



Suomen Kurkku- ja
Suusyöpäyhdistys ry

UUSI ÄÄNI

KURKKU- JA SUUSYÖPÄPOTILAIDEN TIEDOTUSLEHTI

2
2012





KURKKU- JA SUUSYÖPÄÄN SAIRASTUNEIDEN TIEDOTUSLEHTI

Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry on kurkku- ja suusyöpöpotilaiden yhdistys. Yhdistyksen jäseneksi voi liittyä www.sivuillamme tai tilaamalla toimistostamme liittymiskaavakkeen ja maksamalla jäsenmaksun 20 €

YHDISTYKSEN YHTEYSTIEDOT

Suomen Kurkku- ja
Suusyöpäyhdistys ry
Kolmas linja 29, 00530 Helsinki
Puhelin 09 7318 0630 ja
040 514 6045

Internet: www.le-invalidit.fi
Sähköpostiosoite:
le-invalidit@kolumbus.fi
Lahjoitukset:
Nordea FI19 1745 3000 0827 45

LEHDEN TOIMITUS

Merja Lindqvist

TAITTO

Scanetto Oy, Sari Vainio

PAINO

Savion Kirjapaino Oy

ILMOITUSHANKINTA

Scanetto Oy
puh. (09) 782 097
faksi (09) 782 092

KANSIKUVA

Merja Lindqvist

Sisältö



10 Matkakertomus



10 Pohjois-Savon osaston kesäretki

Puheenjohtajalta.....	3
Tupakkavalistuksesta Yöveden koululla Ristiinassa.....	4
Matkakertomus 26.–27.4.12 pidetystä Kööpenhaminan Pohjoismaisesta pään ja kaulan alueen syöpäkongressista	6
Kyyrönkaita.....	9
Osastojen kuulumisia	10
Osastojen kalenterit	14
Kurssitoiminta vuonna 2013	20
Lomatoiminta vuonna 2013	23
Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry säännöt	26



Kesän jälkeen....

Ilat ja aamut ovat alkaneet olemaan huomattavasti hämäämpiä kuin vielä muutama viikko sitten. Se tarkoittaa sitä, että olemme menossa vääjäämättömästi syksyä ja talvea kohti. Tämä on kuitenkin jokavuotinen ilmiö eikä tule minään yllätyksenä, niin kuin usein kuulee automiesten sanovan ensimmäisistä lumisateista. Ei anneta ilmiön kuitenkaan millään lailla masentaa mieltämme, kyllä se aurinko ja lämpö palaavat sieltä yllättävänkin nopeasti kunhan maltamme hieman odotella.

Kyyrönkaidan toiminta käynnistyi jälleen kevään neuvottelupäivän ja vuosikokouksen jälkeen. Lomaviikot ja sopeutumisvalmennuskurssit, niin suu- kuin kurkkusyöpään sairastuneille keräsivät taas uusia sekä tuttuja potilaita paikalle ja meno tuntui olevan tosi mukavaa kaikilla. Vapaaehtoisten (täysin ammattitaitoisten) talkooporukka uusi hotellirakennuksen katon ja mielestäni jälki oli parempaa kuin palkatulla työvoimalla olisi saatu aikaan, sillä uskon, että heidän työssään oli mukana tunne oman yhdistyksen edusta. Monessa muussakin asiassa ovat vapaaehtoiset olleet ratkaisevana tekijänä, teistä ja teidän jaksamisestanne on syytä olla ylpeä. Omia tapahtumia on syksyllä vielä ”sopparien” jatkotapaaminen, ajan kohta ilmoitetaan myöhemmin.

Yhdistys koki mielestäni jälleen menetyksen, kun Kyyrönkaidan toimistonhoitaja Mervi Manninen jätti teh-

tävänsä viiden vuoden uurastamisen jälkeen. Olisimme mielellämme pitäneet hänet pitempäänkin. Kiitokset Merville, onnea ja menestystä uuteen tehtävään. Kyyrönkaidan toiminta jatkuu ennallaan, toimiston työt hoitaa toiminnanjohtaja. Henkilöstötilanne katsotaan keväällä kun toiminta jälleen vilkastuu kevääseen tultaessa.

Taloudellinen tilanteemme on edelleen kuin ”nuoralla tanssimista”, kuitenkin puolen vuoden kohdalla olemme pysyneet laaditussa budjetissa, ehkä jopa aavistuksen verran positiivisella puolella. Tuotot ovat pienentyneet viime vuodesta, mutta vastaavasti olemme myös pysyneet pienentämään menoja, joten odotellaan ja katsotaan mitä tuleman pitää.

RAY:n hakemukset ensi vuoden toimintaa varten ovat työn alla, budjettikokouksen hallitus piti elokuun lopulla Kyyrönkaidassa. Loppuvuosi odotellaan päätöksiä, joista paljolti riippuu ensi vuoden kurssien ja muun toiminnan toteutuminen.

NAUTITAAN SYKSYSTÄ JA SEN SADOSTA

Lahdessa 2. syyskuuta 2012

Tuomo Mikkonen
puheenjohtaja

***Seuraavan lehden aineiston toimituspäivä 13.11.
Lehden teemana tulee olemaan yhdistyksen 50-vuotinen historia. Toivotaan muistelmia vuosien varrelta.***

2013 ensimmäisen numeron teemana tulee olemaan tukihenkilötoiminta. Tähän numeroon toivotaan kirjoituksia tukihenkilöiltä, tuetuilta sekä hoitohenkilökunnalta.



TUPAKKAVALISTUKSESTA YÖVEDEN KOULULLA RISTIINASSA

Olin vuorollani pitämässä tupakkavalistusta Ristiinan Yöveden koululla keväällä 2012. Samaan aikaan kun Kyyrönkaidassa tehtiin kevätsiivousta ja muita töitä.

Tilaisuuden jälkeen pyysin kahta koulun oppilasta vastaamaan muutamaan kysymykseen, jotka lähetin heille netin kautta ja sain aikaan näin pienen haastattelun sekä oppilaiden näkemyksen tupakkavalistuksesta.



► Kuvassa oppilaat Anni Jauhiainen vasemmalla ja Riikka Koukka oikealla. Tytöt ovat Yöveden koululla oppilaina 9:llä luokalla.

1. Koetko valistustyön tarpeelliseksi?

Anni: Kyllä. Koen, että sen avulla voidaan ehkäistä tupakoinnin aloittamista ja edesauttaa lopettamista.

Riikka: Kyllä. On erittäin hyvä asia, että nuoret saavat tupakkavalistusta. Minusta on vain sääli, etteivät kaikki tunnu suhtautuvan asiaan kovin vakavasti.

2. Pitääkö siihen liittää myös keskustelu alkoholi käytöstä?

Anni: Se olisi hyvä asia.

Riikka: Kyllä. Olin yllätynyt että ikäisistäni nuorista näin suuri osa viettää viikonloppujaan OIKEASTI juomalla. Minusta on kummallista, että niin monet nuoret käyttävät päihteitä vaikka he varmasti ovat saaneet valistusta päihteiden käytön vaarallisuudesta niin koulusta kuin muiltakin tahoilta.

3. Miten koet valistustyön tilaisuutena?

Anni: Tilaisuus oli hyvä varoittava esimerkki. Kun näkee käytännössä mitä tupakka voi aiheuttaa, tupakoitsijat alkavat miettimään suhtautumistaan asiaan eri tavalla. Luennon jälkeen varmaan kukaan ei suhtaudu asiaan välinpitämättömästi.

Riikka: Kokemukseni riippuu melko lailla siitä millainen valistustyö on ollut kyseessä. Parasta valistustyötä on ollut tupakan takia sairastuneiden kertomukset tupakan vaaroista ja polttamisen seurauksista. Toivon, että nämä tilaisuudet ovat olleet tupakoitsijoillekin ”pysäyttäviä” kokemuksia, jotka ovat oikeasti vaikuttaneet heidän suhtautumiseensa tupakkaan.

4. Kuka mielestäsi on sopiva ”valistaja” opettaja, terveydenhoitaja, sairastunut vapaaehtoinen tai joku muu. Kuka se voisi olla?

Anni: Minun mielestäni sairastunut vapaaehtoinen on paras vaihtoehto.

Riikka: Mielestäni terveydenhoitaja tai sairastunut vapaaehtoinen olisivat hyviä valistajia. Uskon, että terveydenhoitajan kanssa nuorten olisi helppo puhua päihteiden käytöstään. Terveydenhoitaja on vaitiolovelvollinen ja hän ottaa nuorten päihteidenkäyttöasiaan kantaa puolueettomasti. Hän ei siis tietenkään rohkaise nuorta päihteidenkäyttäjäksi, mutta ei myöskään tuomitse häntä. Sairastuneet vapaaehtoisetkin sopivat hyvin valistajiksi, heiltä nuoret saavat kuulla ja nähdä mitä päihteiden käytöstä oikeasti seuraa.

5. Millaisessa muodossa valistustyö tulisi suorittaa?

Anni: Nykyisessä muodossaan tilaisuus on hyvä. Mukaan voisi liittää vielä enemmän kertomista sairastuneen omista kokemuksista.

