om.

## Eksperter hjalp Alice Jakobsen til at kunne **løbe** og **cykle** igen

Uvidenhed, manglende velvilje, skiftende lymfødeme-terapeuter og forkerte mål på kompressionsstrømperne har alt sammen betydet, at Alice Jakobsen i syv år gik med et ben, der bare blev større og større. Først efter behandling af eksperter på Bispebjerg og i Malmø fik hun det bedre.

Af Lotte Frandsen



To ben med en forskel på 25 kilo.

Til sidst vejede det syge ben 25 kg mere end det raske. Det var syv år efter, at Alice Jakobsen første gang bemærkede, at hendes ben var hævet.

Et halvt år tidligere var hun blevet behandlet for kræft i underlivet. Den praktiserende læge mente, at hævelsen skyldtes rosen. Da penicillin-behandlingen ikke hjalp, lød diagnosen først på en blodprop og dernæst på vand i benet.

”De vanddrivende piller hjalp heller ikke, og jeg endte med at sige til lægen, at jeg ikke ville gå, før jeg havde fået den rigtige diagnose. Men han sagde bare, at jeg skulle spørge, når jeg alligevel skulle til kontrol for min kræftsygdom på Rigshospitalet et par måneder senere.” På Rigshospitalet kunne lymfødeme-terapeuterne fortælle hende, at hævelsen var en senfølge af strålebehandling.

”Der var ingen, der havde oplyst mig om den bivirkning,

og min praktiserende læge vidste det åbenbart heller ikke.”

Alice Jakobsen bor i Saks-købing og blev henvist til fysioterapien på sygehuset i Nykøbing Falster. Det blev ikke noget velfungerende samarbejde.

”Jeg fik drænage, blev bandageret og fik kompressionsstrømper. Men strømperne passede dårligt, og der gik hul på benet to steder, fordi de sad og gnavede. Og der kom hele tiden nye terapauter og aflysninger på grund af sygdom. Jeg ville gerne tilses på Bispebjerg, men de mente ikke, at mit ben var stort nok. Og så mente de, at jeg skulle være glad for, at jeg var helbredt for kræft. Det er jeg selvfølgelig også, men mit ben blev bare større og større vejede efterhånden 25 kg mere end det raske.”

### Omsider passende behandling

Alice Jakobsens chef mente, at der måtte gøres noget.

Han fik hende til at ringe til Bispebjerg. De krævede en henvisning fra hendes egen læge, inden de ville se hende. ”Jeg havde forberedt en lang forsvarstale og havde min veninde med. Men jeg fik henvisningen uden problemer.”

Ugen efter blev Alice Jakobsen indlagt på Bispebjerg Hospital. Her lå hun i 11 dage og tabte 15 kilo.

”De undrede sig over, at jeg ikke var kommet tidligere. De mente, det var det tredje største ben, de havde set.”

“Jeg vil ønske for alle, der har denne her lorte sygdom, at de får samme gode behandling.”

Alice Jakobsen

Omsider fik Alice Jakobsen strømper, der passede, og benet blev langsomt mindre.

”Jeg ville gerne til Sverige og tilses af plastikkirurgen Håkan Brorson. Han har udviklet en operationsmetode, hvor han suger fedt ud af den legemsdel, der er ramt af lymfødeme. Men det krævede en ny henvisning. Denne gang fra regionen. Den måtte jeg også kæmpe for. Det endte med, at jeg skrev til ledelsen, og få dage efter havde jeg min henvisning.” Håkan Brorson fjernede fem kilo fedt fra benet.

”Det gjorde meget ondt bag efter, men det var det hele værd. Jeg kan løbe, cykle, altting uden besvær. Min ene læg er lidt tykkere end den anden, men ellers ser mine ben helt ens ud, og til hver kontrol skal jeg have nye strømper, fordi mit ben hele tiden bliver mindre. Nu har jeg det rigtig godt, og mit humør er blevet 1000 gange bedre. Men jeg er harm over at have gået næsten syv år, hvor mit ben bare blev større og større, og hvor jeg har skullet kæmpe så meget.”

