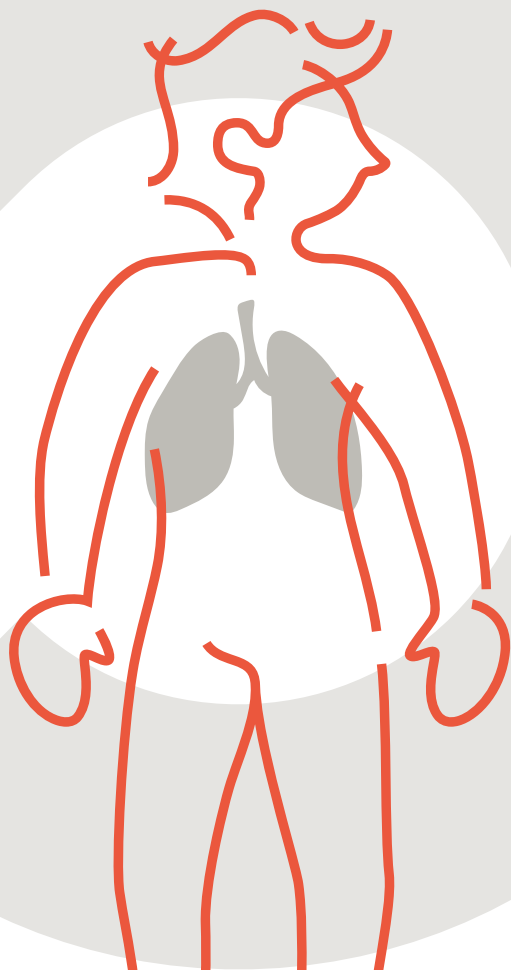


Lungekræft





For de fleste er det chokerende at få at vide, man har kræft. Mange beskriver det som at få trukket tæppet væk under sig.

Den første tid er svær, og den vil sandsynligvis handle meget om din behandling. Det kan derfor være godt at tænke på, at de fleste med tiden får en hverdag, hvor sygdommen ikke fylder det hele.

Du skal vide, at du ikke er alene. Du kan altid få hjælp hos Kræftens Bekæmpelse, enten på vores hjemmeside, i vores lokale kræftrådgivninger eller hos Kræftlinjen. Det hele er gratis for dig at bruge.

Ring til Kræftlinjen på **80 30 10 30**

Find din lokale kræftrådgivning på
www.cancer.dk/kraeftraadgivninger

Kræftens Bekæmpelse

En pjecce til dig, der lige har fået diagnosen lungekræft

Her i pjecen får du et overblik over lungekræft. Du kan også læse mere om din sygdom på www.cancer.dk/lungekraeft

Ikke to sygdomsforløb er ens. Derfor kan de læger og sygeplejersker, som behandler dig, bedst svare på dine spørgsmål om sygdommen. De kan fortælle, hvilke behandlingsmuligheder der passer til dig i netop din situation.

Tag gerne en pårørende eller en ven med til besøgene på hospitalet. Det er en god støtte for mange.

GODE RÅD TIL AT HÅNDBERE DEN NYE HVERDAG

Der kan pludselig være mange ubesvarede spørgsmål: Klarer jeg mig igennem sygdommen, overlever jeg? Hvordan har jeg det under og efter behandlingen? Hvem skal vide, at jeg er syg? Hvordan fortæller jeg det? Hvordan påvirker behandlingsforløbet mit arbejde og min økonomi, og hvad med det praktiske derhjemme?

På Kræftens Bekæmpelses hjemmeside kan du læse en række råd, som kan hjælpe dig og dine pårørende til at håndtere den nye hverdag: www.cancer.dk/ligefaaetkraeft



Der findes to hovedtyper lungekræft

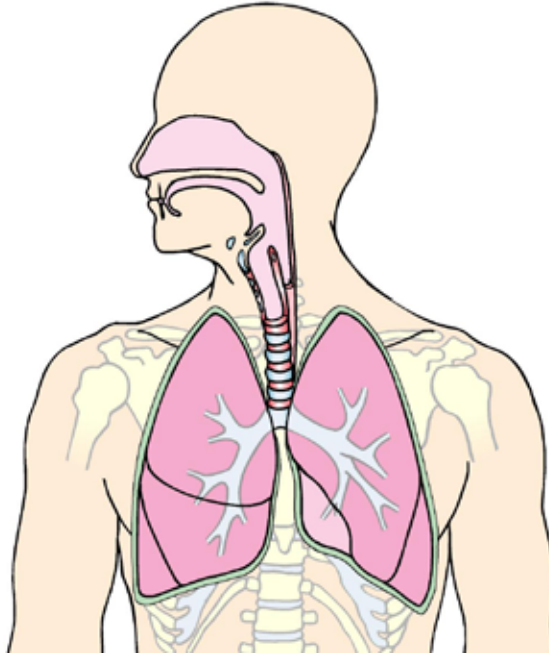
Lungekræft bliver opdelt i to hovedtyper: ikke-småcellet lungekræft og småcellet lungekræft. Lægen kan se, hvilken type du har ved at undersøge en vævsprøve fra kræftknuden. Ikke-småcellet lungekræft er hyppigst og udgør 85 pct., og småcellet udgør 15 pct.