Riikka: Valistustyö pitäisi tehdä nuorten kanssa rauhallisesti keskustellen, ei hyökkäävästi tai kapinahenkeä herättävästi. Nuorta kuunnellen ja hyviä neuvoja antaen. Myös jo aiemmin mainitsemani tupakan takia sairastuneiden henkilöiden kertomukset ovat hyvä tapa valistaa nuorta.



6. Mikä olisi sopiva ryhmäkoko?

Anni: Mielestäni luokka-aste kerrallaan olisi ihan sopiva ryhmäkoko.

Rikka: Ryhmään voisi kuulua neljästä kuuteen henkilöä tai vaihtoehtoisesti vain yksi nuori ja yksi aikuinen. Ryhmässä olevien henkilöiden tulisi mielestäni olla melko vieraita toisilleen jottei heille tulisi tarvetta esittää toisilleen jotain muuta kuin mitä he oikeasti ovat.

7. Kuinka moni kavereistasi polttaa, noin prosenteissa?

Anni: Alle prosenttiin.

Rikka: Ikäisistäni ystävistä ei polta kukaan, enkä osaa sanoa puolitutustani kuinka moni heistä polttaa. Meidän luokallamme ehkä noin kolmannes polttaa.

8. Missä iässä luulet ensi kokeilun tupakoinnissa alkavan?

Anni: Yläasteella (14–16 vuotiaina).

Rikka: Luulen, että ensimmäisen kerran tupakkaa kokeillaan yläkouluun siirryttäessä siinä kuudennella ja seitsemännellä luokalla.

9. Mikä olisi hyvä vastusporkkana?

Anni: Lauluääni huononee, kun aloittaa tupakoinnin.

Rikka: Parhaiten nuoret saataisiin jättämään tupakointi yksinkertaisesti vain näyttämällä heille konkreettisia tosielämän tilanteita joita tupakoinnista on seurannut. Esi-

► Yöveden koulun oppilaita on järjestymässä auditorioon tupakkavalistustilaisuuteen.

merkiksi koulussamme järjestetyt kurkkusyöpöpotilaiden valistustilaisuudet ovat olleet hyviä ajatusten herättelijöitä tupakoitsijoiden keskuudessa.

10. Uskotaanko valistustyöhön kouluissa yleisesti?

Anni: Kyllä.

Rikka: Luulen että uskotaan. Meidänkin koulussamme on järjestetty melko paljon tupakkavalistusta.

11. Onko tupakasta sairastuneen uskottavampaa pitää luentoja?

Anni: Kyllä.

Rikka: Ehdottomasti kyllä.

12. Missä iässä valistus olisi syytä aloittaa?

Anni: Kuudennen luokan oppilaille, heitä tulisi valistaa ennen yläastetta jotta tupakoimisen aloittamisen kynnyks voi kasvaa.

Rikka: Varmaan jo alakoulun kolmannen luokan paikkeilla. Minusta on järkyttävää, että tupakkavalistusta täytyy järjestää jo nuorille lapsille. Kuulemani mukaan jotkut tupakkakokeilut tapahtuvat jo hyvin nuorina.

Kiitän Annia ja Riikkaa hyvistä ja perehtyneistä vastauksista. Tyttöjen vastauksista saamme selkeän kuvan valistustyömme tarpeellisuudesta ja valistusta toivotaan enemmän jopa jakautuen pienryhmiin asti.

Mekin toimimme muutaman vapaaehtoisen voimin ja näin ollen resurssimme ovat rajalliset. Opetussuunnitelma ei kai anna mahdollisuutta uhrata kovin montaa tuntia aiheelle.

Teksti Ossi Haajanen

MATKAKERTOMUS

26.–27.4.12 pidetystä Kööpenhaminan Pohjoismaisesta pään ja kaulan alueen syöpäkongressista

Kuluvan vuoden tammikuun viimeisenä päivänä saimme tiedon, että pään- ja kaulan alueen syöpäpotilaiden syöpäsairaanhoitajina voisimme osallistua yllämainittuun koulutukseen ja tapaamiseen. Yliääkäri Jukka Virtaniemen kehotuksesta asiantuntijaluentoja lisäksi matkalla olisi tärkeitä meidän sairaanhoitajien tavata ja ”kokousta” yhdessä. Lukuisten sähköpostien ja puheluiden jälkeen 25.4.2012 olimme Anne, Mirkka ja allekirjoittanut matkalla Kööpenhaminassa.

Vuosikokous ja sen yhteyteen liittyvä koulutus oli järjestyksessään 23. Tapahtuma on järjestetty vuosittain vuorotellen eri pohjoismaisessa yliopistokaupungissa ja muutaman kerran Barcelonassa. Tänä vuonna kokouksen oli organisoinut The Danish Society for Head and Neck Oncology (DSHHO). Kongressipaikkana oli upea Hotel & Congress Center Tivoli, mikä sijaitsi Kööpenhaminan keskustassa, lähellä Tivoli Gardenia monille tuttua Kööpenhaminan kuuluisaa huvipuistoa.

Kongressiin oli osallistujia kaikista Pohjoismaista yhteensä 222, joista hoitajia oli 88. Paikalla oli runsaasti näytteilleasettajia, postereita ja abstrakteja useista eri maista, myös Suomesta. Päivien puheenjohtajan esittämä avajais- ja tervetulo puhe oli mieluista kuultavaa, koska puheessa tuotiin esille Florence Nightingale ja hänen merkityksellinen elämäntyönsä systemaattisen sairaanhoitajien ammattitaidon- ja tutkimustyön edistäjänä. Korkeatasoiset luennot keskusteluineen olivat keskeinen osa päivien ohjelmaa. Luennoitsijoita oli osallistujamaiden lisäksi Hollannista, Saksasta ja Belgiasta. Aiheet liittyivät kiinteästi pään- ja kaulan alueen syöpiin; uusiin tutkimus- ja seuranta-ajan tuloksiin, epidemiologiaan Pohjoismaissa, HPV-viruksen (B16) esiintyvyyteen ja merkitykseen syövän aiheuttajana sekä siitä miten hoidot vaikuttavat, lähinnä sädehoito ja kirurgia, elämänlaatuun. Kuulimme sairauden ja hoitojen jälkeen esiintyvistä nielemisvaikeuksista ja niiden aiheuttamasta aspiraatio pneumoniasta sekä tupakan ja alkoholin vaikutuksesta sairastumiseen ja hoitojen onnistumiseen. Tulevaisuuden näkyminä mainittiin hoitomenetelmien kehittyminen ja niistä erityisesti sädehoito vielä kehittyneempänä kuin

IMRT-tekniikka tällä hetkellä on sekä robottikirurgia. Päivien päätteeksi nuoret tutkijat (2) palkittiin parhaasta suullisesta esityksestä ja parhaasta posterista.

Pohjoismaiden väestöpohja on 25 miljoonaa asukasta. Tällä alueella uusia pään- ja kaulan alueen syöpiä ilmaantuu vuosittain n. 4000 (kilpirauhassyöpä ei sisälly tähän lukuun). Pään- ja kaulan alueen syöpien esiintyvyys maailman laajuisesti on 7 % kaikista syöivistä. Vähemmän kehittyneissä maissa/alueilla niiden osuus on yli 70 %. Nimenomaan suusyövät ovat siirtymässä Venäjän ja Aasian suuntaan, mukaan lukien Afrikan eteläosat, Intia ja Pakistan.

Tutkimusten mukaan tupakointi on vähentynyt koko väestön keskuudessa Pohjoismaissa, mutta alkoholin käyttö sitä vastoin lisääntynyt kaikkialla muualla paitsi Tanskassa. Pohjoismaista hoitojen laadunseurainta pidetään maailman parhaimpiin kuuluvana.

Ensimmäisen iltapäivän aikana oli mielenkiintoinen ja odotettu esitys paneelikeskusteluineen. Tässä esiteltiin pään- ja kaulan alueen syöpää sairastavan potilaan polku eri Pohjoismaissa ensimmäisestä käynnistä hoitoon sekä seurantaohjelma. Suomesta keskusteluun osallistui professori Antti Mäkitie HUS:sta. Mieleen jäi erityisesti Tanskan malli ”7 working days”. Potilaan ensimmäisestä poliklinikkakäynnistä hoidon aloitukseen saa kulua aikaa seitsemän työpäivää. Tanskalaiset kuvasivat työskentelyään termillä ”Clean table”, mikä tarkoittaa, että kolmena päivänä viikossa poliklinikalla katsotaan uudet syöpäpotilaat. Lääkärit ja hoitajat tekevät kyseisinä päivinä niin pitkän työpäivän, että potilaat saadaan hoidettua, eli heillä on ns. ”puhdas pöytä”. Muissa pohjoismaissa hoitoon pääsyn odotusajat ja seuranta-ajat olivat hyvin samansuuntaiset. Seuranta-ajan tutkimukset olivat myös samankaltaiset, kuvantamismenetelminä käytössä ovat CT, MRI, PET-CT, kaulan ultraääni ja keuhkojen röntgenkuvaus. Seuranta-ajan verikokeista tärkeimmät olivat kilpirauhasen toimintaa kuvaavat verikokeet TSH ja T4-V.