## Ad omveje hørte Anette Riisgaard om eksperterne i Malmø. Nu er hun indstillet til operation

Ingen i det danske sundhedsvæsen fortalte Anette Riisgaard om de svenske eksperter. Hun blev tværtimod frarådet at få gjort noget ved sin arm.

Af Lotte Frandsen

”Jeg siger ikke, at alle med lymfødeme skal tage til Sverige og blive opereret, men alle skal kende til muligheden. Jeg kan jo ikke sige, hvorfor lægerne i Danmark

ikke oplyser om det, men jeg tror, det skyldes økonomi, og det hænger nok også sammen med, at det især er kvinder, der rammes af sygdommen. Jeg er grov, det ved

jeg godt, men der er ingen prestige i lymfødeme.” Anette Riisgaard har nu været til to forundersøgelser hos Håkan Brorson og ser frem til at blive opereret.



Anette Riisgaard.

"Jeg glæder mig til at få en normal arm igen. Jeg har hørt, det gør ondt i starten, og at jeg efter operationen skal have kompressions-ærmnet på 24 timer i døgnet. Men jeg regner med, det er det hele værd."

### God behandling i Sverige

Anette Riisgaard er meget positiv overfor den behandling, hun har fået i Sverige. "De har målt min raske arm meget nøjagtig op, og de mål vil de tilstræbe at få i den syge arm også ved at suge det overskydende fedt ud. Jeg får en stor chance for at undgå rosen i fremtiden, når der er mindre sygt væv, og

der kommer et bedre flow i vævet. Alle undersøgelserne var meget veltilrettelagt, og der var ingen ventetid. Her kan det danske sundhedsvæsen godt lære noget om logistik."

Også personalets tilgang til patienterne var en god oplevelse:

"Jeg har meget godt at sige om det danske sundhedsvæsen, men der sidder altså nogle læger, der ikke opfører sig ordentligt. Jeg er to gange udvandret fra en samtale, fordi jeg har følt mig dårligt behandlet. I Sverige var jeg ikke bare et personnummer, og jeg fik svar på alle mine spørgsmål."

Anette Riisgaard medgiver, at sproget kan være en barriere.

"Men spørg og læs om operationen på forhånd. Håkan Brorson er vant til danske patienter. Og jeg håber, han får flere."

### Citat fra Hedvig Møller Larsens nye bog:

**"Jeg oplevede virkelig første del af lymfødeme-forløbet som en evig køren i ring i systemet, indtil jeg selv tog over og fik sat lidt styr på det."** Mand, 78 år



# Bispebjerg Hospital søger forsøgspersoner med armlymfødem

Har du lymfødem efter en brystkræftoperation, og vil du være med i et videnskabeligt forskningsprojekt?

Vi ved ikke nok om de mekanismer, der fører til, at nogle kvinder udvikler lymfødem i armen efter at være blevet opereret for brystkræft. Det begrænser mulighederne for at forebygge, for at stille en tidlig diagnose og for at behandle.

Af ukendte årsager vokser fedtvævet i underhuden i områder med lymfødem. Formålet med forskningsprojektet er at undersøge stofskiftet i fedtvævet og forhåbentlig komme lymfødemets gåde lidt nærmere.

Hvis du deltager i projektet, skal du møde fastende på to forskellige dage i november. Du skal afsætte 5-6 timer per gang. Det foregår på Bispebjerg Hospital i København. Du får refunderet dine udgifter til transporten.

Du kan deltage, hvis du:

- Er kvinde
- Mellem 25 og 70
- Har lymfødem i den ene arm efter behandling for brystkræft
- Har haft dit lymfødem i mindst et halvt år, og der er en tydelig størrelsesforskel på dine underarme (mindst 2 cm i omkreds)

Du kan **IKKE** deltage, hvis du:

- Er gravid eller ammer
- Er overvægtig med et BMI på over 30
- Har tilbagefald af brystkræft
- Tager receptpligtig medicin for anden sygdom. Dog accepterer vi medicin mod østrogen
- Har sår eller eksem på armene eller har haft rosen inden for de seneste to år
- Ryger eller har et andet nikotinformbrug

Projektet er godkendt af De Videnskabsetiske Komiteer for Region Hovedstaden  
Hvis du vil høre mere om projektet, kan du kontakte den forsøgsansvarlige læge **Mads Radmer Jensen på 2628 0698 eller på [mads.radmer.jensen@regionh.dk](mailto:mads.radmer.jensen@regionh.dk)**



# Vi skal være meget mere åbne om **senfølger**

Vi taler for lidt om og oplyses alt for lidt om følgerne efter en kræftbehandling. Det mener Garbi Schmidt. Hun blev behandlet for brystkræft i efteråret 2014 og dør nu blandt andet med lymfødeme i højre hånd og arm.

