

Öppen träff om prostatacancer 20 november – 2024



Det här var ett ämne som vi hoppades skulle locka många män.

Men tyvärr var det bara ett 15-tal åhörare som hade tagit sig till Axelsberg denna vintriga novemberdag.

Vår föreläsare Per Gulbrandsen var glad ändå.

Varje person som tar till sig hans budskap är en vinst i sig.

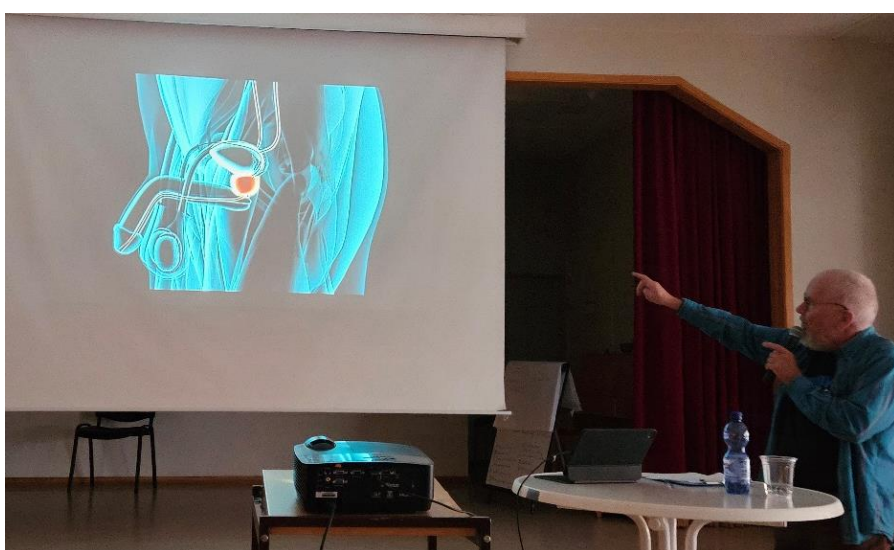
Prostatacancer är vår vanligaste cancer och den dödligaste bland män, kanske för att man inte får några symtom förrän det är för sent

Därför är det så viktigt att ta ett PSA-prov regelbundet, helst varje år.

Det är ett enkelt blodprov som tas i armen.

PSA-värdet bör var högst 3. Blodprovet kan följas av en magnetröntgen och kanske en biopsi för att hitta tumören.

Behandlingen beror sen på hur canceren yttrar sig.



Efter sin egen cancersjukdom med en tumör som opererades har han gjort det till sin uppgift att sprida medvetenheten om sjukdomen.

Med en stor öppenhet och frimodighet berättade han om hur biverkningarna efter operationen hade påverkat honom själv.

Han är idag ordförande i föreningen Prostatabröderna, han har en blogg som tar upp frågor och problem kring prostatacancer och biverkningar av olika behandlingar m.m, m.m.



Biverkningar av olika PC-behandlingar

Aktiv monitorering: Ångest, oro

Kirurgi: ED - Erekttil dysfunktion, urinläckage

Strålning: ED - Erekttil dysfunktion, urinläckage, avföringsläckage (3-5%)

Brachyterapi: ED - Erekttil dysfunktion, urinläckage, blödande tarm

Fokala behandlingar: Mycket få

Hormonterapi: ED, låg libido, hjärntrötthet, vallningar, benskörhet, försvagade muskler, viktökning, humörsvängningar, tillväxt av bröstvävnad

Chemoterapi: Illamående, kräkningar, viktminskning, förlorad aptit, diarré, minskat antal blodceller, förlust av hårväxt, sura uppstötningar

Efter *operationen* fick han (liksom 75 % av de tusentals män som blivit behandlade för prostata-cancer) problem med erektionen, (erekttil dysfunktion).

Aktiv monitorering används som första behandlingsform, när PSA inte är så högt. Då lämnas PSA-prov var tredje månad.

Efter lyckad operation/strålning följer kliniken patienten genom att PSA-prov lämnas varje halvår de första två åren, sedan varje år i ytterligare 8 år.