Suunielun-, nielurisan- ja kielen tyviosan syövässä HPV-viruksen (B16) esiintyminen on tyypillistä potilaille, jotka eivät ole tupakoineet eivätkä käytä alkoholia ja



ovat iältään nuoria. Tutkimusten mukaan näissä tapauksissa kemosädehoito eli sädehoidon ja syöpälääkkeen yhdistelmähoito tehoaa hyvin syöpään. Useissa maissa on käynnistynyt keskustelu HPV-rokotteen sisällyttämisestä kansalliseen rokoteohjelmaan. Suomessa on menossa suuri HPV-tutkimus, joka selvittää mm. rokotteen tehoa, sen soveltuvuutta kansalliseen rokotusohjelmaan ja turvallisuutta myös pojilla käytettynä, sillä toistaiseksi rokote on tarkoitettu käytettäväksi vain tytöillä. Jos rokotteen haluaa tällä hetkellä, se on hankittava omalla kustannuksella.

Saimme tilaisuuden tutustua kauniiseen Tivoli Gardeniin kun iltajuhla ja illallinen olivat puistossa sijaitsevassa Ravintola Madklubbenilla. Kauniissa ympäristössä, miellyttävässä seurassa ja leppoisassa tunnelmassa saimme nauttia hyvästä ruoasta, kuulla puheita, nuorisokuoron esittämiä keväisiä lauluja, nähdä sirkuksen taitavia esiintyjä sekä balettitanssijoita. Iltajuhla mukaan lukien päivien anti oli kokonaisuudessaan erinomainen. Kuulemiemme esitysten- ja kokemusten perusteella tulimme siihen tulokseen, että pään- ja kaulan alueen syöpäpotilaiden syöpäsairaanhoitajina meidän oli tärkeää osallistua tähän koulutukseen. Saimme kuulla hoitoon osallistuvien alansa johtavien lääkäreiden kanssa samaa asiaa ja vaihtaa ajatuksia heidän kanssaan taukojen aikana. Syöpäpotilaiden hoitotyössä uuden tiedon hankkiminen, tietojen päivittäminen ja kokemusten vaihtaminen on välttämätöntä yhtenäisten hoitokäytäntöjen kehittämiseksi ja ylläpitämiseksi. Pidimme ensiarvoisen tärkeänä tapaamista ja yhdessä olemista meidän syöpäsairaanhoitajien kesken. Tällä matkalla moni ”puhelintuttu” sai kasvot. Saimme myös vertaistukea ja työohjausta toinen toisiltamme. Tällä kertaa matkastamme puuttuivat Marjo Helsingistä ja Seija Turusta, mutta ehkäpä tulevaisuudessa tavataan isommalla joukolla.

Teksti Ulla Räisänen, KYS
Anne Ollgren, TAYS
Mirkka Jylhä, OYS

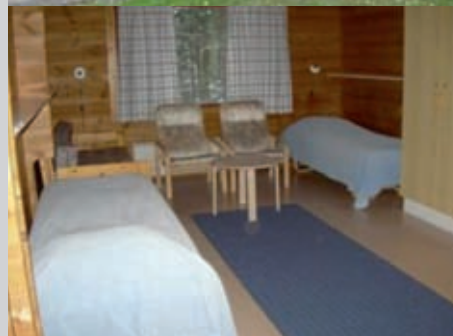
Haluatko viettää omatoimisen loma Kyyrönkaidassa

Kyyrönkaidan kurssikeskus sijaitsee kauniilla paikalla kirkasvetisen Kaitajärven rannalla Ristiinassa. Ympäriällä on eteläsavolainen, runsas luonto, kirkkaat vedet ja jylhät maisemat. Kohde sijaitsee aivan valtatie 13 varrella, Mikkelistä 35 km hyvien bussiyhteyksien varrella, pysäkillä matkaa noin 200 m.

Vuokraamme mökkimajoitusta 4 tai 5 hengen huoneistoissa

- mökeissä tarvittava varustus ruoan valmistamiseen
- myös lisävuodemahdollisuus
- huoneistoissa kaksi huonetta, joista pienemmässä minikeittiö, liesi, jääkaappi, mikro ja kahvin- sekä vedenkeitin

Lomaviikon hinta jäsenille 250 euroa ja muille 300 euroa. Hintaan sisältyy liinavaatteet ja mahdollisuus saunomiseen keskiviikkona ja lauantaina. Lisävuode 20 euroa. Saunavuoro ja mahdollisuus varata tuntiveloituksella.



IHMISSUHTEET

*Tuhlaammeko turhuuteen liikaa aikaa,
elämässä joka voisi olla kaunista taikaa.
Tärkeimmän usein unohdamme,
ystävämme ja rakkaamme,
toivoen että aika parantaa haavamme.*

*Ihmissuhteita ei voi rahalla ostaa,
täytyy muistaa myös toisia kunnioittaa.
Kannustavia sanoja ja tekoja,
auttamista ja huolehtimista toisista.*

*Kaikki kohtuullisuus on kaunista,
mutta kohtuuttomuus ei asiaa paranna..
Pienistä pisaroista syntyvät purot ja joet,
kauniista sanoista syntyvät suuret teot.*

*Kohtuuden ymmärrys vielä kyllä kestää,
kieroilua on vaikeampi ymmärtää, väistää.
Kauniiden sanojen sanominen on vaikeaa,
helpompaa on seurata väärintekijää
totuutta ja oikeutta on vaikeaa myöntää.*

*Helpompaa on tehdä kiusaa ja vääryyttä
kuin olla vääryyttä näkemättä.*

Juhani Antikainen, Kuopio

korva-nenä-
kurkku

Kosteuslämpövaihtimet



Provox® XtraMoist HME

- tarkoitettu jatkuvaan käyttöön
- vaihdetaan vähintään kerran vuorokaudessa
- kosteuttaa hengitysteitä paremmin vähentäen liman eritystä

Provox® XtraFlow HME

- tarkoitettu käytettäväksi rasituksen aikana vähentämään hengitysvastusta

Provox® Micron HME

- suojaa tehokkaasti erilaisilta ilmassa leviäviltä viruksilta ja bakteereilta
- hengitysvastus kuten XtraFlow HME:llä

Kaikki ihonvärisiä.

uusia innovaatioita hoitotyöhön

Steripolar

Puh. 09 417 606 00, fax 09 417 606 90
www.steripolar.fi

ISO 9001:2008, ISO 14001:2004



Vierailupäivä Kyyrönkaidassa

Torstaina 12.7.2012 teimme antoisan kesäisen retken Kotkan korvapoliklinikalta kuntoutuskeskus Kyyrönkaitaan. Olimme vuosia asiasta puhuneet alueemme aktiivisten tukihenkilöiden Niemen Anitan ja Karin kanssa. Esimiehemme Anu Lonka mahdollisti meille reissun ja matkaan lähdettiin kolmen hoiturin kera. Sisko Kalströmin, Mari Uddin ja Liisa Gåsman suuntasivat aamusta matkaan kohti Mikkeliä.

Vastassa meitä oli tutut Anita ja Kari Niemi, sekä toiminnanjohtaja Merja Lindqvist ja Ossi Haajanen.

Saimme asian tuntevan esittelyn keskuksen toiminnasta, ”tilukset” tarkastettiin. Puitteet ovat aivan huppeat järvimaisemissa. Kurssitoiminta on menneinä vuosina ollut varsinkin vilkasta, harmillista oli kuulla että, Kelan kriteerien koventumisesta sekä kurssitoiminnan supistumisesta, onhan niin moni saanut vertaistukea, asiantuntevaa tietoa kurssien aikana. Todella mukava yllätys oli että Klinikamme potilaita oli samaan aikaan kurssilla, oli antoisaa nähdä toipumisen vauhti ja iloiset ”nappikurkut”perheineen paikalla.

Päivä oli antoisa ja herätti paljon keskustelua ,verkostoitumisesta, hoitohenkilökunnan roolista ohjauksesta, ja mikä tärkeintä, milloin on antoisin aika tietoa saada. Koulutuksen tärkeys uusille työntekijöille, sekä yhteistyö jatkohoitopaikkoihin, poliklinikan henkilökunnan rooli ohjauksessa ja tiedottajana puhutti meitä Olimme suorastaan intoa täynnä, kun mietimme kehittämistä omissa yksiköissämme, meille on tuttua myös vuodeosastohoito keskussairaalassa, siksi päivä antoi paljon

asiakasohjaukseen eväitä. Tärkeäksi nousi syöpäpotilaiden kuntoutus, vertaistuki, sekä hyvä jatkohoito toipumisen kannalta, asiantuntevassa yksikössä.

Kiitos, että saimme tulla!!

Toivomme arvokkaalle toiminnallenne jatkoa ja menestystä!

*Yhteistyöterveisin ”Kotkan tytöt”
Sisko, Mari ja Liisa*





Pohjois-Savon osaston kesäretki

Olimme kevät-talvella keskustelleet ja suunnitelleet retkeä keväälle Tuusniemen Seinävuoren Rotkolaaksoon ja sopineet päiväksi 08.05.2012. Viimein koitti sovittu päivä kirkkaana ja aurinkoisena, oli yksi kevään lämpimimmistä päivistä, kuinkas sattuikaan.