Af Lotte Frandsen



Garbi Schmidt. Fotograf: Ari Michael Zelenko

"Informationsniveauet er ret dårligt. Der var en masse ting, jeg selv skulle finde ud af. Det kostede nogle kræfter, som jeg kunne have brugt meget bedre."

Garbi Schmidt er nu erklæret rask efter syv måneders behandling for brystkræft. Hun fik at vide, at der var noget, der hed lymfødeme, men ikke noget om, hvad det indebar. "Min højre arm blev fire centimeter tykkere end den venstre, og det gjorde ondt. Jeg vidste ikke, hvad jeg skulle gøre ved det. Min praktiserende læge vidste det heller ikke."

Først da smerterne i skulderen blev voldsomme, skete der noget.

"Jeg var ved at gå til, fordi jeg fik infiltrationer i skulderen. Det strammede og gjorde ondt. Så kom jeg endelig på Rigshospitalet og fik hjælp der."

### **Frustrationer over senfølger**

Garbi Schmidt har altid været meget aktiv. Hun arbejder som professor i kultur og sprogstudier på Roskilde Universitet og har været langdistanceløber.

"Da jeg var færdigbehandlet, ville jeg bare have mit gamle liv tilbage. Man siger til sig selv: Nu går du igennem alt det her møg, men bagefter bliver du dig selv igen. Sådan er forventningen. Men det er jo ikke hele historien, og

det er en stor frustration. Når man er i behandling, er der en deadline for den sidste kemokur og den sidste strålebehandling. Med hensyn til senfølgerne er der ingen deadline. Hvor længe bliver det ved? Er det for altid, nogle måneder eller hvad?"

Alle de frustrationer ville Garbi Schmidt gerne have haft hjælp til at takle allerede under sit sygdomsforløb.

"Nogle ting i mit liv har ændret sig på grund af senfølger. Jeg havde gerne set meget mere information og individuel rådgivning og sparring, så jeg havde været bedre forberedt. Det er ikke noget urimeligt krav."

---

## ANNONCE

### **L-DEX til måling af lymfødeme**

En nem og præcis målemetode til lymfødempatienter samt til patienter der er i risikogruppe for at udvikle lymfødeme. Dvs. patienter der har fået fjernet lymfekirtler i forbindelse med operationer.

Metoden er ny i Danmark, men afprøvet og anerkendt i Australien. De første 10 patienter der melder sig på:

Mail: [ah@hhfys.dk](mailto:ah@hhfys.dk)

Får tilbudt en måling gratis.

Ring eller skriv for yderligere information.

HOSTRUPS HAVE FYSIOTERAPI VED/ANNE HJORDT  
HOSTRUPS HAVE 40,1. TV.  
1954 FREDERIKSBERG C

## Physiomed

Physiomed er et tysk firma, der producerer udstyr til terapeutisk behandling, heriblandt Deep Oscillation. Deep Oscillation har eksisteret i over 20 år med rigtig gode resultater i udlandet og er nu endelig kommet til Danmark.

## Intramedic A/S

Vi er et kompetent firma med over 20 års erfaring i forhandling af medikoteknisk udstyr. Ønsker du yderligere information eller dokumentation på apparatet er du velkommen til at kontakte os.



