



Bøger om kræft

UDVALGT AF SUZANNE BJERREHUUS



Det var mit livs nedtur, da jeg fik kræft i 1995. Stråleterapien gav mig mange bivirkninger. Jeg var ramt på min identitet. Lignede

et skelet, var dødtæt, kunne intet, min hjerne var lukket ned. Bagefter var det et helvede at kravle tilbage til de raskes verden. Livet bliver aldrig helt det samme igen. Til gengæld har jeg fået noget andet og større. Jeg er kommet styrket ud af min sygdom. Det er mit håb, at andre kræftpatienter vil opleve det samme. At de bliver i stand til at lukke nye ting ind i deres liv: Gud, en større bevidsthed om tilværelsens skønhed, en taknemmelighed over at være til, en venlighed over for andre.

Mængden af bøger om kræft er overvældende, og det er svært at vide, hvor man som kræftpatient skal begynde og slutte. Følgende er mit bud på gode bøger til gavn for krop og sind. Jeg er slet ikke i tvivl om, at vi mennesker har en livgivende kraft i os, som vi kan mobilisere. Så længe der er håb er der liv.

Suzanne Bjerrehuus

FIND ALLE BØGERNE,
FILMEN OG MUSIKKEN PÅ
WWW.BIBLIOTEK.DK

I BRYSTET

99.4 Bro, Sara

SARA BROS DAGBOG

People's Press, 2004. 364 sider

Hvordan er det at være 27 år, nyforelsket og få brystkræft? Det har Sara Bro skrevet en rørende bog om, som varmt skal anbefales. Dagbogsnotater, snak, private fotos, tegninger, glæde og alvor. Selv som tyk og skaldet er Sara bare kær og lige til at holde af. Der er billeder fra strålerummet, nærbilleder af Saras bryster (som er ligeså flotte bagefter). Vi ser Sara 7 kg tungere, hævet i ansigtet og ked af det. Den ene dag får hun kemo og er meget syg. Dagen efter står hun med en drink i hånden til Danish Music Awards. Det er bogens styrke. Det gjorde mig glad at vide, at det er muligt.

61.606 Birkelund, Merete

KRÆFT FOR VIDEREKOMNE. AT MØDE SIN SYGDOM

Hovedland, 2002. 207 sider

Merete Birkelund valgte behandling fra for at blive fri for bivirkningerne. Hun mener, at patienter tilføres store lidelser på grund af overbehandling. De "helbredes" til invaliditet. Nogle gange lever de, der fik mindst behandling både længere og bedre. Vi har alle en naturlig indbygget selvhelbredelse i os, men det kræver fred i sindet at aktivere den. Selv levede hun i 14 år med en ubehandlet brystkræft og metastaser i begge lunger. Merete Birkelund vil blive husket for Kræftforeningen Tidslerne.

99.4 Thomsen, Pia

KNUDER I SYSTEMET

Lademann, 2002. 252 sider

Historien om Pias brystkræft og Herlev hospital er en gyser. Hvordan kan et hospital bare tie sådan noget ihjel? Her er en engageret patient, som forsøger at tage et medansvar for sin behandling. Hun sætter sig ind i det hele og træffer sine valg. Brystet og 10 lymfeknuder fjernes. Trods dårlige oplevelser på hospitalet vælger hun at få rekonstrueret brystet. Herefter går det rigtig galt. En muskel fra maven rulles op til brystet. Det nye bryst bliver blåligt, der går infektion i det. Omsider forsøger de (forgæves) at redde brystet ved at tage en åre fra hendes ben. Både maven og det nye bryst er nu store blodige kødsår. Hvordan kan læger slippe af sted med den slags? Bogen er let læst og trods alvoren meget underholdende. En vigtig bog for alle, som skal på hospitalet. Man bliver en kritisk og besværlig patient af den bog.

