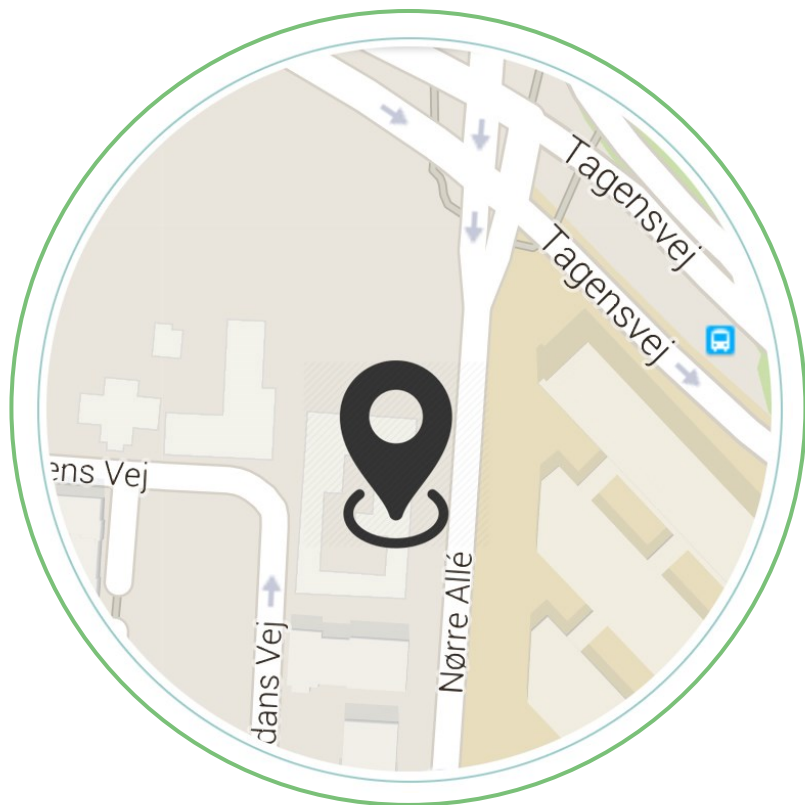


Her finder du os

Kræftrådgivningen
Center for Kræft og Sundhed København
Nørre Allé 45
2200 København N

Tlf.: 82 20 58 05
www.kraeftcenter-kbh.dk



Der er parkering og handicapparkering bag centret i De Gamles By. Der er parkometre i området. Efter kl. 15 er der gratis parkering ved Rigshospitalet.



SENFØLGERFORENINGEN

- Et godt liv efter kræft 

Netværksgruppe for
kræftoverleverede med

senfølger

Vil du være med?



Hvad er Senfølger?

Senfølger er følgevirkninger, der kan komme uger til år efter endt kræftbehandling.

Senfølger kan både skyldes kræftsygdommen og dens behandling. Også psykiske årsager kan spille ind.

Læs mere på www.senfoelger.dk

De mest udbredte senfølger:

- i alfabetisk orden

- **Angst** - uforklarlig angst
- **Depression** - efter endt behandling
- **Diarré eller forstoppelse** - et meget stort problem for patienter der har fået strålebehandling omkring maven
- **Eksistentielle problemer**
 - fx manglende anerkendelse fra familien, arbejdsgiver og socialforvaltning
 - indre tomhed, skyld og skam
 - ensom, ked af det
- **Hedeture**
- **Hukommelsesbesvær**
- **Koncentrationsbesvær**
- **Kunstig overgangsalder**
- **Lymfødem** (væskeophobning)
- **Nerveforstyrrelser** (føleforstyrrelser)
- **Nedsat muskelkraft og bevægelighed**
- **Påvirket eller ophørt sexliv**
- **Slimhindeproblemer**
- **Smerter**
 - som følge af muskelspændinger
 - som følge af nervepåvirkning
 - i form af murren i benene
- **Stikken og prikken i fingre og tæer**
- **Søvnproblemer**
- **Tandskader** - stråler forårsager mundtørhed
- **Træthed**
- **Vandladningsproblemer**
- **Vejrtrækningsproblemer**
- **Vægtøgning eller vægttab**

Livskvaliteten kan blive påvirket af senfølgerne, men vi ved, det hjælper at

- Inddrage familien
- Dyrke motion
- Inddrage sin praktiserende læge
- **Mødes med ligestillede**

I netværksgruppen udveksler vi erfaringer

I netværksgruppen kan man få støtte til at tale om de mange følelser, man har, når man for eksempel mister noget af sin arbejdsevne.

I samværet med andre, kan man støtte og hjælpe sig selv og hinanden ved at udveksle erfaringer, lytte og måske genkende sig selv i fortællingerne.

Vi mødes den 1. torsdag i måneden

Gruppen mødes den første torsdag i måneden
kl. 16.00 - 18.00

Mødestedet er
Center for Kræft og Sundhed København
Nørre Allé 45
2200 København N

Spørgsmål?

Vil du gerne vide mere om gruppen, er du meget velkommen til at kontakte Senfølgerforeningen:

Senfølgerforeningen

Tlf.: 40 44 78 48

E-mail: info@senfoelger.dk