De to typer lungekræft opfører sig ikke helt ens, og behandlingen er derfor forskellig. Valg af behandling afhænger af typen af lungekræft, hvor udbredt sygdommen er, og hvordan dit helbred er.

LUNGEMETASTASER ER IKKE LUNGEKRÆFT

Nogle kræftknuder i lungerne viser sig at være spredning fra kræft, der er opstået et andet sted i kroppen. Det kaldes spredning til lungerne eller lungemetastaser. Lungemetastaser er ikke det samme som lungekræft.

Kræftcellerne i lungemetastasen skal nemlig have samme type behandling, som den oprindelige kræftform, fordi en metastase består af den samme slags kræftceller som den oprindelige kræftknude.



Luftrøret deler sig ind i højre og venstre lunge og forgrener sig som et træ ud i lungerne i mindre og mindre luftrør (bronkier). For enden af bronkierne er der meget små og tyndvæggede hulrum (alveoler). Lungernes funktion er at sørge for, at kroppen får den nødvendige ilt. Lungerne optager ilt fra den luft, vi indånder, og iltens føres over i blodet gennem alveolerne og videre ud i kroppen.

Forskellige stadier af sygdommen

Lægerne inddeler lungekræft i forskellige stadier, alt efter hvor meget sygdommen har spredt sig. Stadietinddelingen bruges bl.a. til at vurdere, hvilken behandling der vil have den bedste effekt. Lægerne finder derfor først ud af, hvilket stadium din sygdom er i, inden din behandling bliver planlagt.

Ikke-småcellet og småcellet lungekræft behandles forskelligt. Her kan du læse om behandlingen af de to typer lungekræft.

Behandling af ikke-småcellet lungekræft

Behandling i tidligt stadie kan være operation, hvor du i nogle tilfælde også får medicinsk kræftbehandling. Hvis du har lokal spredning, er behandlingen ofte en kombination af medicinsk kræftbehandling, strålebehandling og eventuel operation. Ved spredning til andre dele af kroppen vil man oftest få anbefalet medicinsk kræftbehandling og strålebehandling.

Operation når sygdommen kun findes i lungen

Hvis kræftknuden er lille og ikke har spredt sig, er behandlingen operation eller stereotaktisk strålebehandling.

Målet med operationen er at fjerne alt kræftvæv. Ved operationen fjerner lægen den del af lungen, hvor kræften sidder. Hvis du har dårlig lungefunktion eller lider af anden alvorlig sygdom, får du kun fjernet selve kræftknuden. Ved en stor kræftknude kan det være nødvendigt at fjerne hele lungen.

Operationen foregår i fuld bedøvelse. Enten får du en kikkertoperation, eller lægen opererer mellem to ribben.

Som regel får du lagt et dræn i brysthulen, som fjerner overskydende væske fra det opererede område og sørger for, at lungen folder sig helt ud.

Du vil i nogle tilfælde blive tilbudt medicinsk kræftbehandling efter operationen.

GODT AT VIDE FØR OPERATIONEN

Du kan mindske risikoen for komplikationer ved at holde op med at ryge og drikke alkohol inden operationen. Det er vigtigt, at du informerer personalet om, hvad du tager af medicin – det gælder også alternativ behandling og kosttilskud.



Prognosen ved lungekræft har de seneste år ændret sig markant. Mere end 3 gange så mange overlever deres sygdom i dag i forhold til for 25 år siden. Desuden forventes nye terapimuligheder, som immunterapi og målrettet behandling, inden for de kommende år yderligere at forbedre prognosen betydeligt.

*Overlæge Erik Jakobsen,
Hjerte-, Lunge- og Karkirurgisk Afdeling,
Odense Universitetshospital*

Stereotaktisk strålebehandling hvis du ikke kan tåle operation

Hvis du ikke kan blive opereret på grund af nedsat lungefunktion eller andre lidelser som KOL eller hjertesygdom, kan stereotaktisk strålebehandling være en mulighed. Det kræver dog, at du kun har små kræftknuder, og der ikke er spredning til lymfeknuderne.

Ved stereotaktisk strålebehandling rammer strålerne meget præcist kræftknuden med højdosis røntgenstråling fra flere vinkler.

