

# KURS FOR MENN MED PROSTATAKREFT

## Ord til deg

Vi holder oss så fast  
at hendene våre ikke  
klarer å strekke seg etter  
den gleden vi kunne få  
ved å slippe taket.

M. J. Ryan

Alle trenger hjelp fra alle.

Bertolt Brecht



**Informasjon om kurstilbudet**

# Kurs for menn som har eller har hatt prostatakreft

## Kurset

Opplæring til pasientar og pårørende er ei av spesialisthelsetenesta sine fire viktigaste oppgåver.

Dette kurstilbodet er ein del av opplæringstilbodet for pasientar og pårørende ved Kreftavdelinga i Helse Sunnmøre.

Målsetninga med tilbodet er å fremje sjølvstende og meistring av eige liv gjennom å tilegne seg kunnskaper og informasjon om eigen sjukdom og situasjon samt dele erfaringar med andre.

## Aktuelle tema på kurset

Ein tidligare pasient fortel si historie  
Om prostatakreft, diagnose og behandling  
Urinlekkasje - årsaker og behandling  
Trening, fysisk aktivitet, kvifor?  
Seksualitet og samliv  
Kosthald og ernæring  
Velferdsrettar ved sjukdom  
Prostatakreftforeninga PROFO  
Sjølvhjelp - kva er det?  
Livet etter ei kreftdiagnose

I tillegg til temabaserte førelesningar, blir det anledning til å stille spørsmål og drøfte generelle problemstillingar og erfaringsutveksling.

## Henvising til kurs

Når du går på kurs i regi av spesialisthelsetenesta er dette likestilt med fråvær i samband med behandling/undersøking og kjem difor inn under same regelverket også når det gjeld reiserefusjon.

Viss du ynskjer å nytte deg av dette tilbodet kan legen din på kreftavdelinga eller kirurgisk avdeling tilvise deg til kurset. Då vil du fyrst få ei bekrefting på at du er henvist og står på venteliste. Seinare vil du få ein invitasjon med program, dato og klokkeslett og kvar du skal møte.

## Praktisk informasjon

Kurset går over 3 dagar. Du må betale ein eigenandel/ frikort som ved eit poliklinisk besøk - ein gong for alle kursdagane.

Det vert servert ein enkel lunsj alle kursdagane og betaling for dette kjem på same giroen som eigenandelen/ frikortet - kr. 50,- pr. kursdag.

Viss du ynskjer meir informasjon eller har spørsmål om kurset kan du ta kontakt med:  
Ingeborg Kirkhorn  
tlf: 70106912

