At liva við krabbameini

- ein kanning av tørvinum á krabbameinsendurmenning í Føroyum

Verkætlanarleiðari: Karen Heinesen, sjúkrarøktarfrøðingur og sosialráðgevi
Ábyrgd av kanningini: Jákup N. Olsen, Føroya Felag Móti Krabbameini

www.rehab.fo

Meira fæst at vita um verkætlanina við at venda sær til Føroya Felag Móti Krabbameini,
Grønlandsvegur 58, 110 Tórshavn, Tlf.: 31 79 59, ffk@krabbamein.fo, www.krabbamein.fo

Formæli

Síðan Føroya felag móti krabbameini var stovnað, hevur tað arbeitt fyri at bøta um umstøðurnar hjá krabbameinssjúklingum í Føroyum og vera eitt talirør teirra vegna. Vit taka tí fegin lut í orðaskiftinum um, hvussu samfelag okkara kann menna teir bestu endurmenningarhættirnar fyri tey, ið eru rakt av krabbameini og avvarðandi teirra, har tað at *liva við krabbameini* er ein veruleiki.

Henda kanningin varpar ljós á fleiri spurningar til orðaskifti um, hvørji sjónarmið eru gagnlig, tá ið talan er um at nøkta tørvin, sum sjúklingar og avvarðandi sjálv vísa á.

Vit standa aftan fyri hesa kanningina, hvørs endamál er at veita innlit í verðina, sum letur seg upp, tá ið krabbamein er ein veruleiki. Kanningin fatar bæði um núverandi og fyrrverandi sjúklingar og avvarðandi, sum eru vorðin inndrigin, tá ið sjúkan rakti.

Kanningin er í tveimum pørtum. Ein spurnablaðskanning varpar ljós á hesar spurningar. Umframt ein røð av samrøðum, sum vísir, hvørja orku einstaklingarnir hava, men eisini hvønn tørv teir hava á stuðli. Svar teirra eiga at verða tikin við í umhugsanirnar, sum eru í gongd, hvussu ein komandi krabbameinsætlan kann gagna tørvinum hjá tí einstaka.

Okkara vón er, at úrslitini í hesum arbeiðsriti kunnu vera við til, at tilboðini, sum samfelagið bjóðar fram, verða betri skikkað, tá ið umræður ymisk sløg av miðvísari endurmenning fyri at nøkta tørvin hjá tí einstaka. Endurmenning kann vera við til at skapa eitt framtíðarútlit fyri øll, sum nú og í framtíðini skulu *liva við krabbameini*.

Tøkk til øll tykkum, sum hava gjørt sítt til, at kanningin gjørdist veruleiki. Ein serlig tøkk til sjúklingar og avvarðandi.

At enda takka vit Karen Heinesen, verkætlanarleiðara, og øllum, ið hava veitt eina hjálpandi hond, bæði fíggjarliga og á annan hátt.

Jákup Napolion Olsen,
formaður í Føroya Felag Móti Krabbameini

Innihald

FORMÆLI 2

BAKGRUND 6
Endamálið við kanningini 6

INNGANGUR 7

NIÐURSTØÐA OG TILMÆLI 8
Niðurstøða 8
Tilmæli 9

1. PARTUR 10
Arbeiðsháttur 10
Legitimitetur 10
Anonymitetur 10
Dátuinnsavnan 10
Kanningin 11
Spurnablaðskanning 11
Samrøðukanning 11
Arbeiðsháttur 12
Mátar at tulka 12
Sjónarhorn 13
Kynsmunir 13
Stuðulsskipanir 14
Bakgrundstøl 14

GRUNDUPPLÝSINGAR SAMBÆRT SPURNABLØÐUNUM 14
Talva 1: Kynsbýti 14
Talva 2: Aldursbólkar 15
Talva 3: Bústaður 15
Talva 4: Fastan sambúgva 16
Talva 5: Børn – aldursbólkar 16
Talva 6: Skúlagongd 17
Allýsing 18
Endurmenningartørvur 18
Endurmenningarhættir 19
Stuðul 20
Lóggáva 21

KJAK 22
Forfatan 22

Etikkur....23
Umhugsan og virðing....23
´Tað góða møtið´....24
Líðing....24
Trauma....25

2. PARTUR....26
Lívsroyndir....26
Talva 7: Longd á sjúku....26
Talva 8: Vitan um sjúkuna....27
Talva 9: Samband við onnur um sjúkuna....28
Talva 10: Kunnleiki til álvarsliga sjúku....29
Likamligar avleiðingar....29
Talva 11: Fatan av kroppinum....30
Talva 12: Likamligar avleiðingar....31
Talva 13: Pína....32
Talva 14: Praktiskir trupulleikar....32
Sálarligar avleiðingar....33
Talva 15: Sálarligir trupulleikar....34
Talva 16: Samband við næstringar....34
Talva 17: Samskiftistrupulleikar....35
Talva 18: Samskifti....35
Sosialar avleiðingar....36
Talva 19: Útbúgving....37
Talva 20: Tilknýti til arbeiðsmarknaðin....38
Talva 21: Broyting í arbeiðsviðurskiftunum....39
Talva 22: Arbeiðsrelasjónir....40
Talva 23: Viðgerð uttanlands....41
Eksistensiellar avleiðingar....42
Tavla 24: Tilveruspurningar....42
Talv 25: Tørvur á hjálp....43
Perspektivering av svarum í samrøðunum....44
Relatering til kyn....44
Samandráttur av frásagnunum hjá monnunum....45
Samandráttur av frásagnunum hjá kvinnunum....45
Diagnosan....46
Alternativ viðgerð....47
Børnini....47
Avvarðandi....49
Framtíðin....50

4. PARTUR....51
Menn....51
M1: ”Tað var upp á hangandi hár”....51
M2: ”Akkurát nú klári eg einki kropsligt”....52
M3: ”Tey vilja ikki tosa um tað”....52

M4: ”Vónin er tengd at, hvat fakfólkini megna”.....53
M5: ”Eg havi nógv at takka fyri”.....54
M6: ”Eg eri í ongamannalandi”.....55
Kvinnur.....56
K1: ”Eg vil fegin gerast gomul”.....56
K2: ”Aftaná var tað sum ein óndur dreymur”.....57
K3: ”Eg hevði ikki viljað verið sjúkuna fyriuttan”.....58
K4: ”Eitt 13-tal til Landssjúkrahúsið”.....59
K5: ”Nú er tað eg!”.....60
K6: ”Tað hevur hjálpt at vera opin og erlig” 60
K7: ”Maðurin hevði tað nógv verri enn eg”.....62

K8: ”Bara eg kundi havt tað gott í 5 minuttir”.....62
K9: ”Eg visti ikki, at eg hevði krabbamein” 63
Avvarðandi.....64
A1: ”Tú eigur bert dagin í dag”.....64
A2: ”Stríð eftir stríð”.....65
A3: ”Eg helt, at eg var tann sterkara av okkum”.....66
A4: ”Tað er ringt at sleppa óttanum”.....66
A5: ”Vit hava tað fínt!”.....67
A6: ”Tú stúrir mest fyri tí, tú ikki veitst”.....68

BÓKMENTIR.....71

FYLGISSKJØL.....73

Bakgrund

Føroya felag móti krabbameini er limur í sjúklingastuðulsnevndini í Nordisk Cancer Union; Karen Heinesen hevur umboðað felagið í einum arbeiðsbólki (2003-2004). Endamálið hjá arbeiðsbólkinum var at fáa endurmenning at vera felags áhugaøki í Norðurlondum. Krabbameinsendurmenning varð allýst, og tað var víst á, hvussu miðvís endurmenning eigur at fara fram.

Allýsing[1]: *Endamálið við endurmenning av krabbameinssjúklingum er at geva sjúklingunum vitan, virkismøguleikar og stuðul, soleiðis at gerandisdagurin kann halda fram á best møguligan hátt við teimum avmarkingum, sum sjúkan førir við sær likamliga, sálarliga, sosialt og eksistensielt.*

Endamálið við kanningini

- At kortleggja upplivingarnar hjá tí sjúkurakta í sambandi við, at sjúkan er vorðin ein partur av teirra gerandisdegi.
- At koma fram til niðurstøður, sum kunnu nýtast til gagns fyri sambandið við sjúklingin og avvarðandi hansara og harvið fáa til vega virðismikla vitan fyri at røkka einum heildarperspektivi.

Í kanningartilfarinum eru nógvar sjúkur umboðaðar. Men sjálv sjúkumyndin hevur í hesum sambandi ikki týdning. Heldur ikki sjúkugongdin, hvørki í spurnablaði ella samrøðum. Tað er sokallaða ´nonfarmakologiska økið´, sum er í miðdeplinum.

[1] NCU, 2004

Inngangur

Í Visjón 2015 verður sagt, at málið fyri vælferð er: *At fólkið skal trívast, mennast og fjølgast í okkara landi. Hetta skal gerast við at tryggja øllum borgarum neyðugur umstøðar fyri góðum livikorum í einum væl skipaðum vælferðarsamfelag, har sínámillum ábyrgdin millum borgaran og myndugleikan eins væl og samhaldsfestið millum øll verða sett í hásæti.*

Henda visjónin eigur eisini at vera galdandi, tá ið ein borgari skal *liva við krabbameini,* annaðhvørt hann er raktur av sjúkuni sjálvur ella er avvarðandi og tí hevur tørv á onkrum eyka út yvir tað, sum sjúkuviðgerðin krevur.

Endurmenning er at seta inn neyðug tiltøk júst tá tann sjúkurakti ella avvarðandi hevur tørv á tí. Tað er eisini fyri at stuðla íbornu evnunum hjá tí einstaka at endurmenna seg sjálvan, tað vil siga síggja støðuna í nýggjum ljósi eftir at hava upplivað, at ein krabbameinssjúka er eitt vegamót í lívinum.

Hetta kann gerast við at seta inn tiltøk eina avmarkaða tíð, og har endamálið frammanundan er greitt tilskilað.

Uppáhaldið er, at tey, ið eru sjúk, tey, ið eru søgd frísk at vera og næstu avvarðandi teirra fáa ymiskar trupulleikar at dragast við umframt teir, ið hava beinleiðis við sjúkuna at gera. Alt skal nevniliga síggj-ast í ljósinum av, at fleiri og fleiri fáa staðfest krabbamein. Fleiri og fleiri gerast frísk og liva leingi við sjúkuni, og tað ger, at vit eiga at hyggja at krabbameini sum ein kronisk sjúka og ikki ein sjúka, ein doyr av.

Í løtuni er eingin skipað skráseting av, hvørjir trupulleikar eru varandi hjá sjúklinginum, sæð úr sjónar-horninum hjá sjúklinginum, fyrrverandi sjúklinginum ella næstu avvarðandi. Í hesum álitinum verður komið inn á trupulleikar, størri og minni, sum til ber at basa ella minka um. Onkuntíð við at geva tilboð um endurmenning. Í øðrum førum við at viðurkenna og stuðla ítøkilig tiltøk, sum tann sjúkurakti ella avvarðandi sjálv velja sum loysn á trupulleikanum.

Niðurstøða og tilmæli

Niðurstøða

Eingi endurmenningartilboð eiga at vera óbroytilig. Uttan mun til kyn so broytist tørvurin hjá tí einstaka. Umframt økist vitanin um, hvørji tiltøk eru gagnligast.

Flestu sjúklingar og avvarðandi vilja sum heild hava ein virknan og ábyrgdarfullan leiklut í sjúkugongdini, men tað setur stór krøv til teirra. Nógv kenna tað so, at ein stór ábyrgd verður løgd á tey, tí tað meiri ella minni verður væntað av teimum, at tey sjálv taka sær av at samskipa uppgávur ímillum ymiskar stovnar og ymiskar starvsfólkabólkar. Bæði kyn kunnu verða ávirkað av strongd, skilt sum ein kenslulig spenningsstøða, har tey kunnu vera fyri mishugi, hvørja ferð tey koma í trupulleikar, tey ikki vita, hvagar tey kunnu leita hjálp fyri at fáa loystar.

Tað er umráðandi, at so nógv sum til ber kunnu verða umlættað, tí tað gevur teimum møguleika fyri at koma í samband við seg sjálvan og egnu virði. Tað er ein faklig avbjóðing at avlesa, nær eyka tiltøk eiga at verða sett inn.

Við at vísa á, at tað *er* munur á, hvussu menn og kvinnur reagera, er grundarlag skapt fyri einum meiri djúptøkum orðaskifti um, hvørjar praktiskar avleiðingar endurmenning skal hava í veruleikanum. Menn skulu hava eitt rúm, har teir kunnu halda fast við sjúkuna sum eitt mál, teir kunnu fyrihalda seg til, men tað skal eisini bera til at legitimera ein tørv fyri at sleppa stýringini og tamarhaldinum. Harafturímóti skulu kvinnur sleppa at viðgera og tosa um lívikorini her og nú; fortreytin fyri tí er, at tær koma í samband við tey, ið kunnu nøkta tørv teirra.

Við endurmenning fyri eyga er tað umráðandi at tillaga tilboð eftir tørvinum hjá móttakaranum, sum eina viðurkenning av at tað er munur á kynunum.

Fyritakssemi, bæði frá teimum raktu og fakfólkum, verður viðkomandi, hvørja ferð semja verður fingin um hvørji evni, stuðulin skal fata um.

Málið er, at bæði tey sjúkuraktu og avvarðandi skulu hava møguleika fyri at liva eitt vanligt lív, lagað eftir støðu teirra. Tað krevur hjálp at kunna síggja fyri sær, hvussu hetta skal ganga fyri seg.

Hvørjir spurningar skulu setast?

Hvør hjálp kann bøta um ítøkiligar trupulleikar í ítøkiligum støðum?

Mannagongdir, sum sjúkurakt og avvarðandi sjálv taka stig til, eiga at verða møttar við áhuga.

Tað er ein sannroynd, at nógv fáa eina nýggja áskoðan á tilveruna; tað eyðkennir virkisgrundarlag teirra í framtíðini. Vit kunnu siga, at tey endurmenna seg sjálv.

Tað kemur eisini fram í tilfarinum, at menniskju hava eina sterka íborna megi, sum ger, at tey hava møguleika at vinna á sjálvt stórum trupulleikum.

Vit skulu kortini ikki síggja burtur frá, at tað eru fólk, ið ikki vilja hava hjálp at loysa trupulleikar sínar. Somuleiðis vita vit, at tað eru trupulleikar, sum ikki kunnu verða loystir, hóast vónin um, at teir kunnu verða loystir, er stór.

Tilmæli

- *Endurmenning* eigur at vera ein natúrligur liður í heildar viðgerðartilboðinum, líka frá at diagnosan er sett, til tann sjúkurakti og næstu avvarðandi megna at fáa sum mest burtur úr egnari orku í støðuni.
- Endurmenning eigur at vera partur í nýggju krabbameinsætlanini.
- Dentur eigur at leggjast á at laga seg eftir tørvi hjá tí einstaka sjúklinginum fyri at tiltøkini skulu gera størstan mun. Júst á hesum øki er sjúklingurin ’serfrøðingur í sínum lívi’.
- Ansni um tørvin hjá børnum, hvørs foreldur eru sjúk, eigur at verða hert.
- Farið eigur at vera undir skipaða innsavning av vitan, herundir hvønn mun hon ger og kostnaðin við at bjóða

  a) sjúkuætlað tilboð, t.d. samverusiðir í viðgerðarstigum ella ítøkilig tilboð, sum til dømis ymisk sløg av terapi.

  b) støðuætlað tilboð, t.d. við at bjóða samrøðu, sum fatar um um psykososialan tørv.

  c) samfelagsætlað tilboð, t.d. eina sosiallóggávu, sum er í samsvari við tíð og stað.
- Syrgt eigur at verða fyri, at reglur og ásetingar altíð tryggja rættin hjá borgaranum at verða fataður sum ein sjálvsagdur samstarvspartur í egnum málum.

Føroya felag móti krabbameini mælir til, at øll, sum koma í samband við Landssjúkrahúsið orsakað av krabbameinssjúku, í eitt tíðarskeið fáa møguleikan at fylla út eitt kortleggingarblað, sum hevur til endamáls at vísa á tørvin á endurmenning.

1. PARTUR

Arbeiðsháttur

Fyri at kunna góðtaka svarini, sum eru komin í spurnabløðunum og samrøðunum, er tað sum útgangsstøði umráðandi at sláa fast, at krabbamein fyrst og fremst er ymiskar sjúkur, sum raka kroppin. Tað er soleiðis, tær verða uppdagaðar, diagnoseraðar og viðgjørdar, og tað er soleiðis eftirlit er við teimum.

Tekin um sjúku hjá tí einstaka eigur at føra við sær, at ein viðgerðargongd verður sett í verk við greiðum málum um at viðgera og/ella at linna.

Tað eru serliga starvsfólkabólkar, ið eru knýttir at viðgerðarøkinum, sum hava ment endurmenningar-hættirnar, og sum lúka treytirnar um greidleika við at brúka hættir, ið byggja á vísindi.

Legitimitetur

Legitimiteturin í kanningini liggur í, at hon bæði lýkur treytirnar um mál og endamál.

Málið er at leggja innsavnaðar upplýsingar fram soleiðis, at tær varpa ljós á trupulleikastøður, sum verða fataðar sum týpiskar fyri fólk, sum *liva við krabbameini.* Týpiskar soleiðis skilt, at tað snýr seg um vanligar trupulleikar, ið koma fyri og sum nógv kenna seg aftur í.

Endamálið er at geva fjølbroyttar upplýsingar til øll, sum hava áhuga í at fara undir tiltøk um endurmenning, í og eftir eina viðgerðargongd.

Anonymitetur

Fólkini, ið taka lut í kanningini, eru dulnevnd; bert verkætlanarleiðarin veit, hvørji hesi eru.

At veita trygd fyri, at fólk í Føroyum eru dulnevnd, er ein trupul uppgáva; tí er tilvitað kávað út yvir viðurskifti, soleiðis at fólk ikki skulu verða kend aftur.

Málið hevur verið at byrgja fyri, at onnur fáa beinleiðis kunnleika til viðurskifti, sum tey ikki hava fingið frá viðkomandi sjálvum. Vónandi kenna tey, ið hava tikið lut í kanningini, seg aftur í sínari søgu.

Dátuinnsavnan

Málbólkurin er krabbameinssjúklingar, sum eru valdir út tilvildarliga, uttan at taka atlit til diagnosu; tó eru tey vald frá, sum eru í palliativari viðgerð.

Innsavnanin av dátu fór fram í tíðarskeiðinum apríl - desember 2007.

Kanningin

Kanningin er í tveimum pørtum og byggir á ávikavist spurnabløð og samrøður.

Spurnablaðskanning

120 spurnabløð vórðu latin gjøgnum Landssjúkrahúsið, Klaksvíkar sjúkrahús og Suðuroyar sjúkrahús, umframt Hotel Tórshavn í Keypmannahavn; fólk hava eisini vent sær til Føroya felag móti krabbameini fyri at taka lut í kanningini.

Á henda hátt er tryggjað, at valið av svarpersónum er tilvildarligt og luttøkan sjálvboðin.

Spurnablaðið er býtt upp í øki, svarandi til allýsingina hjá NCU, og spurningarnir eru allir afturlatnir.

Teir eru skrivaðir á einum løttum máli fyri at so nógv sum til ber kunnu svara.

Nógvir spurningar hava samband við aðrar, og tað kemur fram í svarunum á tann hátt, at teir eru savnaðir í bólkar.

Við at rokna verulig tøl um til prosent, fáa vit millum annað tann fyrimunin, at munirnir á svarunum hjá monnum og kvinnum verður týðiligari.

Samrøðukanning

Út frá svarunum í spurnablaðnum vórðu 15 fólk vald út, 9 kvinnur og 6 menn, hetta fyri at fáa tilfarsgrundarlagið so fjølbroytt sum til ber. Hesin bólkurin fatar um persónar, sum eru í eini sjúkufasu; onnur eru søgd frísk at vera eftir lidna viðgerð, tó fleiri ganga enn til eftirlit.

Umframt eru 6 avvarðandi vald út; hesi hava tey sjúkuraktu víst á.

Bæði sjúklingarnir og tey avvarðandi kunnu metast sum umboð fyri allan málbólkin; tey eru nevniliga í teirri støðu, at tey *skulu liva við krabbameini*.

Samrøðurnar byggja á narrativa arbeiðsháttin, sum tekur støði í egnu upplivingini hjá tí, ið sigur sína søgu, ella fatanini hjá viðkomandi av, hvussu tingini hanga saman.

Hesin arbeiðshátturin er valdur út frá teirri grundgeving, at ”*de medvirkende er tænkende individer med en egen fri vilje, som altid vil kunne vælge forskellige handlingsmønstre. Det vigtige bliver hermed at forstå, hvorfor individer vælger som de gør”.* [2]

Svarpersónarnir eru bidnir um at velja øki út, sum hava ella hava havt týdning fyri sjúkugongd teirra og at siga frá hesum.

---

[2] Lýsingin í *Hermeneutisk* í Wikipedia/ KH

Arbeiðsháttur

Samrøðurnar eru tiknar upp á band; síðan eru tær arbeiddar ígjøgnum í einum frásagnarformi, tað vil siga, at leitað hevur verið tilvitað eftir sambandinum ímillum beinleiðis og fjald eyðkenni, sum tilsamans vísa á ***trupulleikar*** hjá tí, ið svarað hevur**.**

Tí er tað ikki tann einstaki svarpersónurin, ið neyvari ásetur ein ***endurmenningartørv,***[3] men ein meting av, um ein vakstrarmøguleiki kann taka seg upp, um ein trupulleiki verður minkaður ella bastur. Við at brúka bæði spurnabløð og samrøður ber til at fáa eina mynd í fleiri dimensjónum, sum tilsamans ímyndar eina stakmentan av einum bólki av fólki við livikorum, sum bert tey, ið liva í hesi verðini, eru før fyri at skilja.

Tulkingin av svarunum, ið eru innkomin, og spurnabløðunum, havi eg fulla ábyrgd av.

Mátar at tulka

At gera eina samrøðu er sum at bjóða sær sjálvum á vitjan í eini lívsverð[4], sum tann, ið samrøða er við, er í, meðan samrøðan verður gjørd. Svarini skulu síggjast sum løtumyndir frá veruleikanum.

Jette Fog skrivar: *"Det rummer et krav og en ambition om at forskeren skal kunne studere livet, som det leves. ... Uden at hun først skal omforme livets problemer således at de lader sig undersøge på bestemte måder. Hun må tage det som kommer, og som det er kommet."*

Seinni í sama broti:

1. Jeg forventer at jeg, gennem min tolkning, finder én eller flere meningsfulde sammenhænge.

2. Jeg forventer at mine tolkninger har en eller anden sammenhæng, men ikke nødvendigvis – med den viden, jeg har på forhånd.

3. Jeg forventer. at jeg gennem mine tolkninger af materialet, kan sige noget tilnærmet sandt. ….

En tolkning rummer principielt altid den fordring at blive opfattet som sand – hvorfor ellers besvære sig med arbejdet?" Sitat endað.[5]

---

[3] Trupulleikin verður allýstur sum ein forðing fyri at røkka einum máli, meðan tørvur er motivasjónin og atgerðirnar, sum kunnu hjálpa upp á trupulleikan (gjøgnum endurmenning), Wikipedia 2008/ KH.

[4] Lívsverð, skilt sum ein samskiftisatgerð mótvegis eini skipanarverð, skilt sum **stratetisk**, endamálsrættað atgerð, smb. Jürgen Habermas/ KH

[5] Fog, Jette: *Med samtalen som udgangspunkt*. Casefyribrigdið 117 pp.

Sjónarhorn

Tí er uppgávan:

- at leggja stóran týdning í sjálvt møtið
- at hyggja at samskiftismununum millum kynini
- at fasthalda samrøðurnar sum ikki-terapeutiskar
- at góðkenna lýst viðurskifti sum fullgóð í støðuni.

Kynsmunir

Menn og kvinnur [6]kunna seg ikki **um** somu viðurskifti, hvørki mentanarliga ella sosialt; tað eru almennar royndir frá gerandislívinum. Hetta kemur serliga til sjóndar, tá ið talan er um samskifti. Myndilin niðanfyri bendir á ávísar munir.

(Sjálvt í eini tíð, tá ið nógv verður tosað um javnstøðu, hevur tað týdning at eftirlíka tørvin á endurmenning á ymiskan hátt, svarandi til teir trupulleikar annaðhvørt kvinnur ella menn bera fram á sín hátt)

Kynsmunir	**Relasjónir**	**Mál**	**Arbeiðsbýtið í heiminum**
Menn	Relasjónin er eitt amboð og hon er málorienterað. Hon er óvirkin yvir fyri nærleika í sambandi við sjúku.	Málið verður brúkt til at skifta um vitan um sjúkuna.	Raðfestir at halda fast við lønararbeiði heldur enn at gera ymiskt í heiminum.
Kvinnur	Relasjón er málið. Tað er eitt eg-samskifti um kenslur, sum hava við sjúkuna at gera. Virkin yvir fyri nærleika við sjúkuni.	Málið verður brúkt til at halda fast við tøtt sambond.	Raðfestir heimið og uppgávur í heiminum hægri.

Við endurmenning fyri eyga er tað umráðandi at laga málið til tørvin hjá móttakaranum, sum eina viðurkenning av, at tað er munur á kynunum.

[6] Eriksen, Tine Rask, *Livet med kræft* s. 178

Stuðulsskipanir

Stuðulsskipanir	Síggja trupulleikan	Møta trupulleikanum	Skilja trupulleikan
Menn	Hjálp til at skapa eitt rúm, har hildið kann vera fast í sjúkuna sum eitt mál, uttan krav um relasjón.	Ynski um at relasjónirnar eru førar fyri halda fast í sjúkuni sum eitt 'mál'.	Hjálp til at legitimera veikleika og kenslur, sum tamarhald ikki er á.
Kvinnur	Hjálp til at tosa um nýggju støðuna og arbeiða støðuna ígjøgnum, sum hon er beint nú.	Hjálp til at koma 'handan málið' og føla kropp og sál sum sjúk.	Hjálp til at legitimera tann følandi, líðandi kroppin.

Bakgrundstøl

2006: Fólkatalið í Føroyum 48.292
2005: Deyð 423; M 221/ K 202
2005: Krabbamein orsøkin: M 59/ K 60
2005: Nýdiagnoserað 230

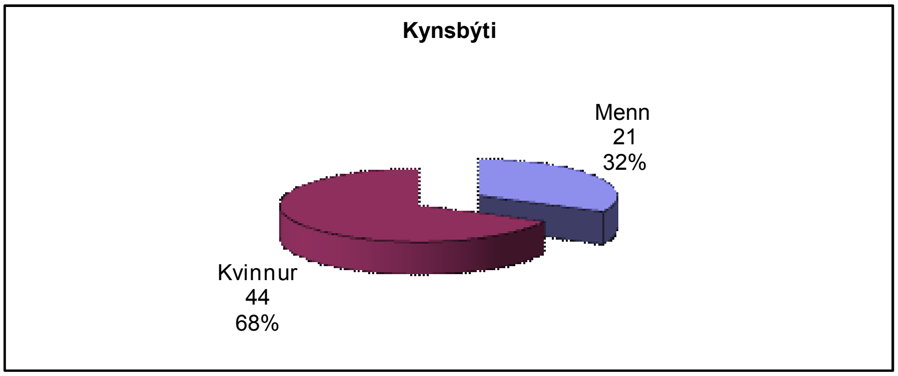
Hildið verður, at 3,5 % av fólkinum livir við eini krabbameinssjúku,[7] tað vil siga 1691 fólk, kynsbýtið er ikki upplýst.

120 spurnabløð eru latin út, 65 svar eru viðgjørd. Tey 65 umboða: 58 hjúnafelagar/sambúgvar, 7 einlig, herav 4 saman við børnum, 43 børn yngri enn 18 ár, umframt 21 vaksin 'børn'. Tilsamans 187 fólk.

