

Hei !

Jeg heter Bjørn Nymoen og er tidligere «avdanka» kjøpmann som hadde dagligvare butikker her i Horten.

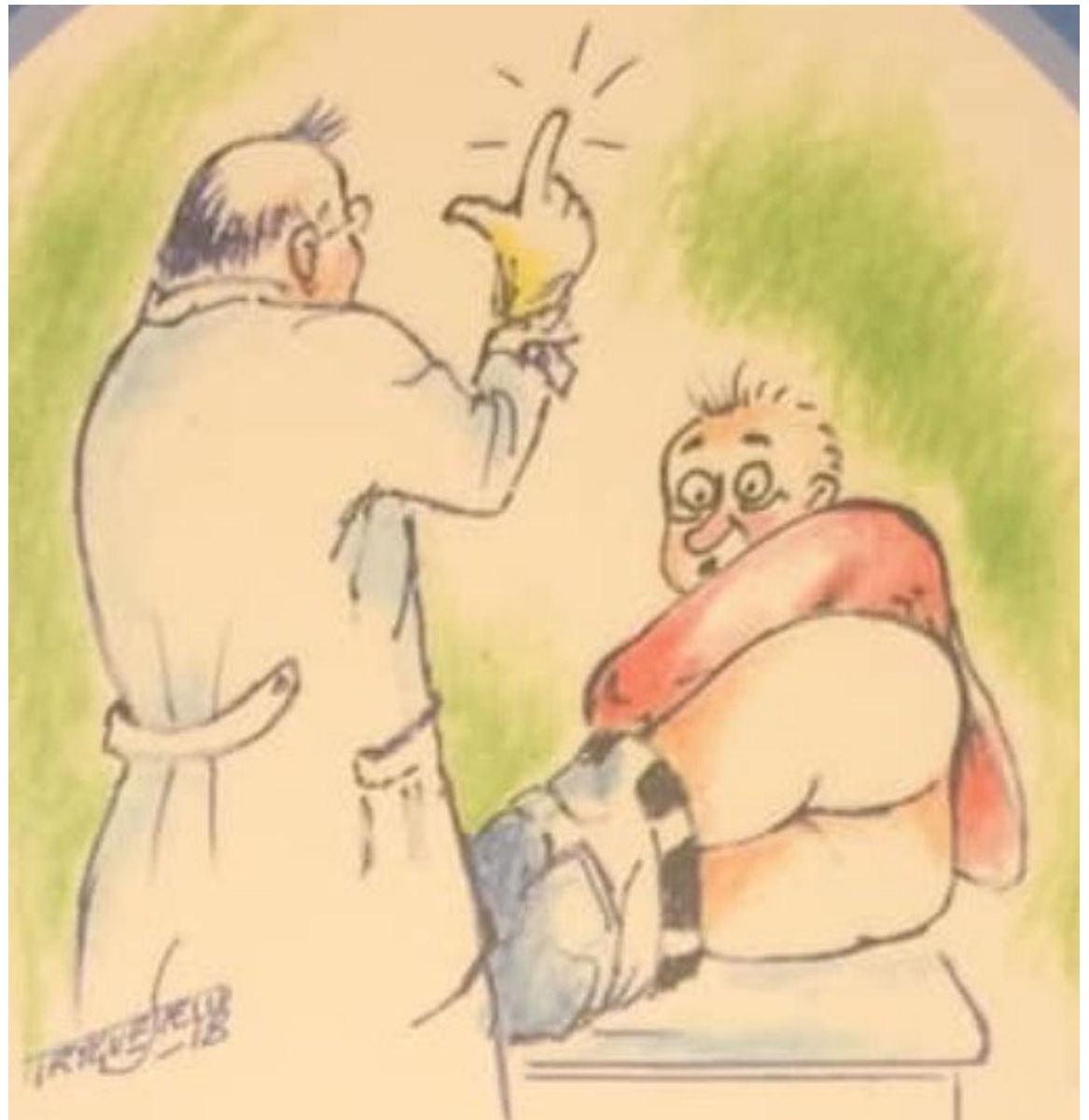
I tillegg har jeg i Horten lagt grunnlag for 2 datafirmaer: Horten Butikk Data og Vestfold Butikk Data



Horten Kiwanis klubb 18.11.2019

Er det noen andre av dere
her, som har, eller har
hatt Prostata kreft ?