Problem efter *hormonterapi* kan även vara bl.a. minskad sexlust och *cellgiftsbehandling* ger illamående och flera andra biverkningar

Per var djupt störd av den förlorade potensen och har provat "allt" för att få hjälp.

Han har besökt intimitetscoacher och lärt sig stretcha sin penis, han har provat akupunktur, han har sett till att få bäckenbottens-massage och han har provat tantramassage och thaimassage (som ges på "justa" salonger och inte är detsamma som sexköp).

Dessa och andra metoder skriver han om i sin blogg <https://facebook.com/lemochliv>.

Sexbutiken Pistill på Drottning-gatan har han fått fin hjälp av.

De har både en positiv inställning till att hjälpa till med problemen och flera hjälpmedel att sälja.

Även en stund i ett bubbelbad kan ha viss effekt för att stimulera erektionsförmågan.

EXPRESSEN

Intimitetscoachen: Så här bör du stretcha din penis

STOCKHOLM Publicerad 23 apr 2021 kl 04:30, uppdaterad 25 jan 2023 kl 05:23



"Det är som en avslappnande ryggmassage, fast i könsorganet" säger intimitetscoachen Linda Örtengren som håller kurser i penis-stretching.

– Värme, som en varm vetekudde eller varma bad, kan hjälpa. En uroterapeut, en specialistutbildad sjuksköterska, kan ge massage som hjälper en spänd bäckenbottenmuskulatur att slappna av, säger Lars Henningsohn.

28 tabl.

Tadalafil STADA® 5 mg

tadalafil.