Grundupplýsingar sambært spurnabløðunum

Fyri at gera okkum eina mynd av økinum, verða svarpersónarnir lýstir soleiðis:

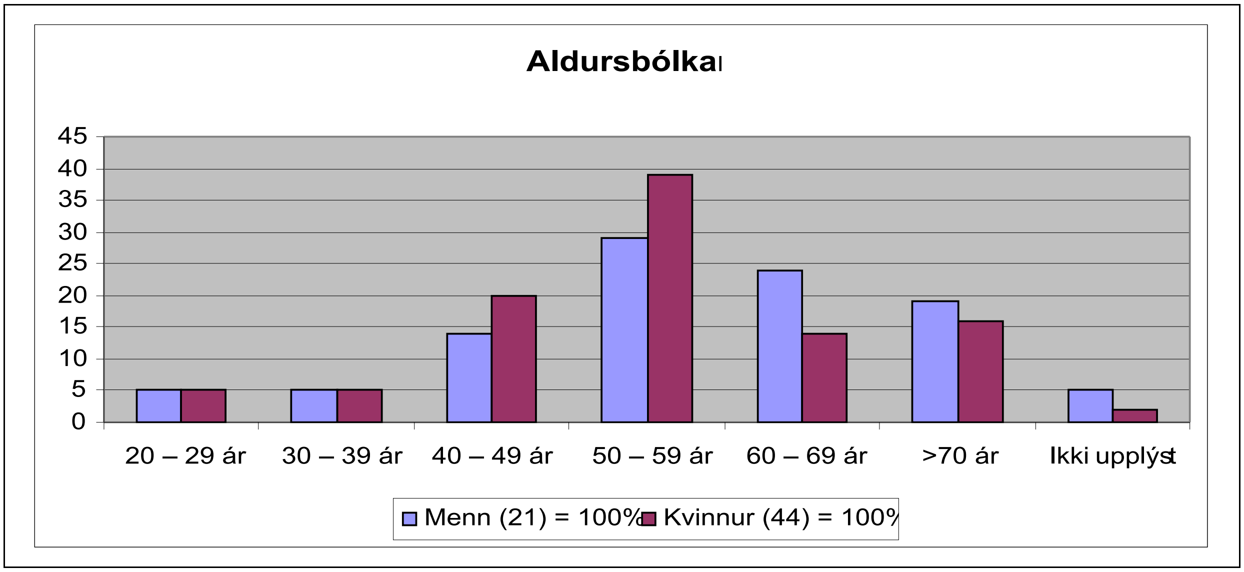
Talva 1: Kynsbýti



Svarini svara til, at 4 % av teimum, ið hava fingið staðfest krabbamein (1691) taka lut í kanningini.

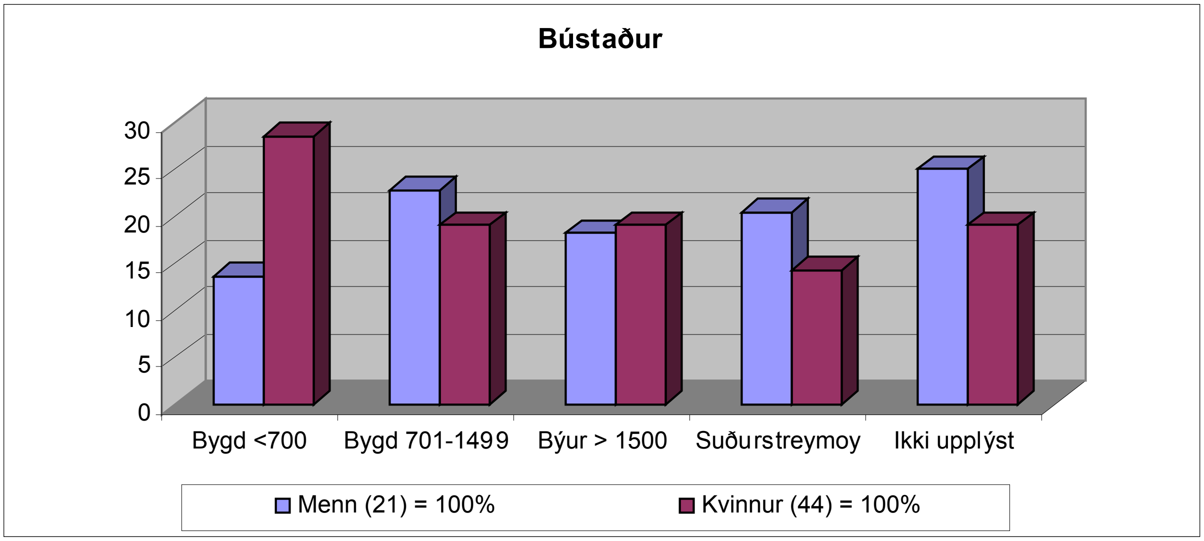
[7] 3,5 % er upplýst av Almanna-og heilsamálaráðnum í 2007

Talva 2: Aldursbólkar



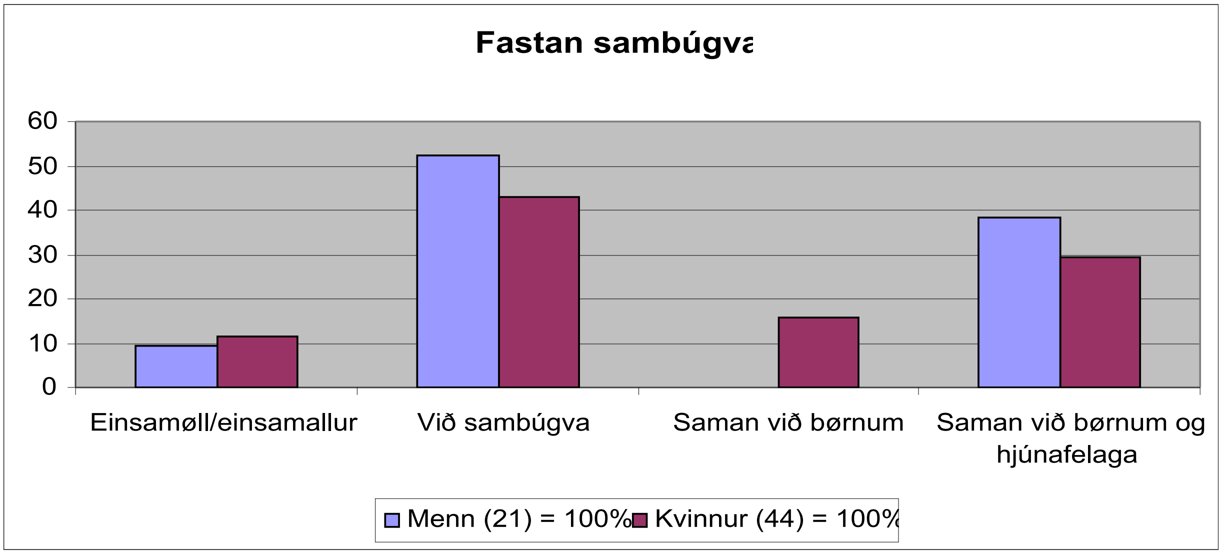
Býtið millum ungar menn og kvinnur er tað sama. Í aldursbólkinum 40-60 ár eru flest kvinnur, meðan tað er meiriluti av monnum eldri enn 60 ár.

Talva 3: Bústaður



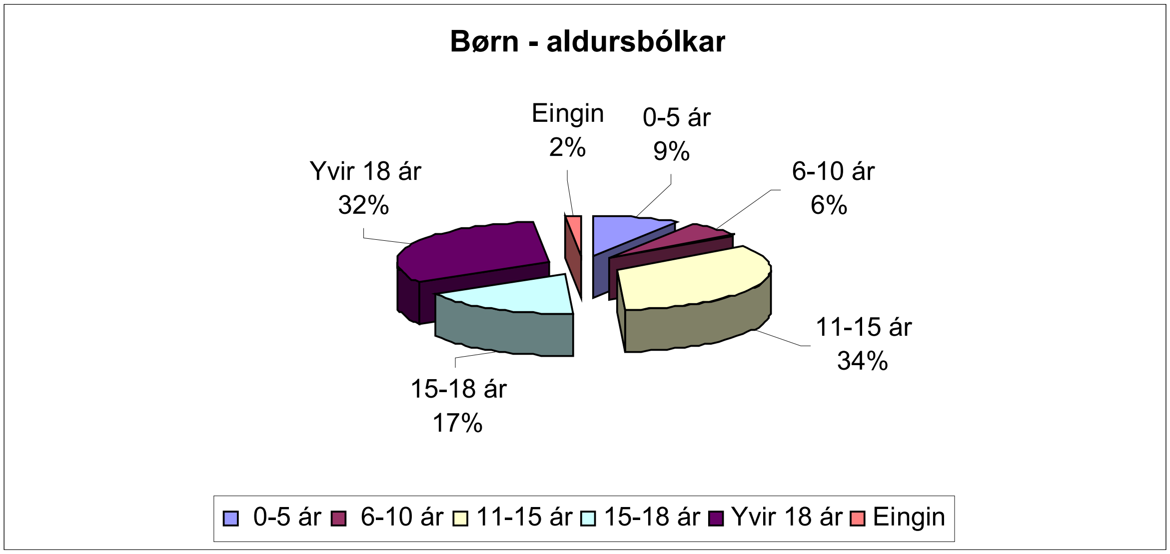
Svarpersónarnir búgva javnt býtt í Føroyum. At so nógv ikki hava upplýst bústað, kann vera orsakað av einum ynski um at vera anonymur.

Talva 4: Fastan sambúgva



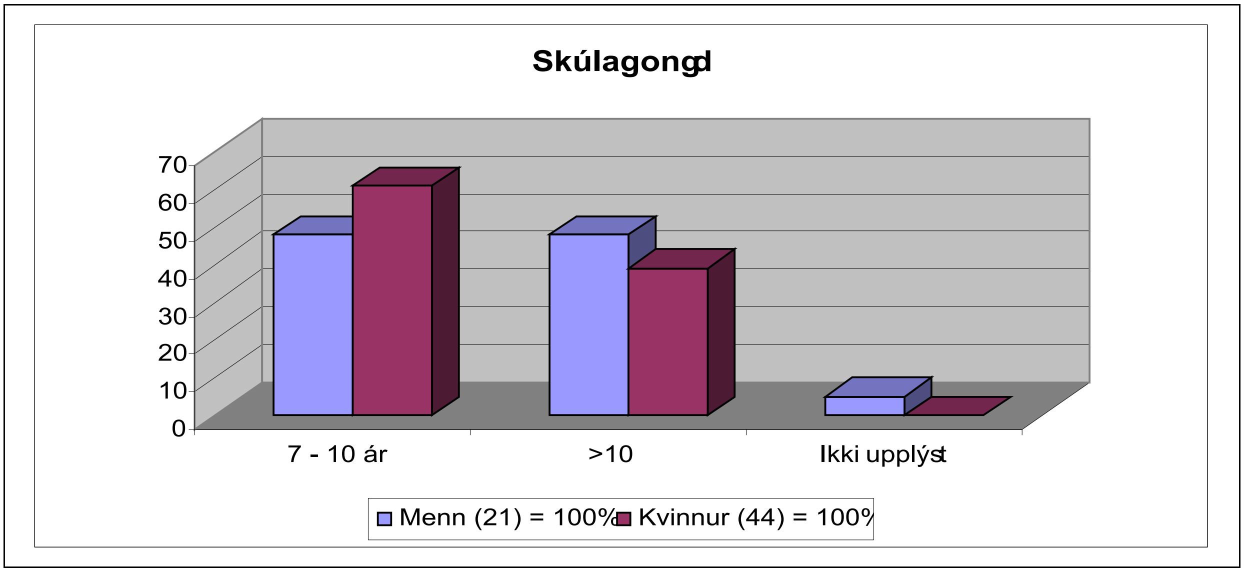
Á talvuni sæst, at bert kvinnur búgva einsamallar við børnum.

Talva 5: Børn – aldursbólkar



Talvan vísir, at 68 % av børnunum eru undir 18 ár, í tølum snýr tað seg um 43 børn millum 2 og 18 ár, meðan 32 % svara til, at 21 persónar eru eldri enn 18 ár.

Talva 6: Skúlagongd



Í prosentum hava kvinnurnar styttri útbúgving enn menninir.

Endurmenning

Allýsing

Orðið *rehabilitering* kann verða týtt til møguleikan at endurreisa/at endurmenna ein á eitt støði, ið gevur einum sama sóma sum áður.

Hugtakið endurmenning varð allýst í Føroyum í 2007: [8]

Endurmenning er ein tilgongd, har eitt fólk við førleikatarni, tey avvarðandi og fakfólk samstarva. Endamálið er at geva teimum fólkum eitt sjálvstøðugt og innihaldsríkt lív, sum hava fingið – ella eru í vanda fyri at fáa – álvarsliga skerd evni, kropsliga, sálarliga ella sosialt.
Endurmenning er grundað á heildarstøðuna hjá tí einstaka, og viðgerðin eigur at vera samskipað, samanhangandi og grundað á hollan kunnleika til trupulleikan.

Tá ið talan er um krabbameinsendurmenning er umráðandi at leggja aftrat, at tað er ein eksistensiellur tørvur, sum skal nøktast.

Endurmenning snýr seg um at endurvinna sítt lív. Ikki soleiðis sum tað var, áðrenn sjúkan var staðfest, men sum tað kann verða út frá teimum nýggju fortreytunum.

Gjøgnum endurmenning fáa bæði tann sjúkurakti og næstringar møguleika fyri at meistra nógvar av teimum uppgávum, sum skulu loysast á vegnum, so hvørt tær vísa seg.

Meistran er eitt norskt orðatiltak, ikki eitt háttalag, men ein menniskjaáskoðan. Í orðatiltakinum eru tríggir liðir 1. at skilja støðuna, 2. at hava álit á, at loysnir kunnu finnast, og 3. at finna meining í at royna tað[9].

Endurmenningartørvur

Ideelt sæð veit tann sjúkurakti sjálvur, hvør tørvur, og onkur kann vera ógvuliga serstakur, eigur at verða nøktaður fyri at kunna halda fram í lívinum.

Ætlanin við krabbameinsendurmenning er at geva tí einstaka møguleika fyri at vera virkin viðleikari í samfelagnum, út frá teimum broyttu, kanska skerdu møguleikunum at virka; broyttu og skerdu møguleikarnir kunnu gera seg galdandi í sjúkugongdini og seinni.

---

[8] *Álit um endurvenjing fyri fólk við førleikatarni*, s. 10, Almanna- og heilsumálaráðið, november 2007

[9] *Fokus på familien* nr. 3, 2001

Umframt hóskandi viðgerð eigur hjálpin, ið samfelagið veitir, eisini at fata um tvørfaklig tilboð, sum koma rættstundis, tá ið smáir sigrar eru í eygsjón. Á henda hátt ber framhaldandi til at miða eftir nýggjum málum, og alla tíðina at avmarka tiltøkini, tá ið talan er um tíð.

Tí er eisini av størsta týdningi, at arbeiðið verður framt út frá eini semju um, at fortreytin fyri væl eydnaðari endurmenning er gott tvørfakligt samstarv. Eitt samstarv, sum byggir á eina sterka felags fatan av, hvat grundarlag alt hetta byggir á.

Endurmenningarhættir

Endurmenning er annað og meiri enn endurbúgving, uppvenjing og afturmenning, at koma fyri seg aftur.

- Endurmenning er í trimum liðum, sum kunnu lýsast ávikavist sum *sjúkuætlað, støðuætlað og samfelagsætlað tilboð*[10].
- Grundarlagið fyri neyðuga átakinum eigur altíð at taka støði í, hvønn veg sjúkugongdin fer, og at málið fyri endurmenning broytist ávegis.

Talan kann vera um endurmenning bara í mátanum, vit fara við hvør øðrum í ymiskum støðum. Til dømis hevur 'tað góða møtið'[11] fyri tey raktu í sær ein møguleika, ið støðan er treytað av.

Kunning um vitan, atgerðarmøguleikar og stuðul kann verða veitt á ein hátt, sum ger, at tey, ið taka ímóti hjálpini, eru før fyri at gagnnýta møguligu megi fyri at handla sjálvstøðugt.

Samfelagsætlaði stuðulin krevur mangan, at orka verður fingin til vega í ymiskum sektorum. Tørvur er á einum samskipaðum átaki.

[10] Borg, Tove, *Hverdagsliv og rehabilitering*, www.psy.ku.dk/forskning/udgivelser/udkast/indhold.html
[11] Sí etikkur, brot á síðu 15

Tóra Dahl, lektari á universitetinum í Århus, MPH, fær upp í lag eina frágreiðing av eini royndarverkætlan viðvíkjandi neuroendurmenning.[12] Atlit eru tikin til øll viðurskifti, sum eru neyðug at eygleiða, tá ið talan er um endurmenningartiltøk í Føroyum, men tey eru tó serliga ætlað teimum, ið eru rakt av apopleksi.

Krabbameinssjúklingar hava tørv á tiltøkum á somu økjum, tó ikki á sama hátt. Tað er umráðandi at staðfesta, at munurin á teimum tiltøkum, sum eru gagnlig, er ikki serliga stórur. Júst tí at krabbamein er nógvar ymiskar sjúkur, fleiri og fleiri fáa staðfest sjúkuna og tí liva leingi við sjúkuni sum eini kroniskari sjúku, og ikki sum eini sjúku, tú doyrt av.

Stu ul

Kunning um vitan, atgerðarmøguleikar og stuðul eigur at verða veitt soleiðis, at hon ger, at tey, ið hjálpin er ætlað, eru før fyri at gagnnýta sínar potentiellu møguleikar at handla sjálvstøðugt.

Á endurmenningarmiðstøðini Dallund í Danmark raðfesti fyrrverandi yvirlæknin Tom Kristensen[13] gagnlig endurmenningartilboð, sum ein hjálp at klára *krabbameinsferðina* í samsvari við egnar royndir:[14]

Giv viden, som er nødvendig for afklaring

Giv ro til at finde ud af, hvad der kan forventes

Skab mulighed for at dække behovet for at vælge sammen med andre (lige stillede)

Understøt behov for at skifte referenceramme, og at tilpasse sig ´den nye rolle på den rigtige måde´.

"Der er behov for overgangsritualer!" segði Tom Kristensen.

- Einføld krøv, sum kunnu gera stóran mun!

Tí sum Tóra Dahl sigur: *"Kynstrið er at síggja tvørleikar, tørv, loysnir og møguleikar sum eina heild, tvørtur um økismørk, og at fáa alt at virka rætta tíð, rætta stað og við størst møguligum smidleika í mun til skrivstovuveldið."*

[12] Í *Álit um endurvenjing fyri fólk við førleikatarni*, november 2007, Uppskot til royndarverkætlan í fýra ár á LS.
[13] Samrøða við Tom Kristensen, yvirlækna, á uppihaldi í Dallund í november 2005
[14] Eitt eyðkenni er, at nógvur myndaburður verður nýttur í bókmentum og talu, *krabbameinsferðin* er ofta brúkt/ KH

Lóggáva

Føroya løgting hevur harafturat samtykt, at lógin um rættartrygd sjúklinganna skal galda í Føroyum[15].

§ 1 slær fast: *Loven skal medvirke til at sikre, at patientens værdighed, integritet og selvbestemmelsesret respekteres. Loven skal endvidere medvirke til at sikre tillids og fortrolighedsforholdet mellem patient og sundhedsperson.*

Hesar orðingar rúma alt, sum er neyðugt, ið grundgevur fyri, at krabbameinsendurmenning verður sett í verk, frá tí at sjúklingurin fyrstu ferð fer til lækna við sjúkueyðkennum, í viðgerðargongdini og møguliga seinni, um trupulleikar koma í, soleiðis at tørvur verður á onkrum tiltaki.

---

[15] Viðtøka nr. 827 frá 30. september 2002 um gildiskomu fyri Føroyar av lóg um rættarstøðu sjúklinganna

Kjak
Hetta hugtakið kann lýsast sum tann sosiala ramman, ið allýsir, hvat kann verða sagt um eitt givið evni.

Forfatan [16]
Persónliga útgangsstøði mítt er, at eg eri sjúkrarøktarfrøðingur og sosialráðgevi. Umframt havi eg nógvar lívsroyndir og royndir frá arbeiði mínum seinastu 21 árini sum sosialráðgevi í nógvum pørtum av føroyska samfelagnum. Alt hetta og meiri aftrat hevur ávirkan á persónliga forfatan mína.

Tað er út frá hesum royndum, at eg havi fingið hugskot til innihald og snið í hesi kanningini.

Eg havi hug at gera vart við hesi sjónarmið, sum eru míni:

Eg síggi krabbamein sum nógvar ymiskar sjúkur, sum hvør hevur síni sereyðkenni. Tað eru sjúkur, sum óloysiliga eru knýttar at normunum í samfelagnum, tær koma fyri. Tær vísa seg á nógvar ymiskar hættir í øllum aldurs- og samfelagsbólkum.

Flestu krabbameinssjúkur seta vit í samband við líðingar. Út frá hesi sannroynd kunnu vit siga, at tú ert vorðin raktur, tá ið tú hevur fingið staðfest krabbameinssjúku.

Umframt eru tað sjúkur, sum ávirka tey avvarðandi hjá sjúklinginum. Tey verða eisini rakt í og við, at tey uttan at vilja tað eru tikin upp í og mugu finna sítt støði í gongdini.

Eg haldi eisini, at øll hava tørv á at uppliva lætta og vón umframt at verða sædd sum javnmettir og týdningarmiklir persónar í endurmenningargongdini.

Harafturat: Fólk, sum fáa krabbamein, eru í eini serligari støðu samanborið við nógv onnur, sum hava ella fáa álvarsligar (kroniskar) sjúkur. Tey eru ómetaliga útsett fyri, at øll hava eina meining um krabbamein. Tey skulu mangan rúma, at onnur hava eina meining um sjúkuna, tey hava.

Sjálvt orðið krabbamein hevur eitt gátuført samband við deyða, tí tað fyrsta, nógv fólk hugsa, er, at av krabbameini doyrt tú! Hóast rættiliga nógv verða frísk. Í samveru við familju, vinir og kenningar verður tann sjúki ávirkaður av 'góðum ráðum' og søgum. Ætlanin er at hjálpa tí sjúka, men kanska er tað heldur ein roynd at káva út yvir óttan, sum kemur á okkum, tá ið vit standa andlit til andlits við tað, sum ræðir okkum.

Aftrat kemur forfatanin hjá tí sjúka. Hon ella hann hevur eisini kunnleika til krabbameinssjúkur, ikki so sjáldan tí onkur av næstringunum hevur havt krabbamein. Egnar royndir seta sín sjálvsagda dám á hugsanina um, hvussu ein sjálvur fer at hava tað í sjúkugongdini.

[16] Einar Aadland nýtir fyribrigdið *for-forståelse*, týtt til *forfatan* í hesum tekstinum/ KH

Men eisini í almenna rúminum møtir tann sjúki hugburði, sum setur dám á, hvussu tað fer at gangast honum. Ein rúgva av kunning er til, sum er merkt av hugburði, og sum er við til at skapa ímyndir okkara av krabbameinssjúkum. Serliga við atliti at, hvussu tú kanst sleppa tær undan, fyribyrgja ella lekja. Í sambandi við herferðir um fólkaheilsu verður víst á krabbamein sum ein støða, tú kanst sleppa undan, ella í øllum førum gerast sjáldnari, um hvør einstakur okkara tekur á seg ábyrgd at fylgja teimum heilsuráðum, sum eru galdandi fyri tíðina.

Á henda hátt fáa tey, sum eru vorðin sjúk, skuldarkenslu, sum viðkomandi so 'er noyddur at liva við', út frá orðatakinum *"gjørd gerð fær onga vend"*, um viðkomandi annaðhvørt t.d. hevur roykt ella á annan hátt gjørt seg sekan.

Undir sjúkugongdini hava tey, ið standa fyri viðgerðini, læknar, sjúkrarøktarfrøðingar og aðrir yrkisbólkar, ógvuliga stóra ávirkan á, hvussu tann sjúki og tey avvarðandi fáa møguleika at reagera í ymiskum støðum. Hetta kemst av, at á øllum deildum er ein sermentan, sum er avgerandi fyri samskiftisumhvørvið, og sum tað verður væntað, at sjúklingur og avvarðandi góðtaka.

Tá ið talan er um endurmenning, er tað altíð best, at atlit verða tikin til tann einstaka grundað í ynski og tørvi hjá viðkomandi. Ikki minst um tey sýnast at stríða ímóti tí, sum annars er ráðandi.

Etikkur

Samfelagið eigur at seta orku av til endurmenning. Ymiskar meiningar kunnu vera um, hvat fyri tiltøk gera størst gagn. Hetta álitið leggur eitt *praktiskt sosiologiskt*[17] sjónarhorn av etiskum slagi afturat.

Tey sjúkuraktu mugu í besta føri síggja, at sjúkan kann verða bast, eisini við midlum, tey sjálv hava til taks. Hóast nógv verður gjørt fyri at hjálpa krabbameinssjúklingum, og hóast vit mugu viðurkenna, at krabbameinssjúka eisini krevur nógv av teimum avvarðandi, so hevur sjúklingurin – og avvarðandi – kortini nógvar trupulleikar, sum annaðhvørt verða undirmettir ella yvirsæddir.

Umhugsan og virðing

Spurningurin er: Hvørjir av framferðarhættunum, sum verða valdir, virka, tá ið málið er at fremja møguleikarnar hjá borgaranum at varðveita sín virðileika í møtinum við tað almenna?

---

[17] Charles Lemert, praktisk sosiologi verður lýst sum ein praktisk vitan, vit kunnu tosa týðiliga um, tá ið vit skulu, *Sociale forhold* s. 44

Í einum vælferðarorðaskifti um leiklutin hjá statinum (í Svøríki)[18] legði Bo Rothstein hetta sjónarmiðið fram: *"Der findes ikke retfærdighed, men der findes begreber, som kan hjælpe os, nemlig begreberne: Omtanke og respekt,"* brúkt sum vegleiðandi mátistokkur.

Í orðinum ***umhugsan*** *(omtanke)* liggur eitt etisk krav om at seta seg í støðuna hjá hinum.

At hugsa seg um kann verða tulkað nógvar vegir, men vit kunnu ikki koma uttanum, at fokus flytur frá *mær (tí professiónella)* til *tín (sjúkling/avvarðandi).*

Orðið ***virðing*** *(respekt)* rúmar í sær sjálvum nógvar merkingar, sum eru samlíkar við, hvat ***endurmenniing*** merkir, nevniliga virðing, umdømi, myndugleiki og eitt gamalsdags orð sum ærufrykt.

´Tað góða møtið´

Støðutreytað endurmenning er umráðandi. Tað er um somu tíð tann einfaldasti formurin, tí øll vita av egnum royndum, hvat tað vil siga at uppliva ´tað góða møtið´.[19]

"Universelle dyder i al god kommunikation mellem mennesker er bundet til viljen, sådan at den usikkerhed der kan opstå ved at møde et menneske med kræft kan overvindes ved ærlighed og en fordomsfri holdning, som umiddelbart overføres til en tanke om, hvordan man selv gerne ville mødes af en fremmed i en given situation."

Góðar samrøður kunnu rúma trupulleikar, sum tað av royndum kann vera ringt at seta hol á.

Líðing

Sum áður nevnt verður mann álopin av krabbameini og raktur! Í hesum liggur, at vit seta krabbamein í samband við líðing, og óttin fyri deyðanum er ein veruleiki í nógvum førum. Av hesi orsøk er tað av týdningi at umrøða líðing. Tað er ein fyritreyt fyri væl eydnaðari endurmenning, at tað, sum upptekur tann sjúkurakta og tey avvarðndi, eisini verður tikið við upp í samrøðuna.

Líðing kann vera so nógv. Líðing, sum knýtir seg til óttan fyri at liva ella ikki at liva, er heilt øðrvísi enn líðingin, sum er knýtt at likamligari pínu.

Millum ymsu sløgini av sálarligum líðingum, er upplivingin av ruðuleika ella avbyrging serliga tyngjandi. Málleys líðing noyðir fólk at tiga og látast sum einki.

Týski gudfrøðingurin Dorothee Sölle[20] lýsir líðing soleiðis*:"Den kan skyldes biologiske eller sociale årsager. Der må skelnes mellem den lidelse, som forhåbentlig kan overvindes, og den der allerhøjst kan*

[18] Rothstein, Bo (nú professari í statsvísindi á universitetinum í Gøteborg): *Vad bör staten göra?* 1994
[19] Videnscenter for handicappede gjørdi eina allýsing í 2007, haðani kemur lýsingin/ KH
[20] Sölle, Dorothee, *Lidelse*, 1973

lindres. Al lidelse afhænger af den situation, som mennesker bringer hinanden i.
Da lidelse også er socialt begrundet, betyder det, at man kan bearbejde alle former for lidelse. Ingen lidelse behøver længere at forklædes og forklares som skæbne.
Tværtimod. Den hjælp samfundet stiller til rådighed i forhold til lidelse, der er biologisk begrundet (læs sygdom) er en målestok for samfundets humane indstilling."