Tel: 70 23 61 62

Email: info@intramedic.dk

www.intramedic.dk

## DEEP OSCILLATION

**Unikt apparat til behandling af lymfødem og fibrose**

**Nu bevilliget til borgere i flere kommuner!**



- Reducerer ødem og fibrose
- Virker på både primær og sekundær lymfødem
- Reducerer smerte og fremmer helingsprocesser
- Mulighed for hjemmebehandling med det håndholdte apparat
- Meget effektivt, skånsomt og nemt at benytte
- Intet tryk eller varmedannelse ved behandling
- Benytter et elektrostatisk felt til at skabe dybe oscillationer (svingninger) i vævet
- Klinisk valideret og patenteret teknologi
- Videnskabelig dokumenteret effekt

# JOBST Relax

## strømpen til søvn og hvile



Det "ujævne" materiale har en positiv effekt på vævet, ødemet og lymfecirkulationen.

Strømperne er special- og fladstrikkede, hvilket sikrer optimal pasform.

Naturligvis er kompressionen gradueret.



### JOBST Relax er:

- ◆ Et supplement til dagstrømper
- ◆ Behagelig og have på
- ◆ Nem at tage på
- ◆ ER kølende (strikket i CoolMax-garn)
- ◆ Meget fleksibel - tillader bevægelse
- ◆ Har et flot design



## Tema Aften i Boisen

**Onsdag d. 16. November**

**Kl. 18.30 - 21.00**

**M.P. Bruungade 30  
8000 Århus C**

**Kom ind til Boisen til en inspirerende  
tema aften og prøv den nye**

**JOBST Relax strømpe.**

**Tilmelding på telefon 86206030**

**Senest fredag d. 11. november**

**-Hos Boisen taler vi ikke om service - Vi yder service**

**boisen**  
for vi værner om livskvalitet  
[www.ruthboisen.dk](http://www.ruthboisen.dk)

# DALYFOs deltagelse i Nordisk Lymfødemkonference i Bergen

Den 9. september – 11. september 2016



*Klar til sightseeing i Bergen.*

*Af Lise Petersen og Else Melgaard*

Det faglige program startede lørdag morgen, hvor **Thorvald Lyngstad** bød os velkommen til konferencen i Bergen. Han indledte med at konstatere, at vi alle i Norden har fælles udfordringer. Vi skal bruge hinandens erfaringer i vort arbejde med at få bedre forhold for lymfødemikerne.

Første indlæg kom fra **Åse Sagen**, som arbejder på Oslo Universitetssykehus, hvor hun har disputeret med en doktorafhandling om lymfødem efter brystkræftsbehandling.

Hun er optaget af, om fysisk aktivitet og træning betyder noget for udvikling af lymfødem.

Hun anbefaler, at man er

fysisk aktiv. Hvor man tidligere har sagt, at man skulle holde sig i helt i ro, hedder det nu fysisk aktivitet uden restriktioner. Man skal begynde forsigtigt, men kan med fordel træne. Forskningen viser nemlig, at fysisk aktivitet mindsker risikoen for lymfødem, og at det øger livskvaliteten for den enkelte. Forskningen har resulteret

i, at man har udarbejdet nye retningslinjer i Norge for brystkræftopererede med lymfødem.

Næste indlæg kom fra **Kristiana Gordon** fra St. Georges Hospital i London, hvor hun er konsulent i Dermatology & Lymfhovascular Medicine. Hun beskæftiger sig bl.a. med primært lymfødem og kom ind på de forskellige former for medfødt lymfødem. Hun gennemgik lymfesystemets funktion og de genetiske forhold. Hun fortalte også om rosen og de andre gener, som lidelsen kan medføre. Der findes mere end 20 forskellige typer af primær lymfødem.

Det kan have endog meget stor betydning at forske langt mere i årsager til lymfødem for at kunne finde frem til forskellige behandlingsmuligheder. Der er allerede nu forskning i USA, hvor man søger at finde medicinsk behandling for enkelte typer af lymfødem – det kan eksempelvis være i tilfælde af et svagt pumpesystem i lymfebenerne. En gentest vil betyde, at man kan få stillet den rette diagnose og dermed målrette behandlingen. I Danmark foretager man ikke gentest i forbindelse med lymfødem.

Den næste foredragsholder var **Johan Sandberg**. Han er ansat på Sykehus Telemark, som var det første sygehus, der kan tilbyde lymfovenøs bypass (LVBP). Sygehuset er det eneste med et aktivt forskningsprogram i lymf-

ødem. Johan Sandberg samarbejder med Rikshospitalet og Ohio State University i USA, som har erfaring med lymfovenøs bypass siden 1960. Ved en operation fører man lymfebenerne til venerne.