Lähdimme aamupäivällä noin klo 10.00 kahdella autolla Kuopiosta. Puolet naisia ja puolet miehiä, kaikkiaan 6 henkilöä, sama tuttu porukka joka on ollut ja pitänyt yhtä useita vuosia. Muutama ei päässyt

lähtemään mukaan esteiden takia. Joukkoomme liittyi perillä vielä yksi ystävämme, luonnonystävä eränkävijä Kaavilta. Saavuimme Seinävuoren kauniille ja siistille leiripaikalle noin klo 11.00. Paikka on vielä suhteellisen tuntematon kauniine maisemineen Suomessa. Tuskin menee kauankaan, kun ihmiset huomaavat netistä tietoa paikasta.

Leiripaikalla on kaunis osittain avonainen hirsirakennus, jossa on keskellä betoninen ympyrän muotoinen nuotiota varten rakennettu paikka, kahvinkeittoa ja kaikkien muiden herkkujen valmistamista varten.



Majassa penkit kiertävät ympyrän muotoisen majan seinustoja ja majan edessä on paksuista hirsilankuista rakennettu pöytä penkkeineen.

Nuotio rakensi metsässä viihtyvä Heikki suurella ammattitaidollaan, huomasi että mies on samoillut Lappia kesäisin ja talvisin, viipynyt ja yöpynyt rakovalkeilla usein. Naiset olivat laittaneet mahtavat eväät mukaan, niin kuin kokouksissa kuukausittain on aina ollut läpi talven. Aloimme kahvin keittelyn mustakylkisillä pannuilla, joista huomasi että pannut olivat mustuneet nuotioilla ja rakovalkeilla kahvin keitossa. Odotellessamme kahvin kiehumista, aloimme samalla räiskäleiden paiston, joka on aina oma ohjelma numeronsa ja jossa on myös omat rituaalit. Naiset laittoivat pöydän koreaksi, pöydästä löytyi kaikenlaista hyvää, savukalaa, tuulihatuja, lakkahilloa räiskäleille, vain jotakin mainitakseni.

Nautimme pöydän antimista ja joimme pannukahvia, emme olleet enää muistaneetkaan kuinka hyvälle maistuu pannukahvi pitkästä ajasta, pienine savun tuoksuineen, aromeineen, makuineen.





Seuraavaksi lähdimme pitkospuita pitkin lampea ympäri kiertämään Rotkolaakson Seinävuorelle, matka oli noin 3 km pitkä, sopivan pitkä ainakin minulle ja varmaan lähes kaikille muillekin. Lampi on kaunis tummine vesineen ja kaislikko rantoineen, joitakin pieniä jäälauttoja odotti vielä sulamistaan lammessa. Lampi ei ole suuren suuri, mutta siinä on kuulemma paljokin hyvänkokoisia kaloja, etupäässä tummia ahvenia, enimmäkseen siellä käy talvella pilkkijöitä, olisi varmaan kiva kokeilla joskus mato-onkea ja paistaa kalat nuotion loimussa halstarissa. Polku jatkui pitkospuiden jälkeen todella mielenkiintoisena, kallioisena. Reitin varrella oli erilaisia erikoisen näköisiä puita ja sammaleita, kaikkea mitä retkeilijä retkeltään haluaa ja kaipaa. Olipa reitin varrella kelokin, johon tikka oli hakannut päänsä kipeäksi. Itse Rotkolaakson huipulle kiipeäminen oli todella vaivan ja näkemisen arvoinen tapahtuma. Jääkauden aikaiset pystysuorat kallioseinät rotkoineen ja vesi joka vuolaana syöksyy rotkoa pitkin lampeen, laittaa ihmisen miettimään omaa pienuuttaan, täällä vielä pilaamattoman luonnon keskellä.

Paikkaa voi hyvällä syyllä suositella kaikille jotka haluavat nähdä Pohjois-Savossa näkemisen arvoisen luonnon tilassa olevan paikan. Rotkolaakso Seinävuori Tuusniemi, laittakaapa osoite ja nimi mieleen. Paikalla on käynyt jo noin 5000 ihmistä vuosien varrella. Suurin osa meistäkään ei ollut kuullut paikasta, vaikka olemme lähes paikkakuntalaisia.

Reitin kierrettyämme saavuimme lähtöpaikkaamme makkaran paistoon. Mikä voisikaan maistua paremmalle kuin itse paistettu makkara nuotiolla avotulen loimussa ja koivunmahlasta ja viinimarjoista valmistettu mehu. Seurustelimme syödessämme kaikesta maailman menosta väsyneinä mutta tyytyväisinä, nauttien samalla iltapäivän auringosta. Retkellä kukaan ei muistanut sairauttaan, joka olikin yksi retken

virkeistävä tarkoitus, se toimi. Sovimme syksyisestä tapaamisestamme kokouksessa ja lähdimme iloisiinmielin ajelemaan kohti kotia. Päivä, retki oli kaikkiaan erittäin onnistunut. Laitamme tähän joitakin kuvia mukaan näytöksi Rotkovuoresta kävijöineen.

Teksti Juhani Antikainen
porukan puolesta



Korjaamme ja huollamme

- mittaristot
- ajotietokoneet
- näytöt
- ABS yksiköt
- lämmityslaitteet
- ym. korjaukset

Vasaratie 9, 65350 VAASA ☎ 0400-514 524



PL 43, 00501 HELSINKI
puh. 0207 229 440

TURUN HAMMASLÄÄKÄRIKESKUS OY

Hämeenkatu 2
20500 TURKU
puh. (02) 2333 778



Sampsankatu 4 B, 20520 TURKU
email: rt@renotech.fi, internet: www.renotech.fi
puh: 010 830 1600, faksi: (02) 254 3745

- Palosuojatuotteet
- Akustiset lattiat
- Kipsikoristeet
- Kivijäljitelmät
- Erikoismaalaukset
- Lyöntimetallipinnoitukset
- Tiivistysmassat
- Lattiamassaukset



POHJOIS-SUOMEN OSASTON RAAHEN REISSU 21.4.2012

Aarne ja Hilja odottivat meitä "kyytiläisiä" linja-autoaseman parkkipaikalla. Mahduttiin kaikki samaan autoon, kun meitä lähtijöitä oli vain viisi. Matka meni oikein nopeasti. Me valitelimme vaivojamme Eijalle, sihteerillemme. Eija on sairaanhoitaja ja työskentelee KNKT:n poliklinikalla. Hänestä on paljon apua.

Raahessa meitä oli vastassa ABC:n huoltoasemalla, Markku ja Aino. Siellä me sitten söimme ja täytimme vatsamme, kukin mitä halusivat. ABC:n huoltoasemat ovat meille "sosesyjille" hyvä paikka. Netin mukaan ABC-ruokalot soseuttavat ruuan, jos pyytää.

Ruokailun jälkeen teimme tutustumisajelun Raahen. Meidän autossa oli Markku oppaana. Oli kiva nähdä Raahelta miltä se tänä päivänä näyttää. Perämerenranta oli raivattu ja kaavoitettu tonteiksi. Sinne oli rakennettu komeita, isoja omakotitaloja. Ja vielä monta tonttia odotti rakentajaa. Raahen keskusta oli aivan erilainen, miten minä sen muistin. Muistoissani oli vanha Raahelta, jota me myös nyt nähtiin. Olin käynyt siellä pikkutyttönä perheeni kanssa katsomassa isäni, kahta vanhaa tatiä. Tädit olivat vuodepotilaita ja heillä oli hoitaja kotona. Vanhat tädit olisivat tänä päivänä sataviisikymmentä vuotiaita, jos vielä eläisivät.



Seuraavaksi me kahvitelimme Raahen alueen Pohjois-Suomen syöpäyhdistyksen huoneistossa. Kahvinkeittäjänä oli Aino, joka oli keittänyt kahvia täällä monia kertoja. Tarjoilua oli runsaasti. Raahelaiset tarjosivat meille ja meillä oli Oulun tuliaisena myös tarjottavaa.

Harmi, että Raahen alueen suu- ja kurkkusyöpäpotilaita oli paikalla vain vähän. Oli mukava tavata Aria. Olin ollut Arin kanssa sopeutumisvalmennus leirillä noin kaksikymmentä vuotta sitten. Ari on ollut onnekkaampi kuin allekirjoittanut.

Porukalla oli mukava keskustelu ja kahvitaukio. Vaivojamme lisäksi meillä oli paljon muutakin juteltavaa.

Markku Mikkola, joka on meidän "vertainen", on Raahen alueen syöpäyhdistyksen puheenjohtaja ja Aino on

TOIMINNANJOHTAJA OLI MEIDÄN VIERAANA VILLA TOIVOSSA 7.6.2012

Kun menin vieraamme kanssa Villa Toivoon, niin siellä jo parkkipaikalla meitä odotettiin ja porukkaa alkoi äkkiä tulla lisää. Ajattelin, että mitenkähän tästä selvitään.