Hesum viðvíkjandi er líðingin væl og virðiliga góðkend í samfelag okkara, bæði í viðgerðarskipanini og í almennum medmenniskjaligum sambondum. Kortini eru tað nógv, eisini millum teirra, ið hava tikið lut í hesi kanningini, sum halda, at sjúkan er lagnubundin.

Trauma

Orðið kreppa verður brúkt í vanligari talu og er í samsvari við fatanina hjá nógvum um, hvat hendir, tá ið tú varnast ella verður gjørdur varur við, at tú hevur fingið eina krabbameinssjúku. Men kanska sigur orðið *trauma*[21] uppaftur meiri í nógvum førum?

Fælles for psykiske traumer er, at fundamentale menneskelige værdier er alvorligt truet, f.eks. eget liv, de nære og kæres liv, samt social og økonomiske tryghed eller status. Belastningen opstår, når et eller flere af vores grundlæggende behov og værdier bliver truet eller går tabt.
Det er samspillet mellem person og traume, der får konsekvenser for personens indre liv.

Tað er tó hátturin, sum vit tulka støðuna, og hvat vit halda, vit sjálv kunnu gera, sum ræður fyri, um støðan verður strongd ella ikki.

Tilboðini eiga at vera ymisk í mun til ta einstøku støðuna, sum krevur stuðul. Verður hildið, at støðan er traumatisk, eiga tann sjúkurakti og tey avvarðandi at fáa møguleika fyri at fáa tilboð um hjálpandi tiltøk yvir eitt tíðarskeið, so hvørt trupulleikar koma undan kavi.

Kreppuuppílegging eigur at nøkta ein tørv, sum vísir seg her og nú, í og við, at kreppa verður mett at vera eitt vegamót, ein knapplig broyting ella órógvan.

Verri enn so øll uppliva, at krabbameinssjúkan kemur knappliga. Í nógvum førum hevur tað tvørturímóti verið ein longri tilgongd, til sjúkan er staðfest, ella diagnosan er ásett.

Tá ið bæði líðing, trauma og kreppa hava við tað innara lívið at gera, hevur tilburðargongdin ógvuliga stóran týdning fyri eksistensiellu livikorini hjá tí rakta. Tí er tað avgjørt neyðugt at taka eksistensiellar spurningar við upp í krabbameinsendurmenning.

[21] Weisæth, Lars, *Det psykiske traumet,* 1995

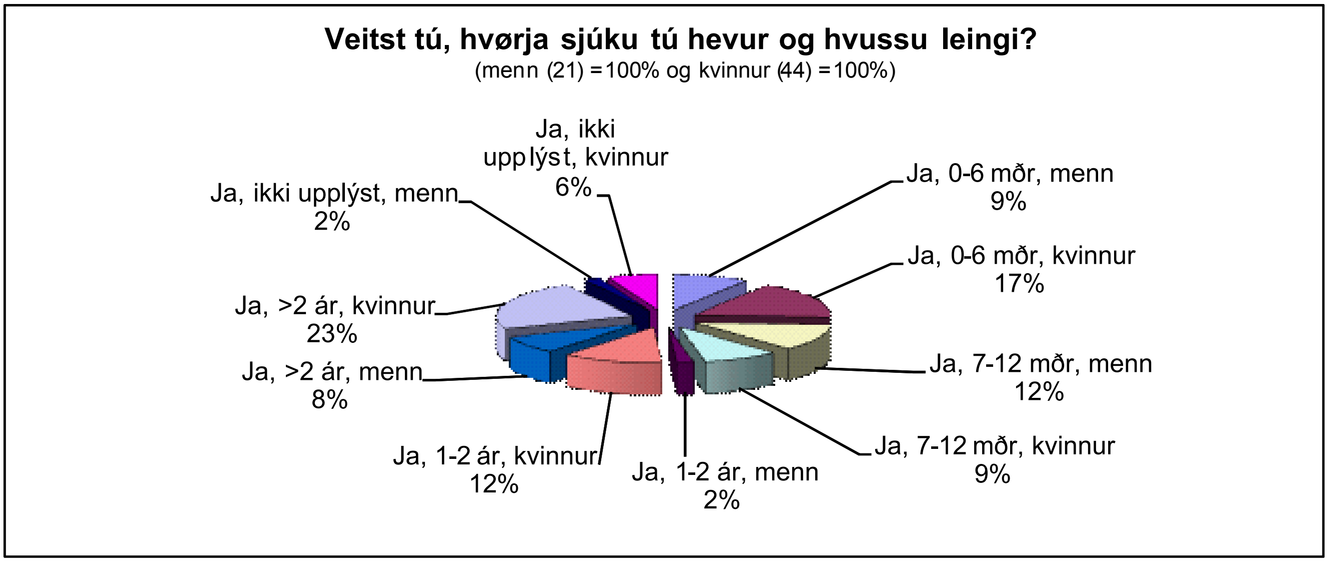
2. PARTUR

Lívsroyndir

Royndir og vanar hava nógv at siga fyri, hvussu fólk handla í eini ávísari støðu.

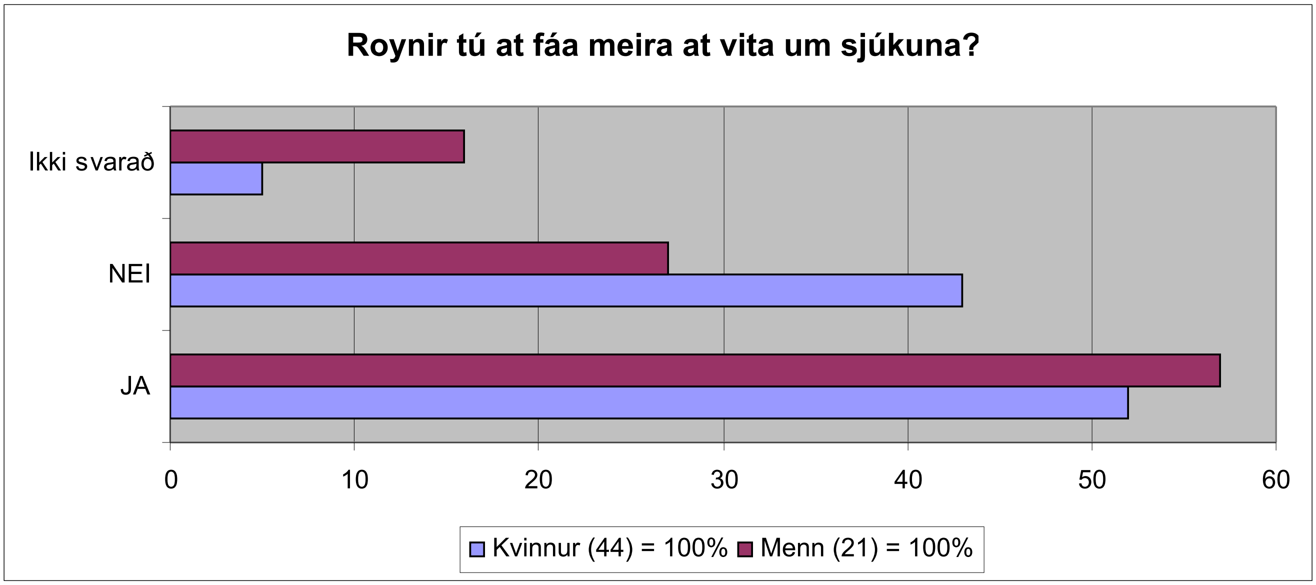
Kategoriin *Lívsroyndir* avspeglar eina bakgrundsvitan hjá svarpersóninum og bendir á forfatan, sum hava ávirkan á svarini.

Talva 7: Longd á sjúku



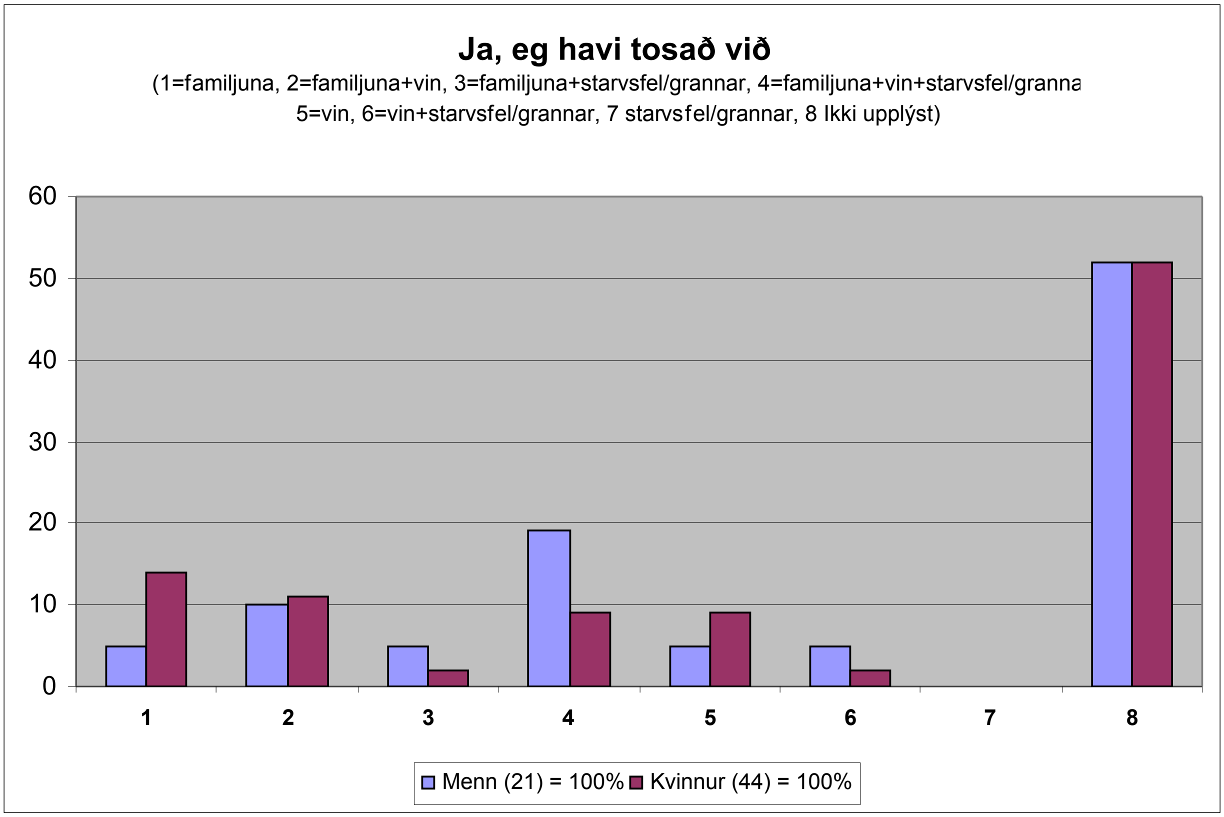
Prosentini vísa, at næstan øll meta seg hava fingið viðkomandi upplýsingar um sjúkuna, og tí vita, hvussu leingi tey hava *livað við krabbameini.* Smb. spurnablaði svara 2 persónar noktandi.

Talva 8: Vitan um sjúkuna



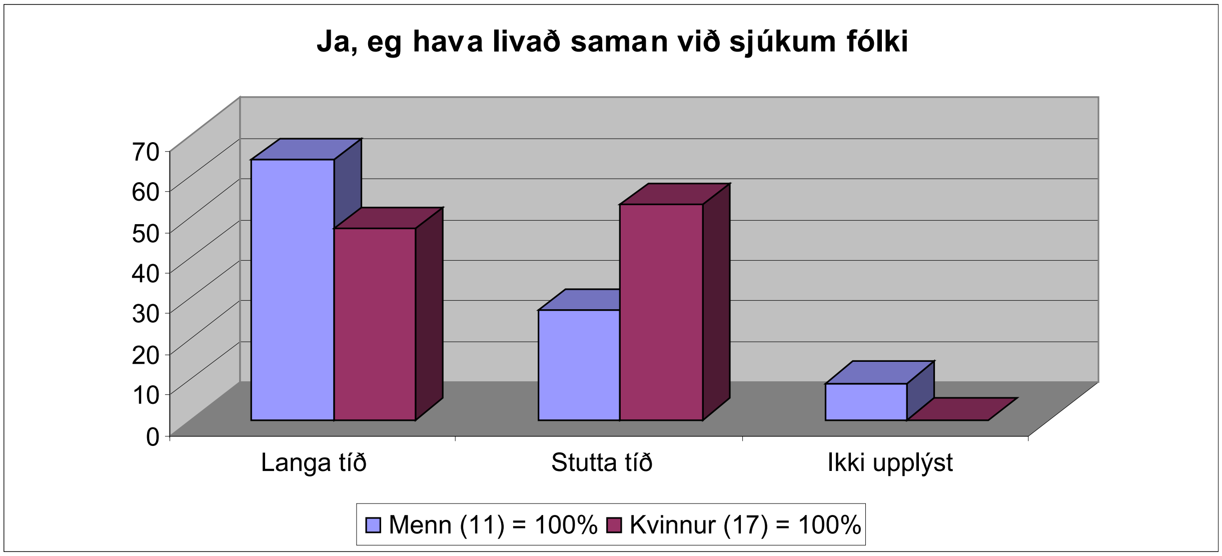
Í prosentum svara fleiri menn spurninginum noktandi um at leita eftir meiri vitan. Men bæði kyn vátta, at tey leita eftir meiri vitan. Býtið millum ja og nei bendir á, at tað er ógvuliga umráðandi at kanna, hvør áhugi frammanundan er til staðar.

Talva 9: Samband við onnur um sjúkuna



Felags fyri positivu fráboðanirnar er, at tosað verður um krabbamein, bæði við næstringar og onnur; í so máta er ikki stórur munur á kynunum. At stabbi 8 er høgur, kann vera orsakað av, at tað kortini eru nøkur, sum ikki vilja ella orka at tosa um sjúkuna.

Talva 10: Kunnleiki til álvarsliga sjúku



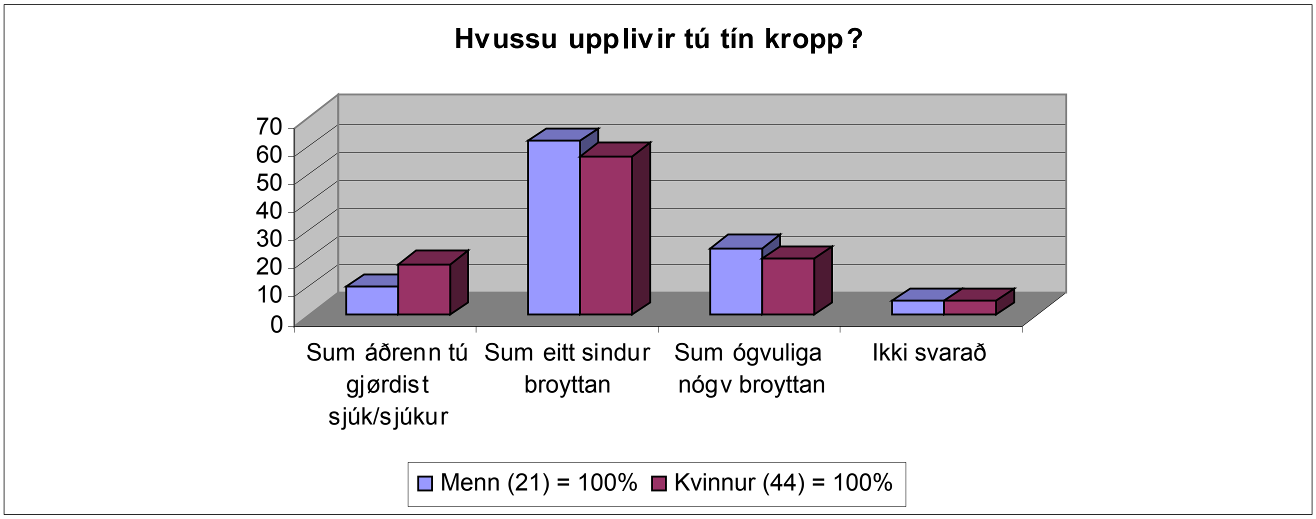
Í prosentum hava fleiri menn enn kvinnur drúgvar persónligar royndir við at liva saman við álvarsliga sjúkum fólki.

Likamligar avleiðingar

Krabbamein er fyrst og fremst ymiskar sjúkur, sum raka kroppin. Tað er sum soleiðis, at tær eiga at verða uppdagaðar, diagnoseraðar, viðgjørdar og eftirkannaðar. At sjúka hjá tí einstaka førir við sær eina gongd, sum verður stýrd av greiðum strategiskum málum, er fult og heilt góðkent. Eisini er tað góðtikið, at flestu endurmenningarhættirnir verða til innan viðgerðarøkið. Tað eru objektivu úrslitini haðani, sum føra menningina víðari.

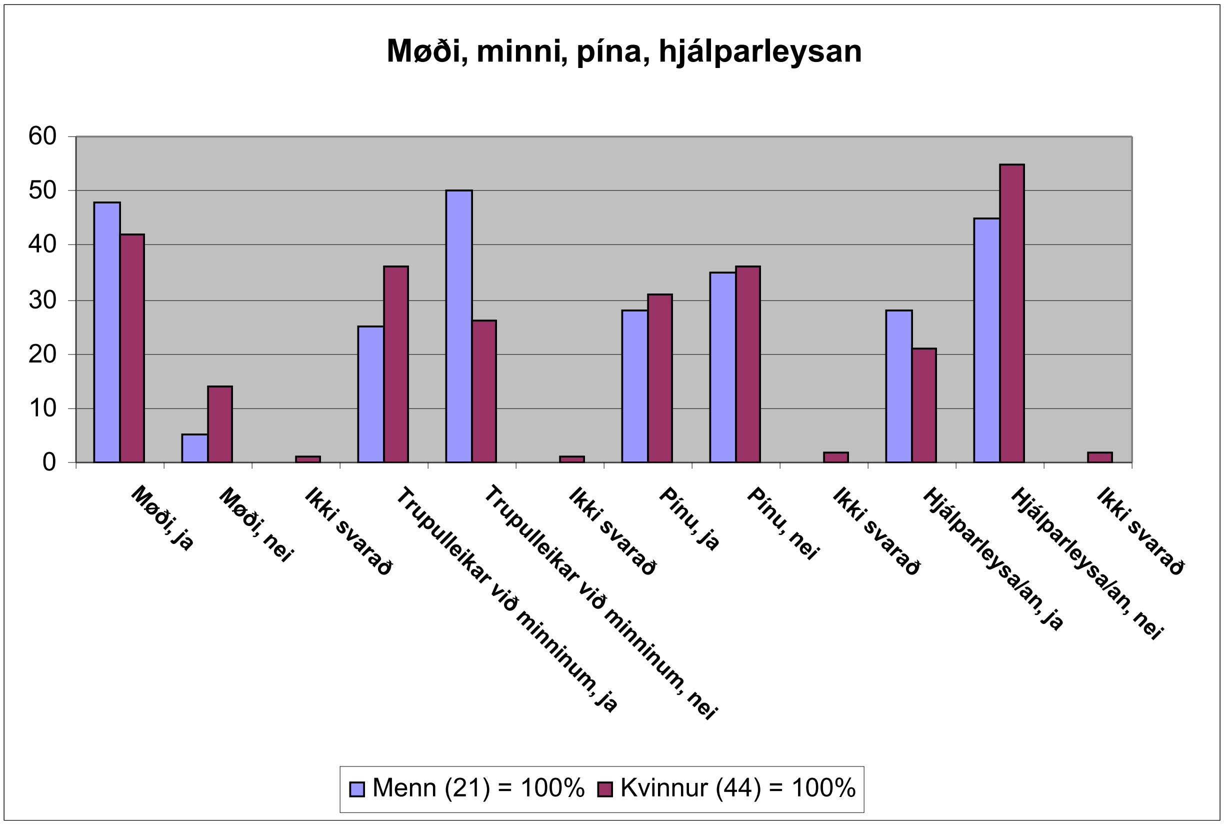
Í hesum álitinum verða nakrar áskoðanir lagdar aftrat, gjøgnum nakrar subjektivar tørvir, sum eiga at verða eftirlíkaðir. Svarini vísa eitt nú, at tørvur er á likamligari endurmenning eftir, at sjúklingurin er liðugur í viðgerð, tá ið tann rakti skal liva við fylgjunum, í styttri ella longri tíð.

Talva 11: Fatan av kroppinum



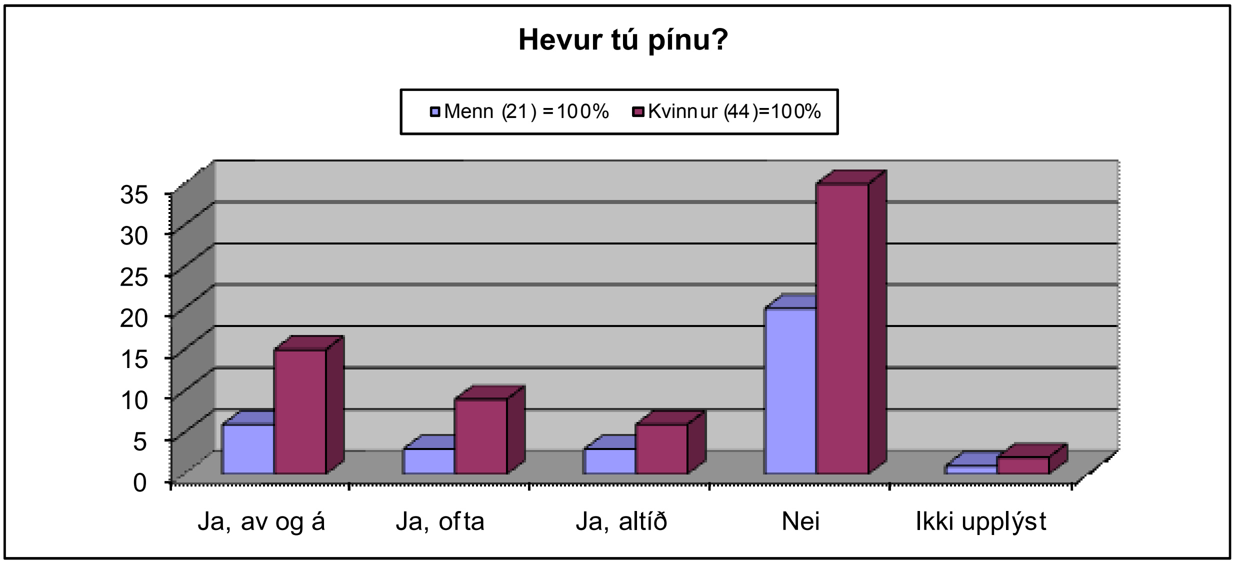
Her verður ljós varpað á subjektivu upplivingina. Hvør einstakur hevur sína egnu fatan av, hvønn týdning tær likamligu broytingarnar hava fyri dagliga lívið. Tey, ið uppliva broytingar, hava tørv á endurmenning.

Talva 12: Likamligar avleiðingar



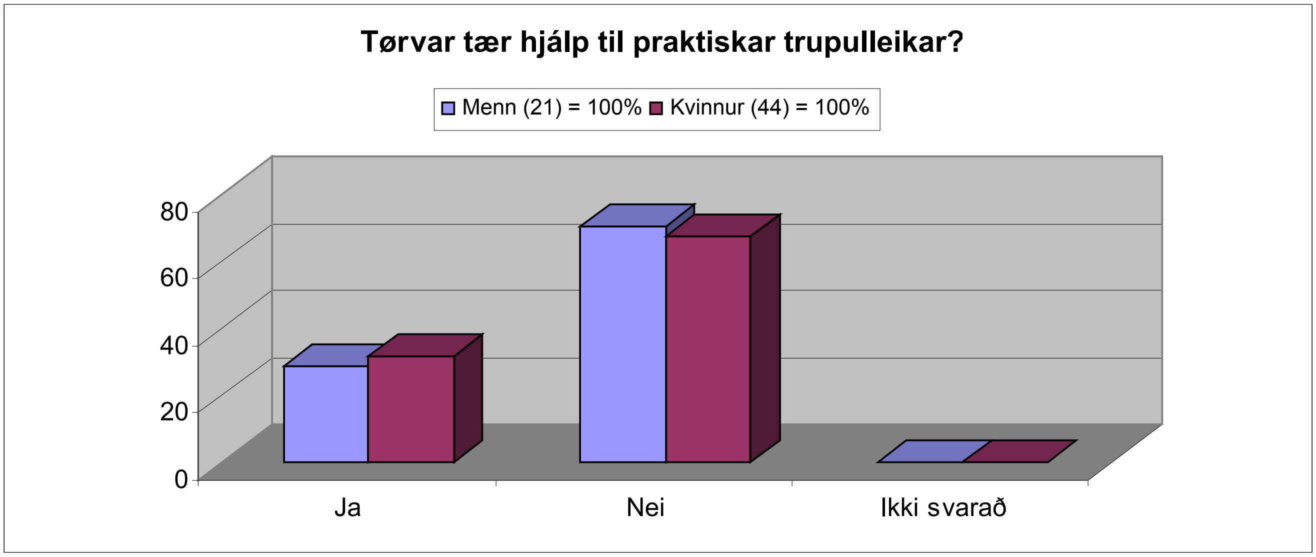
Møði, trupulleikar við minninum, pína, hjálparloysi eru kendar fylgir av sjúkuviðgerðini eins og seinni strongd. Smb spurnablaði: 1 persónur hevur øll sjúkueyðkennini altíð, 14 eru altíð móð. Fleiri svara játtandi upp á, at tey ofta hava eitt ella fleiri av nevndu eyðkennum.

Talva 13: Pína



Pína er ein serlig kategori av trupulleikum, sum fær nógv uppmerksemi. Fleiri svarpersónar upplýsa, at tey hava pínu altíð ella ofta. Pínuviðgerð hevur ein týðandi leiklut, tá ið talan er um endurmenning.

Talva 14: Praktiskir trupulleikar



Út frá einum endurmenningarsjónarhorni er *ja* áhugavert. Tá ið talan er um tað praktiska, verður tað mangan hildið vera sjálvsagt, at tey avvarðandi taka á seg eyka uppgávur. Hetta vísir, at tað kann vera tørvur á, at Nærverkið og Almannastovan fáa størri orku til at átaka sær uppgávur, ið tey avvarðandi annars taka á seg. Tað snýr seg um hjálp til at koma út, at koma runt heima, at fara á ves, tyngri húsligt arbeiði, flutning við bussi ella bili og at kunna vera til arbeiðis.

Sálarligar avleiðingar

Meðan likamligu fylgjurnar ofta hava samband við viðgerðina og avleiðingarnar av henni, eru sálarligu trupulleikarnir ofta treytaðir av, hvat fyri tilbúgving, tann einstaki hevur til taks. Tað kunnu til dømis vera liðir av lívsroyndum, ymiskir mátar at taka upp sambond, fíggjarligt og sosialt tilfeingi og ytri treytir fyri at fáa stuðul frá øðrum.

Krabbameinssjúkur kunnu geva eina kenslu av 'mentalum ólagi'. Tú skalt bera stórar frustrasjónir. Mangan er trupult at viðgera trupulleikarnar, so nøktandi loysnir verða funnar.

Tað er trupult at liva í óvissu; tá gagnar tað at taka ímóti tilboðum, sum kunnu verða brúkt frameftir og forða tabuisering av ávísum evnum. Tann sjúkurakti skal finna seg sjálvan av nýggjum og tí tosa um júst tey viðurskifti, sum hava fingið ein (nýggjan) týdning, eftir at sjúkan er vorðin ein veruleiki.