Kom gjerne med
synspunkter og meninger,
i forhold til mine
erfaringer





Publisert:13. november 2019, kl. 09:48

Dødeligheten i Norge er den tredje største i verden

Rett etter Norge, kommer Sverige og Danmark. Hvorfor disse landene ligger så høyt på listen kan ikke legene svare på, men Axcrona mistenker at det kan ha noe med arv og gener å gjøre.

– Hvert år er det ca. 5.000 nye tilfeller av prostatakreft her i landet. Det er også sykdommen som årlig får flest nye diagnoser, sier overlege ved urologisk avdeling på Ahus, Karol Axcrona.

Prostatakreft er en av de mest utbredte kreftformene i Norge. Det er i dag ca. 50.000 menn i Norge som lever med diagnosen.

Svært utbredt i Norden

Hvert år dør ca. 1.000 menn av sykdommen, og hver femte mann som dør av kreft her i landet, dør av prostatakreft.

Mine opplevelser og erfaringer med å få Prostatakreft

Jeg fikk konstatert prostatakreft i slutten av September 2017
og ble operert på [Martini klinikken](#) i Hamburg
7. November 2017

Du finner mer info om min prostata kreft på
<http://www.nymoen.info/ProstataKreft.htm>

Du kan også gjerne ta kontakt med meg hvis du har spørsmål o.l.
Mob 922 06 770 eller mail bnymoen@h-nett.no

En viktig bok om Prostatakraft, som jeg anbefaler at du kjøper

Denne informasjon kan distribueres fritt som «flyveblad» ved å kopiere og sendes rundt over-alle i Norge....!

Alfred Sælid

PROSTATA, en kjertel til besvær

Ta ansvar for eget liv

ISBN 978-82-300-1843-9

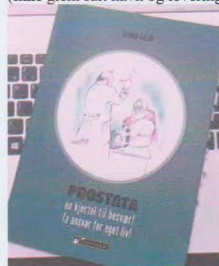
Ordinær pris 425,-

Boken

kan kjøpes gjennom alle bokhandlere og nettbokhandlere.
Som eksempel kan boken kjøpes gjennom kolofonshop.no

Søkeord: PROSTATA

Signert eksemplar sendes
fraktfritt ved å 'Vippse'
Kr. 399,- til mobilnummer
95124506,
eller sende bestilling på
email: alfred60@online.no
(Ikke glem fult navn og leveringsadresse)



Ny bok fra KOLOFON FORLAG

Alfred fikk prostatakraft, slik som over 5000 menn får årlig i Norge.

Boken omhandler noen bidrag fra personer med prostatakraft.

Hendelser i selve behandlingen og tanker om det byråkratiske helsesystemet ble notert.

Hvorfor sier legen «hva vil du» etter en kort innføring av metoder og bivirkninger?
På dette tidspunktet i diagnosen har vel ingen prostata kreft pasient mulighet til å ta «sitt valg» på forsvarlig grunnlag?
Legens utsagn er med i prosedyren for å fraskrive legens ansvar i tilfelle en anbefaling fører til et uheldig resultat.

Nesten all omtale av prostatakraft assosieres med operasjon, men er det den rette veien?
Hvorfor opereres prostataen bort når kreften er diagnostert utenfor kapselen? Hvorfor er disse Da Vinci robotene å foretrekke når åpen operasjon er likeverdige i forhold til bivirkninger og medisinsk resultat?
Hvorfor har ikke strålebehandling, varme-kuldebehandling av prostata større oppmerksomhet?

Alfred besøker diverse leger for å få svar. Men det verste av alt: Det er ett 1000-talls menn som kommer for sent til behandling. Det betyr at de har kreft spredning ut i kroppen ved førstegangs diagnoser. Det dør 2-3 staute mennfolk hver dag i Norge av prostatakraft som registrert statistikk. Det er sikkert mange flere med prostatakraft som basis.

Kan legene slutte med å formidle at «man dør ikke av prostatakraft, men med kreften»?

Alfred har jobbet med maritim sikkerhet nesten hele livet – kan han redde liv med denne boken?

Kan denne boken bidra til at menn fra 40-årsalderen oppsøker fastlegen for rutinekontroll?

Og dersom fastlegen mener det er unødvendig med PSA blodprøver og finger-test gjennom anus, hva da?