Den sidste foredragsholder var **Randi Fritsvold**, som er tidligere medlem af sentralstyret i Norge. Hun har i de sidste år været ansvarlig for NLF's Barneleir. Formålet med opholdet er at øge kendskabet til lymfødem, deltage i aktiviteter og modtage behandling. Hele fami-

lien kan deltage. Behandlingen er gratis. Der gives støtte fra NLF, Danske Bank, Vestfold Lymfødemforening, BUF Ekstra Styrelsen og Prinsesse Märtha Louises Fond. Erfaringen viser, at deltagerne får bedre kendskab til lymfødem og får etableret et socialt netværk. Næste børnelejr afvikles i uge 25 i 2017. Der skal søges inden 01.02.2017. Hvis man er interesseret i at deltage, kan man henvende sig til Lise Petersen: [lisepetersen47@dlgtele.dk](mailto:lisepetersen47@dlgtele.dk) eller 51 88 85 63.



*Dejlifrokost i Bergen.*

Efter foredragene var der frokost og efterfølgende en guidet tur igennem Bergen, hvor **Marit Helene** viste os nogle af byens seværdigheder.

Om aftenen var NLF vært for en spændende middag på Fløien Folkerestaurant, hvor der var en pragtfuld udsigt over byen.

Søndag gav **Thorvald Lyngstad** en beskrivelse af Norges aktiviteter:

- Norge har også problemer med at få nye bestyrelsesmedlemmer samt at øge medlemstallet.
- Der er gratis behandling og kompressionsmateriale.
- Norge vil også have fokus på lipødem ligesom Sverige, så det vil være nødvendigt at ændre foreningsnavnet.
- Man er i gang med en ny DVD om lymfødem. Den er snart færdig.

**Margareta Haag** fra Sverige vil undersøge muligheden for at deltage i Norges Børn og Unge lejr. Sverige har 25 børn under 18 år, som er medlem af SÖF.

Hun foreslog, at vi markerer international lymfødemdag den 6. marts, som man gør i visse andre lande.

I Sverige er man i gang med en DVD om egenbehandling. De har tillige holdt nordisk lymfødemåned i september. Det var hårdt arbejde, som de ikke er sikker på, de vil gentage.

Juni måned var lipødemåned i Sverige.

Formanden fra Færøerne **Eydbjorg Djurhuus** kunne fortælle, at deres forening har 67 medlemmer, men 300 patienter bliver pt. behandlet på Færøerne. Til næste år har de kun én lymfeterapeut. Det vil give store behandlingsproblemer.

Færøerne har indledt et samarbejde med Kræftens Bekæmpelse.

Turen til Bergen var veltillrettelagt. De spændende foredrag gav en udmærket indsigt i, hvad der rører sig. Vores deltagelse i mødet har givet inspiration til vores videre arbejde i DALYFO. Vi skal hjem og drøfte, om vi for eksempel kan få vores Videnscenter på Bispebjerg til altid at gøre opmærksom på patientforeningen DALYFO. I Sverige har man en aftale om, at der altid gøres

opmærksom på SÖF, når man får diagnosticeret lymfødem. Derudover skal vi tage stilling til, om vi vil markere den internationale lymfødemdag i marts. Vi skal drøfte børn/ungearbejde – skal vi deltage i børnelejr i Norge? Vi fik også ideer til, hvordan vi kan blive mere synlige. I Sverige har man et lille plastikkort, hvorpå der står, hvor man har ødem.

Nordmændene nævnte i deres fremlæggelse, at de ligesom Sverige også vil have fokus på lipødem. Vi skal have kontakt til vores lipødemikere og høre, hvad de gerne vil. Så der er noget at gå i gang med.