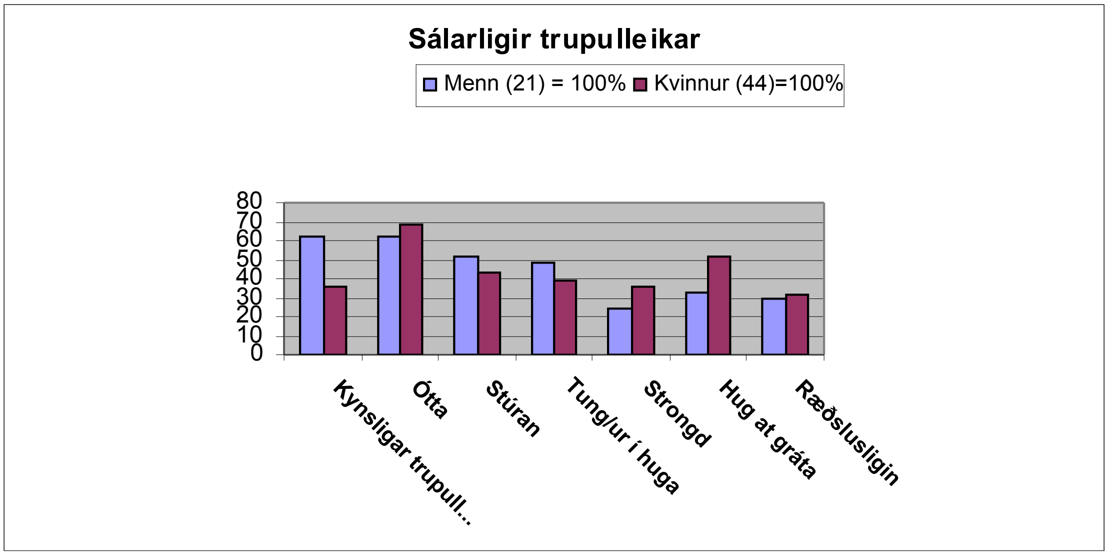
Men eisini avvarðandi hava stóran tørv á umlætting av kenslum og hugsanum, sum koma í orsakað av sjúkugongdini.

Fyri øll, sum skulu *liva við krabbameini* sum eini kroniskari sjúku, kann sálarligur stuðul verða eitt ógvuliga viðkomandi tilboð nakrar ferðir í eitt tíðarskeið. Kanska eru nakrar hurðar latnar aftur, so at tað eru tankar og kenslur, knýttar at sjúkuni, sum gera av, hvørjar møguleikar ein tekur av.

"Stum lidelse tvinger folk til at tie og holde op med at reagere," segði Victor Frankl[22]. "*Livslidelse knyttet til at leve eller ikke at leve".* Eingin sjúkuraktur ella avvarðandi kemur í samband við eina krabbameinssjúku uttan at hesir spurningar gera seg galdandi. Tí eru sálarligir trupulleikar og teir ekstistensiellu nær skyldir, men eiga at verða viðgjørdir fyri seg.

[22] Frankl, Victor E.: *Psykologi og eksistens*, 1968

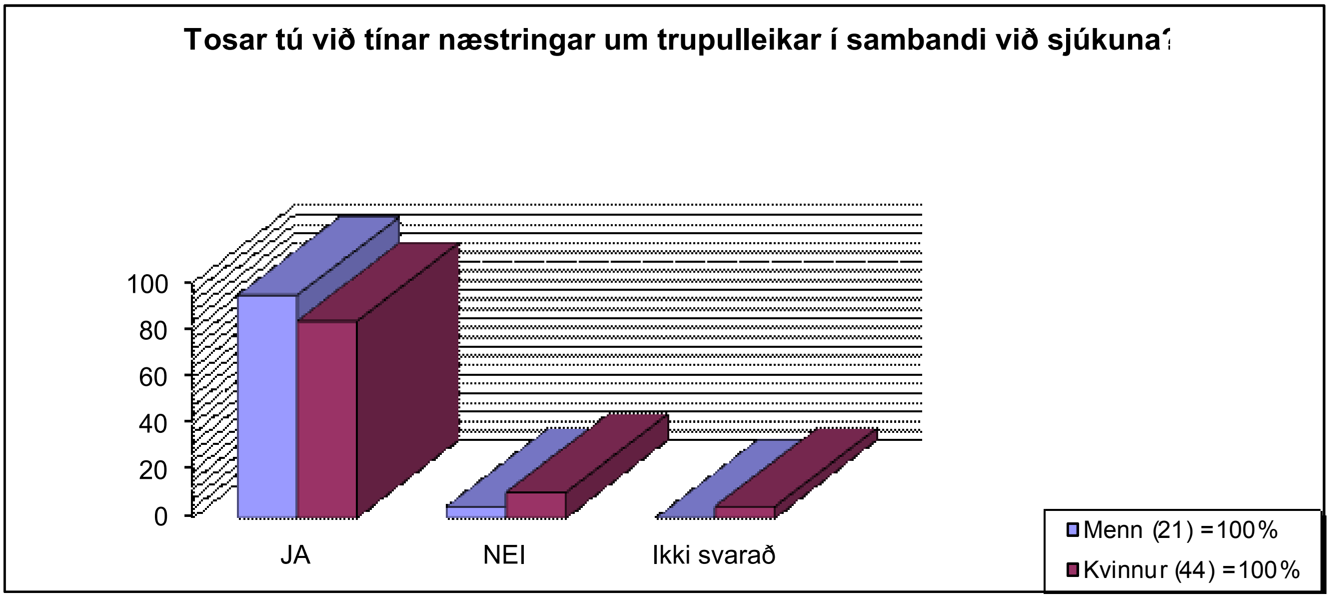
Talva 15: Sálarligir trupulleikar



Savna vit fleiri kategoriir av svarum undir eitt, sæst týðiliga, at sálarligir trupulleikar eru tengdir at tí at *liva við krabbameini*. Svar í spurnabløðum vísa, at 6 kvinnur og 2 menn hava allar kategoriir av trupulleikum. Fleiri krabbameinssjúkur elva til, at likamligir trupulleikar koma í á kynsliga økinum. Umframt kunnu sálarligar orsøkir vera atvoldin til, at trupulleikar koma. Tað framgongur til dømis av svarum í spurnablaði, at 29 svarpersónar hava trupulleikar á kynsliga økinum. Av teimum svara 15 játtandi til at hava tørv á tosa við onkran um hetta.

Tað eru eisini ein sannroynd, at sálarligir trupulleikar, ið hava samband við angist og ótta, eru so ráðandi, at aðrir trupulleikar víkja í eitt tíðarskeið. Tað er bakgrundin fyri teir útvaldu spurningarnar.

Talva 16: Samband við næstringar

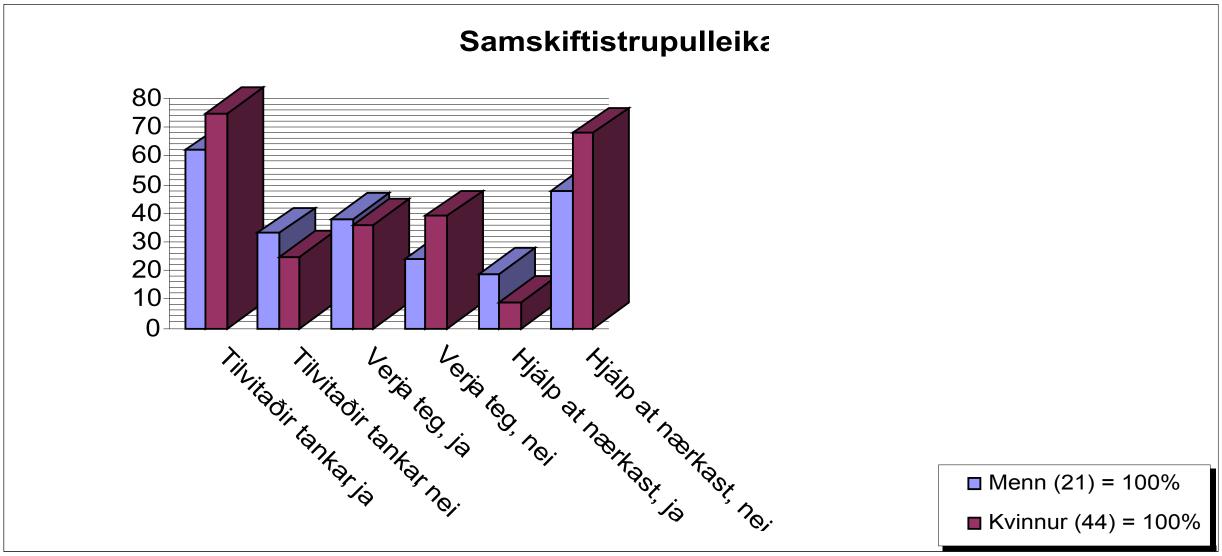


Á talvu 16 sæst, at fá % svara nei; tey tosa ikki við síni nærmastu um sjúkuna. Leggið til merkis, at fleiri kvinnur enn menn svara nei. Tey tosa ikki við sínar næstringar.

Familja, vinir og netverk verður hildið at hava størstan týdning fyri at nøkta týdningarmesta tørvin á endurmenning, men tað er ikki altíð so lætt. Tá ið samskiftið við tey nærmastu ikki riggar so væl, koma ofta stórir trupulleikar, sum raka sálarlívið meint.

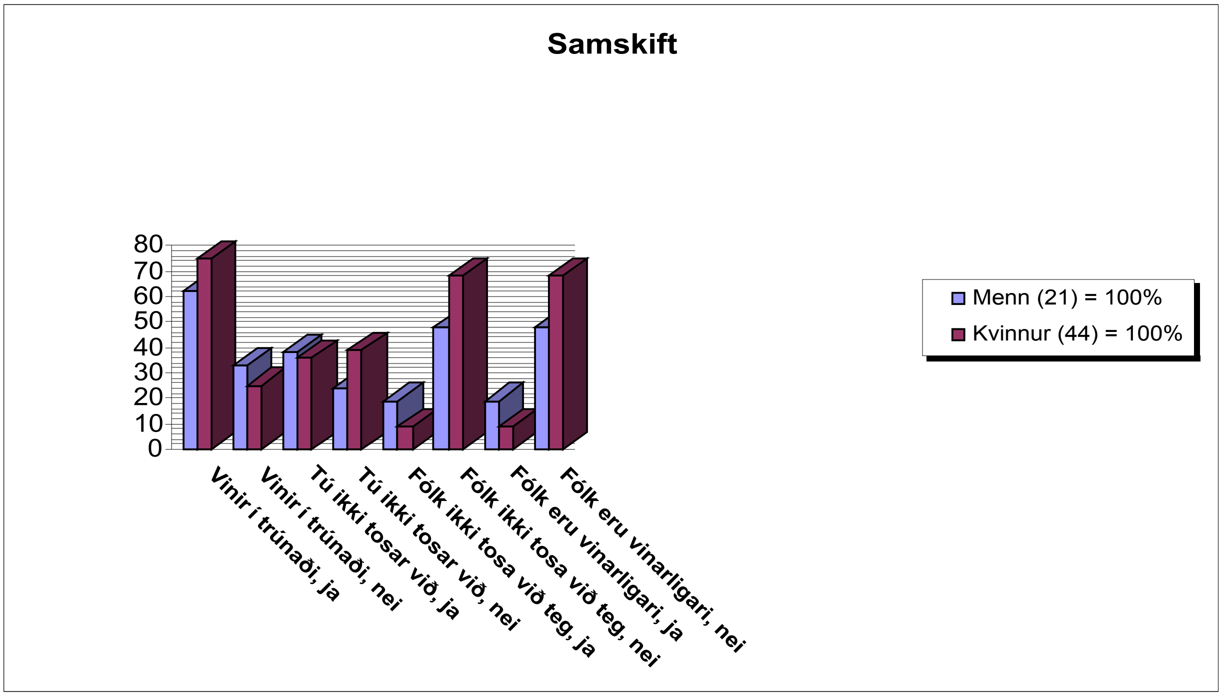
Er torført at fáa samband við tey nærmastu, kann tørvur vera á endurmenning gjøgnum samskifti, sum kann lætta um kenslurnar, sum eru vanligar.

Talva 17: Samskiftistrupulleikar



Í sínámillum samskifti kann tað eins væl vera tann sjúkurakti, sum heldur seg aftur, sum umstøðurnar, ið vilja verja. Í báðum førum kann hetta hava við sær eitt svárt trot á samskifti.

Talva 18: Samskifti



Nógvar søgur eru um, hvussu fólk reagera, tá ið tey hitta fólk, ið eru álvarsliga sjúk. Tað kemur fram, at munur er á svarunum hjá kvinnum og monnum. Ein lítil meiriluti av nei-svarum bendir á vantandi samskifti.

Sosialar avleiðingar

Tá ið ung fólk gerast sjúk av krabbameini, koma viðurskifti teirra við arbeiðsmarknaðin natúrliga upp at venda. Svarpersónarnir vátta ein varhuga av, at sjúk fólk royna at halda fast við lívikor síni, serliga í mun til arbeiðsmarknaðin.

Ein partur av svarpersónunum eru yvir fólkapensjónsaldur, meðan onnur hava kanska tørv á at royna eitthvørt nýtt á arbeiðsmarknaðinum.

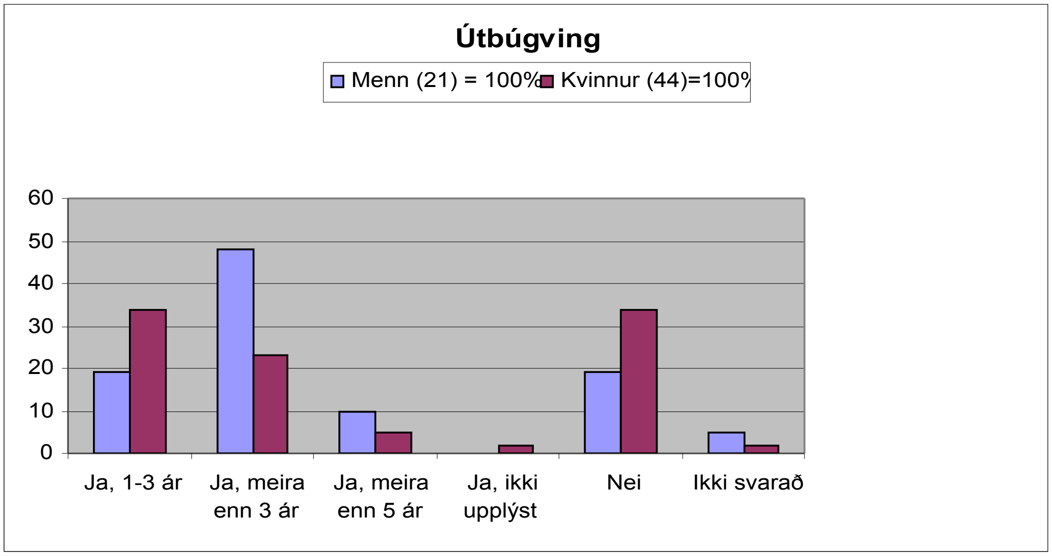
Hjá nøkrum er talan um ógvusligar broytingar í fíggjarligu viðurskiftunum. Her eru dømi um, at longdin á sjúkugongdini elvir til, at fíggjarliga støðan versnar munandi; í okkara skipan er tað einki, ið byrgir upp fyri hesum.

Í kanningartilfarinum vísir tað seg kortini, at nógv tey flestu tørva ikki sosialar veitingar. Tað ger tað tó ikki minni umráðandi, tey, sum hava brúk fyri hjálp, kunnu rokna við henni. Lóggávan og hvussu tað ítøkiliga sosiala arbeiðið verður útint eru týðandi liðir í royndunum hjá samfelagnum at bjóða fólki, sum *liva við krabbameini* eina fullgilduga endurmenning.

Løgfrøðingurin Peter Høilund[23] heldur, at sosiala arbeiðið skal stuðla eini menniskjaligari blóman. Tað vil siga at stuðla einari tilgongd, har borgarin út frá síni egnu sjálvsfatan mennir ein væl eydnaðan samleika. Tað er tað sama sum at siga, at krabbameinssjúklingar skulu endurmennast í møti teirra við almennu fyrisitingina.

Viðurkenning er eitt annað kjarnufyribrigdi, sum skapar samskiftisligu fortreytirnar fyri einum væl eydnaðum innsatsi í møtinum við fyrisitingina. Tann, sum leggur fram sínar trupulleikar fyri fyrisitingina og upplivir, at rætturin at seta spurningar og fáa røtt og væl grundað svar verður virdur, upplivir at verða endurmentur í støðu sínari.

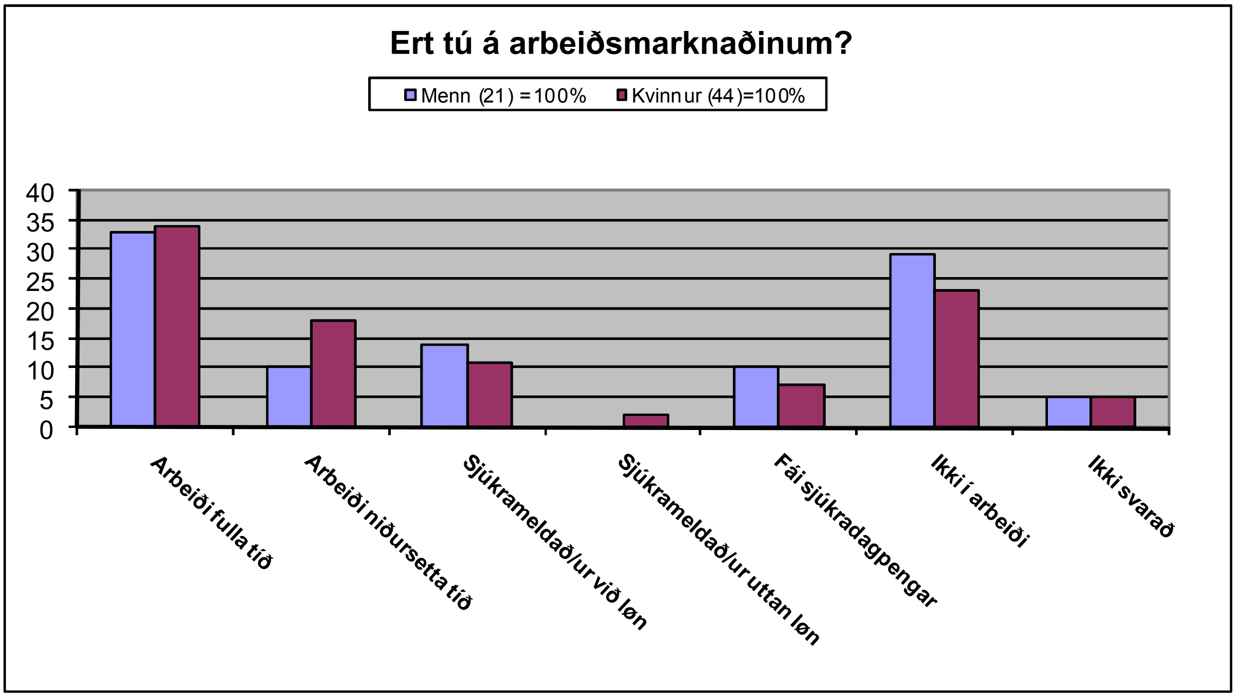
Talva 19: Útbúgving



Her sæst, at menninir eru betur útbúnir enn kvinnurnar, men eisini at tað í prosentum eru fá við ongari útbúgving. Tað vil siga, at tað er ein stórur bólkur, hvørs tørvur á endurmenning er ókendur, júst tí at tey ikki hava útbúgving og eru illa umboðað í tilfarinum. Tørvur teirra er neyvan minni.

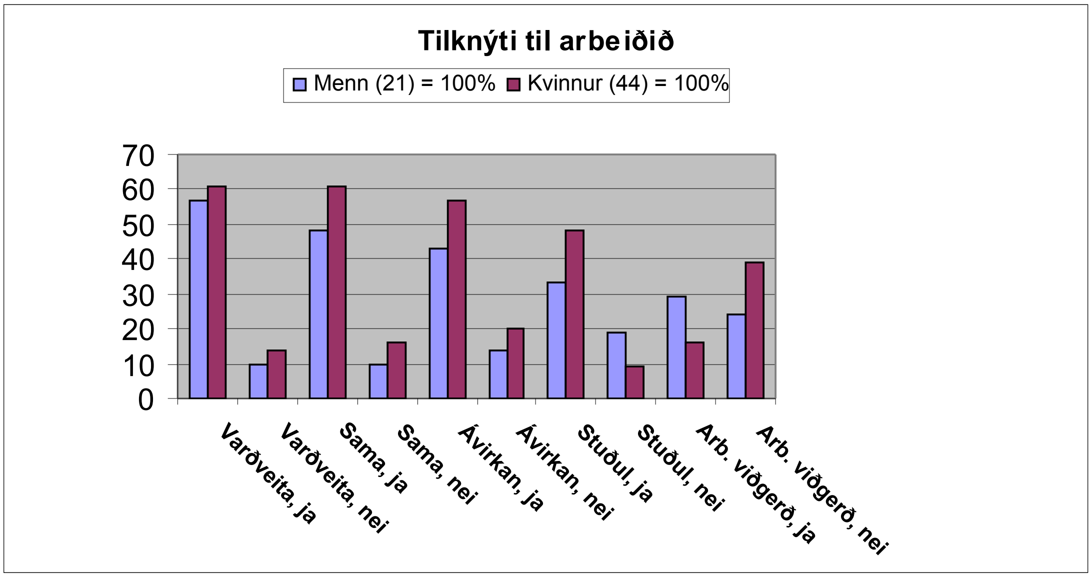
[23]Højlund, Peter og Juul, Søren: *Anerkendelse og dømmekraft i socialt arbejde*

Talva 20: Tilknýti til arbeiðsmarknaðin



Í sjúkutíðarskeiðinum vísa fleiri møguleikar seg. Tað merkisverdasta er, at lutfalsliga nógv arbeiða fulla tíð. Á spurnablaðnum framgongur, at 1 kvinna av 9 og 4 menn av 7 framvegis eru í arbeiði, hóast tey eru fødd áðrenn 1941 og tískil hava rokkið fólkapensjónsaldur. Leggið til merkis kynsmunirnar í hesum svarunum. Millum svarpersónarnar eru serstakliga fá uttan fyri arbeiðsmarknaðin, tá ið hugsað verður um, at teir flestu svarpersónarnir vóru í viðgerð ella í einum tíðarskeiði við eftirliti, tá ið spurningarnir vórðu settir.

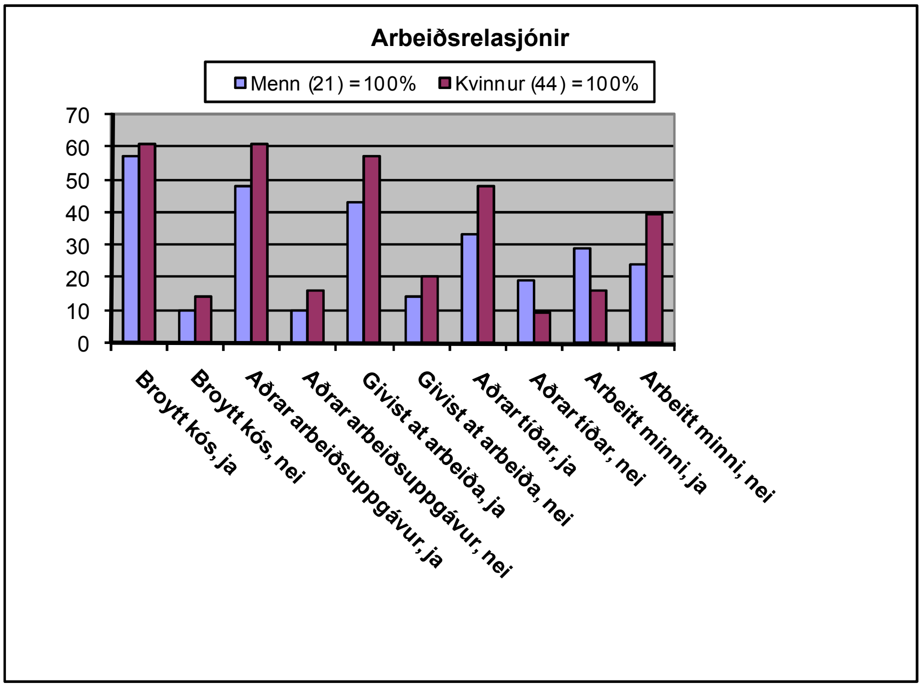
Talva 21: Broyting í arbeiðsviðurskiftunum



Spurningarnir eru: Leggur tú stóran dent á at varðveita arbeiði títt? Roknar tú við at halda fram í sama arbeiði? Hevur tú ávirkan á, hvussu arbeiði títt verður lagt til rættis? Væntar tú tær stuðul frá arbeiðsgevaranum? Ætlar tú tær at arbeiða, meðan tú ert í viðgerð?

Tað eru nei-svarini, sum hava týdning fyri endurmenning, við atliti til at halda fast við tilknýtið til arbeiðsmarknaðin. Ja-svarini benda á, at fleiri *sjálv* halda fast við núverandi støðu á arbeiðsmarknaðinum. Munurin millum kynini er ikki stórur.

Talva 22: Arbeiðsrelasjónir



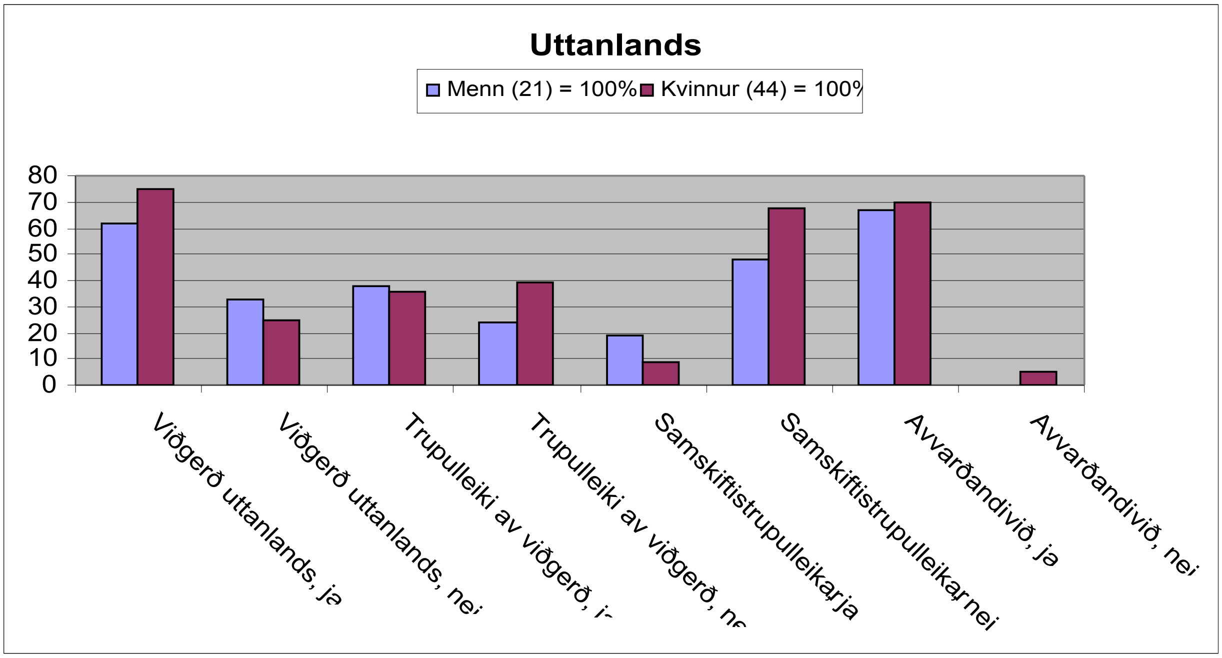
men tað skal eisini havast í huga, at tey flestu kortini ynskja at verða verandi á arbeiðsmarknaðinum, eins og tað sæst í talvu 20.

Serligt fyri føroyingar, sum fáa staðfest krabbamein, er, at nógv mugu uttanlands í sambandi við viðgerð. Nógv sløg av viðgerðum fara fram serliga í Danmark, men eisini í Íslandi.

Aftanfyri spurningin liggur ein varhugi av, at tað, at fólk noyðast uttanlands elvir til, at viðurskifti teirra gerast truplari, fíggjarliga, praktiskt og hvat familjuni viðvíkir. Kanska spæla viðurskifti sum samskifti og kenslan av at kenna seg fremmandan í eini aðrari mentan inn?

Harafturat var tað hugsandi, at longdin á viðgerðini kann hava havt eina negativa ávirkan á tann sjúka og avvarðandi.

Talva 23: Viðgerð uttanlands



Av svarunum á spurnablaðnum sæst, at 46 hava fingið viðgerð uttanlands; tað hongur saman við, at fleiri hava havt høvi at svara spurnablaðnum, meðan tey hava verið á Hotel Tórshavn í Keypmannahavn.