filmovertrukne tabletter/ filmdragerade tabletter/ kalvopäällysteiset tabletit

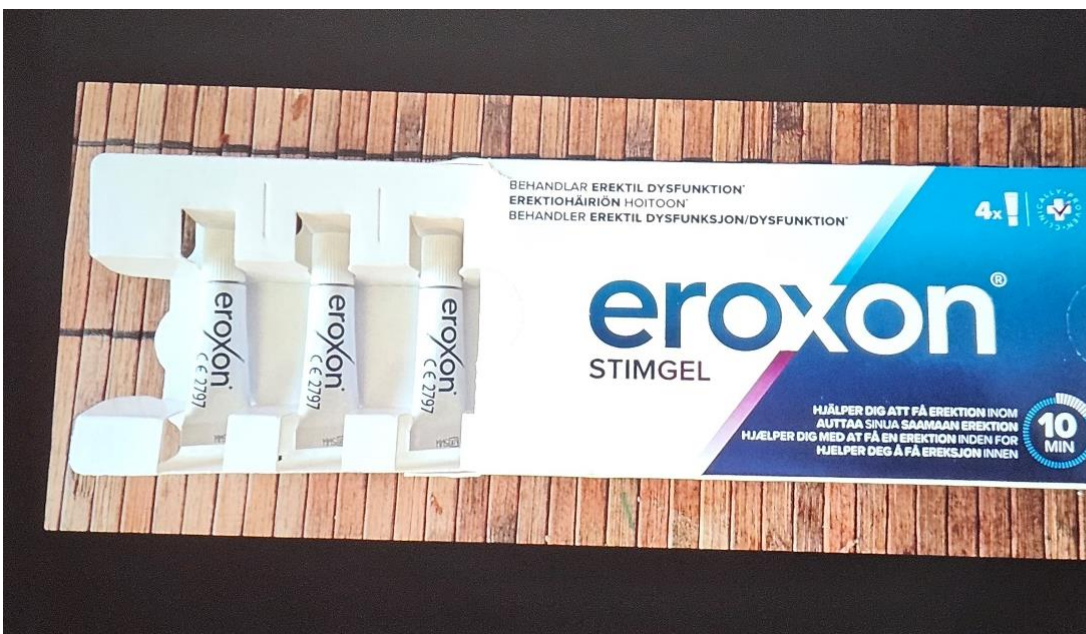
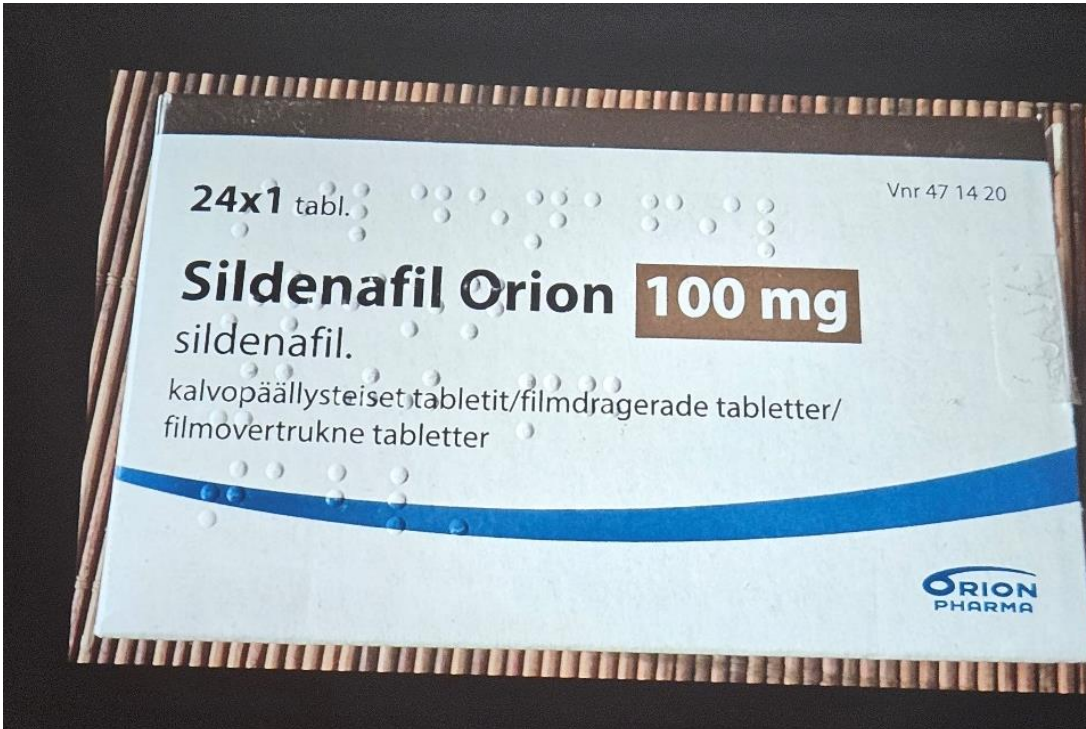
Sen finns det ju tabletter också, som kan hjälpa till med erektionen.

Tadafil 5 mg är mest känt under det gamla namnet Cialis, som fortfarande säljs men på tok för dyrt.

Låt bara doktorn skiva ut Tadalafil av valfri generisk tillverkare.

En variant med 20 mg kan tas innan sex och räcker länge (36 timmar).

Sildenafil (säljs fortfarande alltför dyrt som Viagra) 100 mg kan tas före sex, men ger mera biverkningar är Tadalafil och har mycket kortare verkningstid (6 tim).



En salva att smörja in på ollonet kan kanske hjälpa.

Ett annat märke, Vitaros, varnade Per för.



En annan variant på hjälpmedel är en injektion, som sätts på sidan av penisroten.

Kanske inte så lätt att göra på sig själv, men den rekommenderade Per.



En annan rekommendation var penisumpen, som kan fungera väl för att få en fungerande erektion.

Även inplantationer finns, men det är ju ett ganska drastiskt ingrepp.



Per påpekade att det ju inte bara är den drabbade mannen som berörs av en prostatacancer.

Även partnern berörs förstås av de problem som uppstår.

Även om den kvinnliga partnern i ett förhållande ofta inte alls är lika störd av mannens förlorade potens som mannen.

Den sensuella intimiteten kan vara nog så fin ändå.



Per gjorde reklam för Mustasch-kampen, som pågår varje höst och har sin kulmen under november.

Kampanjen drivs av Prostatacancerförbundet till förmån för Prostatacancerfonden.