*Bergen er en smuk by med mange seværdigheder.*



**A CLINICAL AUDIT TO DEMONSTRATE THE USE OF A  
NEGATIVE PRESSURE (PhysioTouch®) DEVICE IN AN MLD SEQUENCE  
TO IMPROVE BOTH CLINICAL AND PATIENT  
PERCEPTION TREATMENT OUTCOMES**

Mrs Justine C Whitaker RN, MSC. Senior Lecturer, University of Central Lancashire, UK.  
Director & Nurse Consultant, Northern Lymphology Ltd, UK

Manual Lymphatic Drainage (MLD) using the therapist's hands is a longstanding world recognised treatment for Primary Lymphedema. (WHO, 2010). However, hands lack the ability to 'lift the skin' to alter pressure sufficiently to allow congested tissue to drain. Negative Pressure is widely used in open wound management to drain tissues and enhance healing. (Schintler, 2010).

PhysioTouch was used on four consecutive days to perform the Casley-Smith MLD method. The lady completed a simple patient self-reported rating scale questionnaire on skin, tissue, visual improvement and range of movement. Limb volumes were recorded using the 4cm tape-measure technique (ISL,2013).

The change in excess limb volume and reduction in absolute limb volume expressed as a percentage was recorded. (Williams & Whitaker, 2015). The change in excess limb volume was 39% and absolute limb volume was 5%. The patients evaluation showed improvement in all areas questioned and comments noted were very positive.



***PhysioTouch® er det nye navn for effektiv Lymfødeme behandling  
– tidligere LymphaTouch®***

Se videoerne fra behandling af Unilateralt arm og ben lymfødeme på Youtube.dk

Søg: Ben lymfødeme: *Vanskelige ødemer*; Arm lymfødeme: *LymphaTouch Fysiodema*

For yderligere information:

[info@fysiodema.dk](mailto:info@fysiodema.dk) eller ring til 20412363 [www.fysiodema.dk](http://www.fysiodema.dk)

**3M™ Coban™ 2**  
**2-lags kompressionssystem**  
Intensiv lymfødeterapi



## Et banebrydende gennembrud for patienter og behandler

- Klinisk effektiv reduktion af volume, med kun 2 ugentlige bandageringer
- Høj komfort, mobilitet og funktion giver patienten mulighed for at opretholde en normal hverdag
- Mindsker tidsforbruget til bandagering for både patient og behandler



"Jeg følte bare, at mit ben var så let, så jeg glemte helt, at jeg havde bandagen på. Det var nemmere at lave ting. Jeg vil aldrig tilbage til den gamle bandage."

– Patient P7, Canada<sup>1</sup>

"Det har virkelig overrasket mig. Da jeg fik bandagen af forleden dag, sagde jeg: "Se - jeg har knoer på min hånd!" Dem har jeg ikke set i 15 år."

– Patient P5, Canada



Ms. G, tidligere brystkræftpatient og lymfødempatient, viser fleksibiliteten og funktionen af 3M™ Coban™ 2 kompressionssystem.



# Vil du med på behandlingstur til Sydspanien?

Helhedshuset Aku-One arrangerer i samarbejde med DALYFO en behandlingsrejse til Marbella i det sydlige Spanien. Det bliver en uge med individuel behandling, træning, aktivering og undervisning.

Af *Lotte Frandsen*

Lise Moeslund Bender fra Helhedshuset Aku-One i Silkeborg ser mange patienter med lymfødeme i sit daglige arbejde som akupunktør, og det har inspireret hende til arrangere en behandlingstur. Det bliver en uge med fokus på det hele menneske med en kombination af mindfulness, akupunktur, massage, kostråd, zoneterapi, yoga, træning og gode råd til, hvad man kan gøre derhjemme i sin hverdag.

”Jeg er optaget af, hvor langt vi kan komme, når vi gør noget for både krop og sjæl gennem en hel uge.”

Alle starter med at få stillet en kinesisk diagnose, der især tager udgangspunkt i tungen og pulsen. I følge en 5000 år gammel kinesisk videnskab kan netop pulsen og tungen afspejle kroppens tilstand. Ud fra den diagnose får hver enkelt lagt en plan for, hvad der er godt for netop ham eller hende.

”I Helhedshuset har vi en holistisk og individuel tilgang til vores patienter. Det er gået tabt i vores vestlige system, og vi oplever mange, som ikke bare vil puttes i en kasse, men som efterspørger mere individuel behandling.”