Tá ið talan er um endurmenning, eru ja-svarini áhugaverd; millum teirra serliga svar, sum vátta stórar trupulleikar, men tey eru fá.

Tað vanliga er, at onkur í familuni er við, tá ið tann sjúkurakti er í viðgerð uttanlands, og tað kann elva til trupulleikar fyri tey, ið eru eftir, serliga børnini. Tað koma vit aftur til.

Eksistensiellar avleiðingar

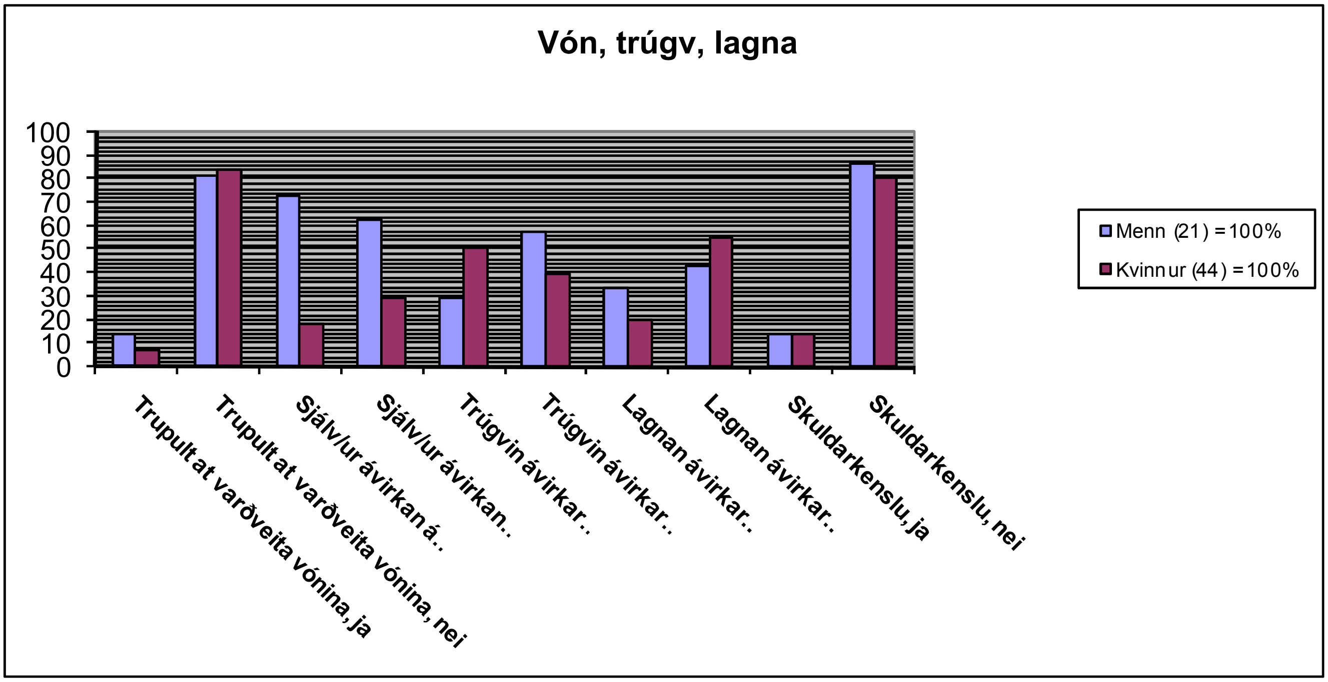
Tá ið talan er um endurmenning av krabbameinssjúklingum, mugu eksistensiellir spurningar hava sítt natúrliga pláss. Hugtakið eksistensielt verður í hesum sambandi allýst at vera av avgerandi týdningi fyri tilveruna hjá einum. Á hvørjum stigi sjúkan er, lívshóttandi ella ikki, er ikki avgerandi. Trupulleikin kemur í, tá ið sjúkan verður fatað sum ein hóttan ímóti eins samleika, sum hann higartil hevur verið.

Krabbameinssjúka hevur ofta nógva líðing við sær, sum ikki ber til at deila við onnur. Tað eru persónligar royndir, onnur mugu royna at skilja, so væl tað nú einaferð letur seg gera. Um líðingarnar, sum koma við sjúkuni, ikki skulu verða tabuiseraðar, er neyðugt at brúka orð, sum kunnu lata upp fyri, at tann sjúkurakti og avvarðandi hansara kunnu lýsa, hvussu viðbrekin tey eru í ymiskum støðum.

Í sjúkugongdini kann tað henda, at upplivingin av meining knýtir seg til ávís orð. Av hesum orðum er orðið **vón** avgjørt tað mest eyðsýnda. Fyri nógv er **trúgv** ein týdningarmikil fortreyt í tilveruni, sum kann gerast sterkari í sjúkugongdini.

Í spurnablaðnum eru ymisk tilboð um evni, sum verða knýtt at eksistensiellum spurningum.

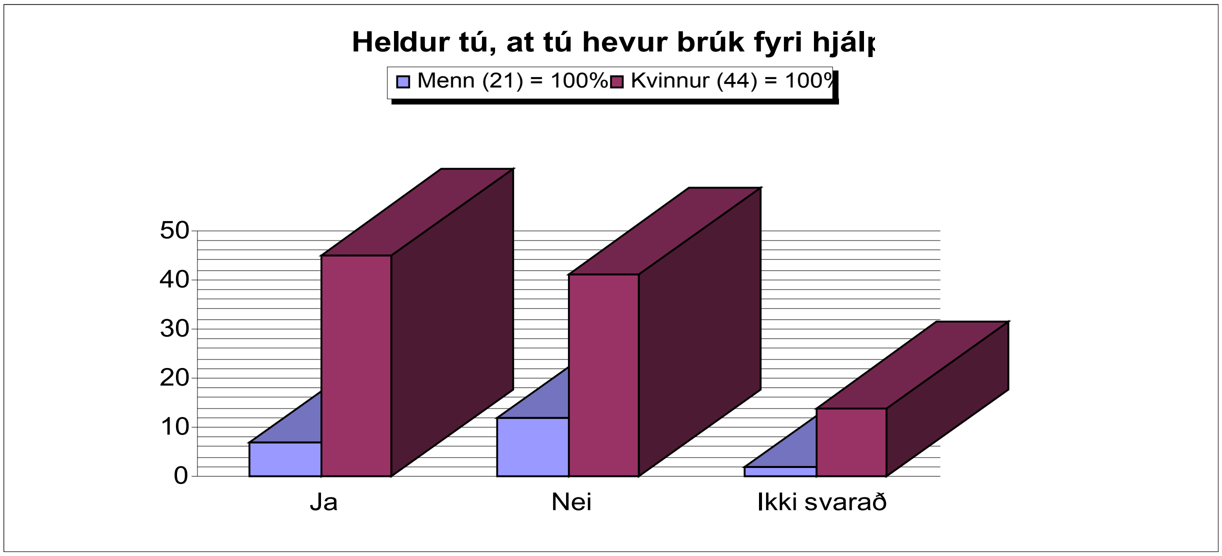
Tavla 24: Tilveruspurningar



Í prosentum er týðiligur munur millum menn og kvinn. Kortini hongur eitt positivt bjartskygni uppi í svarunum. Hjá teimum flestu er tað ikki ringt at varðveita vónina. Út frá einum endurmenningar-sjónarhorni eru tað tey fáu, sum svara, at tað er trupult, ið vekja áhuga. Í tølunum sambært spurna-bløðunum eru tað 45, ið siga, at tú hevur sjálv ella sjálvur ábyrgdina av tíni heilsustøðu.

Hinvegin er tað nøkulunda helvt um helvt (29/29) hvønn týdning tey leggja í trúnna. (25) svara ja til, at hon hevur stóran týdning. Tey flestu (53) svara nei, um at hava skuldarkenslu í mun til at verða vorðin sjúk.

Talv 25: Tørvur á hjálp



Her er kynsmunurin ógvuliga týðiligur! Umleið helmingurin av teimum spurdu svara ja til tørvin um hjálp uttanífrá. Frá familju, frá øðrum í somu støðu, frá presti ella samkomu ella frá Føroya felag móti krabbameini. Fleiri ynskja hjálp frá fleiri enn einum, og tey eru stórt sæð øll kvinnur.

3. PARTUR

Perspektivering av svarum í samrøðunum

Út frá hvørjari einstakari frásøgn[24] eru nøkur viðurskifti tikin fram, sum skulu røkka tveimum endamálum. Annað er at vísa á møguligan endurmenningartørv, sum eigur at verða nøktaður. Hitt, sum er minst líka umráðandi, er at vísa á, at fólk sjálv finna egnar hættir at vinna á trupulleikum. Í grundini fáa nógv eina aðra áskoðan á tilveruna, og tað ávirkar val og avgerðir teirra í framtíðini. Tey endurmenna seg sjálv.

Nøkur øki eru vald út, sum tey meta hava serligan týdning.

- Ymiskir mátar at reagera, í sambandi við kyn.
- Tíðin, tá ið diagnosan varð sett, avgerandi fyri, hvussu tað fer at ganga.
- Alternativ viðgerð, eitt lítið serligt øki.
- Hvørja ætlan foreldur velja í mun til børn síni.
- Støðan hjá teimum avvarðandi.

Relatering til kyn

Góð úrslit kunnu verða rokkin, um størri dentur verður lagdur á stuðulsskipanir, sum taka atlit til, at kvinnur og menn eru ymisk. Empati merkir í hesum sambandinum ein ´fingursnipskensla´ fyri, hvørjir av teimum ymisku trupulleikunum, sum kunnað verður um, venda sær til menn og/ella kvinnur. Tað vil siga, at tað krevst ein málslig tillaging í presentasjónini av teimum endurmenningartilboðum, sum eru til taks.

Stuðulsskipanir	Síggja trupulleikan	Møta trupulleikanum	Skilja trupulleikan
Menn	Hjálp til at skapa eitt rúm, har hildið kann verða fast við sjúkuna sum eitt mál, uttan krav um relasjón	Ynski um at relasjónirnar eru førar fyri at fyrihalda seg til sjúkuna sum eitt 'mál'	Hjálp til at legitimera veikleika og kenslu, ein ikki hevur tamarhald á
Kvinnur	Hjálp til at ´tosa um´ nýggju støðuna og viðgera aktuell lívikor	Hjálp til at koma 'handan málið' og føla kropp og sál sum sjúk	Hjálp til at legitimera tann følandi, líðandi kroppin

Málið er, at so nógv sum til ber fáa umlætting, sum ger, at tey koma í samband við seg sjálv og egnu virði.

[24] Allar frásagnirnar eru í 4. parti: Ískoyti. Allar frásagnirnar eru merktar við bókstavunum M (maður), K (kvinna) ella A (avvarðandi) umframt einum nummari.

Samandráttur av frásagnunum hjá monnunum

Eyðkent fyri tey, sum eru sjúk, er, at tey hava kensluna av samleikamissi (sí: M2).

Viðurskiftini við børnini liggur teimum frammarlaga í huga.

Vanligt er at loysa trupulleikar, sum hava samband við sjúkuna, við at kunna seg væl um viðgerðarmøguleikar. Á sama hátt vilja menn hava samband við fakfólk fyri at kunna tosa um viðurskifti, sum hava við sjúkuna at gera (sí: M4 og A6)

Tá ið sjúkugongdin er drúgv, kann bjartskygni verða nýtt sum ein møguleiki fyri skapa frástøðu til sjúkuna (sí: M3). Hjá øðrum kann tað koma ein tíð, har tað er ringt at orientera seg. Tað kann vera sum at liva í ”ongamannalandi”.

So skjótt ein tilvitað ætlan verður løgd um at relatera til onnur, verður tað ein ábending um, at menn sjálvandi eisini kunnu nýta kvinnuligar hættir, har relasjón við onnur er tann samskiftisformurin, sum verður valdur, soleiðis at samskiftið eru meiri opið (sí: M5 og A4).

Millum menninar er bæði vilji og førleiki at endurmenna seg sjálvan á øllum økjum. Teir finna loysnir í mun til ymiskar trupulleikar og ymisk vandamál. Hetta kemur serliga til sjóndar í einum føri, har ein maður sjálvboðin hevur valt at taka lut í kanningini, 20 ár eftir at hann er sagdur frískur at vera. Hann hevur endurment seg sjálvan á øllum økjum, men luttøka hansara prógvar, at til bera at *liva við krabbameini* (sí: M1).

Samandráttur av frásagnunum hjá kvinnunum

Í kanningartilfarinum kemur fram, at tær flestu kvinnurnar nýta eina ógvuliga kvinnuliga tilgongd til støðu sína, sama um tað er undir ella eftir sjúkugongdina. Tað er eftir øllum at døma eingin munur við atliti at nær í tilgongdini hetta er (sí: K5, K6, A2 og A3).

Tað er týðiligt, at tær flestu taka fram positivar upplivingar, tá ið talan er um at relatera seg við onnur (sí: K2).

Tær eru allar ógvuliga upptiknar av børnunum, sum tær siga eru høvuðspersónarnir í tilveru teirra, sama hvussu gomul børnini eru (sí: K4, K9, A1 og A3).

Tað eru tó undantøk, har kvinnur brúka eina mannliga tilgongd. Tað hendir, tá ið trupulleikin er meiri álvarsamur, og tá ið hann ikki verður loystur á nøktandi hátt. Tá er kvinnan noydd at tosa fyri seg fyri at fáa undirtøku! (sí: K6, K8 og A1).

Nakrar kvinnur gera sær dælt av, at ein mannligur avvarðandi tekur á seg uppgávuna at kanna ’málið’ (sí: K1).

Tað kann vera trupult at finna ein felags pall; tá fara tað serliga at vera kvinnurnar, sum sakna at fáa møguleika at 'tosa seg ígjøgnum' nakrar av trupulleikunum, sum eru avleiddir av sjúkuni (sí: A2).

Diagnosan

Tað er greitt, at sjúkueyðkenni eiga at verða kannað, *diagnosan* ávíst og viðgerð sett í gongd. Tað er út frá hesum fortreytum, at tann sjúkurakti skal finna sín máta at handfara 'heimin'.

Tað ber til at avlesa, at tað hevur týdning, á hvønn hátt diagnosan verður fráboðað. Tað er eitt kausalt tíðarhvarv í lívinum hjá sjúklinginum.

Fleiri svarpersónar siga frá út í æsir, hvørjar avleiðingar tað hevur havt fyri teir persónliga at fáa eina krabbameinsdiagnosu. Tað eru dømi um tað, sum ongantíð átti at verið hent, men eisini dømi um, at fyrstu boðini góvu megi til eina heila sjúkugongd.

Tað vísir seg at skapa tryggleika eisini upp á longri sikt, tá ið kunningin ikki er einvegis, men byggir á ein vilja at svara spurningum, sum sjúklingur og avvarðandi seta út frá sínum fortreytum.

Teir trupulleikar, sum sjúkan elvir til, skapa tørv á støðuætlaðari endurmenning.

Dømi: Ein kvinna greiðir beinleiðis frá, at tað gjørdist eitt gott samspæl millum hennara týpiska kvinnuliga máta at reagera uppá og tann háttin, læknin nýtti, tá ið hann gav henni diagnosuna: Hansara lutur var ikki bert at kunna. Hann legði persónligu nærveru sína aftrat og duldi ikki fyri, at hon fór at fáa trupulleikar í sambandi við boðskapin, hon fór at fáa.

So mikið verri vísir støðan seg at vera fyri eina kvinnu, sum hevur fylgt almennum vegleiðingum um at fyribyrgja krabbameinssjúku og kortini upplivir tað at vera til fánýtis.

Ein triðja kvinna upplivir tað tyngjandi og óskiljandi ikki at verða kunnað av læknanum, sum hevur sett diagnosuna.

Menn seta sítt álit á upplýsing, sum til dømis hvussu prosentstóran møguleika teir hava fyri at gerast frískir. Men eisini fyri teir er tað avgerandi, at teirra 'mál' er í góðum hondum, og at júst teir fáa møguleika at nærkast kjarnanum í málinum í samrøðu við sakkunnleikan á økinum. Fleiri siga seg hava havt góðar upplivingar av hesum slag.

Alternativ viðgerð

Tað er alment kent, at nógv leita í øðrum keldum eftir viðgerðarhættum enn teimum, ið standa teimum í boði í viðurkendu skipanini, nevniliga sokallaða alternativa viðgerð[25]. Tað kann vera alt frá kostískoyti til umfatandi viðgerðir[26].

Tí var tað ein varhugi, at fleiri høvdu royndir á hesum øki. Av hesi orsøk var ein spurningur í spurnablaðnum um møguligar útreiðslur til alternativa viðgerð, sum bara 2 søgdu seg hava. Orsakað av hesum var tað natúrligt at taka hetta fram í fleiri samrøðum.

Tað kann tí tykjast óvæntað, at svarini eru mest sum einsljóðandi: eingin noktar, at tey hava hugsað um ymiskar møguleikar, og fleiri hava kannað økið gjølla.

Grundin til, at fleiri ikki hava tikið av teimum nógvu møguleikunum, sum eru, er, at tey spurdu hava upplivað hetta: Tey hava fingið nøktandi og góða kunning um sjúkuviðgerðina. Tey hava í nevndu førum stórt álit á viðgerðaran sum formidlara. Tey hava fingið nøktandi tryggleika í mun til, at tað best hugsandi longu er gjørt.

Tí eru alternativ ikki vald, og eingin góðkendur viðgerðarháttur valdur frá.

Børnini

Ein dagin kom Lisa til eitt vegamót. Hon sá eina kettu uppi í einum træ.
Hvønn veg skal eg fara, spurdi hon kettuna.
Svarið var ein spurningur: "Hvagar skalt tú?"
"Tað veit eg ikki," svaraði Lisa.
Kettan svaraði: "So kann tað gera tað sama."
Lewis Caroll

Viðurskiftini millum foreldur og børn kunnu allýsast at vera av eksistensiellum slagi. Tað vísir seg eisini, at øll foreldur stúra mest um viðurskifti síni við børnini, sama hvussu gomul tey eru. Tað er ein samantvinnan av hugburðinum, dugnaskapinum og vitanini hjá foreldrunum, sum er avgerandi fyri, hvussu børnini verða drigin inn í sjúkugongdina ella lata seg verða drigin inn.

Nógv foreldur eru ivaleyst í iva um, hvussu tey á bestan hátt gera tað rætta. Nógv foreldur siga, at børnini vilja ikki tosa um sjúkuna við tann sjúkurakta. Tað er heldur ikki lætt at tosa í trúnaði við tað fríska av foreldrunum, vísir tað seg.

---

[25] Alternativ viðgerð verður allýst sum tað, sum liggur uttan fyri almennu og góðtiknu læknafrøðiligu viðgerðarhættirnar, ella sum viðgerð givin uttan fyri skipaðu heilsuskipanina. Kræftens Bekæmpelse, 2006

[26] 27 % av donskum krabbameinssjúklingum vátta, at teir brúka alternativar viðgerðarhættir. Kræftens Bekæmpelse 2006

Tað kann vera trupult at gera tað, sum kennist rættast, tí tað elvir eisini til trupulleikar, tá ið børnini siga, at teimum ikki tørvar hjálp, hóast tey fáa tilboðið, og kanska hava nøkur ein veruligan tørv, sum eigur at verða nøktaður.

Onnur foreldur hava valt at vera meiri opin um øll viðurskifti, sum hava við sjúkuna at gera. Á henda hátt vóna tey at skapa eina tilveru, har familjan sum so kann vera saman um sorg og trega, so hvørt hetta vísir seg.

Trupulleikarnir, sum foreldrini uppliva, vísa, at tørvur er á endurmenning. Tørvur er á at styðja einari javnvág í familjuni, sum kann vera við til at tryggja, at sjúkan ikki fyllir alt.

Nógv børn hava tað sum Lisa í Leikalandi. Tey vita ikki *"hvagar tey skulu"*. Og so uppliva tey, at *"tað kann gera tað sama"*.

Børnini varnast allar størri broytingar, sum foreldrini eru fyri. Ikki minst tá ið tað snýr seg um eina krabbameinssjúku, við tí óttanum sum natúrliga fylgir við, bara av orðinum *krabbamein*.

Tey eru og verða bundin av hjálp frá teimum vaksnu. Um annað ella bæði foreldrini ikki kunnu veita nøktandi umsorgan í støðuni, má tað vera sjálvsagt, at avtalur verða gjørdar um, hvør so kann stuðla og hjálpa teimum í sjúkugongdini.

Tá ið talan er um vaksin børn, kann vera hugsandi, at tey hoyra til baklandið hjá foreldrunum. Sum slík kann tað hugsast, at tey bjóða seg fram at vera til hjálpar á ein ella annan hátt. Fyrst og fremst við at vera til staðar og brúka tíð saman við teimum, men eisini við at bjóða materiellar ágóðar.

Viðurskiftini millum foreldur og børn eru altíð ein relastjón. Í nógvum førum, men langt frá øllum, eru viðurskiftini so mikið góð, at barn, børn og eisini ofta verbørn, bjóða seg til at hjálpa, tá ið tørvur er á tí. Royndir vísa tó, at soleiðis er ikki altíð.

Í føroyska samfelagnum er fatanin av, at familjan er sjálvsagda og sterka netverkið, ein av sterkastu frásagnunum bæði millum manna og eisini í almenna rúminum. Truplari er tað í teimum førum, har netverkið ikki er sterkt; hvørjar orsakirnar eru er ikki kunnugt.

Tá ið sjúkugongdin er drúgv, kunnu praktiskir og fíggjarligir trupulleikar koma, sum raka alla familjuna. Tað kunnu vera trupulleikar, sum ikki koma fram í ljósið; teir kunnu enntá vera tabuiseraðir.

Bæði sjúkurakt og avvarðandi eiga at fáa tilboð um endurmenning, sum samfelagið tekur ábyrdina av at gjøgnumføra gjøgnum stovnar sum til dømis Nærverkið og Almannastovan. Júst hesum viðvíkjandi samsvarar lóggávan ikki við veruliga tørvin.

Avvarðandi

Tá ið tað so ofta verður víst til tey avvarðandi, er tað fyri at styrkja um uppmerksemið, sum eigur at falla teimum til góðar. Bæði børn, hjúnafelagar og onnur, ið standa sjúklinginum nær, verða áløgd eina byrðu, og virkisføri teirra verður ávirkað, so skjótt ein krabbameinssjúka er veruleiki.

Vit kunnu bara meta um, hvussu stórur tørvurin er á at styðja tey avvarðandi í mun til teir trupulleikar, sum tey skulu fyrihalda seg til.

Út frá dømunum síggja vit ymiskar trupulleikar, sum tey avvarðandi renna seg inn í, serliga tá ið talan er um at taka sær av børnum sínum.

Tað verður væntað, at tey taka á seg snøgt sagt allar uppgávumr. Bæði at royna at varðveita eitt so vanligt familjulív sum til ber og samstundis at vera nógv upptikin av at taka sær av tørvinum hjá tí sjúkurakta.

Tað eigur at vera rúm fyri at bjóða endurmenningartiltøk, tá ið tað vísir seg at vera neyðugt, bæði fyri tann avvarðandi og fyri at stuðla tí innsatsi, viðkomandi hevur ábyrgdina av at bera. Nær tað verður hildið at vera neyðugt, veldst um hvønn áhuga tey møta, tá ið tey leggja sínar tankar og kenslur fram.

Framtíðin

Nordisk Cancer Union[27] mælir til, at *rehabilitering tilrettelægges som tidsafgrænsede forløb, med det klare formål at forebygge eller reducere følgerne af sygdommen og behandlingen af den*.

Ítøkiligar ætlanir mugu gerast, sum verða staðfestar politiskt. Annars verða alt ov nógv tiltøk ov tilvildarlig, ikki nóg væl samskipað og vandi verður fyri annaðhvørt vantandi ella óneyðugum átøkum. Júst av teirri orsøk at fleiri og fleiri taka samábyrgd fyri at skipa teirra tilveru undir og eftir eina sjúkugongd, økist tørvurin á meiri vitan og øktum virkismøguleikum, tá ið trupulleikar av likamligum, sálarligum, sosialum og eksistensiellum slagi koma í fyri tann sjúkurakta og avvarðandi.

Tá ið talan er um viðgerð, eru objektivu sannroyndirnar avgerandi, men tey, ið verða rakt, venda eisini eyguni inneftir, og tað subjektiva sjónarhornið verður avgerandi fyri, hvussu sjúkugongdin verður upplivað. Tí gevur tað meining at hyggja at tilbúgvingini hjá tí einstaka til sjálvur at stríðast ímóti sjúkuni og avleiðingunum av henni. Við hesum sum grundarlagi má verða dialogur um, hvat slag av hjálp, tørvur er á.

Endurmenning fatar eisini um átøk í sambandi við sjálva viðgerðargongdina, men tað hevur ikki verið tikið við í hesa kanningina.

Nordisk Cancer Union mælir til, at *der udarbejdes en kortlægning af den enkeltes rehabiliteringsbehov, som omfatter forebyggelse, behandling, lindring af bivirkninger og senfølger*.

Føroya felag móti krabbameini mælir til, at øll, sum koma í samband við Landssjúkrahúsið orsakað av eini krabbameinssjúku, fáa møguleikan at fylla út eitt oyðublað, sum er gjørt við tí greiða endamáli at fáa fram í ljósmála tørvin hjá tí einstaka. Tað vil siga, at møguleiki verður fyri at subjektivt innlit møtir objektivari vitan og royndum ígjøgnum endurmenning.

Tá ið ein tíð er fráliðin, fer ein slík kortlegging at geva okkum eina nøktandi mynd av trupulleikunum, og hvussu umfatandi teir eru.

[27] NCU 2004

4. PARTUR

Menn

M1: ”Tað var upp á hangandi hár”

Fyri umleið 20 árum síðan var ein tá 24 ára gamal maður sendur til viðgerðar á eitt sjúkrahús uttanlands. Hann var so sjúkur, at hann als ikki var greiður yvir, at hann varð sendur av landinum. Hann hevði krabbamein, og sjúkan hevði við sær, at hann mátti verða heimanífrá og fáa viðgerð í eitt hálvt ár. Tá ið viðgerðin var av, fekk hann tilboð um afturmenning í Spania. Tað var upp á hangandi ár, at hann kom fyri seg aftur. Tað var ræðuliga hart! Og avleiðingarnar av sjúkuni og eftirviðgerðini hava verið álvarsligar.

Ein fylgja av viðgerðini er, at hann framvegis er rættiliga deyvur og sleppur ikki av við larmandi ljóðið, ið er inni í høvdinum. Hann hevur høvuðpínu alla tíðina og kensluórógv í hondum og fótum. Hann kann ikki fáa børn. At alt hetta kundi henda, varð hann kunnaður um undan viðgerðini. ”Tá vóru viðgerðirnar ógvuliga harðar, og eg fekk ta harðastu viðgerðina, ið var brúkt tá,” sigur hann. Hann gekk til eftirlit í fimm ár, og krabbameinssjúkan var bast.

Viðurskiftini við familjuna fóru í knús, meðan hann var sjúkur og fekk viðgerð. Genta hansara kundi ikki klára krøvini ella kanska væntanirnar, ið vóru til hennara. Kortini hevur hann í dag betri viðurskifti við familju hennara enn sína egnu. Hann hevði ein góðan arbeiðsgevara og helt fast við arbeiðið, ið hann hevði. Tá ið hann kom aftur til arbeiðis, kundi hann taka á seg somu arbeiðsuppgávur, og atlit vóru tikin til, at hoyrnin var oyðiløgd. ”Tað ávirkar av álvara lívsdygdina, at eg hoyri so illa,” sigur hann. Hann føldi, at hann hevði einki lív.

Men hann kann greiða frá, hvussu hann stig fyri stig hevur funnið aðrar møguleikar, sum gera, at tilveran er vorðin tolandi. Hann tók stigið og gjørdist partur av nýggjari fyritøku, sum hann hevur verið við til at mynda. Á arbeiðsplássinum hevur hann lært seg ymsar mátar at liva við tí, ið tarnar honum. Tá ið hann fæst við tað, ið hann hevur áhuga fyri, klárar hann at skumpa alt annað til viks.

Hann hevur ferðast víða. Hann hevur fingið sær konu, ið fegin vil liva saman við honum, og hann heldur, at dóttir hennara vil hava hann at vera pápa hennara. Tað gongur væl, hóast tey ikki hava stóran vinaskara.

