

**Velkommen til digitalt kurs!**

**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 gynkreft og deres  
pårørende

## GYNEKOLOGISK KREFT

livskvalitet og seneffekter

For deg som har avsluttet behandling og for dine pårørende

Februar 2021



## Lærings og mestringskurs

I regi av Enhet for læring og mestring, Kreftklinikken,  
OUS, 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:

- Livet etter kreft – en bruker/tidligere pasient deler sine erfaringer
- Livskvalitet og senvirkninger etter behandling av underlivskreft
- Hvordan mestre angst og bekymring
- Fysisk aktivitet, stressmestring og avspenning
- Samliv, seksualitet og selvbilde

### Lærings- og mestringssenteret (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).

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

---

**Digitalt kurs for pasienter som er blitt behandlet for gynekologisk kreft og deres pårørende, vår 2021**

**Kurs onsdag 10. og torsdag 11. februar**

**Dag 1 kl. 9.15 – 14.30 og dag 2 kl. 8.30 – 14.30**

**Deltakelse på digitalt kurs er enkelt, du får god informasjon og telefonnummer til support**