99.4 Ebdrup, Kirsten

NÅR KRÆFT GIVER KRÆFTER. SE DIT LIV I ET NYT LYS

Bogan, 2003. 122 sider

Kirsten Ebdrup, enlig mor, fortæller sine børn, at hun har brystkræft. Hun vælger en brystbevarende operation og resultatet blev flot. Bagefter kemo og stråler. Hospitalsbehandlingen kombineres med det alternative. Hos patientforeningen Tidslerne får hun livsklog og inspirerende hjælp. Bogen "Kost mod Brystkræft" af Robert Arnot anbefales. Broccoli, blomkål, soja, vitaminer uden farvestoffer, urteteer hjælper med udrensning og genopbygning. Bogen bliver måske lige lovlig spirituel, da en fjernhealing får æren for at kræften er væk.

61.606 Rasmussen, Erik

DEN DAG DU FÅR KRÆFT

Aschehoug, 2003. 175 sider

En stor knude på højre side af halsen viste sig at være en metastase fra en modersvulst. Fire år senere skrev Erik Rasmussen den bog om kræft, han selv gerne ville have læst. Hans overlevelsestrategi gik ud på at engagere sig i behandlingen. Kræft er så altomfattende et angreb, at alle muligheder må udnyttes og trods skepsis overfor den alternative verden må alle ressourcer mobiliseres. Ud over de 36 strålebehandlinger begav han sig ind i den alternative verden: kostplan, homøopati, akupunktur og healingmassage.

99.4 Bjerrehuus, Suzanne

ER VINTER NÆR

2000. 203 sider

I 1995 fik jeg kræft i den ene mandel og blev idømt 33 strålebehandlinger i hoved- og halsregionen, hvoraf 10 medtog rygsøjlen. Bogen er for den, som gerne vil følge strålebehandlingen dag for dag og vide noget om dens bivirkninger. Jeg havde perioder, hvor jeg hverken kunne tale, spise, smage eller synke. Heldigvis kan man leve af sondemad. Og hen ad vejen finder man ting, man kan synke. Jeg var i en længere periode så tør i munden, at jeg måtte klamre mig til en vandflaske. Det har jeg lagt fuldstændig bag mig og lever et helt normalt liv. Cancer er en lumsk sygdom, der giver ensomhed og isolation, medmindre omgivelserne ved, hvordan de kan hjælpe. Alt det er der råd om i bogen.

61.606

MISTER DU HÅBET, MISTER DU ALT. 41 PATIENTERS HISTORIE OM DERES VEJ Gennem KRÆFTLABYRINTEN

Frydenlund, 2001. 317 sider

"Vi kan ikke gøre mere for dig, gå hjem og dø." Helt så groft siges det ikke, når hospitalet opgiver en kræftpatient, men det føles sådan. Det forventes, at man modtager sin dødsdom og går hjem og nyder den sidste tid i familiens skød. Så længe der er liv, er der håb, det er det væsentlige for de kræftpatienter, som vender blikket mod udlandet. Og her er denne bog uundværlig. Udenlandske sygehuse kan af og til gøre noget for kræftpatienter, som vi åbenbart ikke kan i Danmark. Når man har læst de 41 kræftpatienters erfaringer med at være opgivet og tage til udlandet for at blive behandlet, er man slet ikke i tvivl. Det danske sundhedsvæsen vil gerne have os til at tro, at avanceret udenlandsk kræftbehandling, som ikke tilbydes i Danmark, udføres af barfodslæger og pengegriske plattenslagere. Karolinska Sjukhuset i Stockholm giver stereotaktiske stråling på lever- og lungetumorer. Behandlingen er på forsøgsstadiet i Danmark. Carl von Hess Hospital i Hammelburg giver regional kemoterapi med efterfølgende operation.

61.606 Ølgod, Jutta

BREVE FRA MÆND MED KRÆFT

Kræftens Bekæmpelse, 1999. 134 sider

Mænd og kræft er et ømtåleligt emne. For mænd midt i livet er arbejdet en væsentlig del af deres identitet. Det betyder alt, hvis arbejdspladsen viser interesse og opbakning. Mændene vil som regel gerne bevise, at de er raske ved hurtigt at vende tilbage til arbejdspladsen. Flere skriver dog, at de ville have haft bedre af en rekreation eller nedsat arbejdstid. Diagnosen kommer som et chok for de fleste. Man undres over, hvor gode mænd er til at fortrænge symptomer som slap stråle, ondt i knæled, ondt over lænden, træthed, væggtab, nattesved, hoste. Med denne bog i hånden kan mænd måske overvinde deres blufærdighed og tale mere åbent om deres sygdom.