ALFRED SÆLID



PROSTATA en kjertel til besvær! Ta ansvar for eget liv!

KOLOFON

Mitt bidrag til boken:

PROSTATA en kjertel til besvær ! Ta ansvar for eget liv - side 202

**Bidrag fra Bjørn Nymoen,
født 10.05.48, bosted Holmestrand (Operert i Tyskland)**

Min historie når det gjelder prostata kreft startet med at jeg synes at jeg måtte opp flere ganger om natten, samtidig synes jeg det ble vondt å tisse, det var liksom blitt trangere. Oppsøkte min fastlege og tok en PSA prøve som viste 8. Det var på slutten av september 2017. Siden jeg hadde en privat helseforsikring i Storebrand så laget han en henvisning til dem. Deretter

ble jeg kontaktet av Aleris i Oslo, og fikk time hos urolog Espen Kvan og der tok jeg MR. Deretter så ble det foretatt en biopsi og en ny MR. Det ble konstatert ondartet kreft som var innenfor prostataen. Deretter fikk jeg en samtale med Marius Normann spesialist i onkologi. Han skisserte 3 mulige alternativer for meg med hormon behandling, stråling og operasjon. I samråd kom vi frem til at operasjon ville være den beste løsningen for min del. På grunn av arbeid og avslutning av et stort tillitsverv var ønske mitt at jeg skulle utsette dette til januar, men jeg ble rådet til å ta operasjonen så raskt som mulig. Siden jeg hadde helseforsikringen så ble vi enige om å velge Martini Klinikken i Hamburg. På forhånd fikk jeg tilsendt mye informasjon og spørreskjemaer på norsk så jeg var rimelig godt forberedt. Men jeg må si jeg var utrolig spent og nervøs da jeg ankom Martini klinikken den 7. november 2017. Men her ble jeg fort veldig trygg. Jeg må også få si at jeg ikke hadde vært på sykehus annet i 3 dager da jeg var 3 år, så min sykehuserfaring var lik null. Den første jeg møtte i resepsjonen var en norsk dame og hun fulgte meg rundt hele den første dagen til alle de nødvendige undersøkelsene og foretok språk oversettelser der dette var nødvendig. De

undersøkelsene og foretok språk oversettelser der dette var nødvendig. De fleste ansatte på Martini klinikken snakket meget godt engelsk. Neste dag ble operasjonen foretatt med roboten og en veldig hyggelig og dyktig lege. Jeg merket ingen ting, sovnet idet jeg ble trillet ut av rommet, og trodde jeg at jeg våknet 15 minutter senere uten å skjønne at jeg var blitt operert. Men jeg fikk jo greie på det at jeg hadde blitt operert i 4,5 timer, og jeg kjente også at jeg hadde et kateter. Oppfølgingen på Martini klinikken var bare helt fantastisk. Daglig flere legebesøk også av han som opererte meg. Daglige sprøyter, tabletter morgen, middag og kveld. Blodtrykk, puls og temp målinger 2 ganger daglig. Stadige ultralyd kontroller og andre typer oppfølginger. Etter 5 dager så sjekket de om kateteret kunne fjernes ved at de tok røntgen av blæren min, mens den er pumpet full av væske. Så totalt var jeg på Martini klinikken i 7 dager og kunne ta direkte fly fra Hamburg til Gardermoen. To dager etter ankomst til Norge ble jeg oppringt av legen som opererte meg og lurte på hvordan det gikk med meg, og fortalte meg om laboratoriet resultatet i forhold til operasjonen og at kreften var fjernet, osv. Deretter har det vært 3 mnd oppfølging på Aleris og det samme etter 6 mnd. Min PSA er pr i dag ikke målbar.

Jeg slet i de første tiden med at jeg måtte bruke bleie når jeg ikke var hjemme, men etter å ha fått veldig god hjelp av en fysioterapeut som lærte meg å gjøre knipeøvelser både på en variert og riktig måte, har jeg kastet restlageret av bleiene. Trening har jeg også funnet ut har vært helt nødvendig. I starten var det å gå turer, og etter vært som det ble mulig har jeg også brukt ergometersykkelen daglig og svømt mye. Når det gjelder ereksjonen så er dessverre denne ikke så bra, men jeg tror nok at den kommer etter hvert, selv om jeg synes det går tregt. For min del så føler jeg at valget å bli operert på Martini klinikken har vært et riktig og godt valg som jeg kan anbefale på det varmeste.