Mutta ei hätää. Porukassamme on monta toimeliasta naista. Äkkiä oli keittiössä kahvipannut tullella ja tarjottavat pöydällä esillä. Kahvihammasta jo monella pakotti. Monella oli pitkä matka takana. Aloitimme tapaamisemme piirakkakahvin kera.

Sen jälkeen puheenjohtaja toivotti kaikki lämpimästi tervetulleiksi ja esitteli vieraamme toiminnanjohtaja Merja Lindqvistin. Kaikki eivät olleet ennen Merjaa tavanneetkaan. Merja kertoi meille yhdistyksen rahatilanteesta ja Helsingin toimiston vesiremontista. Raha-automaattiyhdistykseltä oli saatu vähemmän rahaa leireihin ja leirien maksu oli noussut.



Keväällä oli ollut niin vähän hakijoita, että leiri oli jouduttu perumaan. Toivottavasti leiri onnistuu syksyllä. Vesiremontista tuli paljon lisätyötä Merjalle. Osa papereista ym. tarvikkeista vietiin Kyyrönkaitaan ja Merja työskenteli siellä. Remontin valmistumisen jälkeen sama homma piti tehdä uudelleen. Siinä oli kova työ, kun toimisto piti järjestää uudelleen. Onneksi Merja sai avukseen muutaman vapaaehtoistyöntekijän. Kiitos heille siitä.

Tämän jälkeen lähdettiin ulos grillaamaan makkaraa. Onneksi ulkona paistoi aurinko eikä ollut kovin kylmääkään. Nyt me saatiin uusi "makkaramestari". Esa kertoi, että ei hän ollut ennen grillannut makkaraa. Makkaroita oli paljon. Mutta hyvin se Esalla meni. Makkaroilla herkuteltiin perunasaalatin, Haukiputaan maalaisleivän leipoman ohrarieskan, peruna- ja vihersalaatin kera. Vihersalaat-



ti oli tehty luonnosta kerätyin aikneksin. Salaatissa oli voikukan-, mustaherukan- ja suolaheinän lehtiä, voikukan kukkia ja kuusenkerkkää. Kastikkeena oli öljyä ja ihan vähän hunajaa. Jälkiruokana oli kahvikupponen, piirakkapalan kera.

Nyt alettiin jutella porukalla. Paljon oli asiaa ja monia kysymyksiä. Meillä oli mukana kanssamme kannatusjäsen, knkt:n erikoislääkäri, lääkintöneuvos Kalevi Hyryn kangas. Kysymyksemme suuntautuivat asiantuntijalle. Saimme häneltä paljon apua ja tukea. Olemme Hänelle hyvin kiitollisia.

Kiitokset Merjalle Oulun vierailusta. Oli mukava kun kävit meitä katsomassa.

Arpajaisten ja kiitosten jälkeen alkoi keittiön siivous. Voi sitä sekasotkua. Onneksi meillä on niin toimeliaita jäseniä, että sekasotku on äkkiä ohi.

Tuhannet kiitokset saamastani lumikukasta. Olette varmaan kuulleet Oulussa olleesta, ennennäkemättömän suuresta kaatosateesta. Lumikukka ei kyllä siitä sateesta tykännyt.

Teksti Eeva Helama

Kuvat Irja Sipilä

toiminnassa myös aktiivisesti mukana. Meille oli opettavainen esimerkki, miten yhdistykselle voi rahaa kerätä. Raahan alueen syöpäosasto oli tehnyt sopimuksen Citymarket tavaratalon kanssa. Tiettyinä päivinä, voi joku jäsen seisoa muki ja mainos kädessä. Kyltissä kerrotaan mihin tarkoitukseen rahaa kerätään.

Tuhannet kiitokset Markulle ja Ainolle. Meillä oli todella mukava reissu.

Kiitokset myös Aarnelle "kyytihomma". Aarnen kyydissä on turvallista matkustaa ja Aarne ja Hilja toivat minut vielä kotiovelle asti.

Teksti ja kuvat Eeva Helama





ETELÄ-POHJANMAAN OSASTO

Kokoukset alla mainittuina päivinä kello 12:00

Seinäjoen järjestöalo
Kauppakatu 1 (toinen kerros)
60100 Seinäjoki

28.9. ja 2.11.

pikkujoulu 14.12. aika ja paikka avoin,
ilmoitetaan myöhemmin

TERVETULOA kaikki osastonjäsenet sekä
muut toiminnastamme kiinnostuneet

Osaston yhteyshenkilöt

Rauni Käpynen
puheenjohtaja, tukihenkilö suunalue
Luomanranta 2 as 23, 60100 Seinäjoki
0400 363 976
rauni.kapynen@netikka.fi

Olli Iso-Tuisku
varapuheenjohtaja, tukihenkilö suunalue
Kiikerinkyläntie 219, 60800 Ilmajoki
0500 268 105
olliisotuisku@gmail.com

Raili Iso-Tuisku
sihteeri, rahastonhoitaja
050 530 8547
raili.iso-tuisku@netikka.fi

Antti Lehtonen
tukihenkilö, suunalue
Kartanotie 2, 62900 Alajärvi
044 557 5440

Kauko Hintsala
kirjeenvaihtaja, tukihenkilö, kurkunalue
Selkätie 276, 61300 Kurikka
040 744 1585
khintsala4@gmail.com

KESKI-SUOMEN OSASTO

Toimintaa osaston alueella kehitellään.

Osastolle kaivataan aktiivisia henkilöitä
vetämään toimintaa.

Yhteydenotot toimistoon puh. 09 7318 0630

KYMENLAAKSON OSASTO

Kokoukset alla mainittuina päivinä kello 16:00

Kuusankoskella tapaamiset
Voikkaan kirkon seurakuntasali
Kirkkokuja 1, Voikkaa

24.9. ja 26.11.

Osaston yhteyshenkilöt

Kari Niemi
puheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue
Riekonpolku 6, 45740 Kuusankoski
kari.niemi@pp.inet.fi

Pentti Rantalainen
varapuheenjohtaja, tukihenkilö suunalue
Rauhankatu 2 A 11, 48100 Kotka
044 021 2351

Anita Niemi
sihteeri, tukihenkilö omainen
Riekonpolku 6, 45740 Kuusankoski
puh. 040 573 1483
anita.niemi@pp4.inet.fi

Anja Mauno
rahastonhoitaja, tukihenkilö omainen
Hakakuja 3 C 30, 54700 Kuusankoski
0400 158 574
anja.maunokumppari81@suomi24.fi



PÄIJÄT-HÄMEEN OSASTO

Vuoden 2012 kokoontumisia

Syyskuussa syksyn aloituspalaveri, aika ja paikka avoin ilmoitetaan myöhemmin

Lokakuun kokoontuminen **25.10.** kello 18:00
paikka Etelä-Suomen Syöpäyhdistys ry,
Hämeenkatu 7, Lahti

Marras- joulukuu yhdistetty palaveri / pikkujoulu,
aika ja paikka avoin ilmoitetaan myöhemmin

Jokaisessa palaverissa käsitellään ja vahvistetaan
seuraava tapahtuma, joten läsnäolo on tärkeä.

Osaston yhteyshenkilöt

Leo Koivisto
puheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue
03 733 4442

Jukka Purho
varapuheenjohtaja
040 514 2635
jukka.purho@suomi24.fi

Tuomo Mikkonen
sihteeri, rahastonhoitaja, tukihenkilö kurkunalue
040 5188 960
tuomo.mikkonen@nic.fi

POHJOIS-KARJALAN OSASTO

Osaston kokoontumisia ja tapahtumia voi
tiedustella osaston yhteyshenkilöiltä.

Kokoontumisien ajankohdat ilmoitetaan
Karjalan Heili järjestöilmoituksissa
(www.karjalanheili.fi)

Osaston yhteyshenkilöt

Toivo Voutilainen
puheenjohtaja, tukihenkilö omainen
044 500 8917

Tomi Karhu
varapuheenjohtaja, rahastonhoitaja
040 567 2473
tkarhu@suomi24.fi

Kaija Voutilainen
tukihenkilö suunalue
040 543 4613

TÄSSÄ ja NYT

*Tähän hetkeen asti olen luullut eläneeni,
vai olenko vain luullut.*

*Olenkohan kasvanut ihmisenä?
Ennen sairauksia olin ollut vain minä itse,
minä, minä, minä.*

*Nykyisin pyrin olemaan mallina toisille,
luoda toivoa,
kuinka sairauden kanssa tulee toimeen,
oppi elämään, tukemaan toisia*

*Olen ollut ammateissa, joihin tauti ei voi
eikä saa iskeä.*

*Sairaudet laittoivat ajatukseni uuteen
arvojärjestykseen.
Nykyisin olen iloinen jokaisesta uudesta aamusta
toisin kuin ennen,
olen oppinut rauhoittumaan, nauttimaan elämästä.
Kun pääsee vaikeimman yli ja ohi, on jo voitolla.
On muistettava että aina on vielä heikompiosaisia
ja heikommassa jamassa olevia.*

Juhani Antikainen, Kuopio



POHJOIS-SAVON OSASTO

Kokoukset joka kuukauden ensimmäinen tiistai kello 16:30

Kokouksetpaikka
Pohjois-Savon Syöpäyhdistys ry
Kuninkaankatu 23b
Kuopio

Vuoden 2012 kokouksia

4.9., 2.10. ja 6.11.