Medicinsk kræftbehandling og strålebehandling ved lokal spredning

Hvis lungekræften har spredt sig til de nærmeste lymfeknuder, eller kræftknuden sidder fast i det omgivende væv, er det ikke muligt at fjerne lungekræften ved en operation.

Hvis du ikke kan opereres, kan en kombination af strålebehandling og medicinsk kræftbehandling i nogle tilfælde give langvarig god effekt.

Området, der er ramt af lungekræft, må ikke være for stort, og din generelle fysiske tilstand og din lungefunktion skal kunne tåle behandlingen. Behandlingen strækker sig over 3 måneder.

Målet med behandlingen er at fjerne kræften, men da der er risiko for tilbagefald, skal du følges med kontrolscanninger i 5 år efter, den medicinske kræftbehandling og strålebehandlingen er afsluttet.

Efter kemo- og strålebehandlingen er afsluttet, og hvis scanningen har vist, at kræftsygdommen er i ro, kan du – hvis du er særligt følsom for immunterapi – blive tilbudt denne type behandling i 12 måneder.

Bivirkninger ved strålebehandling kan lindres

Strålebehandling af brystkassen kan give bivirkninger under og efter behandlingen i form af synkebesvær, åndenød, hoste og eventuelt feber. Synkebesværet aftager som regel i løbet af et par uger. Hoste og åndenød opstår i visse tilfælde efter strålebehandlingen i uger til

måneder efter, at strålebehandlingen er afsluttet. På afdelingen kan du få hjælp til lindring af bivirkningerne.

Behandling hvis kræften har spredt sig til andre dele af kroppen

Lungekræft kan sprede sig ud i kroppen (fjernmetastaser). Hvis der er mistanke om spredning, bliver du undersøgt med CT-, PET/CT-, MR-scanning eller ultralydsscanning.

Hvis sygdommen har spredt sig, findes der flere forskellige lindrende og livsforlængende behandlingsmetoder, som kan være en mulighed. Det kan f.eks. være målrettet behandling, immunterapi og medicinsk kræftbehandling. Hvis lungekræften har spredt sig til knoglerne, kan strålebehandling hjælpe.

Immunterapi med antistoffer (checkpoint-hæmmere)

For at finde ud af om du kan have gavn af immunterapi, undersøger lægen vævsprøver af kræften. Immunterapi med antistoffer øger immunforsvarets evne til at genkende og dræbe kræftcellerne og svækker samtidig kræftcellernes evne til at forsvare sig. Nogle patienter har en langvarig virkning af immunterapien. Men der er en del patienter, hvor behandlingen desværre ikke virker.

Bivirkninger ved immunterapien skyldes, at immunsystemet bliver overaktivt, og derfor også kan finde på at gå til angreb på kroppens raske celler. Bivirkningerne er som regel milde, men kan udvikle sig alvorligt, hvis de ikke bliver behandlet korrekt. Det er derfor vigtigt, at du søger læge så tidligt som muligt, hvis du oplever gener, så du kan blive undersøgt og behandlet. Typiske bivirkninger kan være hududslæt med kløe, diarré, kraftig hovedpine eller synsforstyrrelser, hoste og forvirring.

Medicinsk kræftbehandling som lindrende behandling

Mange oplever en positiv effekt af medicinsk kræftbehandling, men behandlingen kan ofte have bivirkninger, og effekten er desværre ofte kun midlertidig.



Jeg kan ikke blive opereret, fordi jeg har metastaser. Jeg bliver derfor aldrig erklæret kræftfri, men jeg har alligevel et godt liv uden nogle særlige bivirkninger af min behandling. Når den ikke virker mere, ved jeg selvfølgelig ikke, hvad der sker. Men mit håb er, at lægerne til den tid har fundet ny medicin.

Lungekræftpatient

For at kunne følge effekten af behandlingen får du en CT-scanning af brystkassen og den øverste del af bughulen både før og efter den medicinske kræftbehandling. Du får også taget blodprøver for at se, om du kan tåle behandlingen.

I nogle tilfælde får man medicinsk kræftbehandling sammen med immunterapi. Du kan også få medicinsk kræftbehandling, hvis immunterapi og målrettet behandling ikke virker længere.

Bivirkningerne kan i mange tilfælde forebygges eller lindres med medicin.

Målrettet behandling i stedet for kemoterapi

For en mindre gruppe patienter med fjerne metastaser er det bedre at få målrettet tabletbehandling med såkaldte tyrosin kinase-hæmmere i stedet for kemoterapi. Det gælder, hvis kræftknuden har muterede gener (f.eks. EGFR- og ALK-gener). Tyrosin kinase-hæmmere virker ved at bremse kræftcellerne. Lægen vil derfor undersøge dine vævsprøver og vurdere, om dine kræftceller har ændrede gener, og du derfor kan have gavn af målrettet behandling. Hvis du får behandling med tyrosin kinase-hæmmere, vil du i mange tilfælde få kemoterapi på et senere tidspunkt.