”Eg eri kanska ikki so sosialur,” sigur hann og lýsir tað við, at honum dámar best at halda seg í bakgrundini.

Hann brúkar tíðina til arbeiðið og at íðka frítíðarítrivið, sum er fótbóltur. Sum ungur spældi hann fótbólt og var millum teir bestu. Fótbólturin, hann nú spælir, er framman fyri telduna. Hevði hann kunnað livað av frítíðarítrivinum, hevði hann sagt arbeiðið frá sær. ”Fótbóltur er mítt lív, kann eg ikki spæla fótbólt, eri eg ikki glaður.”

”Sum barn var eg næstan ongantíð sjúkur, og síðan eg eri vorðin frískur av krabbameini, havi eg bara verið sjúkur nakrar fáar ferðir,” sigur hann. Sjálvandi var hann bangin, tá ið hann var sjúkur, men tað hevur hann ikki verið síðan. Tað at hann var so sterkur, hevur hjálpt honum, heldur hann. Men minnið er ikki altíð so gott. Hann hevur fortrongt nógv av tí, ið hendi tá.

Hann meldaði seg sjálvboðin at svara spurningum og taka lut í hesi samrøðuni, tí ”tað er gott um onkur vil hoyra, hvat ein, ið hevur havt krabbamein, hevur at siga.”

M2: ”Akkurát nú klári eg einki kropsligt”

Maðurin í hesi familjuni er sjúkur. Hann er 46 ára gamal, er giftur og hevur trý børn; hann hevur eina útbúgving, sum ger hann skikkaðan til leiðslustarv. Orsakað av arbeiði sínum hevur kona hansara kunnleika til krabbamein. Tí veit hon eisini nógv um sjúkuna, hann hevur. Hon visti, at hann var sjúkur, áðrenn hann sjálvur var til reiðar at viðganga, at okkurt var, sum tað ikki átti.

Lívið er sett í bíðistøðu, og hann heldur, at hann er koyrdur út á eitt síðuspor. Tað kennist, sum alt, hann hevur gingið upp í, er sett til viks. Hann er ikki mentur at gera tað, hann altíð hevur gjørt: at arbeiða og forvinna eina inntøku. At vera virkin saman við børnunum. At vera saman við konuni og annað.

Hann hevur altíð hildið, at hann er sálarliga sterkur, og so knappliga dugir hann til einki. Men tey liva í vónini, og honum dámar róliga lyndið á konuni at taka ein dag í senn, sigur hann.

Tey elstu børnini, sum eru næstan vaksin, spyrja ongantíð, hvussu hann hevur tað; tað yngsta, sum hevur verið við, tá ið hann hevur fingið viðgerð, skilur betur, hvat gongur fyri seg, og spyr ofta spontant: ”Tú verður frískur, pápi, ha?” Hann roynir sum frægast at svara. Tað kann vera hart. Tað er, sum um børnini ikki rokna við honum longur.

Viðurskifti hansara við átrúnað eru ’til húsbrúk’. Hann heldur, at vil Várharra, at hann skal verða frískur, so verður hann tað, men hann er ikki bangin fyri at doyggja. Tey, ið eru rundan um hann, vil hann helst verja fyri døprum tankum. Hann heldur, at tey hugsa á sama hátt. Hann heldur, at hann dugir væl at avlesa, hvat ið fólk halda; eitt nú hevur hann sæð, at fólk, sum ikki hava sæð hann leingi, gerast kløkk.

Hann greiðir frá, at familja hansara hevur verið fyri nógvum mótgangi, eitt nú er mamma hansara einkja, og hon hevur mist fleiri børn.

Áðrenn tað var greitt, at hann var sjúkur, fór hann hvønn morgun eitt drúgt tíðarskeið til arbeiðis, hóast hann visti, at okkurt var, ið ikki ruggaði rætt. Dag fyri dag gjørdist tað strævnari og strævnari. Minni enn ein mánað eftir, at sjúkan var staðfest, var hann í viðgerð. Hann var sendur uttanlands at fáa meiri viðgerð. Viðgerðin hevur givið honum hjáárin, og hvørja ferð, tey vísa seg, má hann á sjúkrahúsið. Bara tað ger, at hann ikki torir at siga nakað um framtíðina; hann kann til dømis ikki fara á flot við vinum at fáa eitt kók. Men hann tekur lut í arbeiðinum heima við hús, meiri orkar hann ikki.

Tað er dýrt at vera sjúkur. Tíðin, ið hann fekk løn frá arbeiðsgevaranum, er drigin frá dagpeningatíðarskeiðinum, og í grundini hevur hann onga inntøku, men konan arbeiðir. Soleiðis er støðan!

Kundi hann hugsað sær at tosa við onnur í somu støðu? Kanska. Og tó, hann hevur verið saman við øðrum, sum eru sjúk, so beinleiðis tørv á tí hevur hann ikki.

Tá ið samrøðan verður gjørd, hevur hann verið sjúkur í minni enn eitt ár. Hann veit, at nógv gerast frísk av hesi sjúkuni, men ikki øll. ”Tey siga, at eg havi góð útlit,” sigur hann. Hann hevur heft seg við orðini hjá læknanum: ”Fimm av hundrað verða ikki frísk.” Hann vónar, at hann verður frískur aftur, so at hann kann taka á seg krevjandi arbeiðið, hann hevði, tá ið hann gjørdist sjúkur. Men sum nú er, orkar hann ikki kropsligu krøvini, arbeiðið setur honum.

M3: ”Tey vilja ikki tosa um tað”

Her tosar ein maður, sum er fyrst í fimmtiárunum. Hann er giftur og hevur trý børn, tvey hálvvaksin og eina lítla dóttur, sum er fýra ára gomul.

Hóast hann hevur tosað opið um sjúkuna, hava tey tvey elstu púra sýtt fyri at tosa um hana. Tey vilja ikki. ”Tey halda ivaleyst, at tað er synd í mær,” sigur hann. Mamma teirra hevur eisini roynt at fáa tey at tosa um sjúkuna, men til fánýtis.

Skúlin, ið børnini ganga í, varð kunnaður, tá ið hann gjørdist sjúkur, og tey hava tikið væl ímóti boðunum, heldur hann. Tey fingu tilboð um hjálp, so børnini kunnu verða hoyrd, um tey vilja tað. Yngstu dóttrina hava tey við vilja ikki fortalt so nógv, tí eingin orsøk er at órógva hana. Hon skilir kortini ikki heilt, hvat gongur fyri seg, heldur hann.

Kona hansara og hann eru opin um tingini, heldur hann. Hann heldur, at tað, at hann tosar opið, er gott fyri hini, og at tað tá er lættari hjá øðrum at uppsøkja hann, men hann heldur eisini, at onnur royna at verja hann.

Hann hevur fingið at vita, at júst sjúkan, hann hevur, og tað hann síðan hevur verið ígjøgnum, er vælkent. Hann hevur ilt við at skilja, hví júst hann er raktur. Hann hevur ongantíð roykt, hann drekkur ikki, hann íðkar ítrótt og hevur altíð livað sunt. Tó minnist hann gamlar dagar, tá ið tað var tætt í royki í køkinum. Tá kundi tú tosa um passiva royking.

Hann roknar við, at hann verður frískur og sleppur av við hjáárinini, ið eru avleidd av eftirviðgerðini, tí sjúkan hevur ikki spjatt seg til týðandi gøgn. Tí kann hann rokna við tí besta eftir eina væl eydnaða skurðviðgerð og drúgva eftirviðgerð. ”Alt gekk sum tað skuldi á sjúkrahúsinum,” sigur hann. Í fyrstani toldi hann viðgerðina væl, seinni gjørdist hann troyttur, viðgongur hann. Bangin hevur hann ikki verið.

Hann hevur kensluórógv í hondum og fótum, men hann hevur fingið lovað, at tað fer at fjara burtur. Hann heldur, at hann er farin at ganga sum ein gamal maður.

Alternativum møguleikum hevur hann ikki leitað eftir. Hann heldur seg til sunnan mat, soleiðis sum ein kostráðgevi hevur mælt til. Hon gav honum nakrar sunnar drykkir, og teir hava hjálpt, heldur hann. Meðan hann var í viðgerð, tosaði hann við onnur sjúk og fakfólk, sum vita nakað um, hvussu tað er at liva við krabbameini. Tað var góð hjálp, tá ið hann hevði tørv á tí. Hann hevur eisini fingið bjóðað sálarfrøðiliga hjálp, men hann hevur takkað nei.

Hann hevur eitt gott arbeiði, sum hann orkar. Hann heldur, at hann er priviligeraður. Arbeiðið er ikki so bundið, og lønin er í lagi. ”Tú kanst ikki fáa betri arbeiði.” Tilsamans forvinna hann og konan so frægt, at tey klára seg fíggjarliga.

Hann hevur altíð íðkað ítrótt; tað hjálpir honum, at hann hevur tikið venjingina upp aftur og syrgir fyri at vera væl fyri kropsliga. Hann heldur, at tað bara var í fyrstani, at fólk varnaðust, at hann var sjúkur. Nú hann hevur fingið orkuna aftur, heldur hann ikki, at fólk síggja nakað. Málið hjá honum er at liva eitt so vanligt lív sum til ber.

Hann trýr læknanum, sum hevur sagt honum, hvussu støðan er, tí er hann alla tíðina førur fyri at varðveita vónina og trúnna á, at hann nokk skal gerast frískur.

”Eg kenni nógv, sum eru blivin frísk.”

M4: ”Vónin er tengd at, hvat fakfólkini megna”

Hesin maðurin, sum er miðskeiðis í fimmtiárunum, gjørdist brádliga álvarsliga sjúkur. Hann var lagdur undir skurð sama dag, sum hann var hjá lækna. Aftaná fekk hann at vita, at krabbameinssjúka var atvoldin til, at hann gjørdist sjúkur, og at tað var ein sjúka, sum hevði verið ávegis í fleiri ár.

Hann er framvegis í viðgerð, tá ið samrøðan verður gjørd, og hevur fleiri ferðir verið lagdur undir skurð.

Undir samrøðuni er hann sjónliga ávirkaður av støðuni; hann er keddur av tí. Av og á hevur hann ilt við at siga tað, hann fegin vil siga, men hann roynir av øllum alvi at savna seg um tað, sum er gott. Tað er ringt, men tað hevur verið verri, sigur hann. Hann hevur bæði verið bangin og hjálparleysur.

Hann roynir at verja konuna og tey trý børnini, sum eru 17, 19 og 25 ár. Hann sigur: ”Eg vil treyðugt virka negativur,” og endurtekur, at hann roynir at taka alt upp á ein positivan máta. Hann heldur, at viðurskiftini við tann, ið stendur honum næst, hava javnað seg so nøkulunda eftir stóru broytingina, tað hevur verið.

Viðgerðin hevur hjáárin við sær, eitt nú hevur hann kensluórógv í fingrum og tóm; tað er misjavnt, hvussu ringt tað er. Hann orkar lítið, og náttarsvøvnurin er óróligur. Hann tolir ikki væl, tá ið tað skiftir ímillum at vera heitt og kalt, eitt nú kennist tað ógvuliga kalt, tá ið hann letur hurðina til køliskápið upp.

Hann hevur havt eitt krevjandi og ábyrgdarfult arbeiði. So leingi sjúkan krevur tað, røkir hann ikki arbeiðið. Tey hava ongar fíggjarligar trupulleikar, sigur hann. Konan arbeiðir fulla tíð, og tað er hann glaður fyri.

Hann er vanur at vera nógv úti í náttúruni og at hava við djór at gera, men sum støðan er nú, orkar hann ikki. Hann skal ansa eftir ikki at overva seg. Tó ímillum viðgerðirnar hevur hann klárað at gera ymiskt praktiskt arbeiði; tað hevur altíð ligið til hann at taka sær av slíkum sjálvur.

Við fleiri dømum greiðir hann neyvari frá, hvussu hann heldur, at tað gongur, tá ið støðan er hampilig. Tað er tá ið hann hevur tosað við fakfólk, sálarfrøðing og onnur, sum eru fús at tosa um ymiskt, ið hevur við sjúkuna at gera. Hann fylgir við í menningini av nýggjum viðgerðarhættum, eisini uttanlands. Tað er gott at vita, at hann hevur aðrar møguleikar, um viðgerðin, hann fær, ikki vísir seg at vera nóg munadygg. Á ein hátt følir hann seg sum ein ikki heilt vanligan sjúkling.

Hann hevur stórar framtíðarætlanir og fleiri góð hugskot, sum hann kann gera til veruleika í arbeiðslívinum. Hann veit, at hann hevur rætt til eftirløn frá tí almenna. Men ikki nú, fyribils setur hann sítt álit á læknarnar og tað, teir eru mentir at gera.

M5: ”Eg havi nógv at takka fyri”

Hesin maðurin, sum er væl uppi í sekstiárunum, er framvegis virkin á arbeiðsmarknaðinum. Hann hevur ikki fíggjarligar trupulleikar og fer eisini at klára seg fíggjarliga, tá ið hann verður pensjónistur. Honum nýtist ikki at arbeiða, men hann vil, tí honum dámar tað, og tí tað sosiala lívið er so umráðandi.

Hann hevur tvey vaksin børn og eina konu. Í fyrstani var hon eitt sindur bangin; nú skilur hon betur, at hann hevur verið heppin. Hann hevur gott samband við børnini, sum eisini vita eitt sindur um sjúkuna, hann hevur fingið. Hann hevur hjálpt teimum í gongd, og nú hjálpa tey honum, sigur hann.

Sinnalagið hevur altíð verið lætt, og tað hjálpir. Tá ið hann fekk boðini um, at hann var sjúkur, fór hann ’niður í kjallaran’, men hann var skjótur uppaftur. Tað hendir tó ikki sjáldan, at hann hugsar um sjúkuna; tá grætur hann.

Í langa tíð royndi hann at skúgva til viks, at okkurt var galið. Hann kendi seg ikki beinleiðis sjúkan; hann vildi ikki kennast við sjúkueyðkenni, ið hann í roynd og veru føldi, men tá ið hann til endans fór til lækna, var eingin ivi. Hann fekk at vita, at talan var um eina illkynjaða sjúku. Læknin segði: ”Tú fert neyvan at doyggja av hesi sjúkuni, men við henni.”

Hann hevur lisið nógv um sjúkuna og leitar alla tíðina eftir skikkaðum svarum; tað heldur hann hevur eydnast væl. Hann er ógvuliga væl nøgdur við viðgerðargongdina. Øll hava dugað sera væl, og hann hevur fingið góða kunning. Starvsfólkini eru so fitt, heldur hann. ”Vit skulu viðfarast sum lítil menniskju, tað skulu børnini og tey ungu eisini,” sigur hann.

Viðgerðirnar krevja sítt, men hann fann frið við seg sjálvan, meðan hann var í viðgerð. Tað var kortini ræðuligt at bíða eftir fyrsta svarinum, sum ikki kom fyrr enn tríggjar vikur seinni. Hann heldur, at sjúkan er íkomin, tí hann í longri tíð hevur livað undir stórum trýsti. Hann veit ikki, um tað er so, men tað kann vera orsøkin. Hann vil eisini vita, um sjúkan er arvalig. Tí hevur hann ávarað sonin og biðið hann latið seg kanna.

Hann er ikki so sterkur longur og orkar ikki líka væl sum fyrr. ”Tað er serliga tað kropsliga, eg sakni,” sigur hann. Kropsliga kann hann ikki gera tað, hann vil, men má avmarka seg; sálarliga er hann tó væl fyri. Tað, sum hevur týdning, er at vera seg sjálvur. Trupulleikar skulu loysast, ikki dyrkast. Tað nyttar einki at brigsla sær sjálvum nakað.

Tað er neyðugt at finna nýggjar hættir at góðtaka, at tað er, sum tað er, og finna sterku síðurnar í sær sjálvum, sigur hann hugsanarsamur. Tá ið hann gjørdist sjúkur, gjørdi hann av at fortelja øllum tað. Hann vísir á fleiri fyrimunir við teirri avgerðini. Arbeiðsgevarin skilur støðuna og tekur atlit. Soleiðis hevur tað í øllum føri verið í hansara føri. Fólk føla ikki, at tey spyrja býtt ella ikki vita, hvat tey skulu siga. Hann tosar í trúnaði við fleiri, og fólk, ið hava somu sjúku, hava vent sær til hansara. Opinleiki í familjuni hevur alt at siga, sigur hann. Tá ið hann sær ljóst upp á støðuna, fáa tey tað eisini betri. Fram um alt er tað umráðandi, at fólk ikki taka synd í honum.

Hann heldur, at samfelagið skal varpa meiri ljós á krabbamein og veita meiri kunning. Ljóskastarin skal setast á ta góðu søguna. ”Eg eri heppin,” sigur hann, ”tað er so nógv at takka fyri, og tað geri eg eisini.”

M6: ”Eg eri í ongamannalandi”

Allar samrøðurnar í kanningini eru vorðnar til á tann hátt, at vit hava ringt tey upp, sum hava givið tilsøgn um samrøðu. Tí varð eisini hesin maðurin, sum er 72 ára gamal, uppringdur.

Hann svaraði: ”Eg eri í ongamannalandi fyri tíðina. Eg orki ikki longur, at nakar treingir seg inn á meg.”

Í virðing fyri hesum sjónarmiðinum og manninum, spurdist eingin samrøða burturúr.

Kvinnur

K1: ”Eg vil fegin gerast gomul”

Hetta sigur ein 28 ára gomul kvinna. Hon er gift og eigur tvey smá børn. Ein avleiðing av sjúkuni er, at hon kann ikki fáa fleiri børn. Tí heldur hon, tað kann tykjast eitt sindur ófólkaligt, tá ið fólk siga við hana, at hon er so ung og so framvegis, so hon velur ikki at svara.

Fimm mánaðir gingu, frá tí at hon fór til lækna, og viðgerðin byrjaði. Hon var ógvuliga bangin, meðan hon bíðaði, men hon læt seg sissa av læknanum, sum segði, at í hennara føri var tíðarfaktorurin ikki ein vandafaktorur. ”Hesi sjúkuni fert tú ikki at doyggja av,” segði læknin bart út.

Viðgerðin gekk sum hon skuldi, men hon gongur framvegis til eftirlit. Hjáárinini av viðgerðini er hon ikki heilt sloppin av við. Hon fekk góða kunning um, at hon fór at fáa hjáárin. Hon fylgir teimum leiðbeiningum, hon hevur fingið. Alternativar møguleikar hevur hon ikki leitað eftir; hon tekur eitt sindur av mineralum, sum sigast at styrkja immunverjuna.

Av tí at sjúka hennara var ’undir beltistaðnum’, er tað ikki altíð so lætt at tosa við onnur um sjúkueyðkennini. Tí hevur tað verið gott at tosa við ein starvsfelaga, sum hevur verið ígjøgnum nøkulunda tað sama.

Tað eru onnur í hennara næstu familju, sum hava havt krabbamein ella undanstig til krabbamein. Tí hava tey eitt sínámillum forstáilsi av, hvussu tað kennist. Hon hevur fingið góðan stuðul, og tað, at hon er opin og hevur eitt ljós sinni, hevur gjørt, at hon er komin seg so væl ígjøgnum alla sjúkugongdina. Tað hevur ikki minni at siga, at hon hevur ein mann, sum tekur lut í sjúkugongdini og vísir forstáilsi. Í roynd og veru er samlív teirra vorðið betri eftir viðgerðirnar, men tað krevur m.a. viljastyrki frá báðum.

Hon hevur ikki verið so upptikin av at leita fram aðrar upplýsingar, enn tær hon hevur fingið frá sjúkrahúsverkinum. Men maður hennara hevur roynt at kanna aðrar møguleikar enn teir, henni hevur staðið í boði.

Hon hevur alla tíðina verið tilvitað um, hvat hon sjálv kann gera, og hon er eisini ment at finna egnar mátar at endurmenna seg. Tá ið hon fekk viðgerð, fann hon eitt nú út av, at tað gjørdi henni væl at ganga ímillum bústaðin og sjúkrahúsið. Heima hevur hon fingið sær eitt húsdjór, sum krevur umsorgan og røkt.

Børnini eru høvuðspersónarnir í lívi hennara, og tey hevur hon verið noydd at farið frá, meðan hon hevur verið í viðgerð uttanlands. Hóast tey hava havt tað gott hjá ommunum og abbunum, hevur tað verið ringt, kanska serliga tí at tey eru so lítil at skilja, hví hon var burtur og ikki kundi vera saman við teimum í langa tíð. Tað hevur hon upplivað sum eina stóra sorg. Serliga tað elsta barnið heldur seg framvegis tætt til hennara, tá ið hon skal út. Hon er varin at tosa um krím, fyri ikki at tala um, tá ið hon skal av landinum til eftirlit. Tað er komið fyri, at tað elsta barnið, sum bara er fýra ár, ikki vil tosa við hana, um hon fer. Maður hennara og hon ganga bæði høgt upp í tørvin hjá børnunum. ”Børn reagera jú eisini upp á tað, sum ikki verður sagt, eitt nú um tey varnast, at eg havi grátið, ella tey sita undir hvørjum orði, tá ið fólk spyrja eitt ella annað,” sigur hon.

Tá ið hon var uttanlands í viðgerð, tosaðu tey á SKYPE, soleiðis at børnini kundu síggja hana. Tað kann hon viðmæla øðrum at gera. Tað var eisini gott, tá ið børnini komu á vitjan eitt vikuskifti av og á (hóast hon hevði viljað, at ein slík ferð var ókeypis).

Tað hevur verið kostnaðarmikið at vera sjúk. Maðurin fekk løn frá sínum arbeiðsgevara, men sjálv fekk hon dagpengar, umframt eina upphædd frá tryggingini. Tí hava tey klárað seg fíggjarliga og havt ráð til eykaútreiðslur, sum ikki slepst undan í sambandi við uppihald uttanlands. ”Tað kann vera, at tú hevur brúk fyri at forkela teg sjálva eitt sindur,” sum hon sigur. Í aðrar mátar hava tey ansað væl eftir.

Í løtuni brúkar hon ikki útbúgving sína; í staðin arbeiðir hon fulla tíð við fólki, ið hava serligan tørv. Lívið er komið aftur í rættlag.

K2: ”Aftaná var tað sum ein óndur dreymur”

”Tað kennist óveruligt at sita her í dag,” sigur ein kvinna; hon er gift og hevur trý børn millum 6 og 15 ár. Tað fyrsta, hon hevur hug at siga, er, at hon er takksom fyri at liva. Tað næsta, sigur hon, er, at hon er takksom fyri, at hon kom í hendurnar á einum dugnaligum lækna, sum gav henni eina fakliga kunning. Henda kunningin gjørdi, at hon var før fyri at síggja fyri sær tað, ið hon skuldi ígjøgnum. Hann stuðlaði henni sálarliga, so hon lættari kundi taka nakrar avgerðir við atliti til teir møguleikar, henni stóð í boði. Hon upplivdi, at hann var nærverandi, næstan sum tú kanst uppliva ein vin vera tað. Hann skilti, at hon fór at koma í eina samleikakreppu, og vegleiddi hana um ikki at taka av øllum, henni fór at standa í boði. Hon hevur fingið nógv ráð, men hevur valt at fylgja hansara.

”Í fyrstani var eg sum í eini glasbløðru; alt snúði seg um meg, heimurin var als ikki til,” sigur hon. Hon samanber tað við ógvusligu kenslurnar, hon hevði, eftir at hon hevði átt. ”Alt steðgar upp eitt bil, og tú undrar teg yvir, at lívið heldur á, uttan at geva sær far um, hvat er hent,” sigur hon.

Hon brúkar orð sum *fantastiskt*, *ótrúligt*, *undarligt* nógvar ferðir, líka sum fyri at undirstrika, hvussu nógv hon kann vera takksom fyri, hóast øll sjúkugongdin als ikki hevur verið so løtt.

Tað var so heppið, at hon var løgd undir skurð og fekk meginpartin av eftirviðgerðini í Føroyum. Tá ið viðgerðin leið ímóti endanum, mátti hon av landinum í fleiri vikur. Hóast hon ikki hevði nakað val, kravdi tað nógv av henni at fara, tí hon vildi so treyðugt.

Hon hevði alla tíðina eina vón um, at hon nokk skuldi koma væl ígjøgnum sjúkugongdina og at enda gerast frísk. Soleiðis hevur tað eisini verið. Hon er tó ikki sloppin heilt uttan mein. Armarnir volda henni dagliga trupulleikar, hon fær ikki brúkt teir til alt. Hon kann onkuntíð ’gloyma’, hvussu lítið hon orkar, hon hevur ilt við at klára uppgávur, sum eru kropsliga strævnar, sum til dømis at vaska gólv. Tá er tað, at hon hugsar: ”Tað er tað, sum skal til, fyri at eg kann liva!” og roynir ikki at kennast við pínuna og annað, ið nívir hana.

Tað týdningarmesta fyri hana er maður hennara og børn teirra. ”Tað var ikki bara eg, sum var í kreppu. Øll familjan kom í kreppu, soleiðis er tað jú,” heldur hon.

At hon slapp undan at fara uttanlands í byrjanini av viðgerðini, hevur havt nógv at siga fyri børnini, og hvussu tey hava klárað tað. Hóast tey hava upplivað ótta hennara, og eisini sjálv hava verið bangin, er hon sannførd um, at tað hevur verið betri fyri tey at hava verið partur í sjúkugongdini, enn um tey høvdu skulað livað í óvissuni og kanska fantaserað um, hvat hendir mammuni, sum er langt burtur, uttan at tey kunnu fylgja við. Tað var eisini ógvuliga gott, at børnini kundu koma á vitjan ofta tær seks vikurnar, hon var burtur saman við pápa teirra fyri at fáa eftirviðgerðina uttanlands.

Hon sigur eisini, hvussu stóran týdning tað hevur havt, at tey hava familju og vinfólk, sum hava tikið sær so væl av børnunum. Tað er eingin sjálvfylgja, hevur hon sannað. Tað, sum er gott fyri *eitt* barn, er neyðturviliga ikki líka gott fyri eitt *annað* barn. Hon hevur trý ógvuliga ymisk børn, sum hvørt sær hevur verið ígjøgnum tíðarskeið, har hon heldur, at tey hava kent seg ótrygg og ógvuliga einsamøll. Eitt av børnunum fekk ilt í búkin og ógvusliga høvuðpínu. Tað helt uppat, tá ið tey funnu út av, hvør dugdi frægast at hava umsorgan fyri tí.

Tað átti at verið ein sjálvsagdur lutur, heldur hon, at skúlin hevði forstáilsi fyri tí, ið børnini fóru ígjøgnum, men so hevur ikki verið. Hon er ill, tá ið hon sigur frá, at lærarar livdu ikki upp til sína ábyrgd, ið teir eftir hennara tykki hava, tá ið teir vita, at mamman er álvarsliga sjúk.

Meðan hon var sjúk, royndi hon alla tíðina at halda fast við stýringina. Tað eydnaðist bara nøkulunda, og hon harmast fleiri tilburðir, sum vóru. Hon og maður hennara hava bæði goldið dýrt, tá ið tað snýr seg um at koma til ilnar við fólk. Hetta komst av ósemju við tey, ið skuldu taka sær av børnunum, meðan eftirviðgerðin fór fram.

Hinvegin er samanhaldið millum hana og mannin sterkari, enn tað var frammanundan. Hann hevur ’eginleikar’, sum hon frammanundan als ikki hevði varnast. Fyrr kundi hon av og á illneitast av, at hann ikki var so prátingarsamur. Nú vísir hann styrki við at vera førur fyri at lurta og rúma tí, hon er ørkymlað av, uttan at bróta hana av. Hon fegnast um, at bæði eru vorðin rúmligari yvir fyri hvør øðrum, og at børnini hava tað gott.

Sjúkan og tað, henni hevur verið fyri í kjalarvørrinum á sjúkuni, hevur sett tilveruna í eitt nýtt ljós, og tað fer hon framhaldandi at gera. Lívið er alt endavent. Hon hevur gingið nógv úti í náttúruni, meðan hon hevur grundað yvir, hvørjar møguleikar hon hevur, og hvussu hon raðfestir frægast. ”Tú hevur fingið lívið! Er tað nakað, sum skal broytast?” hevur hon spurt seg sjálva.