TERVETULOA!

Osaston yhteyshenkilöt

Antti Kantelinen
puheenjohtaja, tukihenkilö, suunalue
Sompatie 7, 70200 Kuopio
040 716 5955

Eskelinen Heikki
varapuheenjohtaja
Taivaanpankontie 1 A 35, 70200 Kuopio
0400 688 973

Marlis Patja
sihteeri
Myhkyrinkatu 4 B 16, 70100 Kuopio
050 545 3415
marlis.patja@dnainternet.net

Tellervo Väänänen
rahastonhoitaja
Kauppakatu 15 D 17, 70100 Kuopio
040 540 4226

POHJOIS-SUOMEN OSASTO

Kokoukset alla mainittuina päivinä kello 17:00

Aleksinkulma, Juhlasali
Aleksanterinkatu 9
Oulu

6.9., 11.10. ja 8.11.

13.12. pikkujoulu, tonttulakki päässä ja pikkupaketti kainalossa

Tarjoilun vuoksi olisi kiva jos ilmoittaisit tulostasi puheenjohtajalle tai sihteerille.

TERVETULOA JOUKKOOMME!

Osaston yhteyshenkilöt

Eeva Helama
puheenjohtaja, tukihenkilö suunalue
08 556 9221, 040 952 4934
eeva.helama@gmail.com

Eija Matero
sihteeri, rahastonhoitaja
syöpätautien sairaanhoitaja OYS, KNKT PLK
08 315 3786
epe.matero@suomi24.fi



SAIMAAN OSASTO

Osasto järjestää tukihenkilötoimintaa ja virkistystä kurkku- ja suusyöpöpotilaille. Virkistystoimintaan kuuluvat mm. kesäretket, teatterimatkat ja perinteinen pikkujoulu Kyyrönkaidassa.

Osasto rahoittaa toimintaansa myyjäisillä ja arpajaisilla. Myyjäistuotteet ovat omaa tuotantoa.

TERVETULOA MUKAAN TOIMINTAAMME!

Osaston kokoontumisia ja tapahtumia voi tiedustella osaston yhteyshenkilöiltä.

Osaston yhteyshenkilöt

Vesa Hujala
puheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue
040 510 1326
vesa.hujala@suomi24.fi

Antti Junnonen
varapuheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue
0400 982 256
anttijunnonen@suomi24.fi

Marja-Liisa Markkanen
sihteeri, rahastonhoitaja, tukihenkilö suunalue
050 590 1149
marja.markka,@suomi24.fi

TAMPEREEN OSASTO

Kokoontumiset alla mainittuina päivinä kello 12:00
Johtokunta kokoontuu kello 11:00

kokoontumispaikka
Voimisteluopisto säätiön kerhuhuone
Väinölänkatu 2
Tampere

15.9., 20.10. ja 10.11.

Pikkujoulun ajankohta ilmoitetaan myöhemmin

Puheterapiaryhmät kokoontuvat TAYS:n Foniatrian klinikalla Z5:ssä parillisen viikon keskiviikkoisin kello 10:30

Suusyöpä: **5.9., 3.10., 31.10. ja 28.11.**
Kurkkusyöpä: **19.9., 17.10., 14.11. ja 12.12.**

Lisätietoja tarvittaessa antaa syöpähoitaja Anne Ollgren puh. 03 3116 5395 (kello 8:00 - 15:00)

Puheterapiaryhmä kokoontuu Kanta-Hämeen keskussairaalassa Hämeenlinnassa alla mainittuina päivinä kello 13:00

18.9., 16.10., 13.11. ja 11.12.

TERVETULOA!

Osaston yhteyshenkilöt

Jukka Pekkanen
puheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue
040 563 5732
jude.pekkanen@gmail.com

Matti Nieminen
varapuheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue
040 772 0248

Sirkka Verälä
sihteeri
0400 739 727
sirkka_m.verala@luukku.com

Marja-Liisa Pekkanen
rahastonhoitaja
050 351 2983
liisa.pekkanen@kotiposti.net



TURUN OSASTO

Kokoukset joka kuukauden toinen maanantai kello 15:00

Kokoukspaikka
Lounais-Suomen Syöpäyhdistys ry
Toiminta- ja palvelukeskus MERI-KARINA
Seiskarinkatu 35
Turku, Hirvensalo

Bussi nro 54 Turun kauppatorin laidalta, pääte pysäkki Meri-Karinan parkkialueella

10.9., 8.10., 12.11. ja 10.12.

16.11. pikkujouluristeily M/S Viking Amorella
Turku - Tukholma
lähtö perjantai aamuna kello 8:45 ja
paluu lauantaina kello 7:35
Lisätietoja ja ilmoittautuminen 15.10. mennessä
Merjalle puh. 040 514 6045

Tervetuloa kaikki osaston jäsenet ja muut toiminnastamme kiinnostuneet

Osaston yhteyshenkilöt

Aino Koivunen
puheenjohtaja, tukihenkilö omainen
Kuovinkatu 12 as 9, 20760 Piispanristi (Kaarina)
0400 700 386

Jouko Kaatrakoski
varapuheenjohtaja, tukihenkilö kurkunalue
Kanslerintie 6 D 92, 20200 Turku
040 482 3290

Merja Lindqvist
sihteeri
Koulutie 5, 21140 Rymättylä (Naantali)
040 514 6045
merja.lindqvist@le-invalidit.fi

Keijo Kulmala
rahastonhoitaja
Häränajajanpolku 3 G 80, 20210 Turku
050 524 9592
keijo.kulmala@dsturku.net

UUDENMAAN OSASTO

Kokoukset seuraavina torstaipäivinä alkaen kello 15:00

Kokoukspaikka
Yhdistyksen toimisto
Kolmas linja 29 (katutaso)
Helsinki (Kallio)

Vuoden 2012 kokouksia

20.9., 4.10., 8.11. ja 13.12. (pikkujoulu)

Tervetuloa kaikki osaston jäsenet ja muut toiminnastamme kiinnostuneet

Osaston yhteyshenkilöt

Teuvo Ylikoski
puheenjohtaja, tukihenkilö suunalue
040 511 0163
teuvo.ylikoski@maastohiihto.fi

Taina Rapanen
varapuheenjohtaja, tukihenkilö suunalue
040 720 2927
trapan@luukku.com

Taru Först
sihteeri
040 725 7076
taru.forst@saunalahti.fi

Kurssitoiminta vuonna 2013

*Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry järjestää
Ristiinassa, Kyyrönkaidan kurssikeskuksessa
kurkku- ja suusyöpää sairastaneille ja läheisille seuraavat kurssit:*

10.–15.6.2013 SOPEUTUISVALMENNUSKURSSI KURKKUSYÖPÄÄN SAIRASTUNEILLE JA LÄHEISILLE

Kurssi on tarkoitettu ensisijaisesti uusille kurkkusyöpäpotilaille ja omaisille. Yhdistyksen sopeutumisvalmennuskurssille osallistuvalla potilaalla ja omaisella kurssi on maksuton eikä edellytä yhdistyksen jäsenyyttä. Hakuaika päättyy 7.5.2013

1.–6.7.2013 SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSI SUUSYÖPÄÄN SAIRASTUNEILLE JA LÄHEISILLE

Kurssi on tarkoitettu ensisijaisesti uusille suusyöpäpotilaille ja omaisille. Yhdistyksen sopeutumisvalmennuskurssille osallistuvalla potilaalla ja omaisella kurssi on maksuton eikä edellytä yhdistyksen jäsenyyttä. Hakuaika päättyy 31.5.2013

KURSSIEN RAHOITUS

Sopeutumisvalmennuskurssien rahoituksesta vastaa Raha-automaattiyhdistys sekä Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry

HAKUMENETTELY

Hakemuslomake on saatavissa Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry:n toimistosta puh. 040 514 6045, verkkosivuilta www.le-invalidit.fi tai Uusi Ääni -lehestä. Hakemukseen tulee liittää epikriisi.

MATKA-AVUSTUKSET

Kurssille osallistuvien matkakulut korvataan 20 euroa ylittävältä osalta juna- ja linja-autotaksoja noudattaen. Omalla autolla matkustaville korvataan 0,15 euroa/km.



Curanda
Paras paikka hampaillesi

Syöpäpotilaiden perus- ja erikoishammashoitoa Turussa ja Helsingissä.

www.curanda.fi

Koivunen Oy

ja

Fixus Kauppiat

Kurssihakemus syöpäpotilaiden sopeutumisvalmennuskurssille

Kurssin tiedot

Kurssin nimi

Kurssin aika ja paikka

Hakijan tiedot

Sukunimi

Etunimet

Henkilötunnus

Puhelinnumero

Sähköpostiosoite

Lähiosoite

Postinumero ja -toimipaikka

Lähiomaisen tiedot

Sukunimi ja etunimet

Puhelinnumero

Sairautta koskevat tiedot

Mitä syöpää sairastatte?