Lindrende behandling af symptomer

Du kan også få lindrende behandling af symptomerne med bronkieudvidende og slimløsnende midler, ernæringstilskud (proteindrik), iltapparat i hjemmet eller smertestillende medicin.

Behandling af småcellet lungekræft

Småcellet lungekræft behandles med medicinsk kræftbehandling og strålebehandling. Det er sjældent, at man bliver opereret, fordi småcellet lungekræft ofte har spredt sig uden for lungerne. Hvis sygdommen bliver opdaget så tidligt, at det er muligt at operere, får man medicinsk kræftbehandling efter operationen.

Medicinsk kræftbehandling har god effekt ved småcellet lungekræft

For at undersøge om sygdommen har spredt sig, vil du få en CT-scanning af brystkassen og den øverste del af maven, før du får medicinsk kræftbehandling. Hvis der efter CT-scanning er tvivl, om sygdommen har spredt sig, får du lavet en PET/CT-scanning. I nogle tilfælde får du også taget en vævsprøve fra mistænkelige forandringer, især hvis de er i leveren.

Du vil også få taget blodprøver og en nyrefunktionsprøve for at se, om leveren og nyrerne fungerer godt nok til, at du kan tåle at få medicinsk kræftbehandling.

Medicinsk kræftbehandling består oftest af en kombination af to forskellige stoffer, som du får dels som et drop i armen og dels som tabletter. Du behøver ikke at være indlagt under behandlingen.

Bivirkninger kan i mange tilfælde lindres med medicin. Hvis du under medicinsk kræftbehandling får feber over 38,5° eller blødning – f.eks. næseblod, blod i urinen eller blødninger i huden – skal du kontakte den afdeling på hospitalet, hvor du får behandling.



Efter jeg havde fået kemo, og alt kræft faktisk var væk, var der et stykke tid, hvor jeg følte mig meget deprimeret og kun tænkte på, at kræften kom tilbage, og at jeg ville dø. Jeg talte både med Kræftens Bekæmpelse og min egen psykolog. Nu har jeg besluttet at tænke positivt og ikke lade mit liv blive ødelagt af bekymringer. Jeg ved godt, det ikke er så nemt at leve op til, selvom man har sat sig det for.

Lungekræftpatient

Medicinsk kræftbehandling som lindrende behandling

Ved mere fremskreden småcellet lungekræft får du tilbudt lindrende medicinsk kræftbehandling.

Strålebehandling sammen med medicinsk kræftbehandling

Hvis du ikke har spredning (udover til de nærmeste lymfeknuder i brystskillevæggen), bliver den medicinske kræftbehandling suppleret med strålebehandling, kort efter at du er startet på medicinsk kræftbehandling. Målet med strålebehandlingen er at fjerne kræften. Langt de fleste får tilbudt 30 strålebehandlinger (2 dagligt) i løbet af 3 uger, men lægen kan også vælge at tilbyde en enkelt strålebehandling dagligt i 6 uger.

Da der er en væsentlig risiko for, at lungekræften kan komme tilbage, bliver du tilbudt løbende kontrolscanning i 5 år efter, at behandlingen er afsluttet.

Bivirkninger ved strålebehandling

Strålebehandling af brystkassen kan give bivirkninger under og efter behandlingen i form af synkebesvær, åndenød, feber eller hoste. Hvis åndenød og hoste tager til i ugerne og månederne efter strålebehandlingen, er det vigtigt at kontakte afdelingen, da det kan være nødvendigt at behandle med binyrebarkhormon i en periode. Synkebesværet aftager som regel i løbet af et par uger efter, behandlingen er afsluttet.

Forebyggende strålebehandling af hjernemetastaser

Hvis sygdommen bringes under kontrol med medicinsk kræftbehandling, kan du bagefter blive tilbudt strålebehandling af hjernen for at forebygge, at der opstår spredning til hjernen.

Hjernemetastaser opstår hos op mod halvdelen af alle med småcellet lungekræft. Den forebyggende behandling består af 10 strålebehandlinger i løbet af 2 uger, og den halverer risikoen for hjernemetastaser. Da der både er fordele og ulemper ved forebyggende strålebehandling mod hjernen, er det en god idé at tale med din behandlende læge om det.

Lindrende behandling af symptomer

Hvis lungekraften ikke kan fjernes, kan du få lindrende behandling af symptomerne. Behandlingen kan være bronkieudvidende og slimløsnende midler, ernæringstilskud (proteindrik), iltapparat i hjemmet eller smertestillende medicin. Lindrende behandling kan nogle gange også være livsforlængende.