Hon fann út av, at lívið er gott, og at hon er nøgd við møguleikarnar, hon hevur. Tað skal vera meining í tí, hon fæst við. Hon er ikki longur so útvend. Tað eru tey næru tingini, sum hava týdning. Hon er farin at hugsa meiri um, hvussu hon brúkar tíðina. Hon er farin til arbeiðis aftur og hevur funnið seg til sættis við tað. Onnur, sum koma í kreppu, kunnu fáa gagn av royndunum, hon hevur gjørt sær, hevur hon varnast. Hon er til reiðar at útbúgva seg meiri, so hon verður betur før fyri at hjálpa.

Tað er kostnaðarmikið at vera sjúk. Her hevur hon verið heppin, heldur hon. Hon fekk løn í 120 dagar, og eftir tað fingið útgoldið yvirtíð umframt frítíðarløn eftir avtalu við almenna arbeiðsgevaran, sum hevur víst forstáilsi fyri støðu hennara. Seinni fekk hon ágóðan av at vera við í eini samlagstryggingarskipan. Tað, at tey ikki fingu fíggjarligar trupulleikar, hevur verið ein stórur lætti. Hon kundi halda fast við sunnar matarvanar, sum er rættiliga dýrur matur, og ynskið um at vera saman við børnunum, meðan hon var í viðgerð, varð eftirlíkað. Tey høvdu fíggjarligt rásarúm, so tey kundu vitja hana.

Fyri henni er tað sólarklárt, at øll viðgerð móti krabbameini eigur at vera í Føroyum. Á tann hátt eru avleiðingarnar færri, heldur hon. Hon hevur møtt ógvuliga stórari vælvild allan vegin, men hon hevur verið á eini langari, krevjandi ferð. Eini ferð, sum fyrsti læknin, hon kom í samband við, kallaði krabbameinsferðin.

K3: ”Eg hevði ikki viljað verið sjúkuna fyriuttan”

Tað er ein 42 ára gomul kvinna, sum sigur frá. Hon hevur verið frísk í 9 ár, men minnist sjúkugongdina niður í smálutir. Hon minnist eisini, at hon í grundini ongantíð var forvitin eftir at vita meiri um sjúkuna.

Hinvegin kann hon fortelja, at hon var biðin um at taka støðu til, hvat slag av skurðviðgerð, hon helst vildi hava; hon fekk nakrar møguleikar og minnist, at tað var løgið at velja.

Hon sigur eisini frá, at hon framvegis hevur hjáárin av sjúkuni, tí armurin er ikki, sum hann eigur at vera.

Hon eigur eitt barn og hevur fostrað tvey onnur børn. Gott samband er millum børnini, og hon hevur eisini góð viðurskifti við fosturbørnini.

Eftir at hon gjørdist sjúk, hugsaði hon leingi um, hvørt tað hevði verið best, um hon ongantíð hevði fingið eitt barn: ”Um meiningin var, at eg ikki skuldi uppliva tað at vaksa til, ella um tað skuldi missa meg í einum ógvuliga ungum aldri, so hevði tað verið betri.” Barnið var bara fýra ára gamalt, tá ið hon

gjørdist sjúk. Av tí at hon hugsaði soleiðis, gjørdi hon av ikki at fáa fleiri børn. Sjálvt eftir at tað hevur verið skilagott at roynt at fingið fleiri børn.

Sjúkan var staðfest beint undan eini høgtíð, og áðrenn høgtíðin var av, hevði hon verið undir skurði. So skjótt gekk tað. At hon var sjúk kom óvart á hana og alla familjuna.

Beint eftir at hon hevði fingið boðini um sjúkuna, hevði hon stóran tørv á at vera einsamøll, men skjótt vistu øll, at hon var sjúk, og tey reageraðu, sum vitiligt er, ógvuliga ógvusliga. Hon sigur, at tað var ein tíð, tá ið hon var før fyri at gera eina rúgvu uttan at hugsa ov nógv um tað ella at føla nakað fyri tí, hon gjørdi. Tað nívir hana at hugsa aftur á hesa tíðina. Í so máta er nógv broytt; hon sigur, at hon er ógvuliga tilvitað um, hvussu hon brúkar tíðina og orkuna.

Hjúnafelagi hennara traðkar til, tá ið hon biður hann um tað. Hann hevur nógv um oyruni, men gongur eisini upp í, hvussu hon hevur tað. Biður hon um stuðul hansara, er hann til reiðar. Hon kann gera tað so gott fyri seg sjálva, sum hon vil.

Familja hennara annars stendur henni nokkso nær. Serliga ein systir. Lítil aldursmunur er teirra millum, og tær hava altíð verið ógvuliga fortróligar.

Barnið er hennara eitt og alt. Hon minnist, at tey bara hava verið frá hvør øðrum tvey stutt tíðarskeið. Hon sigur frá, at barnið hevur mist ein vin, sum doyði. Ein annar vinur hjá barninum hevur mist mammu sína av nøkulunda somu sjúku, sum hon hevur havt. Hetta hevur sjálvandi havt stóra ávirkan, men tað hevur kortini ikki við sær, at tey tosa meiri um sjúkugongdina, og hvussu barnið hevur upplivað hana. Hon hevur roynt at spyrja, um sjúkan gevur høvi til tankar og ótta, men svarið er noktandi. Tá ið hon spyr, skákar barnið sær undan at tosa um tað.

Føldi hon pínu ella eitthvørt tekin í kroppinum fyrsta árið, eftir at hon var vorðin sjúk, hugsaði hon ofta um, hvat tað mundi vera. Tað kundi kanska vera tekin um, at sjúkan var íkomin aftur? Soleiðis hugsar hon ikki longur. Sama ótta hava næstringar hennara havt. Tey vita væl, at orsakað av viðgerðini vil annar armur hennara ikki altíð tað sama, sum hon vil. Hon roynir at bera seg soleiðis at, at hon ikki oyðileggur nakað fyri hini. Tey verða kedd, um hon ikki hevur tað gott. Hon roynir at verja tey rundan um seg, so nógv sum til ber. Øvut er hon heldur ikki í iva um, at tey eisini taka atlit til hennara.

Tá ið hon sigur: ”Eg vil ikki uppliva sjúkuna eina ferð aftrat, men eg hevði heldur ikki viljað verið hana fyriuttan,” er tað ikki so lítið, hon leggur í hesa útsøgnina. Hon heldur, at hon hevur lært at raðfesta tíðina. Hon hevur valt ikki at arbeiða úti fyri at sleppa at vera heima, tá ið barnið fór í skúla.

Tey ferðast nógv, men ongantíð uttan at barnið er við; skúlatingini, sum skúlin áleggur, ger barnið á ferðini. Hon vil, at tey skulu njóta lívið, og at hon kann vera har fult og heilt fyri barnið.

Hon leggur orkuna í tað, hon heldur hevur týdning, og følir, at hon letur seg ikki overva. Hon minnist, hvussu nógv tey ytru tingini høvdu at siga fyrr, men soleiðis er ikki longur. Tað hevur nógv størri týdning, at hon tekur lut í tí, sum hevur veruligan týdning. Vinkonur hennara hava eftir hennara tykki alt ov nógv at gera.

”Nú haldi eg ikki longur, at eg fari at doyggja av sjúkuni, eg havi havt,” men hon minnist enn, hvussu bangin hon var, tá ið alt var nýtt. Hon takkar hvønn dag fyri, at hon hevur fingið enn ein dag, har hon er frísk, og biður til, at hon ongantíð aftur verður sjúk. Tað lærir hon eisini barnið at finna ugga í at gera.

K4: ”Eitt 13-tal til Landssjúkrahúsið”

Henda kvinnan følir ikki, at hon er sjúk, men tað var hon í 2000; tá var hon fyrst í fýratiárunum og hevði smábørn.

Fyrstu árini eftir at eftirviðgerðin var liðug, var hon bangin, hvørja ferð hon skuldi til eftirlit. Føldi hon okkurt, sum kundi vera sjúkutekin, gjørdist hon eisini bangin. Soleiðis er (næstan) ikki longur. Hon er farin til arbeiðis aftur fulla tíð, og tað hevur hjálpt henni at koma víðari. Serliga við atliti til børnini

er hon takksom fyri, at hon er frísk. Tey mátti hon ikki svíkja, hugsaði hon, meðan hon var í viðgerð. Hon og maðurin máttu bíða í nógv ár, áðrenn tey fingu børn; tí eru børnini ógvuliga virðismikil fyri hana.

Hon er sannførd um, at tað hevur hjálpt henni, at hon hevur verið før fyri at síggja veruleikan í eyguni, og at hon dugir at vera nærverandi í ymiskum støðum. Hon setti sær sjálvari spurningin: ”Kann eg verða standandi?” Og tað kundi hon!

Hon kendi, at hon trygt kundi spyrja, og at hon fekk nøktandi svar. ”Sjúka setur jú túsund spurningar,” sigur hon. Óbiðin gevur hon viðgerðini, hon fekk, eitt 13-tal. Seinni fekk hon hjálpartól, sum hon hevði brúk fyri. Hon kom í samband við onnur, sum hava upplivað nøkulunda tað sama. Nú hjálpir hon øðrum, sum kunnu fáa gagn av at tosa við hana. Tað hendir ikki so sjáldan.

Hon heldur, at hon hevur fingið eitt betri lív. Hon er glað fyri viðgerðina, hon fekk, hon er her fyri síni børn, og tað er tað, sum hevur alt at siga. Hon sær virði í tí smáa og heldur, at lívið er stórt.

K5: ”Nú er tað eg!”

Soleiðis segði ein einlig kvinna, sum er fyrst í fimmtiárunum, tá ið hon fyrstu ferð fekk at vita, at hon var sjúk. Í byrjanini var hon altrá eftir at fáa meiri at vita um sjúkuna; hon veit tí, at hon hevur umleið 50 prosents møguleika fyri at gerast frísk. Nú nøkur ár seinni hevur hon júst fingið at vita, at sjúkan er íkomin aftur. Hon er fús at tosa um støðuna, hon er í, og heldur, at hon er komin yvir skelkin, sum tað var, at fáa staðfest, at hon var vorðin sjúk – aftur. Hon grætur, men tosar kortini víðari.

Øll viðgerðin hevur verið uttanlands. Hon er nøgd við viðgerðarhættin, sum hon hevur fingið allan vegin. Hon gleðist, tá ið hon fær at vita, at viðgerðin hjálpir. Tað einasta, hon hevur hug at siga, er, at tað onkuntíð er trupult at siga tað, hon hevur upp á hjarta á einum fremmandamáli, sum hon annars dugir lýtaleyst.

Tá ið hon verður spurd, um hon hevur tikið av nøkrum alternativum tilboði, er svarið greitt nei. Tað sær hon als onga orsøk til.

Øll samrøðan er merkt av bjartskygni hennara. ”Eg veit ikki, hvaðani eg fái orkuna,” sigur hon. Longu sum heilt ung mátti hon vera sterk, tí mamma hennara doyði ung frá einum barnaflokki. Hon hevur verið sum ein mamma fyri tað yngsta systkinið. Tí hava systkin hennara uttan hóvasták bjóðað seg til at fara við henni, tá ið hon skal í viðgerð fjórðu hvørja viku. Tey hava sjálv lagt til rættis eina skipan, sum fatar um tey øll. Tey búgva øll tætt saman, eru nógv saman og eru eisini fortrólig. Umframt hevur hon fleiri vinkonur, sum hon kann tosa við. Hon hevur áður havt gagn av at tosa við onnur, sum hava verið sjúk av krabbameini, men tørvurin er ikki so stórur longur.

Sum heild heldur hon, at fólk eru fólkalig, men hon hevur kortini fleiri ferðir upplivað, at onkur ikki hevur kent tíð og stað, og tað hevur sært hana.

Hon sigur við seg sjálva: ”Eg skal” og tað eydnast sum heild at varðveita trúnna upp á, at tað fer at gangast henni væl.

K6: ”Tað hevur hjálpt at vera opin og erlig”

Ein kvinna, sum er fimmti ára gomul, greiðir frá: ”Tá ið tvey av børnum mínum framvegis vóru smá, og tað triðja akkurát var komið í pubertetin, mistu tey pápan og eg mannin. Vit hava framvegis svár minni um tíðina, tá ið hann var sjúkur.” Eitt nú mátti hon vera hjá honum, meðan hann var í viðgerð

uttanlands. Børnini kundu ikki vitja hann, men máttu royna at skilja, at hann ongantíð fór at koma heim heim aftur.

Tíggju ár seinni er hon sjálv vorðin sjúk av krabbameini, men hon hevur alla tíðina væntað, at hon fer at gerast frísk. Í báðum førum hevur hon valt at vera opin og erlig yvir fyri børnunum. Hon helt, at tað einasta rætta tá var at siga børnunum, at pápi teirra fór ikki at gerast frískur. Tað var neyðug, og hon følir framvegis, at hon gjørdi tað rætta. Seinni mátti hon so siga teimum, at hon sjálv var vorðin sjúk, samstundis sum hon royndi at vissa tey um, at hon nokk fór at gerast frísk. "Tað var ræðuligt at skula siga tað. Fyrst pápi teirra, so eg," sigur hon. Men við at vera erlig, hevur hon varðveitt góðu viðurskiftini við tey, heldur hon.

Tá ið hon var í viðgerð uttanlands í tveir mánaðir, syrgdi hon sjálv fyri, at børnini kundu koma á vitjan. Tað var umráðandi, at tey kundu vitja hana og tí eisini síggja, at hon toldi viðgerðirnar og kundi ferðast frítt. Tað hevur hon ikki angrað. (Hon hevði fegin tikið ímóti fíggjarligari hjálp til ein slíkan túr, og hon heldur eisini, at tað hevði verið ógvuliga rímiligt).

Restina av tíðini var hon einsamøll. Hon dugdi at gera sær tað hugnaligt og vitja familju hvørt vikuskifti.

Grundin til, at hon torir at trúgva upp á, at hon hevur gjørt tað rætta í báðum førum, er, at hon sær, at børnini nú, tey eru vaksin, hava tað gott, og at tey leita til hennara, tá ið tey vilja tosa um tað, ið nívir tey. Eitt av børnunum býr framvegis heima; hini búgva og arbeiða uttanlands, men koma heim, tá ið tey hava frí.

Tá ið talan er um viðurskiftini við hini í familjuni, er støðan ein onnur. Her nevnir hon mammu sína, sum ikki er før fyri at sleppa tí, hon stúrir fyri, og tí virkar kontrollerandi, tá ið hon spyr, hvussu tað gongur henni. Men hóast alt kann sigast, at familjan er opin um tingini. Serliga tá ið hon samanber við, hvussu tað er í verfamiljuni, sum hon og børnini framvegis hava samband við. Har verður ikki tosað!

Tá ið alt kemur til alt, heldur hon, at viðurskiftini til familjuna eru heldur grunn. Bakland hennara er veikt. Hon følir, at hon má verja tey gomlu. Ivaleyst vilja tey henni tað besta, men tey megna ikki at geva henni nakað, sum hon kann hava gleði av. Tíbetur hevur hon eitt ljóst og lætt sinni, heldur hon sjálv. "At taka synd í mær sjálvari hjálpir so als ikki," sigur hon avgjørd, og "tú verður sterk av at vera einsamøll." Hon hevur tí samband við onnur, ið eru í somu støðu, og tað virðismetir hon høgt.

Viðgerðin av sjúkuni hevur verið væleydnað. Tað varð lagt upp til hennara at gera av, hvat fyri slag av skurðviðgerð, hon skuldi hava. Hon føldi, at hon stóð einsamøll við ábyrgdini av avgerðini. Tað var hart. Síðan hevur hon hugsað nógv um, hvørt hon valdi røttu loysnina.

Hon hevur altíð leitað eftir upplýsingum um tað, hon hevur tørv á, men hon hevur ikki altíð funnið tað, hon hevur havt brúk fyri. Serliga í fyrstani skrivaði hon spurningar niður, og hon heldur sjálv, at svarini, hon fekk, vóru nøktandi. Hon fekk bert svar upp á teir spurningar, hon setti sjálv; tað, ið hon ikki sjálv hugsaði um, var tað eingin, ið segði nakað um. Hon nevnir nøkur dømi:

Í áravís hevði hon trupulleikar eftir skurðviðgerðina. Hon helt, at tað var henni, tað var galið við, og at tað var nakað, 'hon skuldi læra at liva við'. Næstan av tilvild fann hon útav, at tað eru hjálpartól, sum kunnu lætta um. Eingin hevði sagt, at hon hevði rætt til hjálpartól. Heldur ikki visti hon, at hon hevur rætt til ókeypis heilivág. Eisini tað fann hon út av av tilvild, tá ið yngsta barn hennara ein dagin fór eftir nýggjum heilivági á apotekinum. Tað var so dýrt, at barnið óttaðist fyri, at mamman fór ikki at hava ráð at taka heilivágin. Tá fekk hon at vita, at Almannastovan í ávísum førum rindar fyri heilivág. Hon virkar eitt sindur illa við, at hon ikki visti tað, heldur enn ørg um, at eingin hevði upplýst hana um tað.

Frá tí at hon gjørdist sjúk, til viðgerðin var av, gekk eitt ár. Hon heldur, at henda tíðin er skrødd úr kalendaranum. Fíggjarligu viðurskiftini vóru ikki ávirkað, tí hon fekk løn alla tíðina.

K7: ”Maðurin hevði tað nógv verri enn eg”

Tað heldur ein kvinna um tey fimmti. Hon fekk staðfest krabbamein fyri umleið einum hálvum ári síðan. Hon væntar, at alt verður gott aftur, men enn er viðgerðin ikki liðug. Hon skal undir skurð aftur og vónar, at tann skurðviðgerðin fer at hava við sær, at alt verður, sum tað var, áðrenn hon gjørdist sjúk. Hon vónar, at hon kann leggja heilivágin á hillina. ”Eg eri treisk,” sigur hon og roynir at taka minni av pínulinnandi heilivági, tí hon vil helst vera hann fyriuttan, hóast tað viðhvørt er ringt.

Hon visti, at hon hevði krabbamein, áðrenn læknin gav henni boðini. Útlitini, hon hevur fingið at gerast frísk, eru góð. Eisini sjálvt um mamma hennara hevði somu sjúku og doyði av henni. Mamman livdi lívið við sama bjartskygni sum dóttirin. Tað er ikki so lætt at seta orð á akkurát, hvussu hon hevur tað, følir hon. Hon kennir ein, sum hevur havt somu sjúku, og tey kunnu tosa saman á ein hátt, sum onnur ikki skilja. Og tó. Hon sigur, at hon ongantíð hevur verið bangin, heldur ikki tá ið hon fekk at vita, hvørja sjúku hon hevur.

Hvaðani fært tú styrkina? Spurningin svarar hon við at siga: ”Várharra leggur teg ikki at doyggja nú; soleiðis hugsaði eg.” Hon hevur so nógv at gera, hon hevur tvey børn og eitt ommubarn, sum hevur nógv brúk fyri henni. Hon hevur ein mann, sum hon er góð við. Hon følir, at tey rundan um hana góðtaka hana, sum hon er.

Hon hevur ein tannáring, sum tað er ringt at koma rættiliga í samband við. Hon hevur fortalt, hvat henni bagir, og at tað er ein sjúka, tú vanliga ikki doyrt av, men tey tosa ikki saman um sjúkuna. Tað er í lagi at taka um hvønn annan, og tað gera tey nógv hvønn dag. Fyri nøkrum árum síðani misti hon eina dóttur; tí hevur hon eina serliga ábyrgd yvir fyri ommubarninum og pápanum hjá ommubarninum. Hann hevur skiftandi arbeiðstíðir, so hon tekur sær av ommubarninum, tá ið hann hevur brúk fyri tí.

Hon tosar nógv við hjúnafelagan. Hon følir, at hon er í eini bíðistøðu, men tey standa saman í støðuni, hon er komin í. Millum annað ávirkar sjúkan samlív teirra, tí hon klárar ikki at vera saman við honum. Tað skilur hann. Bæði vænta, at tá ið viðgerðin er av, verður støðan betri. Tey gleða seg til, at hon verður frísk aftur, so lívið kann halda á.

”Vit skilja hvønn annan, hóast tú kundi hildið, at vit høvdu trupulleikar, tí vit ongar pengar eiga.” Fíggjarliga støðan hjá hjúnunum er ikki góð. Hon hevur fingið dagpengar, men hevur ikki rætt til meiri; hann er arbeiðsleysur, men væntar tó at finna arbeiði í næstu framtíð. Tey liva av arbeiðsloysisstuðulinum, hann fær, og eini uppsparing, hon hevur gjørt fyri at hava nakað til at taka júst í eini støðu sum hesari. Hon hevur altíð dugað væl at spart, hóast hon sum ófaklærd ongantíð hevur forvunnið stórt. Av og á hevur hon okkurt avloysarastarv; tí forvinnur hon eitt sindur. Hon vil ikki seta seg í samband við Almannastovuna, tí hon roknar ikki við hjálp haðani.

”Maður mín hevði tað nógv verri, enn eg hevði tað, tá ið eg gjørdist sjúk, men saman klára vit okkum.”

K8: ”Bara eg kundi havt tað gott í 5 minuttir”

Henda kvinnan, sum er miðskeiðis í sekstiárunum, sigur frá, hvussu hon hevur tað við at liva við eini tikkandi bumbu hvønn dag. Gerandisdagurin er eyðkendur av sorg og ótta. Tað hevur verið og er ógvuliga hart, tí hon veit, hvussu sjúk hon er.

Í sama tíðarskeiði hon hevur verið sjúk, hava onnur í nærfamiljuni eisini fingið staðfest álvarsliga sjúku. Tí kann hon ikki rokna við hjálp frá teimum; í veruleikanum er hon einsamøll í støðuni og hevur einki bakland.

”Tað er øðrvísi at hava krabbamein enn aðra sjúku, tí krabbamein er ein deyðadómur,” sigur hon. Hon hevur lisið og lisið; tí veit hon, hvussu sjúkan fær størri fastatøkur. Søgan hevur langa forsøgu. Hon hevur altíð ansað væl eftir sær sjálvari, verið til hópin av fyribyrgjandi kanningum, júst sum tað verður

mælt til. Kortini vísti tað seg, at sjúkan hevði ment seg hóttandi í sama tíðarbili, sum hon hevði kært seg um pínu. Sum fráleið helt hon, at fólk hildu hana vera hypokondara, tí hon var so ofta hjá lækna. Samstundis visti hon væl, at hon hevði sjúkueyðkenni, ið stavaðu frá eini aðrari sjúku, sum hon hevur havt í nógv ár. So kanska tað eisini spældi inn, heldur hon.

”Teppið var skrætt undan mær, alt kom so knappliga.” Hon varð løgd undir skurð sama dag, sum tað var staðfest, at hon hevði krabbamein. Eftir tað fekk hon eftirviðgerð, sum hon toldi illa. ”Tað er eingin, sum skilur tað.” Ein, hon plagdi at tosa við, og sum hevði somu sjúku sum hon, er farin.

Hon vil fegin tosa um, hvussu tað gongur. Hon eygleiðir, hvussu fólk hugsa. Um tey vilja ella tora at tosa við hana. At onkur sigur við hana okkurt, ið ikki er so væl umhugsað og kanska kann virka særandi, heldur hon er frægari enn at hitta fólk, sum ikki tora at siga nakað. Hon hevur roynt bæði.

”Tað er sólarklárt, at tú vónar alla tíðina at gerast frísk,” sigur hon, og leggur afturat: ”Eg livi í dag og vóni, at eg livi í morgin.”

”Eg havi sagt børnunum, hvar eg goymi jólaprýðið, um eg ikki eri her næstu jól.” Hóast tey sjáldan spyrja til hennara, vita tey væl, hvussu hon hevur tað, men hon vil ikki fara til teirra við sínum stúranum, tí tað hendir so nógv í lívi teirra, og tey hava eisini verið sjúk. Tey hava brúk fyri henni. Hon roynir at finna orkuna, so hon kann taka sær av ommubørnunum, men tað er ikki lætt, hóast hon fegin vildi.

Hon biður nógv og følir, at limirnir í samkomuni stuðla henni. Hon sleppur tó ongantíð undan óttanum og ótryggleikanum, hon er í. Bara tá ið hon er upptikin av at vera saman við øðrum, kann hon gloyma.

Hon hevur stórar fíggjarligar trupulleikar. Ráðgevingin hon hevur fingið frá skikkaðum fakfólki um viðurskifti síni, samsvara ikki við metingina, ið Almannastovan hevur av viðurskiftunum. Støðan er tí ikki avgreidd. Tað almenna hevur álagt henni eina skuld, sum hon ongan møguleika hevur at rinda, og sum hon ikki heldur, at hon skyldar.

Hon hevur ikki longur álit á læknunum, og tað hevur hon sagt bart út við teir. Hon greiðir frá, hvussu hon út frá tónalagi og eygum kann lesa, hvat læknin heldur. Á henda hátt hevur hon tulkað reaksjónir frá fleiri, at tey eru bilsin og kedd av tí, hon fer ígjøgnum, og sum kanska kundi verið øðrvísi, um sjúkan varð staðfest fyrr. Hon krevur at fáa avrit av svarunum frá kanningunum: ”Tað eru tað nógv, ið ikki vilja, men eg vil.” Hon veit, hvat svarini merkja, tá ið hon lesur tey. Kortini hevur hon ikki hug at lesa journalina. ”Tey skriva *tað*, men tey siga tað ikki.” Soleiðis sum hon hevur tað nú, fer hon als ikki til lækna. Hon torir ikki, og ”hvat skuldi tað nyttað,” sigur hon. Hon sigur, at ein ungur lækni uttanlands segði henni, at hennara møguleiki at gerast frísk var 15 prosent. ”15 prosent endurtekur hon.”

Hon følir, at hon er eitt sindur beisk. ”Hví var tað ikki uppdagað fyrr?” Hon heldur, at hon hevur verið fyri forsømilsi. ”Bara eg hevði tað gott í 5 minuttir,” sigur hon.

K9: ”Eg visti ikki, at eg hevði krabbamein”

”Eg eri helst nokkso sterk, men tá ið eg kom niður til Danmarkar til viðgerðar, visti eg ikki, hvat eg skuldi har, ella hvat mær bagdi. Eg varð innløgd fyri nakað heilt annað,” greiðir ein gift kona frá; hon er 60 ára gomul og eigur ein vaksnan son.

Eftir at viðgerðirnar, sum hon toldi rættiliga væl, vóru lidnar, og hon hevði fingið ’góð boð’, fekk hon eina rættiliga depressjón, sum tó er í batningi, tá ið samrøðan verður gjørd. Hon heldur, at depressjónin er ein natúrlig reaksjón upp á tað, sum hon hevur verið ígjøgnum. Tað hevur læknin váttað, og hon fær heilivág, sum hjálpir henni. Av tí at maðurin hevur ringa heilsu, er hann ikki førur fyri at hjálpa henni. Heldur hinvegin hevur hann brúk fyri hennara hjálp hvønn dag. Sonurin hevur tí verið ein ógvuliga góð

hjálp; hann hevur gjørt alt, hann er mentur, at hjálpa mammu síni, meðan hon hevur verið sjúk og í viðgerð. Hann valdi at koma heim frá arbeiði sínum uttanlands, tá ið hann fekk at vita, at hon var innløgd. Viðgerðin uttanlands vardi nakrar mánaðir, og hann var hjá henni alla tíðina. Hann var eisini hjá henni, tá ið hon fekk at vita, hvat henni bagdi.

Ein lækni, ið var týðiliga rørdur av støðuni, visti ikki, at tað var hann, ið skuldi siga henni, at tað var krabbamein, hon hevði. Men hann sá, at móðir og sonur ikki høvdu fingið tað at vita, áðrenn tey fóru heimanífrá. Hon kom heim og fór í eftirviðgerð. Í byrjanini var hon væl fyri og hevði nógva orku, til hon knappliga misti mótið. Sálarliga kláraði hon sjúkuna væl. Hon fór einsamøll til viðgerðar og føldi sum heild, at hon var sterk, til knappliga ein dag. Tá mátti hon melda pass.

Depressjónin var veruleiki. Kropsliga er hon framvegis merkt av tí, hon hevur verið ígjøgnum. Hon er troytt, kroppurin orkar ikki meiri. Hon greiðir frá, hvussu hon kortini stríðir seg úr seingini hvønn morgun fyri at taka sær av manninum. ”Síðstu vikuna er tað gingið betur,” sigur hon. Hon væntar, at hon verður sum fyrr. Hon hugsar ikki so nógv um, hvat hon hevur verið ígjøgnum. ”Tað kemur, sum tað kemur.”