Lise Moeslund Bender understreger, at opholdet ikke er ren afslapning.

”Man skal yde noget i den daglige træning, selvfølgelig alt efter hvilket niveau man har. Det bliver der taget hensyn til.”

## Fakta om turen

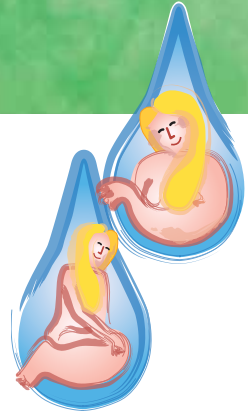
- Finder sted 24. februar – 3. marts 2017 i Marbella i Sydspanien på et familiedrevet resort
- Der deltager 8 behandlere fra Helhedshuset Aku-One
- Der er 20 pladser, som alle skal være besat, for at turen bliver gennemført
- Prisen bliver cirka 9.900 kroner alt inklusiv, dog undtaget forsikringer
- Der er afgang fra Billund
- Man tilmelder sig på [kontakt@aku-one.dk](mailto:kontakt@aku-one.dk)
- Tilmeldingen er bindende og skal ske inden 1. december
- Ved tilmelding betales et depositum på **3.900** kroner på reg. nr.: **7739** kontonummer: **1551205**
- Restbeløbet på 6.000 kroner skal betales senest 15. december
- DALYFO giver 2000 kroner i tilskud til deltagende medlemmer

Du kan ringe til Lise Moeslund Bender på **26 70 25 91** for yderligere information



## DALYFO inviterer til møde for alle, der vil vide mere om **lymfødem**

**Møderne afholdes lørdag 12. november 14.00 – 17.00**



Mødet øst for Storebælt afholdes i Kræftrådgivningen, Center for Kræft og Sundhed København, Nørre Allé 45, 2200 København N

**14.00 - 15.30 Anne Mette Møller**, sygeplejerske og zoneterapeut

Anne Mette Møller har i mere end ti år arbejdet med zoneterapi i forbindelse med lymfødem. Hun er optaget af, hvorfor visse kvinder udvikler lymfødem efter en behandling for brystkræft, mens andre ikke gør. Hun vil fortælle om sine behandlingsmetoder og komme med gode råd til lindring og forebyggelse.

**15.30 - 17.00 Hedvig Møller Larsen**, sygeplejerske og forfatter

Hedvig Møller Larsen er aktuell med en bog, der beskriver livet med lymfødem efter en kræftbehandling. Hun har interviewet 20 personer, der fortæller deres personlige historie om at være helbredt for en alvorlig sygdom, men alligevel ikke være helt rask.

Hun håber, at bogen vil bidrage til at sætte politisk fokus på lymfødem.

Busserne 6A, 42, 150S og 184 går fra Nørreport Station og holder mindre end 100 meter fra indgangen.

Der er ikke gode parkeringsmuligheder, hvis man kommer i bil.

**Tilmelding til Lise Petersen på: [lisepetersen47@dlgtele.dk](mailto:lisepetersen47@dlgtele.dk) eller 51 88 85 63**

Mødet vest for Storebælt holdes på Sundhedscentret, Kolding Sygehus, Skovvejen 2 A, 6000 Kolding

**14.00-15.00 Desire Jensen**, lymfeterapeut

Desire Jensen er lymfeterapeut på Aabenraa Sygehus. Hun vil fortælle om lymfødembehandling, herunder egenbehandling og give gode råd om motion specielt for lymfødemikere.

**15.30 - 17.00 Lis Meng**

Lis Meng vil undervise i qigong. Det er en motionsform, der kombinerer fuld kropstræning med mindfulness. Qigong styrker og afslapper krop og sind.

