

Vardesenteret holder til i J-bygget på Radiumhospitalet, i 5 etg  
(samme bygg som pasienthotellet)  
Velkommen!

### FOR MER INFORMASJON OG PÅMELDING

Per tlf. 22935922 eller mail [Lmskkt@ous-hf.no](mailto:Lmskkt@ous-hf.no)

Ved påmelding, husk å oppgi navn, kurs, datoer,  
telefonnummer og din mailadresse

**Utgiver:**

Lærings og mestringscenteret  
Radiumhospitalet  
Avdeling for klinisk service  
Kreftklinikken

**Målgruppe:**

Pasienter med gynekreft og deres  
pårørende

## GYNEKOLOGISK KREFT

livskvalitet og seneffekter

For deg som har avsluttet behandling og for dine pårørende

HØST 2020



### Lærings og mestringskurs

I regi av Enhet for læring og mestring, Kreftklinikken, OUS  
På Vardesenteret, Radiumhospitalet

## VELKOMMEN TIL KURS PÅ RADIUMHOSPITALET

Erfaring og forskning viser at mange kvinner som er behandlet for gynekologisk kreft kan slite med senvirkninger. Hensikten med kurset er at du skal få kunnskap, veiledning og økt forståelse slik at du kan mestre situasjonen så godt som mulig. Kunnskap øker muligheten for aktivt å kunne medvirke i egen situasjon. Kurset er anbefalt av avdelingens leger og sykepleiere. Det gir gode muligheter for spørsmål, dialog og gruppesamtaler. Du er velkommen alene eller sammen med pårørende.

### Program:

- En tidligere pasient deler sine erfaringer
- Livskvalitet og senvirkninger etter behandling
- Fysisk aktivitet, fatigue og lymfødem
- Samliv, seksualitet og selvbylde
- Hvordan mestre angst og bekymring
- Ernæring og kosthold

Med forbehold om endringer

Det blir servert enkel lunsj på kurset

Lærings- og mestringscenteret (LMS) samarbeider med:

- Avdeling for gynekologisk kreft, OUS, Radiumhospitalet
- En som selv har og lever med seneffekter etter gynekologisk kreft
- Gynkreftforeningen
- Kursansvarlig lege: Anne Dørum, overlege dr med

### Egenandel kr 351,-

Hvis du har frikort, trenger du ikke å betale (gjelder kun pasient).

### Reise- oppholdsutgifter

Reiseutgifter dekkes etter reglene for lærings- og mestringsopphold etter Lov om Spesialisthelsetjenesten § 5-5 med tilhørende forskrifter.

Pasientreiser dekker rimeligste reisemåte med fratrekk av egenandel kr. 318,- tur/retur. Pasientreiser dekker kr. 598,- for overnatting + kr 232,- for kost pr. person pr. døgn (takster fra 2020).

### NB! Ta kontakt med

Pasientreiser, tlf 915 05515 i forkant av kurset ([www.pasientreiser.no](http://www.pasientreiser.no))

### Overnatting

Hvis du/dere trenger overnatting på hotell, må dere ordne dette selv.

Vi tipser om: Pasienthotellet på Radiumhospitalet, Medirest tlf: 23252400, Olympiatoppen sportshotell, tlf.: 22 025735.

**Du trenger henvisning fra lege dersom du ikke er under behandling eller oppfølging ved Radiumhospitalet.**

---

**Kurs for pasienter som er blitt behandlet for gynekologisk kreft og deres pårørende, høst 2020**

**Kurs onsdag 25. og torsdag 26. november**

**Dag 1 kl 10.00-15.30 og dag 2 kl. 10.00-15.00**