OVERVEJER DU AT DELTAGE I FORSØGSBEHANDLING?

Forsøgsbehandling er en vigtig del af arbejdet med at finde nye og bedre behandlinger. Hvis du deltager i forsøgsbehandling, får du en ny type medicin eller ny behandling. På den måde kan lægerne finde ud af, om nye behandlinger virker bedre eller har færre bivirkninger end de nuværende behandlinger. Det giver ny viden og er med til at udvikle bedre kræftbehandlinger i fremtiden. Læs mere og se, om der er en forsøgsbehandling for dig på Kræftens Bekæmpelses hjemmeside www.cancerforsog.dk

Alternativ behandling

Mange kræftpatienter bruger alternativ behandling som et supplement til kræftbehandlingen. Nogle former for naturmedicin kan nedsætte eller forstærke virkningen af medicin eller påvirke din krop under behandlingen. Vær derfor forsigtig med at tage alternativ medicin, når du samtidig er i behandling for kræft – og fortæl altid din læge, hvilke former for alternativ behandling du bruger. Du kan læse om kosttilskud og alternativ behandling på

www.cancer.dk/alternativ



RYGESTOP KAN FORBEDRE DIT SYGDOMSFORLØB

Hvis du ryger, er det en god idé at stoppe. Det er nemlig bevist, at rygestop ved småcellet og ikke-småcellet lungekræft øger din chance for at overleve. Det kan være ligeså effektivt at stoppe med at ryge ved lungekræft som operation, medicinsk kræftbehandling eller strålebehandling. Omvendt kan fortsat rygning modvirke effekten af alle typer kræftbehandling.

Der findes flere slags hjælp til rygestop. Ring f.eks. gratis til Stoplinien på 80 31 31 31 og tal med en rådgiver. Du kan også downloade appen e-kvit, som hjælper dig igennem et gratis rygestopprogram. Find appen i App Store eller Google Play. Du kan også spørge på apoteket eller på sygehuset om muligheden for medicinske produkter mod rygestop.

En ny hverdag

En kræftsygdom påvirker livet og hverdagen for både én selv og familien. Men mange fortæller, at de – når det første chok har lagt sig – får en ny hverdag og oplever at blive bedre til at leve i nuet. På Kræftens Bekæmpelses hjemmeside kan du få gode råd om bl.a. kost, mentale redskaber, arbejde og familieliv.

Tal med din læge om behandling, hvis du har åndenød

Når man har åndenød, har man svært ved at trække vejret. Åndenød er det mest almindelige symptom ved kræft i lungerne. Din læge eller sygeplejerske kan hjælpe med flere gode råd til, hvordan du kan lindre åndenød.

Vær opmærksom på, at åndenød kan skyldes lungebetændelse, væske mellem lungehinderne, kronisk bronkitis eller blodmangel. Det kan i sjældne tilfælde skyldes, at hjertet er påvirket af væskeansamling i hjertesækken og derfor har svært ved at pumpe. Åndenød kan forværres ved angst.

Det er vigtigt, at du taler med lægen om mulige årsager til din åndenød. Alt efter årsagen er der forskellige muligheder for behandling og lindring.

Medicin og anden behandling der kan hjælpe mod åndenød

Binyrebarkhormon kan lindre åndenød, hvis en del af årsagen er kronisk obstruktiv lungelidelse (KOL), eller hvis ens luftveje er irriterede af anden grund. Inhalationsmedicin kan forbedre passagen i luftvejene, og hvis du er generet af sejt slim, kan du få slimløsende medicin. Hvis årsagen er blodmangel, kan du få jerntabletter eller blodtransfusion, hvis blodprocenten er meget lav.

Åndedrætsøvelser og hvilestillinger kan hjælpe

En fysioterapeut kan hjælpe dig med åndedræts- og afspændingsøvelser, give massage og træne dig i at håndtere de situationer, hvor du får åndenød.

Hvis du har brug for genoptræning, er det vigtigt, at du får en genoptræningsplan, inden du bliver udskrevet fra hospitalet. Fysioterapi kan også bedre din almene kondition.



At hoste blod op

Måske oplever du at hoste blod op. Det er som regel kun en lille smule blod, men det kan se voldsomt ud. Hvis det bliver værre, kan blødningen i lungen behandles med stråle- eller laserbehandling. Hvis du hoster meget blod op, skal du indlægges. Blodfortyndende medicin og visse typer smertestillende medicin kan øge blødningen. Tal med din lægen, hvis du tager disse typer medicin.