I DØDENS SKYGGE

61.606

VI LÆNGE LEVE.

25 KRÆFTPATIENTER SKRIVER OM AT OVERLEVE

Kroghs Forlag, 2003. 188 sider

Kendte mennesker som Ghita Nørby, Jens Winther, Ebbe Sand og Holger Juul Hansen fortæller om deres sygdomsforløb. Hele vejen igennem er bogen klog, fuld af dybde og alvor. Kræftpatienter kommer for sent i behandling. Vi er alt for villige til at tro på lægen, når han siger, at vores symptomer ikke betyder noget. Martin 15 år havde fx et ben, der sov og var iskoldt. Lægen sagde, at han bare skulle slappe af. I virkeligheden var det en ondartet tumor på størrelse med grapefrugt. Let læst bog der varmt kan anbefales.

99.4 Christoffersen, Tina Amalie

MELLEM LIV OG DØD

CDR-Forlag, 2002. 144 sider

Som 16årig fik Tina kløende sår og bylder over hele kroppen. I tre (!!) år overså læger alle kræftsymptomer. Diagnoserne var talrige. Allergi, nældefeber, hypokonder, psykisk ude af balance. Denne bog er en beretning om det værste lægesjusk. "Tag dig sammen og begynd at arbejde", sagde en læge efter at have kigget i journalen. Til sidst viste røntgenbilleder en 4 1/2 kg stor tumor mellem lungerne. Nu begyndte den tunge vej for at overleve. Kemobehandlinger der fik Tina til at ligne en vanskabning. Tanker om selvmord. Strålebehandling. Skaldet, 30 kg lettere, siddende i kørestol genser hun omsider sine græske venner på Rhodos. Efterfølgende anlagde Tina sag og vandt.

99.4 Brogaard, Benedikte

NÅR ENGLE VÅGER

JP Bøger, 2003. 140 sider

Opholdet på et hospice kan føles meget livsbekræftende, det er et væsentligt budskab i denne bog. Man bor ikke på hospice for at blive rask, men for at dø på en værdig måde. 42 år gammel havde Benedikte Brogaard kræft i ryggrad, bækken, ribben, lårben og højre lunge. Det var forfærdeligt at vide, at der defini-

tivt ikke var mere at gøre. Svært at være på vej væk fra ægtemanden Peter, 9årige Emil og 15årige Lea. Fra sygesengen på Sankt Lukas Hospice følger Benedikte med i familiens liv. Emils sidste skoledag. Leas eksamen i niende klasse. Hvordan blev afskeden? Benedikte gled stille ind i døden. Det hastede ikke med at måle puls og forsøge at redde hende. Det var et hospice, ikke et hospital.

99.4 Fredsted, Malene

KAN MAN DØ – NÅR MAN ER UNG?

Holkenfeldt 3, 1999. 183 sider

Morten døde 23 år gammel af knoglekræft. Af Ewing Sarkom, en sjælden, ondartet svulst, som begyndte i lårbenet med spredning til begge lunger. En optimistisk Morten smider krykkerne, fester i familiens skød. Kræften i benet spreder sig ikke, men det gør den i lungerne. Morten er uhelbredeligt syg. Ferie på Skagen. Smerter. 25 strålebehandlinger på benet for at lindre. Ugen inden han døde var god. Vennerne kom og sagde farvel. Gradvist gled Morten ind i bevidstløsheden. Det var en smuk død, da hans hjerte holdt op med at slå. Ved man, hvornår tiden er inde? Denne bog er fuld af nænsomme og gode råd om, hvordan man kommer igennem den sidste tid.

61.606 Dige, Ulrik

KRÆFTMIRAKLER. I LÆGENS OG PATIENTENS PERSPEKTIV

Hovedland, 2000. 399 sider

Undertiden kan kroppen helbrede sig selv. Ulrik Dige er læge og har i denne bog fulgt 62 danske kræftpatienter, som har overlevet en uhelbredelig cancer. Alle var opgivet af lægerne. Alligevel forsvandt uhelbredelige svulster fra lever, lunger, bryst, underliv. Disse spontane helbredelser giver stort håb til andre "dødsdømte" kræftpatienter ved at dokumentere, at det ikke er altid, at Vorherre er parat, selvom lægerne er det. Fælles for disse exceptionelle kræftpatienter er troen på det alternative.