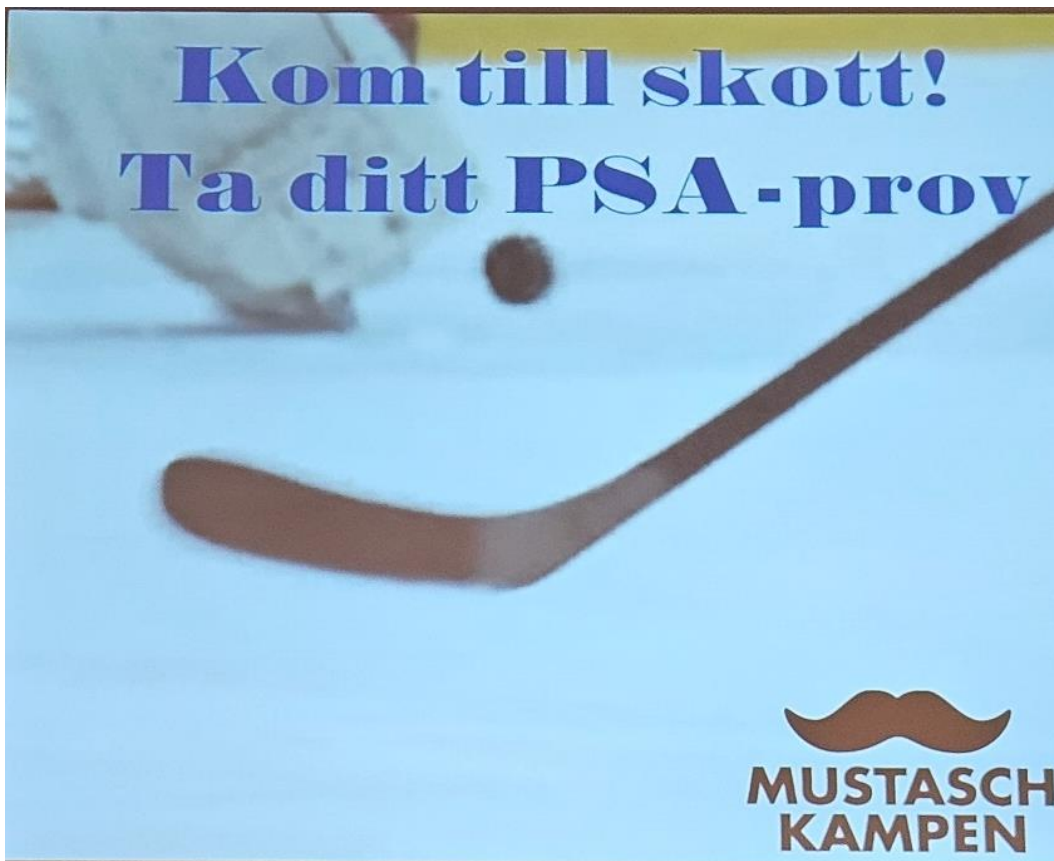


Per medverkar vid mässor och andra evenemang, ofta tillsammans med Bröstcancerföreningen Amazona.



Ibland är männen själva dåliga på att begära PSA-prov eller söka hjälp för sina biverkningar.

Då kan man som anhörig behöva gå in och pusha på.



Pers huvudbudskap med sin föreläsning var alltså: **Se till att du tar ett PSA-prov varje år!**

Du vill inte få prostatacancer med alla dess biverkningar, även om du blir "botad" och kan leva länge till.

Om du efter 10-års-uppföljningen blir friskförklarad ska du ändå fortsätta att ta PSA-prov regelbundet varje år!

Cancern kan komma tillbaka.



Per avslutade med att visa på de olika broschyrer och annat material han hade tagit med sig.

Han delade också ut sitt visitkort och uppmuntrade de närvarande att höra av sig.

Dock bara på sms, för att kunna bestämma tid för ett kommande gratis coachsamtal.

Det är inte alltid det passar att prata direkt.

Här kan du få mer information:

- prostatacancerforbundet.se
- Pers Facebooksblogg: <https://facebook.com/lemochliv>. Blogg med tips om att återvinna erektion och sexhälsa efter cancerbehandling, bl a via tantramassage.
- Pers mobilnummer: 0730-56 70 63