Hæshed

Du kan blive hæs, hvis kræftknuden trykker på nerven, der styrer stemmelæberne. Det betyder ofte, at det bliver både anstrengende og irriterende at tale. Der er ingen medicinsk behandling mod hæshed. Du må give dig ro til at tale og være tålmodig, og det samme skal ens pårørende være. Ved kronisk hæshed efter operation, medicinsk kræftbehandling eller strålebehandling vil taletræning (hos logopæd) ofte kunne hjælpe.

SPAR PÅ LUFTEN

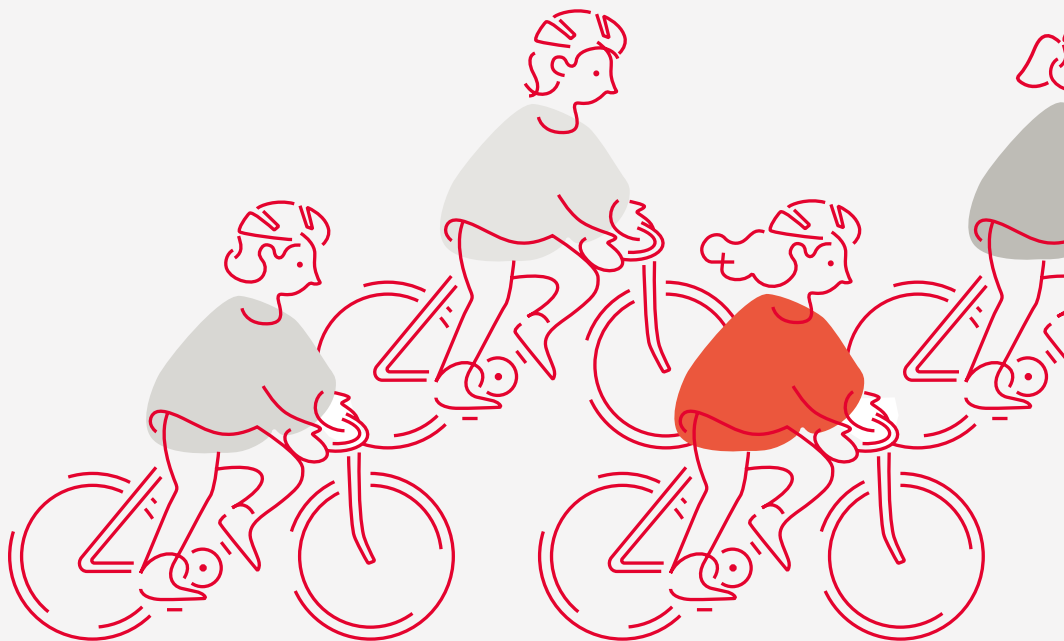
Det er vigtigt at spare på den luft, du nu har til rådighed. Det gælder om at finde en rolig rytme for vejrtrækningen og om at få mængden af luft tilpasset, hvor meget du fysisk skal foretage dig.

Når du går på trapper, kan du sætte det ene ben et trin op og læne dig frem for at hvile på underarmene. Når du står i denne stilling, har du nemmest ved at trække vejret. Når du bevæger dig, skal du ofte holde små pauser. Og holde pause, inden du bliver alt for forpustet. Så går det hurtigere med at få vejrtrækningen til at falde til ro igen.

MOTION MINDSKER TRÆTHEDEN OG ØGER LIVSKVALITETEN

Motionerede du ikke, før du blev syg, kan du roligt gå i gang med det. Motion styrker kroppen og vil også give dig mere energi. Det behøver ikke være hård motion eller i lang tid. En gåtur er også fin. Mange oplever at føle sig bedre tilpas efter at have rørt sig.

Krop & Kræft er et træningstilbud til kræftpatienter i medicinsk kræftbehandling, som findes på en lang række hospitaler. Hør lægerne på dit hospital om muligheden for at deltage i Krop & Kræft-træningsprogrammet.



Træthed

Både symptomer fra sygdommen og behandlingen kan betyde, at du har mindre energi og overskud. Derfor kan det være en god idé, at du prioriterer i, hvad der er vigtigt for dig.

Bliv opmærksom på, hvornår på dagen du har mest energi, og lav de vigtigste ting for dig på det tidspunkt.

Blodpropper

Når man har lungekræft, har man øget risiko for at få blodpropper i de dybe vener i læggen, i låret eller i bækkenet.

Søg straks læge, hvis du oplever, det ene ben hæver og har et ømt, rødt, varmt område.

