

Netværksgruppe for
kræftoverlevende med
Senfølger

Vil du være med?

www.senfoelger.dk

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.

Rapporterede senfølger:

- Angst
- Angst for tilbagefald
- Arvævsdannelse
- Balanceproblemer
- Depression
- Diarré eller forstoppelse
- Følelsesmæssige problemer
- Følgesygdomme
- Hjerteproblemer
- Hukommelses- og koncentrationsproblemer
- Knogleskørhed
- Kramper
- Lymfødem (væskeansamling)
- Nedsat immunforsvar
- Nedsat muskelkraft og bevægelighed
- Nedsat arbejdsevne
- Nedsat syn
- Nerveskader, smerte- og føleforstyrrelser
- Parforholdsproblemer
- Permanent hårtab
- Rejsningsproblemer
- Rosen
- Seksuelle problemer
- Social isolation
- Smerter
- Spise- og synkeproblemer
- Svært at klare dagligdagsaktiviteter
- Søvnproblemer
- Tandskader
- Tinnitus
- Træthed (fatigue)
- Tørre slimhinder
- Vandladningsproblemer
- Vejtrækningsproblemer
- Vægtøgning/vægttab
- Væskeophobning

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. mandag hver måned

Gruppen mødes den første mandag hver måned – dog ikke januar, juli og august

kl. 18.30 - 20.30

Mødestedet er
Kræftrådgivningen i Esbjerg
Stormgade 65
6700 Esbjerg

Kontakt

Sanne Lund

E-mail: slund4500@gmail.com

Tlf.: 22 31 66 25

Læs mere om senfølger og netværksgrupper for kræft-overlevende på www.senfoelger.dk