Patientforeningen Lungekræft

**Åbent møde i Kolding den 25. september 2019 kl. 16.00-20.00, Kolding Sundhedscenter, Sygehusvej 6,** **6000 Kolding**

**Formand Lisbeth Søbæk Hansen** bød velkommen til de 25 fremmødte gæster. Hun fortalte om foreningens arbejde og sagde blandt andet, at vi er en lille uafhængig forening.

I flere omgange har foreningen prøvet at oprette lokalafdelinger, både i Aalborg og Aarhus, Hvidovre, vi vil jo gerne nå så langt ud som muligt, men der har ikke være interesse for det.

Til gengæld holder vi mindst 4 åbne møder om året, 2 vest og 2 øst for Storebælt, og det plejer at være velbesøgt. Desuden holder vi vores årlige generalforsamling over en weekend, vi har hvert forår en stor høring på Christiansborg og i november holder vi International Lungekræftdag med omkring 100 deltagere.

Vi har i flere år arbejdet på at skaffe penge til en børnebog for de 9-12-årige, hvilket nu er lykkedes, så bogen er sat i produktion. Tidligere har vi udgivet en meget rost børnebog for de 3-6-årige, så vi ser frem, at til den nye børnebog kommer udkommer.

På den politiske dagsorden står screening og tidlig opsporing meget højt.

**Klinisk lektor og patolog Henrik Hager og overlæge Christa Haugaard Nyhus fra Sygehus Lillebælt** fortalte, at patologens fund og udredning er det, som ligger til grund for den videre patientbehandling med basering på personlig tumor profil.

**Henrik Hager** sagde, at det var første gang, han skulle tale om patologi til lægfolk. Han har tidligere undervist på universiteter. Til hjælp for tilhørerne havde han et omfattende powerpointmateriale med. Patologen bruger meget tid på at se i mikroskopet. For at lave en lungeudredning, skal der bruges væv fra det syge område. Det kan udtages på forskellige måder alt efter, hvor tumor sidder, som finnålsaspiration, der er en cytologisk prøve (celleprøve). Cellerne udstryges på en glasplade og farves. Herefter vurderes de enkelte cellers udseende i mikroskopet. Biopsi, der er en histologisk prøve (vævsprøve), hvor materialet skæres i meget tynde skiver, som så lægges på en glasplade og efterfølgende farves. Her vurderes vævets opbygning og forandringer i mikroskopet. Der vurderes også tumors vækstform, som for eksempel kan være kirtelformet eller pladeformet. Der findes mange vækstformer alt efter, hvilken celletype tumor udgår fra. Farvning af prøverne er nødvendig for, at patologen kan stille sin diagnose. Den mest gængse farvemetode i dag blev udviklet i Tyskland for mere end 100 år siden og hedder morfologisk farvning. Lymfeknuderne skal også ses efter, og for få år siden blev det gjort med en mindre operation. I dag har man fundet en mildere metode. Mange af de forskellige undertyper, for eksempel ALK og EGFR, kan i dag behandles helt specifikt med god virkning. I nyere tid har det været muligt at påvise specifikke proteiner ved at tage et skrab og indsprøjte i mus, og der kunne aflæse antistof. Der blev også talt om stamceller og T-celler og deres kompleksitet, og immunterapi som udgør en stadig større del af behandlingen af lungekræft.

**Christa Haugaard Nyhus** sagde, at når patologen har udredt diagnosen, fastlagt TNM-stadiet og detaljer, tager man fat på at finde den rigtige behandling baseret på en personlig tumor profil. Patientens tilstand bliver vurderet på en MDT-konference, som er en konference, hvor alle involverede faggrupper er repræsenteret. Man ser på lungefunktion, køn, alder, aktuel tilstand, komorbiditet og formkurve. Somme tider kan man behandle patienten for andre sygdomme, og derved give patienten et løft til et bedre stadie. Der findes 2.500 personer om året i stadie 4, som er uhelbredelige lungekræftpatienter. EGFR- og ALK-patienter er ofte yngre ikke-rygere og kan i dag tabletbehandles med god virkning og uden mange bivirkninger. Patienter med PDL1 >50% har stor glæde af immunterapi, men man skal have en god status, da det er altafgørende for at give immunterapi. Det gives i max. 2 år. PDL1 <50% har mindre effekt af behandlingen. Man må ikke have leddegigt, tarmsygdomme eller andre autoimmune sygdomme, hvis man skal behandles med immunterapi. Så var der tid til spørgsmål fra salen og en lille pause.

**Så var det diætist Malene Iskovs tur til et oplæg**. Malene startede med at servere en lækker porre-kartoffelsuppe med drys af kyllingetern. Lækkert! Hun sagde, at mad skal styrke energien, alle kroppens behov skal dækkes, kalk, D-vitamin, kulhydrat og fedt som brændstof, protein som byggesten, og balancen mellem de nævnte er vigtig. Proteinerne er vigtige for cellerne, man skal have 1 g protein pr. kilo kropsvægt, hvis man er rask. Hvis man er syg, skal man øge proteinindtaget med for eksempel skyr, kød, bønner og proteindrikke. Man kan også bruge ekstra proteinrigt mel og eksempelvis bage småkager til de småtspisende.

**De første 25 år af livet bygger man kroppen op**, derefter går det kun ned af bakke, hvorfor det er nødvendigt at vedligeholde kroppen med det rigtige. Kalk er vigtigt i overgangsalderen, og cellerne har brug for fedt.

Så blev der serveret et nyt ernæringsrigtigt måltid. Ørred-/humusrulle, bønne-/kikærtefrikadeller med grønkålssalat med lækker dressing og farvesymfonisalat af blandede grøntsager. Indimellem fik vi to velsmagende shots - hindbær/rabarber med proteinsaft og hindbær med fløde.

Malene havde en citronmåne med. Den var omkring 2 år gammel og så stadig vældig frisk ud. Pointen var, at hvis man kun skal have brændstof og intet andet, så kan man nøjes med at spise sådan en citronmåne, da den kaloriemæssigt svarer til en dagsration.

**En god fordøjelse er meget vigtig.** Vi har 7 meter fordøjelseskanal, hvor maden bearbejdes og fordeles. Fibre er meget vigtige til at opretholde en god tarmfunktion. 25-30 g fibre pr. dag er passende. 1 skive rugbrød indeholder 5 g fibre, 6 stykker toastbrød indeholder også 5 g fibre, en hel rulle mariekiks indeholder også 5 g, så det er ikke så svært at vælge. Kål indeholder også mange fibre, indholdet er det samme både rå og tilberedt.

Til sidst fik vi en dessert bestående af chiafrø blandet med mælk, skyr og æblegrød med topping af valnødder og mørk chokolade. Igen lækkert.

Det blev anbefalet at spise 6 måltider om dagen og undgå at tabe sig, når man er syg. Det er muskler, man taber først og små fedtdepoter er vigtige at opretholde, så søg efter løsninger for at bibeholde vægten. Derefter var der mulighed for spørgsmål.

Dagen var slut og Lisbeth takkede for det gode møde til oplægsholdere og deltagere, og så var der oprydning.

Ref: Jytte Lawsen