Gode råd til at modvirke blodpropper i benene:

- Gå hyppige korte ture
- Stå gerne lidt på tæer og vip frem og tilbage
- Hvis du ikke kan bevæge dig rundt, kan du bøje og strække ben, fødder og tæer en gang i timen
- Drik rigeligt vand



Rettigheder

Det kan være rart at kende sine rettigheder som patient eller pårørende. Du kan læse om bl.a. rettigheder i forhold til din behandling, økonomisk hjælp, hjælp i hjemmet, arbejde og pension på www.cancer.dk/rettigheder

Forsikring

Det er en god ide at undersøge dine forsikringsforhold for, om du er omfattet af dækning ved kritisk sygdom. Mange er bedre dækket, end de tror, gennem deres arbejdsplads, forsikringer, faglige organisation eller bank. Det udbetalte beløb kan i en svær tid give økonomisk frihed og anvendes helt efter den enkeltes eget ønske og behov.



BRUG DIN PRAKTISERENDE LÆGE

Din egen læge kender dit helbred, din livssituation og familie og kan hjælpe dig, hvis du har behov for at blive henvist til relevante tilbud i kommunen. Din kommune har en række tilbud, som kan støtte dig og dine pårørende under og efter din sygdom. Du kan f.eks. få tilbud om kostvejledning, genoptræning, psykolog og rygeafvænning. Hvis du skulle få brug for hjælp til personlig pleje eller til praktiske opgaver i hjemmet, kan din egen læge også arrangere, at kommunen besøger dig og vurderer dit behov for hjemmehjælp eller hjemmesygeplejerske.

Opfølgning

Efter du er behandlet for lungekræft, bliver du tilbudt at gå til opfølgning på hospitalet. Hvis du er blevet opereret, går du kortvarigt til kontrol på den afdeling, hvor operationen foregik. Herefter foregår opfølgningerne på en lungemedicinsk afdeling eller en kræftafdeling – som regel i op til 5 år. Hvis du har fået medicinsk kræftbehandling eller strålebehandling sammen med medicinsk kræftbehandling, bliver du tilbudt 5 års opfølgning på en kræftafdeling.

Ved opfølgningsbesøgene taler du med lægen eller sygeplejersken om eventuelle nye symptomer. Du bliver også undersøgt med blandt andet CT-scanning af brystkassen.

Lægen vil fortælle dig, hvilke symptomer du skal holde øje med som tegn på, at sygdommen er vendt tilbage. Symptomerne kan være:

- Hoste i mere end seks uger
- Hoste blodigt slim op
- Åndenød
- Smerter i brystet
- Træthed, svedtendens, appetitløshed og vægttab
- Hæshed

Kontakt den afdeling, hvor du går til opfølgning og få fremrykket dit næste besøg, hvis du får nye symptomer eller bliver bekymret mellem opfølgningsbesøgene.

Formålet med opfølgning er også, at du kan få behandlet bivirkninger og gener. Du har mulighed for at fortælle om dine behov, bekymringer og om din hverdag med sygdommen. Du kan tale med lægen om, hvordan du bedst får behandlet eventuelle senfølger og om, der er behov for rehabilitering.

Hvis du ryger, vil lægen anbefale, at du stopper, og tilbyde dig hjælp til at holde op med at ryge.

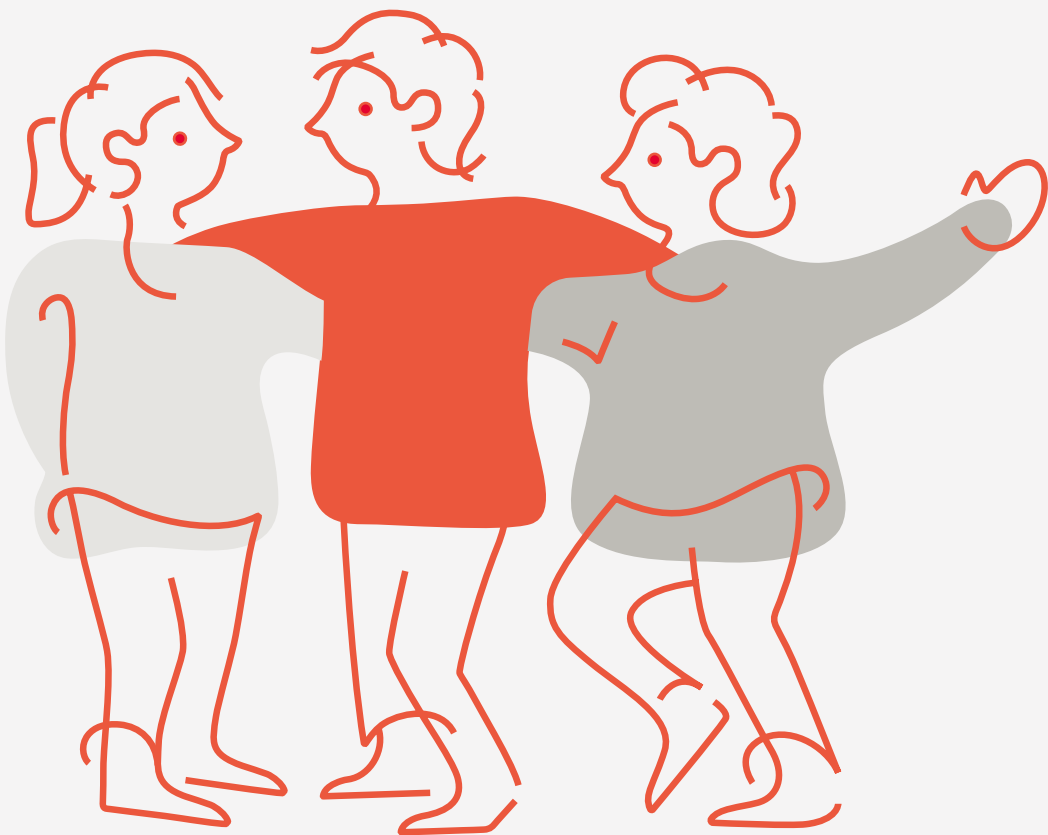
Det er en god idé, at du skriver dine spørgsmål til lægen ned hjemmefra. Tag gerne en pårørende eller en ven med til besøgene. Det er en god støtte for mange.