**Tilmelding på [info@dalyfo.dk](mailto:info@dalyfo.dk) eller til Annagrete Kristensen på 40 27 28 24**



Foreløbigt

# PROGRAM for DALYFO's Workshop 2017

## Sinatur Hotel Storebælt

### Østerøvej 121, 5800 Nyborg

**TEMA:** Best practice for lymfødembehandling

#### **Fredag den 24. marts:**

Check ind fra kl. 12.00

16.00 – 16.30 Velkomst, præsentation af bestyrelsen

16.30 – Stande

19.30 – Middag og efterfølgende kaffe og socialt samvær

#### **Lørdag den 25. marts:**

07.30 – 09.00 Morgenmad

09.00 – 12.00 Paneldiskussion – med fokus på lymfødembehandling

12.00 – 13.00 Frokost incl. 1 øl/vand

13.00 – 13.45 Samlet gåtur

14.00 – 17.00 Deltagelse i valgte aktiviteter

Yoga

Zumba

Mensendieck

Kaffe og kagebord

18.30 – 20.30 Festmiddag incl. 2 glas vin/øl/vand

21.00 Underholdning samt kaffe og hygge

#### **Søndag den 26. marts:**

Værelserne skal forlades senest kl. 11.

07.30 – 09.00 Morgenmad

09.00 – 10.20 Erfaringsudveksling

11.00 – 12.30 Generalforsamling

12.45 Udlevering af madpakker til hjemrejsen

*Der tages forbehold for ændringer.*

# TILMELDINGSBLANKET

## Undertegnede ønsker at deltage i Workshop 2017

Navn: .....

Adresse: .....

Tlf.nr. .... e-mail adr: .....

..... Jeg har arm lymfødem ..... Jeg har ben lymfødem ..... Jeg har lipødem

Eller andet? .....

## Aktiv eftermiddag: 3 hold a 45 min. fra 14 – 17

..... Jeg ønsker at deltage i yoga

..... Jeg ønsker at deltage i zumba

..... Jeg ønsker at deltage i mensendieck

*Det er mulig at deltage i alle 3 aktiviteter, da holdene er forskudt*

## Vegetarer bedes oplyse:

..... Jeg ønsker vegetarkost inkl. fisk og fjerkræ

..... Jeg ønsker ren vegetarkost

## ..... Jeg ønsker enkeltværelse

(Enkeltværelser tildeles i den rækkefølge, vi modtager tilmeldingen, hvis enkeltværelser er optaget, vil jeg gerne bo i dobbeltværelse)

## ..... Jeg ønsker at overnatte i dobbeltværelse

Angiv evt. navn på værelseskammerat: .....

..... Jeg er dårligt gående ..... Jeg bruger kørestol

## ..... Jeg har ikke tidligere deltaget i workshoppen

Som nyt medlem ønsker jeg en mentor på workshoppen

Prisen for at deltage er pr. person: **kr. 1.250 for enkeltværelse**  
**kr. 1.000 for dobbeltværelse**

Beløbet skal betales, når du modtager e-mail eller brev med girokort sammen med bekræftelsen på, at du er optaget på workshoppen.

For at være sikker på at komme med, må du være hurtig med tilmeldingen, da deltagerantallet er begrænset. Ved tilmelding indenfor tidsfristen vil deltagere, der ikke før har deltaget i workshoppen, have førsteprioritet.

Tilmelding sendes senest den **15. januar 2017** til:

**DALYFO**, v/Lise Petersen, Arent Hansens Vej 3, 3250 Gilleleje

**Tlf.: 48 31 85 63 / e-mail: info@dalyfo.dk**



**JOBST**

Comfort, Health and Style!



**JOBST® RELAX**  
– STRØMPER TIL SØVN OG HVILE



**THERAPIES. HAND IN HAND.**

**BSN** medical

**Afsender**

DALYFO

Arent Hansens Vej 3

DK-3250 Gilleleje



# KALENDER

**KORT OG GODT****12. november**

kl. 14-17

DALYFO inviterer til møde for alle, der gerne vil vide mere om lymfødem.

Det sker i København og Kolding.  
Se invitationerne side 28.

**2017****24. – 26. marts**

kl. 12

Workshop i Nyborg.  
Se det foreløbige program side 29.

**Kontaktperson for  
Lipødemgruppen:**

Merete Louise Østberg  
mereteostberg@hotmail.com  
38 81 12 36

Næste møde i  
**Lipødemgruppen**  
annonceres på  
hjemmesiden  
**dalyfo.dk**

**Lipødemgruppen er  
på Facebook**

Søg på lipødem

