

Rehabilitering lika viktig som smärtlindring

Varje människa är unik, så även hennes sjukdomar. Men trots att många behandlingar är desamma, fallerar de ofta på en viktig punkt – avsaknad av rehabilitering efter avslutade ingrepp och behandlingar.

Det märktes inte minst när jag ställde frågan "Vilken rehabilitering fick du efter att du fått din stomi?" i några olika Facebook-grupper i arbetet med denna tidning. Svaret jag fick var oftast en motfråga, i form av "Vilken rehabilitering?" Detta är naturligtvis ingen vetenskaplig undersökning men ger en indikation på att rehab-läget kan förbättras avsevärt.

REHABILITERING HANDLAR inte bara om att träna upp och återfå kroppsliga funktioner som efter ett benbrott, bilolycka eller omfattande

operationer. En bra rehabilitering inkluderar även alla de mentala aspekter som allvarlig och ofta kronisk sjukdom innebär; svåra frågor som varför just jag drabbas, känslor av skuld och skam, existentiella tankar om livet och döden, och mycket annat. Rehabilitering innefattar inte bara den som är sjuk, utan kan likaväl inkludera nära anhöriga. Även anhöriga drabbas och kan vara i behov av rehab.

DETTA ÄR MITT första nummer av ILCO-magasinet. Jag vill tacka min företrädare, Monica Karlstein, och ser verkligen fram emot att arbeta med ILCO. Hör av dig till mig och berätta vad du vill ha mer av i tidningen. Eller tipsa om en artikel du vill läsa. Du når mig på fredrik.hed@ilco.nu

FREDRIK HED
Redaktör



Gör din röst hörd!
Gå in på webben och gör vår enkät om tidningen:
bit.ly/ILCOmag219

ILCO
MAGASINET

UTGES AV:
ILCO Tarm- uro- och stomiförbundet

KANSLI
Malin Eriksson
Tfn: 08-546 40 520
E-post: info@ilco.nu

EKONOMI
Mia Andersson
Tfn: 070-540 01 74
E-post: ekonomi@ilco.nu

ILCO-förbundet
Hamngatan 15 B, 172 66 Sundbyberg
Webbplats: www.ilco.nu

ANSVARIG UTGIVARE
Bo Karlsson
Vintrosa-Sanna 337, 719 91 Vintrosa
Tfn: 019-29 47 58
Mobil: 070-380 00 52
E-post: bo.karlsson@ilco.nu

REDAKTÖR
Fredrik Hed
Tfn: 073-251 23 26
E-post: fredrik.hed@ilco.nu

REDAKTIONSKOMMITTÉ
Bo Karlsson, ansvarig utgivare
Fredrik Hed, redaktör

ANNONSER
Tomas Transten, grafiskahuset
Annonsmaterial sänds till tomas@grafiskahuset.se.
Tfn: 08-10 30 25

MATERIAL
Material till ILCO-magasinet sänds till ILCO-förbundets kansli via vanlig post eller e-post. Märk materialet "manus till ILCO-magasinet". Ange alltid avsändare.
Sista dag att skicka in bidrag till länsföreningssidorna är den 1 augusti. Redaktionen förbehåller sig rätten att redigera insänt, ej beställt material. Insänt material returneras endast på begäran.

AD & LAYOUT
Ulrika Sandh och Linn Maddern, A4

TRYCK
Tryckverkstan, Örebro, ISSN 0345-4908

ILCO-magasinet utkommer med 4 nummer per år, v 10, v 23, v 40 och v 50. Upplaga 7 400 ex.

TUMMEN UPP

Att patienter alltmer ses som en tillgång i vården.

TUMMEN NER

Att arbetet att inkludera patienter i vården går för långsamt.

HJÄRTA

Alla eldsjälarna i ILCO och alla andra patientföreningar som förbättrar vården.

TEMA: Rehabilitering

FOTO: KOLA PRODUCTIONS/MARCO GLJINIS



Theresa köpte sin "cancerkompis" Stella under cancerbehandlingen.

- 15 Tema: Rehabilitering
- 16 Minst fyra återbesök första året
- 18 Theresa skötte sin egen rehabilitering
- 28 Helheten kring patienten kan bli bättre
- 30 Här finns centrum för cancerrehab i öppenvården

” Jag tänkte att jag inte ska fastna i soffan och tycka synd om mig själv.

Dessutom

- 3 **LEDARE**
Bo Karlsson
- 4 **REDAKTÖREN**
Fredrik Hed
- 6 **KALENDARIUM**
- 8 **NYHETER**

- 32 **I FOKUS**
Palliativ vård
- 34 **KRÖNIKA**
Hanna Öhman
- 36 **FRÅGA EXPERTERNA**
- 38 **UNGA VUXNA**

- 40 **LÄNSFÖRENINGAR**
- 48 **MOTTAGNINGAR**
- 50 **KRYSS**

Peter Strang forskar om smärta och existentiella frågor i livets slutskede.



Tävla och vinn!
Lös vårt kryss på sidan 50 och var med och tävla om trisslotter.