STATISTIK

På cancer.dk kan du finde statistik over, hvor mange der får lungekræft, og hvor mange der overlever. Nogle finder statistik beroligende, fordi det er noget konkret at forholde sig til. Andre synes, statistik er skræmmende og upersonlig. Det er vigtigt at huske, at statistik er baseret på gennemsnit beregnet ud fra store patientgrupper og ikke nødvendigvis siger noget om din situation.

Spørgsmål?

Ring til Kræftlinjen på
80 30 10 30



Hjælp og rådgivning

Her kan du få støtte og rådgivning:

Kræftens Bekæmpelses rådgivningstilbud

Kræftens Bekæmpelse har en række gratis tilbud til alle, der er berørt af kræft.

På Kræftlinjen sidder professionelle rådgivere klar til at støtte dig i at få overblik over din situation og i at finde dine handlemuligheder. De kan også hjælpe dig med at få sat ord på dine bekymringer. Både du og dine pårørende kan ringe.

Ring til Kræftlinjen på 80 30 10 30

Du kan også besøge en af Kræftens Bekæmpelses kræftrådgivninger. Her kan du tale med en rådgiver eller deltage i en samtalegruppe. Kræftrådgivningerne afholder desuden foredrag og kreative eller fysiske aktiviteter. Find kræftrådgivningerne her:

www.cancer.dk/raadgivning

Få støtte af en navigator

Hvis du ikke har nære pårørende, som kan støtte dig, og du har svært ved at overskue de mange aftaler, undersøgelser og behandlinger i dit forløb, kan du få tilknyttet en frivillig navigator fra Kræftens Bekæmpelse. Navigatoren kan støtte dig i kontakten til sygehuset og hjælpe dig igennem sygdomsforløbet. Kontakt den nærmeste kræftrådgivning, hvis du er interesseret i at høre mere om tilbuddet eller læs på **www.cancer.dk/navigator**

Mød andre i samme situation som dig

Cancerforum er et online forum for kræftpatienter og deres pårørende. Her kan du bl.a. læse indlæg og dele dine tanker og erfaringer med andre, der også har lungekræft. Opret en profil og meld dig ind i gruppen 'Lungekræft' på **www.cancerforum.dk**

Pårørende til en patient med lungekræft

Alvorlig sygdom påvirker også dine pårørende. På Kræftens Bekæmpelses hjemmeside kan dine pårørende få råd om, hvordan de håndterer hverdagen som pårørende til en kræftpatient og samtidig passer på sig selv. Læs også om, hvad man skal være opmærksom på i et parforhold med alvorlig sygdom, eller hvis der er børn i familien:

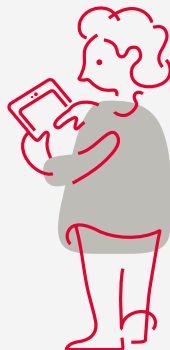
www.cancer.dk/paaroerende

App til at planlægge praktisk hjælp

'Sammenholdet' er en gratis app, der hjælper kræftpatienter og deres pårørende med at organisere et netværk, som kan støtte under sygdomsforløbet med f.eks. transport, madlavning og børnepassning. Find appen i App Store eller Google Play.



Brug kameraet på din smartphone til at scanne QR-koden, så du kan læse mere om lungekræft på **www.cancer.dk/lungekraeft**





Kræftens Bekæmpelse
Strandboulevarden 49
2100 København Ø
Telefon 35 25 75 00

Du er velkommen til at bruge os

Kræftlinjen 80 30 10 30
www.cancer.dk

August 2022,
2. udgave
Varenr: 0037