Det er et 1000-talls staute menn som kommer for sent til behandling.

Menn er i faresonen fra 40-års alderen.

Gode råd er før en operasjon er:

Bekkenbunns - trening er veldig viktig

Få hjelp av en dyktig fysioterapeut - en med spesialkompetanse innen dysfunksjoner i bekkenbunnen.
(de uten denne kompetansen duger ikke). f.eks. bruk Heidi Prøsh hos [Aquafrisk](#) på Nøtterøy
utenfor Tønsberg som virkelig hjalp meg.

I tillegg til operasjon på 19 Norske sykehus med roboter, er det også private løsninger uten ventetid,
for oppfølging og operasjon av prostata kreft er [Colosseum Mann - Urologisk sykehus](#)
og klinikker som [Alleris Urologi](#) som har mye kompetanse på dette område

Selv ble jeg operert på [Martini klinikken](#) i Hamburg. De var superdyktige og hadde en veldig flott oppfølging i de 7 dagene
jeg var der. Det er viktig å være klar over at det er en stor vesentlig forskjell på å bli prostata operert på
Martini klinikken og på et ordinært Norsk sykehus. De tre viktigste forskjellene er:

- * På Martini klinikken har vær av operasjons lege ca 300 operasjoner i året. I Norge er det vesentlig færre.
- * En annen stor forskjell er at du på Martini klinikken er innlagt i 7 dager. 5 dager etter operasjonen
så fjernes urin kateteret og jeg kunne reise hjem.
- * I Norge så reiser pasienten vanligvis hjem 2 dager etter operasjonen. Han skal da ha urinkateteret liggende inne i 10
dager hjemme, før han reiser tilbake til sykehuset og kateteret blir så fjernet.

Etter operasjon:

Ved en operasjon i utlandet så deltar du ikke i noe oppfølgings program som noen av de som blir operert i Norge blir en del av, dette synes jeg for min del har vært negativt. Jeg har måtte finne ut det meste på egenhånd

Problemene du får etter en prostata operasjon er:

Urin lekkasje og Ereksjon problemer. Her er det bare et råd som gjelder:

TREN, tren og tren, tren, tren, tren og tren

* Bekkenbunns- trening er veldig viktig

* Få hjelp av en dyktig fysioterapeut - en med spesialkompetanse innen dysfunksjoner i bekkenbunnen.
(de uten denne kompetansen duger ikke).

Selv fikk jeg veldig god hjelp av: Heidi Prøsh hos [Aquafrisk](#) på Nøtterøy utenfor Tønsberg.

Hun sto virkelig på for meg. Har bare et ord å si om henne **ENESTÅENDE**.

For å få tilbake ereksjonen etter prostata operasjonen så er mitt aller beste råd å trene med en **Penispumpe**. Og det fine er at den fungerer også for å kunne gjennomføre et samleie.

Den skal dekkes av det offentlige. I tillegg får du også kjøpt de direkte hos [Quintet](#).

I tillegg finnes det hjelpemidler som tabletter og sprøyter. Det som har virket best på meg er: Cialis 20mg -
Vitaros Krem 3 mg og aller best er **Bondil Urethralstift 1000 mikrogr**

Elektronisk knipe hjelpemidler får du også dekt av det offentlige. I tillegg får du også kjøpt de direkte hos [Quintet](#).



MINE PERSONLIGE RÅD OG MENINGER
SETT UT I FRA DET JEG PERSONLIG HAR
OPPLEVD ER:

*** Husk at du må sjekke deg vær 6 mnd, ved å ta en blodprøve hos fastlegen, for å sjekke PSA verdiene dine.**

(Men husk at du kan ha Prostata kreft med en normal PSA)

*** Fastlegen skal derfor kjenne på din prostata i hvert fall minst en gang i året**

*** For min del har det også vært viktig å ha en god Helseforsikring**

Jeg vil gjerne få anbefale Facebook Gruppen: PROSTATA kreft - erfaringer

<https://www.facebook.com/groups/1513374388924393/>

som jeg har hatt veldig stor nytte av å være medlem i.

Ønsker du å kontakte meg så kan du gjerne gjøre dette på: Mobil +47 922 06 770 Mail bnymoen@h-nett.no