Milloin syöpäsairautenne on todettu?

Onko syöpänne uusiutunut?

Milloin ja millä tavalla sairaus on uusiutunut?

Millaista hoitoa olette saaneet syöpäsairauteenne?

Onko teillä muita perussairauksia?

Mitä lääkkeitä teillä on käytössä?
Milloin teillä on sovittu seuraava tarkistusaika lääkärille syöpäsairautenne liittyen?
Onko teillä joitakin rajoitteita, jotka pitäisi huomioida kuntoutuksessa, esimerkiksi ruoka-aineallergioita?
Onko teillä apuvälineitä käytössänne?
Kuvatkaa, millaiseksi koette terveydentilanne nyt
Perustelut, miksi haette kuntoutuskurssille. Mitkä ovat tavoitteenne kuntoutuskurssille?

Aikaisempi kuntoutus

Oletteko aikaisemmin osallistuneet syöpäkuntoutuskurssille?	<input type="checkbox"/> Kyllä	<input type="checkbox"/> Ei
Mille kurssille olette osallistuneet?	Minä vuonna?	

Parikurssille osallistuvan omaisen/läheisen tiedot

Sukunimi ja etunimet
Lähiosoite
Postinumero ja -toimipaikka
Puhelinnumero

Allekirjoituksella annan luvan tietojeni käsittelyyn kuntoutuskurssista vastaavalle henkilölle sekä muille kurssilla työskenteleville.

Henkilökohtaisia tietojanne käsitellään luottamuksellisesti.

Päiväys

Allekirjoitus



TODISTUS SYÖPÄPOTILAAN SAIRAALAHOIDOSTA

Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry:ltä jäsenetuutena haettavaa hoitopäivä-korvausta varten. Periaatteet hoitopäiväkorvauksen suorittamisesta kääntöpuolella.

Potilaan nimi _____

Osoite _____

Puhelin _____

Pankkiyhteys _____

Diagnoosi _____

**Vuodeosastolla
hoitajaksot** _____

**Poliklinikkakäynnit
myös hammashoito** _____

**Hammaslääkäri
yksityinen/terveyskeskus** _____

Sairaala/hoitopaikka _____

Päiväys _____ / _____ 2012

Allekirjoitus _____
sairaalan/hoitopaikan edustaja allekirjoitus

Nimenselvennys _____ **Puh.** _____

Todistukseen ei tarvitse liittää maksukuitteja. Mikäli hakemus tehdään ilman sairaalan tai hoitopaikan allekirjoituksia liitteeksi kopio laskusta tai hoitopaikan selvitys käyntikerroista.

Hakemus lähetetään Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry:n toimistoon yläreunassa olevaan osoitteeseen.

PERIAATTEET HOITOPÄIVÄKORVAUKSEN SUORITTAMISESTA

- 1 Hoitopäiväkorvausta maksetaan Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry:n jäsenelle, joka on *kurkku- tai suun alueen syövän hoidossa sairaalan- tai terveyskeskuksen vuodeosastolla sekä em. sairauksista johtuvista varsinaisista poliklinikkakäynneistä*, ei kuitenkaan sarjahoidoista. Korvausta maksetaan myös hammashoidosta yksityisellä tai kunnallisella hammaslääkäriillä.
 - hoitopäiväkorvausta voi saada jäseneksi liittymispäivästä alkaen
 - takautuvasti maksetaan puolen vuoden ajalta, ei kuitenkaan jäsenyyttä edeltävältä ajalta
 - kalenterivuoden aikana maksetaan enintään sadalta hoitopäivältä, tai hoitokerralta
 - korvausta ei makseta jäsenen oikeudenomistajalle, ellei jäsenelle ole hänen eläessään maksettu korvausta
- 2 Hakemus tulee täyttää huolellisesti. *Kohdat diagnoosi, hoitoaika tai hoidossa käyntikerrat, sekä korvauksen saajan pankkitilin numero ovat edellytyksenä korvauksen suoritukselle.* Sosiaalityöntekijän, sairaanhoitajan tai jonkun muun hoitopaikan edustajan tulee allekirjoittaa hakemus.
- 3 Korvaus hoitopäivältä ja poliklinikkakäyntikerralta on kaksi euroa. Korvaus hammashoidosta on kaksi euroa käyntikerralta 1.10.2012 alkaen. Korvauksen suuruus tarkistetaan vuosittain.
- 4 Hoitopäiväkorvauksen maksamisen edellytyksenä on, että yhdistyksen jäsenmaksu on suoritettu.

Lomatoiminta vuonna 2013

**Suomen Kurkku- ja
Suusyöpäyhdistys ry
järjestää Ristiinassa,
Kyyrönkaidan
kurssikeskuksessa
kaksi erillistä
virkistyslomaviikkoa:**

LÄHELLÄ TAIVASTA ja HELVETTIÄ

*Leikkaussalissa olin aina lähellä taivasta,
samalla myös lähellä helvettiä.
suoniini pumpattiin litroittain lahjoitettua verta.*

*Mielessäni kävi kerta kerran jälkeen
sama ajatus,
ohjaako joku purttani viimeiseen satamaan?
se oli minun viimeinen ajatukseni aina ennen
nukahtamista tulevaan leikkaukseen.*

*Luotin lääkäreihin ja lääketieteeseen.
Leikkausten jälkeen kuuluin aina voittajiin,
heräämössä hoitajat valvoivat heräämistäni.
Herättyäni ymmärsin minä elän ja hengitän.
Narkoosissa näin että minä selviäisin.
Yksin en olisi sitä helvettiä kestänyt,
olin matkustanut läpi taivaan ja helvetin.*

*Kun taas kerran suljin silmäni ja mietin jatkoaikaa,
jota olin saanut jälleen kirjoittamattoman ajan lisää.
En ajatellut koskaan, että jäisin sängynpohjalle
makaamaan, vaikka se olisi ollut helpoin ratkaisu.
Pidin itsestään selvyytensä, että nousemisen vaikka suosta.
Arvet näkyvät naamassani ja kropassani mutta
kivut ovat sielussani,
sydämeni arpia ei näe kukaan muu kuin minä.*

"sielun arvet"

*näkymättömissä ovat sielun arvet
mutta ne ovat siellä loppuelämän
hamaan loppuun saakka*

Juhani Antikainen Kuopio

20. – 25.5. ja 26. – 31.8.

Lomaviikolla kuntoudutaan, saadaan tietoa, ohjautta ja virikkeitä vapaa-aikaan sekä tavataan vertaisia.

Loman hinta on 240 euroa / henkilö / 2 hh
280 euroa / henkilö / 1 hh

Hintaan sisältyy mm.

- täysihoido (aamiainen, lounas, iltapäiväkahvi ja päivällinen)
- majoitus kahden hengen huoneissa
- uinti- ja saunomismahdollisuus

RAHOITUS

Lomaviikkojen rahoituksesta vastaa Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry. Lomaviikkojen rahoitukseen ei ole saatu ulkopuolista avustusta. Lomaviikkojen toteutuminen edellyttää riittävää osanottajia määrää. Toivomme runsasta osallistumista.

HAKUMENETTELY

Hakemuslomake on saatavissa Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry:n toimistosta puh. 040 514 6045, verkkosivuilta www.le-invalit.fi tai Uusi Ääni-lehdestä. Hakuaika päättyy 15.4.2013 toukokuun viikolle ja 15.7.2013 elokuun viikolle.

**Tervetuloa
virkistäytymään ja
nauttimaan
Kyyrönkaidan
kauniista luonnosta.**



Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry

Hakemus syöpäpotilaiden virkistyslomaviikolle

Kurssin tiedot
Kurssin nimi
Kurssin aika ja paikka

Hakijan tiedot		
Sukunimi	Etunimet	Henkilötunnus
Puhelinnumero		
Sähköpostiosoite		
Lähiosoite		
Postinumero ja -toimipaikka		

Lähiomaisen tai avustajan tiedot
Sukunimi ja etunimet
Puhelinnumero

Sairautta koskevat tiedot
Mitä syöpää sairastatte ja milloin syöpäsairautenne on todettu?
Onko teillä muita perussairauksia?
Mitä lääkkeitä teillä on käytössä?
Onko teillä apuvälineitä käytössänne?
Ruokavaliossa huomioon otavat asiat ja allergiat
Kuvatkaa millaiseksi koette terveydentilanne nyt

Toivomus majoituksesta	
Kahden hengen huone 230 € / viikko	
Mökkimajoitus	Hotellihuone
Yhden hengen huone 270 € / viikko	

Allekirjoituksella annan luvan tietojeni käsittelyyn lomaviikosta vastaavalle henkilölle sekä muille viikolla työskenteleville. Henkilökohtaisia tietojanne käsitellään luottamuksellisesti.