99.4 Øster, Hanne
KRÆFT OG LIVSKRAFT
Gad, 2000. 255 sider

Her er en kvinde, som mod alle odds blev rask, selvom hendes modernærkekræft nåede at brede sig til lever, bughule, milt, rygsøjle, bækken, lunger, hjerne. Det er en helt utrolig mirakelhistorie om 12 års kamp mod kræften. Undervejs fik Hanne en datter. I bogen fortæller hun om alle de lægelige behandlinger. Desuden skildrer hun, hvordan hun med stor succes brugte tankens kraft til at påvirke sin egen skæbne.

99.4 French, Marilyn
EN TID I HELVEDE

Lindhardt og Ringhof, 1998. 191 sider

I foråret 1992 fik den amerikanske forfatter Marilyn French konstateret metastaseret kræft i spiserøret. Hun fik både stråler og kemo, en behandling hun beskriver som et terningspil. Kast giftstofferne og se hvem der dør først, kræften eller patienten. Behandlingen gav mange bivirkninger. Hjernens balancecenter blev ødelagt, porøys rygsøjle, nerveskader i benene, ledbetændelse, problemer i nyre og hjerte. Under det 5-årige sygdomsforløb blev hun et vrag. Alligevel føler hun sig lykkeligere end nogensinde: "Jeg er taknemmelig for, at jeg har fået lov til at leve længe nok til at opleve det."

FILM

61.606

LEVE BLANDT LØVER

Af Sigve Endresen. VHS. 78 min.

Tre unge kræftpatienter først i 20'erne følges af et filmhold i 18 måneder. Deres sygdom og hospitalsophold har givet dem et nært venskab. De er unge, de vil livet, men gang på gang får de tilbagefald. Det er en fremragende film, som ikke blot handler om sygdom og død, men også om livsglæden, latteren, dagliglivet og håbet. Alle kæmper de tappert med kemo- og strålebehandlinger. Udholder de værste pinsler. Lægger sig villigt under kniven, selvom der kun er en minimal chance for, at det går godt. Udsigten til, at de måske skal dø af deres sygdom, har ikke taget livsmotet fra dem.

MUSIK

TIL VISUALISERING OG HELBREDELSE

Anvendelse af musik i forbindelse med behandling af sygdom har været kendt i årtusinder. Nyere forskning bekræfter en sammenhæng mellem musik, hjernefunktion og biologi. Jeg kan varmt anbefale:

61.606 Zachariae, Bobby

MENTALE REDSKABER VED KRÆFTSYGDOM

Rosinante, 2000.

1 cd og 1 teksthæfte

CD: Goodall, Medwyn:

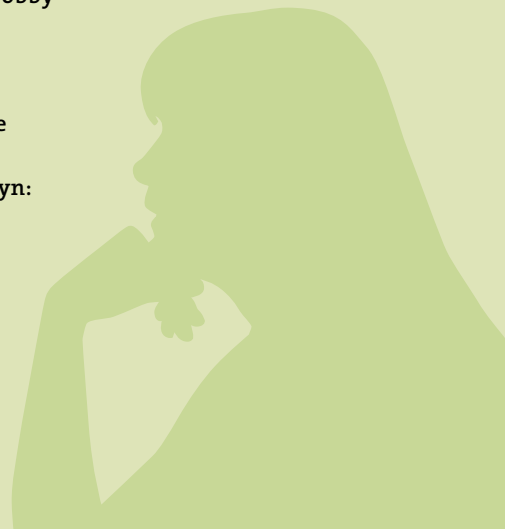
MEDICINE WOMAN 1-2

CD: Pushkar:

INNER HARVEST

CD: Niels Eje:

MUSICURE 1-4



SØG VIDERE PÅ NETTET

www.cancer.dk

Udgivet af Kræftens bekæmpelse

www.tidslerne.dk

Udgivet af Tidslerne