Päiväys

Allekirjoitus

SUOMEN KURKKU- JA SUUSYÖPÄYHDISTYS RY

Maan vanhin syöpäpotilaiden järjestö, perustettu 1962

- ❖ Toimii kurkkusyöpäpotilaiden ja muiden puhe-elimistön syöpäpotilaiden ja heidän omaistensa yhteydenpitäjänä.
- ❖ Järjestää:
 - sopeutumisvalmennusta
 - tukihenkilötoimintaa
 - puhekuntoutusta
- ❖ Ylläpitää Kyyrönkaidan kurssikeskusta Ristiinassa
- ❖ 10 paikallisosastoa
- ❖ Jäsenmaksu on 20 € /vuosi
- ❖ Jäsenille postitetaan Uusi Ääni ja Syöpä-Cancer –lehdet maksutta ja korvataan kaksi euroa syöpäsairaudesta johtuvalta hoitopäivältä sekä hammashoidosta neljä euroa käyntikerralta.

Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry

JÄSENILMOITUS

Kolmas linja 29
00530 HELSINKI

www.le-invalidit.fi

puh. 09 7318 0630

email. le-invalidit@kolumbus.fi

Nimi			
Syntymäaika	Ammatti		
Lähiosoite			
Postinumero ja postitoimipaikka			
Sairastumisvuosi	Puhelin		
Sairautta koskevat tiedot			
Liittymispäivä	Kurkunpäänsyöpä <input type="checkbox"/>	Suusyöpä <input type="checkbox"/>	Kannatusjäsen <input type="checkbox"/>
Allekirjoitus			

SUOMEN KURKKU- JA SUUSYÖPÄYHDISTYS RY

SÄÄNNÖT

1. §

Yhdistyksen nimi on Suomen Kurkku- ja Suusyöpäyhdistys ry ja sen kotipaikka on Helsingin kaupunki.

Yhdistyksen toiminta-alueena on koko maa. Yhdistys on Suomen Syöpäyhdistyksen jäsen. Yhdistys on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton.

2. §

Yhdistyksen tarkoituksena on toimia kurkku- ja suusyöpään sairastuneiden yhdyssiteenä ja etujärjestönä.

Tarkoituksensa toteuttamiseksi yhdistys järjestää kokouksia ja työskentelee puhe- ja muun kuntoutuksen antamiseksi jäsenilleen, pyrkii ylläpitämään maan kattavaa tukihenkilötoimintaa, sekä harjoittaa koulutus-, tiedotus- ja valistustoimintaa.

Yhdistys voi ylläpitää voittoa tavoittelematonta kuntoloma- ja kurssikeskusta ja harjoittaa julkaisutoimintaa.

Päämääriensä toteuttamiseksi yhdistys voi ottaa vastaan lahjoituksia ja testamentteja sekä tehdä erilaisia varainkeräyskampanjoita, saatuaan siihen asianomaisen luvan.

3. §

Yhdistyksen varsinaiseksi jäseneksi voi liittyä kurkku- tai suusyöpää sairastanut henkilö.

Yhdistyksen kannatusjäseneksi voi liittyä hallituksen hyväksymä henkilö, rekisteröity yhdistys tai muu oikeuskelpoinen yhteisö. Saatut jäsenoikeudet säilyvät.

4. §

Jäsenmaksun suuruuden määrää vuosikokous varsinaisille ja kannatusjäsenille toimintavuodeksi kerrallaan.

Jos jäsen jättää jäsenmaksun suorittamatta kahdelta peräkkäiseltä vuodelta tai toimii yhdistyksen tarkoituspäiden vastaisesti, voi hallitus erottaa hänet yhdistyksestä.

Kannatusjäsenillä on yhdistyksen kokouksissa puheoikeus, mutta ei oikeutta osallistua päätöksentekoon.

Yhdistyksen kokous voi hallituksen esityksestä päättää yhdistyksen ja sen jäsenten hyväksi erityisen ansiokkaasti toimineen henkilön kutsumisesta kunniajäseneksi. Kunniajäsenellä on äänioikeus yhdistyksen kokouksissa. Kunniajäsen ei suorita jäsenmaksua.

5. §

Yhdistyksen asioita hoitaa vuosikokouksen valitsema hallitus, johon kuuluu kuusi (6) kolmeksi (3) vuodeksi valittua varsinaista jäsentä sekä kolme (3) varajäsentä. Hallituksen

jäsenistä on vuosittain erovuorossa kaksi (2) varsinaista jäsentä ja yksi (1) varajäsen, ensin arvan, sitten vuoron mukaan.

Hallitus valitsee keskuudestaan vuosittain puheenjohtajan ja varapuheenjohtajan. Hallitus ottaa sihteerin ja rahastonhoitajan.

Hallitus on päätösvaltainen, kun vähintään kolme (3) jäsentä puheenjohtajan tai varapuheenjohtajan lisäksi on paikalla.

Äänestyksissä päätökseksi tulee enemmistön mielipide. Äänten mennessä tasan ratkaisee puheenjohtajan ääni ja henkilövaaleissa arpa.

6. §

Yhdistyksen nimen kirjoittaa puheenjohtaja tai varapuheenjohtaja, jompikumpi yhdessä sihteerin tai rahastonhoitajan kanssa.

7. §

Hallituksen tehtävänä on:

1. hoitaa yhdistyksen asioita ja edustaa sitä,
2. kiinnittää huomiota kaikkeen, mikä koskee yhdistystä ja sen toimintaa ja toimia yhdistyksen tarkoituspäiden toteuttamiseksi,
3. vastata yhdistyksen taloudesta ja omaisuudesta,
4. laatia toiminta- ja taloussuunnitelma,
5. vuosittain ennen maaliskuun 15 pv. antaa tilintarkastajille tarvittavat tili- ja asiakirjat yhdistyksen talouden- ja hallinnon tarkastamista varten,
6. antaa vuosikokoukselle kertomus yhdistyksen toiminnasta edellisestä vuonnasta,
7. panna täytäntöön yhdistyksen kokousten päätökset,
8. kutsua koolle yhdistyksen kokoukset ja järjestää muut yhdistyksen tilaisuudet ja
9. hyväksyä uudet jäsenet ja pitää jäsenluetteloa.

Hallitus voi asettaa avukseen toimikuntia huolehtimaan erikoistehtävistä.

8. §

Yhdistyksen kirjanpito laaditaan kalenterivuositteittäin ja tilintarkastajien tulee ennen maaliskuun 15. päivää tarkastaa edellisen vuoden tilit ja hallinto sekä antaa kirjallinen lausunto tilintarkastuksestaan.

9. §

Yhdistyksen vuosikokous pidetään maaliskuun kokuksessa hallituksen määräämässä paikassa. Kokouksessa käsitellään seuraavat asiat:

1. Hallituksen kertomus, tilinpäätös ja tilintarkastajien kertomus,
2. tilinpäätöksen vahvistaminen sekä tili- ja vastuuvapauden myöntäminen,
3. käsitellään hallituksen esitys vuoden toiminta- ja taloussuunnitelmaksi,
4. päätetään hallituksen ja toimikuntien jäsenten sekä tilintarkastajien palkkioista,

5. valitaan hallituksen varsinaiset jäsenet ja varajäsenet erovuoroisten tilalle, kaksi tilintarkastaja ja heille varamiehet. Toisen varsinaisen ja varatilintarkastajan tulee olla yhdistyksen varsinainen jäsen,

6. määrätään jäsenmaksujen suuruus,

7. muut asiat, jotka yhdistyksen hallitus tai joku muu yhdistyksen jäsenistä haluaa käsiteltäväksi; jäsenen tekemä ehdotus esitettäväksi kuitenkin hallitukselle kirjallisesti 15 päivää ennen kokousta.

10. §

Yhdistys kokoontuu ylimääräiseen kokoukseen hallituksen kutsusta. Kokous on kutsuttava koolle, kun hallitus katsoo sen tarpeelliseksi, yhdistyksen kokous niin päättää, tai jos vähintään 1/10 yhdistyksen äänioikeutetuista jäsenistä sitä kirjallisesti erityistä asiaa varten vaatii.

11. §

Kutsu yhdistyksen kokoukseen toimitetaan jäsenille näiden ilmoittamaan osoitteeseen tai julkaistaan vuosikokouksen päättämässä lehdissä viimeistään 10 päivää ennen kokousta.

12. §

Ehdotus näiden sääntöjen muuttamisesta voidaan panna vireille joko yhdistyksen vuosittain ylimääräisessä kokouksessa ja ottaa ratkaistavaksi vähintään kaksi kuukautta myöhemmin tätä tarkoitusta varten kokoukseen kutsutussa kokouksessa tai seuraavassa vuosikokouksessa. Tätä koskeva päätös on pätevä, jos sitä kannattaa vähintään ¼ annetuista äänistä.

Ehdotus yhdistyksen purkamisesta voidaan panna vireille ainoastaan yhdistyksen vuosikokouksessa ja ottaa ratkaistavaksi vähintään kaksi kuukautta myöhemmin pidettävässä tätä tarkoitusta varten kokoukseen kutsutussa ylimääräisessä kokouksessa tai seuraavassa vuosikokouksessa. Purkamista koskeva päätös on pätevä, jos sitä kannattaa vähintään ¼ annetuista äänistä. Jos yhdistys purkautuu, on sen varat luovutettava purkamiskokouksen päätöksen mukaan 2. §:ssä mainittuihin tarkoituksiin, ottaen huomioon lahjoittajien mahdollisesti antamat erikoismääräykset.