Sonurin hevur hjálpt foreldrunum fíggjarliga. Hann eigur húsini, tey búgva í. Maður hennara hevur ikki verið førur fyri at arbeiða í fleiri ár, áðrenn hon gjørdist sjúk. Hon fer neyvan aftur til arbeiðis, tí tað er kropsliga ov tungt og sálarliga ov krevjandi. Hon roknar kortini ikki við, at tey fáa stórar fíggjarligar trupulleikar. Tey fara at klára seg av pensjónini, ið maðurin fær, og hon roknar við, at tey fáa eina veiting frá tí almenna í framtíðini.

At hon er trúgvandi hevur nógv at siga, sigur hon. Hon fær góðan stuðul. Tað ger tað lættari fyri tey rundan um hana, at hon tosar opið um sjúkuna. Siga fólk okkurt pent um hárið hjá henni, so sigur hon, at tað er ein parýkkur. Hon hevur mannin, serliga sonin og familju hansara, ikki minst ommudóttrina. Ommudóttirin vil hava greið boð:

”Omma, hevur tú krabbamein?”'

”Ja.”

”Men tað kanst tú doyggja av.”

”Ikki omma, eg eri frísk,” og tað er hon eisini vís í, at hon er.

Avvarðandi

A1: ”Tú eigur bert dagin í dag”

Tá ið maður hennara gjørdist sjúkur, mátti hon halda fram at arbeiða, tí gjørdist hon eisini sjúk, fór tað ikki longur at hanga saman fíggjarliga. ”Verða fíggjarviðurskiftini vánalig, verður tað so nógv annað, sum eisini verður vánaligt.”

Hon heldur, at ein ógvuliga stór ábyrgd verður løgd á næstringar um at klára alt. ”Men tú eigur bert dagin í dag, og tað nyttar ikki at leggja ætlanir fyri framtíðina.”

Hon veit eitt sindur um sjúkuna, maður hennara hevur, orsakað av arbeiði sínum, og hon fær eisini stuðul við at tosa um støðuna við ein lækna av og á. Stuðul fær hon eisini frá einum sterkum netverki í familjuni og frá vinkonunum.

Tá ið hon sjálv helt tað vera neyðugt, leitaði hon sær hjálp hjá Barnaverndini. Haðani fekk hon hjálpina, henni tørvaði, nevniliga at ein í familjuni kundi fáa endurgoldið mista arbeiðsinntøku, so børnini kundu verða ansað heima, meðan hon var við manninum, tá ið hann fekk viðgerð uttanlands.

Hon sær kortini ljóst upp á framtíðina. Hann kann gerast frískur av sjúkuni, og tað er helst tað frægasta, sum kann sigast, tá ið tað nú skal vera.

A2: ”Stríð eftir stríð”

Hon hevur ongantíð frið fyri sjúkuni hjá manni sínum. Hon hugsar alla tíðina um hana, og tað ávirkar hana nógv. Eingin kann siga henni, hvørji útlit maðurin hevur at gerast frískur. Sjálv heldur hon, at útlitini eru ikki góð. Í tann mun tað ber til, roynir hon at lata vera við at hugsa um framtíðina. Hóast tey hava fingið góða hjálp, meðan maðurin hevur verið innlagdur, órógvar tað nógv, at tey eru víst til vaktlæknar og kommunulæknan, tá ið maðurin er heima. Hugsa tær um …

Tá ið hon er til arbeiðis, kann hon leggja sjúkuna og alt, sum hoyrir henni til, til viks. Men tað er ringt at savna seg um annað enn tað, ið krevst beint her og nú. Hon er kedd av, at hon ikki klárar at greiða arbeiðsuppgávurnar so væl úr hondum, sum hon í grundini krevur av sær sjálvari, men hinvegin roynir hon at ansa eftir sær sjálvari við ikki at átaka sær eyka uppgávur. Hon følir, at hon má leggja gerandisdagin soleiðis til rættis, at hon líka kann fara ein túr heim av og á.

Einaferð gjørdist tað aktuelt, at tey skuldu hava *a second opinion*; hon vísti, at viðgerðin, maðurin fekk, var tann rætta, og tað var gott at fáa at vita.

Nógv atlit skulu takast. Til mannin, børnini og seg sjálva. Tað er ikki bara sum at siga tað. Afturat koma fólk við øllum møguligum góðum ráðum. Hon roynir at minna seg sjálva á, at hon skal telja upp í 10; hon verður kedd, tá ið tað ikki eydnast henni, og hon verður ill ístaðin.

Kensluliga byrðan er stór. Tað eru trý børn, ein tannáringur, ein eitt sindur eldri og eitt vaksið barn. Tey reagera øll ymiskt. Øll trý vóru uttanlands, tá ið pápin gjørdist sjúkur, men tey komu øll heim. Tað var hon, sum mátti siga teimum, hvussu støðan var. Tað orkaði hann ikki.

Hon hevur stóran tørv á, at tey eru saman um sjúkuna og tosa um tað, sum er neyðugt at tosa um. Hon heldur, at tað er gott fyri tey at tosa opið um alt. Tí nívir tað hana, at hon ikki kann tosa við mannin um sjúkuna og tað, hon førir við sær. Kortini er hon tann, hann tosar mest við hóast alt.

Áðrenn sjúkan varð staðfest, høvdu tey tað so gott. Men sjúkan hevur tikið yvir, og hann kann til dømis siga: ”Tú ert ikki mamma mín,” tá ið hon kemur við uppskoti um okkurt, ið hann kann hava gagn av. Hann leggur ætlanir langt inn í framtíðina, tað orkar hon ikki, soleiðis sum støðan er, tí kann tað vera ringt at fylgja honum.

Á sama hátt liggur tað henni frammarlaga í huga at hjálpa børnunum, men tey hava øll ymiskan tørv, og hon má koma til sættis við, at hon ikki altíð røkkur inn til teirra. Tann elsti og pápin hava somu áhugamál, tað kunnu teir tosa um. Hon hevur yvirtikið nakrar uppgávur, hann tók sær av fyrr. Tey royna bæði at lata vera við at tosa um sjúkuna. Frægasta sambandið hevur hon við tað yngsta barnið; tey kunnu tosa saman.

Hon vil so fegin siga við hann, hvat hon følir. Eitt nú helt hon, at eitt gott høvi var einaferð, tey sótu og lurtaðu eftir Paul McCartney, og hann segði frá stóru sorgini, honum hevur verið fyri, men maðurin fór á føtur og út.

Tey gráta nógv bæði tvey, men ikki saman. Hon roknar við, at hann grætur av pínu. Hon grætur mest av sorg og hjálparloysi, og hon veit ikki, um tað er serliga gagnligt. Hon fer kanska at leita sær professiónella hjálp til sín og mannin, so tey kunnu seta hol á trupulleikarnar, sum tyngja hana.

Hon sigur, at tað eisini er ein trupulleiki, at hann ikki longur orkar at taka eina hond í heima, sum hann altíð hevur verið so óførur til. Einaferð fekk hon hjálp frá nøkrum grannum at flyta nøkur ting. Uttan eitt orð fór maðurin á dyr.

Tá ið onkur spyr hann, hvussu hann hevur tað, hevur hann fyri vana at leiða burtur frá sær sjálvum til tann, sum spyr.

Tað er ringt at varðveita vónina. Tíbetur kann hon tosa við systur sína, sum hevur mist hjúnafelagan, um alt. Hon vil framvegis, at tey kunnu tosa meiri opið um tað, ið fyriferst; tað saknar hon nógv. Og hon vil framvegis gera alt, hon er ment, fyri seg og síni.

A3: ”Eg helt, at eg var tann sterkara av okkum”

Í hesum førinum er tað ein systir, sum er næsti avvarðandi. Hon sigur frá um skelkin, tá ið hon fekk at vita, at systirin var sjúk. Hon fekk ógvuliga stóra samkenslu við systrini, og kenslur hennara fyri henni eru framvegis merktar av tí. Tað var ringt hjá foreldrunum, og tað er tað á mangan hátt framvegis.

Tær eru vaksnar upp í eini familju, sum heldur væl saman; aldursmunurin er ikki so stórur, og hon hevur ongantíð verið í iva um, at hon var tann sterkara av teimum. Til tá ið á stóð. Tá vísti tað seg, at systirin var sterk alla tíðina, meðan hon var sjúk, og tað er hon framvegis. Í grundini heldur hon, at systirin er vorðin meiri opin og dugir betur at tosa um alt møguligt eftir at hava verið sjúk.

Hon var tikin á bóli av støðuni, systirin kom í. Hon sigur frá, at systirin fór at stórgráta tær nógvu fyrstu ferðirnar, hon hitti fólk, eftir at hon hevði fingið at vita, at hon var sjúk, og tað gjørdi hon eisini sjálv. Hon sigur, at tað var ræðuligt at hitta starvsfelagar, og kortini hevði hon ikki viljað verið umsorgan og ugga teirra fyriuttan.

Líka síðan systirin gjørdist sjúk, hevur tað verið sera umráðandi fyri hana at vera hjá henni hvørja einastu ferð, hon hevur havt tørv á tí. Hon hevur egna familju, men kundi ikki droymt um ikki at tikið sær av teimum trupulleikum, sum eru komnir undan kavi so hvørt. Hon er ikki í iva um, at hon er tann, ið stendur systrini næst og tann, hon er fortróligast við. Tær hava altíð havt álit á hvør aðra. Tí heldur hon eisini, at hon er tann upplagda at geva góð ráð. Hon verður ikki avvíst, men tað er ikki lætt.

Allatíðina hevur tað ligið henni frammarlaga í huga, at barnið hjá systrini kann rokna við henni. Hon hevur eisini hugsað, at stuðulin kundi verið enn annar, enn hann hevur verið. ”Tí tað er ikki altíð, at foreldrini síggja tingini so greið, sum onnur gera, ið hava eitt sindur av frástøðu til trupulleikarnar.” Hon unnir systurbarninum eitt sindur størri sjálvræði. Tað hevur verið gott, at hon eigur børn, sum eru um sama aldur sum systkinabarnið, so børnini kunnu fáa eitt lítið friðskjól saman. Og barnið veit, at tað hevur onnur, ið vilja tí tað besta.

Hóast systirin er vorðin frísk, er hon ikki í iva um, at tilveran hjá teimum øllum broyttist tann dagin, tey fingu at vita, at systirin hevði fingið krabbamein. Tað hevur ikki altíð verið so lætt.

A4: ”Tað er ringt at sleppa óttanum”

Hóast hann er avvarðandi hjá eini konu, ið hevur fingið at vita, at hon er frísk av krabbameini, er tað kortini ringt at sleppa óttanum fyri, at sjúkan kemur aftur. ”Tú hoyrir um onnur, har sjúkan knappliga kemur aftur við nógvari ferð,” sigur hann. Tað er tó kortini ikki nakað, hann tosar við onnur um.

”Tað er deiligt, at hoyra hana tosa um seg sjálva. Hon er erlig og ikki bangin fyri at vísa tað, tá ið hon ikki hevur tað so gott. Hon er eingin hypokondari.” Hann heldur, at hon hevur gott av at fáa luft. Hann vil fegin bera ábyrgdina, sum liggur í, at hon kann siga honum alt, ið nívir hana. Hann leggur sjálvur upp til, at hon skal fortelja.

Hann heldur, at hann hevur góð viðurskifti við seg sjálvan: ”Tá ið eg eri keddur, so eri eg keddur, og soleiðis er tað,” sigur hann. Tunglyntur hevur hann kortini ikki verið.

Hann minnist, hvussu illa viðgerðirnar fóru við henni, og hvussu hann bert kundi hyggja at og einki fáa gjørt. Tað var hart. Men so skjótt hon fekk tað betri, so var alt gott aftur. Tey vita, at lítil sannlíkindi eru fyri, at hon verður sjúk aftur. Hon er vorðin kannað við nýmótans kanningarhættum. Har varð

staðfest, at spjaðingin var so lítil og at hon var komin í viðgerð, áðrenn sjúkan veruliga hevði fingið fastatøkur.

Alt, sum tey hava verið fyri undir viðgerðunum á sjúkrahúsinum, hevur verið nøktandi, sigur hann. Men hann varnast ofta, at konan hevur pínu ella følir eitthvørt. ”Tað hevur alt at siga at reagera skjótt, so ein sleppur í viðgerð, so skjótt tað yvirhøvur ber til, tá ið tað snýr seg um krabbamein,” sigur hann avgjørdur. Tí óttin lúrir alla tíðina.

Hann heldur, at tey hava fingið góða kunning. Tey hava fingið at vita, at fleiri ár kunnu ganga, áðrenn kroppurin er komin fyri seg aftur eftir ávirkanina, ið viðgerðirnar hava verið atvoldin til. Tey eru nøgd við viðgerðina og viðferðina, tey hava fingið, og hava ikki brúkt orku upp á at finna aðrar viðgerðarhættir enn teir, ið henni hevur staðið í boði.

Hann heldur, at børnini eru komin væl ígjøgnum truplu tíðina. Friður er komin yvir tey, og tey hava sættast við støðuna. Tað hevur havt nógv at siga, at tey hava verið opin um sjúkuna, so tey kundu fylgja við alla tíðina. Tey fingu tilboð um at tosa við sálarfrøðing. Tað gjørdu tey eitt stutt tíðarbil, og tað var væl eydnað. Tey fingu tað, teimum tørvaði, hvørki meiri ella minni, heldur hann. Men tað hevur verið hart, bæði fyri tey og hann.

”Eg eri so einfaldur, og barnatrúgvin er nóg mikið fyri meg.” Hann veit um fleiri, sum hava biðið fyri teimum. Tað hevur ongantíð verið meiri enn, at tað hevur verið ein góð uppliving. ”Tað er gott, at fólk hugsa um okkum.”

Hann hevur eitt krevjandi starv, men hevur møtt vælvilja allan vegin. Hann kann fáa frí, tá ið tað er neyðugt. Tí hevur hann verið hjá konuni hvørja einastu ferð, hon hevur havt brúk fyri tí. Eisini tá ið hon hevur fingið viðgerð uttanlands.

”Tað er ikki bara sum at siga tað at vera avvarðandi.” Hann sipar til byrðuna, tað er at ferðast frískur millum nógv sjúk, har av tú kennir fleiri, og tú sært, at tey hava tað ringt. Hann tosar eisini um, hvussu ringt tað er at fara frá børnunum, hóast tey eru í góðum hondum.

Konan hevði tað gott, meðan hon var í viðgerð. Tey høvdu tað eisini gott saman. So hóast tað sá svart út, syrgdu tey fyri at gera nógv gott saman, og so mátti tað fíggjarliga koma í aðru røð.

Tað hevur verið kostnaðarmikið. Tey hava tó ongantíð gjørt upp, hvussu nógv tað hevur kostað, at konan hevur verið sjúk, og fíggjarliga eru tey komin væl ígjøgnum. Bæði hava havt almennar arbeiðsgevarar, sum hava víst forstáilsi, so tey hava ikki verið fyri so stórum inntøkumissi, at tað hevur avmarkað tey í tí, tey hava raðfest.

Lívið er nógv broytt. Fyrr løgdu tey stóran dent á at hava gott skil á fíggjarviðurskiftunum; nú vita tey bæði, at tað er nú, tey skulu liva! Tí hava tey gjørt íløgu í eitt frítíðarítriv, sum tey kunnu hava saman við børnunum. Hann heldur, at tey skuldu bara leypa út í tað, og hví ikki?

Hann minnist, hvussu væl tað gjørdi honum at koma í ein bólk við avvarðandi rættiliga skjótt eftir, at konan hevði fingið staðfest krabbamein. Tað var ein lætti at hoyra onnur, sum vóru ógvuliga nógv ávirkað av, at ein av næstringunum var sjúkur av krabbameini. Hann skjýtur upp, at sjálvhjálparbólkar verða stovnaðir. Hann heldur, at eisini onnur hava gagn av at tosa um tað, tey hava verið fyri. Sjálvur vil hann í øllum førum fegin tosa við onnur, sum hava verið fyri nøkulunda tí sama, sum hann hevur.

Tí hóast alt hevur tað gingið væl, sjálvt um konan gjørdist sjúk, men óttin hvørvur ongantíð.

A5: ”Vit hava tað fínt!”

Í hesum førinum er maðurin samdur við konuni í, at tær positivu útmeldingarnar, hon hevur fingið, eru sannar. ”Sjúka kemur altíð tvørt fyri,” sigur hann. Konan gjørdist sjúk beint undan eini høgtíð, og áðrenn høgtíðin var av, hevði hon verið undir skurði. Hann grunaði als ikki, at hon var sjúk, men hann

hevur góðtikið tað, hann síðan hevur fingið at vita so hvørt. Hann stendur við hennara lið. Tey máttu av landinum í tveir mánaðir. Tey rokna við, at eftirviðgerðin, hon hevur fingið, hevur verið nóg mikið til, at sjúkan er burtur, soleiðis at endaliga úrslitið verður, at hon verður frísk.

Hann sigur, at konan fekk viðgerð á eini deild, har myndir av starvsfólkunum hingu á vegginum. Tveir sjúkrarøktarfrøðingar presenteraðu seg sum hennara kontaktpersónar. Hetta kendist trygt, og tey kendu seg ógvuliga væl alla tíðina, meðan tey vóru har.

Heima í Føroyum hevur læknin ongantíð tikið stig til at geva teimum gjølla kunning um tað, sum er farið fram. ”Tú skalt toga alt úr læknunum, kanska á gongini, um tú møtir teimum.”

Í løtuni eru tey í bíðistøðu, áðrenn støða verður tikið til, á hvønn hátt viðgerðin skal enda. Gongur tað ikki, sum tey vóna, er tað ein nýggj støða, og so mugu tey fyrihalda seg til hana, sigur hann. ”Eingin hevur lovað okkum, at lívið skal vera lætt, men vit liva bara eina ferð. So vit mugu liva, meðan vit liva.”

Hann hevur kent konuna, síðan tey vóru børn og gingu í skúla saman. Tað er tó ikki fyrr enn seinnu árini, at tey eru vorðin par. Tá hevði hon fingið børn, men, sum hann sigur, sigur tú ja til hana, so sigur tú eisini ja til børn hennara. Sjálvur heldur hann, at tað gongur væl millum hann og børnini.

At tað er trupult at koma í samband við ein tannáring, bæði hjá honum og henni, má vera orsakað av aldrinum. Hann sigur frá, hvussu nógv tað hevur at siga fyri konuna, at hon er omma. Hon vil ógvuliga fegin vera har fyri ommubarnið, sum hevur mist mammu sína, og hon roynir alt, hon er ment at hava góð viðurskifti við pápan at barninum; tað er ringt hjá pápanum at nøkta allan tørvin hjá barninum, so hon roynir so nógv tað ber til at hjálpa teimum, og hann stuðlar henni, tað hann kann.

Hon orkar ikki líka væl, sum hon gjørdi fyrr, so hann fer fegin við dustsúgvaranum og vaskar gólv. Hon ger tað, hon kann, og tey hjálpa hvør øðrum, heldur hann.

Kroppur hennara er broyttur, soleiðis er tað. Hann er so tolin, sum tað krevst av honum at vera, heldur hann sjálvur, eisini í mun til samlív teirra, sum er sett á ’standby’.

”Vit hava verið ígjøgnum rættiliga nógv.” Hon hevur bæði mist eitt barn og mammu sína. Sjálvur hevur hann mist pápan eftir stutta sjúkralegu; hann doyði av ólekjandi krabbameini.

”Men vit koma ígjøgnum tað!”

At hann er arbeiðsleysur, sær hann sum nakað, ið er bara fyribils. Sjúka hennara forðar ikki fyri, at hann finnur sær okkurt arbeiði, so skjótt okkurt vísir seg. Eisini tað eru trupulleikar, ið eru at vinna á. Tey skulu ígjøgnum hesa tíðina saman, men tey hava tað fínt! sigur hann við sannførandi bjartskygni.

A6: ”Tú stúrir mest fyri tí, tú ikki veitst”

Við einum lítlum smíli kallar hann seg sjálvan ’kontrollfreak’. Hann kann seta orð á alla sjúkugongdina, líka frá tí tey fingu illgruna um, at konan var sjúk, til hon fekk viðgerð og varð søgd frísk at vera. Hann er fullgreiður yvir, at framferðarháttur hansara ger, at hann er førur fyri at taka sær væl av sær sjálvum, samstundis sum hann roynir at vera har fult og heilt fyri konu sína.

Undir samrøðuni kemur týðiliga til sjóndar, at tey hava rent seg í tvørleikar, tá ið tað snýr seg um sjúkahúsverkið, og at tað hevur verið ógvuliga ørkymlandi. Hann heldur, at sæð uttanífrá er orsøkin til tvørleikarnar vantandi bygnaður, tá ið tað snýr seg um samstarv bæði innan- og uttanfyri sjúkrahúsið, men eisini mátin arbeiðið er skipað. Í teirra føri gjørdust tvørleikarnir ikki minni av, at ein partur av viðgerðini fór fram uttanlands. Kunning vantaði á staðnum, har konan fekk viðgerð, heldur hann. Hann gjørdi av at kanna hetta nærri og gjørdist varur við, at einasta avtalan, sum er millum Landssjúkrahúsið og sjúkrahúsið uttanlands, er, at rokning verður send fyri viðgerðina, og at hon verður goldin av

føroysku myndugleikunum. Alt annað, sum hevur við sjúklingin at gera, stendur og fellur av, hvussu samstarvshugað einstaka deildin, tú verður sendur á, er, og hvussu dugnalig starvsfólkini har eru.

Hetta undrar hann, serliga tá ið hugsað verður um, at tað eru afturvendandi trupulleikar, sum skulu loysast í mun til so at siga øll, sum verða send avstað. So ymisk eru fólk ikki.

Týðandi kærur:

- Bíðitíðir, sum eingin vil taka ábyrgdina av og eingin kann greiða frá.

Er tað rímiligt, at tað tekur 16 dagar at bíða eftir svari? Er tað neyðugt, so er tað í lagi, men er tað ikki, so er bíðitíðin ógvuliga tyngjandi. "Tey eiga at vita, hvussu langa tíð tað tekur at greina eina kanning! Og hvat tað er, tey bíða eftir," sigur hann.

- Vantandi samstarv millum føroysku og útlendsku skipanina.

Hann heldur, at starvsfólkini, sum er knýtt at krabbameinsumhvørvinum, eiga at kunna seg betur við, hvussu arbeiðið fer fram á støðum, har sjúklingar koma ofta.

- Vantandi upplýsingar.

"Tær nýtist ikki at spyrja so nógv, tú skalt nokk fáa tað at vita," varð sagt, men soleiðis hongur tað ikki saman, heldur hann. Hann veit, at vilt tú hava svar, skalt tú spyrja nógv.

Hann vísir eisini á góðu upplivingarnar, hann hevur havt viðvíkjandi tí, hann valdi at gera. Tað var skelkandi at fáa at vita, at konan hevði fingið krabbamein, men hann fór beinanvegin í gongd við at útvega sær vitan um sjúkuna. "Tað er umráðandi at vita, hvussu alt hongur saman," sigur hann. Tí fór hann á internetið at lesa um viðgerðarhættir, bæði í USA og øðrum londum. Hann fann út av, at viðgerðin, konan hevði í boði, var nóg góð, og tað gav frið.

Upplýsingar finnur hann við at spyrja. Hann greiðir frá muninum á at fáa kunning frá dugnaligum starvsfólki. Eitt nú vildi hann hava at vita, hvørjir møguleikar vóru fyri alternativum viðgerðarhættum**.** Hann spurdi og fekk nøktandi svar, sum førdu við sær, at tey ikki leitaðu sær viðgerð, ið ikki var góðkend. (Tað kundu tey ivaleyst havt funnið uppá, sigur hann, um tey fóru at ivast í, um úrslitið av góðkendu viðgerðini, konan fekk, fór at hjálpa.)

Hann er ógvuliga glaður fyri, at fólk tóku sær av børnum teirra, meðan viðgerðin fór fram. Við at vera opin um sjúkuna og kunna fólk um, hvat var hent, upplivdu tey, at barnagarðurin tók sær væl av teimum. Ommurnar og abbarnir fingu ábyrgdina av børnunum, og tað hevur gjørt, at tey eru tætt knýtt. Hetta serliga sambandið skal varðveitast í framtíðini; tí vitja tey ommuna og abban ofta.

Púra av sær sjálvum lýsir hann eina sorg, sum gjørdist fylgisneyti hansara alla tíðina. Hann sigur frá, hvussu hann fór út og inn úr kenslunum, og at hann var førur fyri at steðga sorgartilgongdini við at handla. Hann fann út av, at fyri hann var tað rættast at fylgja sínum innskotum og royna at lata vera við at broyta seg sjálvan. Hann sigur: "Tað er serligt við mær, at eg verði vónbrotin og keddur, um eg ikki fái skjót og neyv svar. Ofta tekur tað bara eina lítla løtu at orðna tingini beinanvegin."

Saman við konuni var hann kortini førur fyri at taka tingini í teirri raðfylgju, sum tey komu. Tey hava tosað nógv saman sum hjún. Av og á tí at hann hevur tikið stigið til tað. Aðrar tíðir hevur hann sannað, at frægast var at tiga.

"Tað er løgið at vera tann, sum ikki er sjúkur. Tí fólk spyrja, hvussu tann sjúki hevur tað, men ikki teg, og tú ert noyddur at vera sterkur fyri at kunna hjálpa øðrum," sigur hann hugsanarsamur. Tíbetur hevur hann ein vin at tosa við, sum "er skrúvaður saman á sama hátt sum eg".

At fólk hava sýnt áhuga fyri teimum, hevur eisini havt við sær, at fólk eru komin í heim teirra at reka út illar andar. Tað kundi hann væl rúma, tá ið tey komu til hansara, men hann syrgdi fyri, at tey ikki komu í nánd av konu hansara.

Hann fer sjálvur at tosa um fíggjarviðurskiftini. Av tí at hon var so troytt, ivaleyst av tí at hon var sjúk, var konan farin at arbeiða niðursetta tíð, áðrenn tey vistu, at hon var sjúk. Saman við sjúkuni kom rokningin, tí nú hevði hon bara rætt til dagpengar við einari niðursettari upphædd. Hann gjørdi av at hyggja nærri at fíggjarviðurskiftunum og skera alt óneyðugt burtur. Tí høvdu tey ráð at halda fast við nakað av tí, ”teimum fyrr dámdu væl,” sum hann tekur til.

Arbeiðsgevarin hevur víst forstáilsi; tað hevði við sær, at hann arbeiddi alt, hann var mentur til tíðir, fekk frí aðrar tíðir og lønarinntøkan var tí óbroytt alla tíðina.

Hann játtaði at vera við til hesa samrøðuna við tí endamálinum, ”at tað kann gagna øðrum, at eg vil greiða frá royndum mínum. Tú ert noyddur at geva nakað fyri at fáa nakað.”

Bókmentir

Almanna- og heilsumálaráðið, Visjón 2015 um vælferð, Almanna- og heilsumálaráðið, 2007

Antonovsky, Aaron: *Helbredets mysterium*, Hans Reitzel, 1987

Álit um endurvenjing fyri fólk við førleikatarni, Almanna- og heilsumálaráðið, 2007

Bache, Marianne o. o.: *At være i verden med kronisk sygdom*, Dansk psykologisk forlag, 2005

Birkelund, Merete: *Kræft for viderekomne*, Hovedland, 2002

Covey, Stephen R.: *7 gode vaner; personligt lederskab og livskraft*, Schultz, 2005

Dallund, Kursus for kræftrehabilitering for professionelle, Kræftens Bekæmpelse, 2005

Elsass, Peter: *Sundhedspsykologi*, Gyldendal, 1992

Estés, Clarissa Pinkula: *Kvinder som løber med ulve*, Lindhardt og Ringhof, 1999

Eriksen, Tine Rask ritstj.: *Erfaringer – et humanistisk og sundhedsvidenskabeligt perspektiv*, Munksgaard, 1996

Eriksen, Tine Rask: *Livet med kræft i et støtte- og omsorgsperspektiv*, Munksgaard, 1996

Falk, Bent: *Kærlighedens pris*, Forlaget Anis, 2002

Fog, Jette: *Med samtalen som udgangspunkt, det kvalitative forskningsinterview*, Akademisk forlag, 2004

Fokus på familien, *Tidsskrift for familiebehandling*, Universitetsforlaget nr. 3, 2001

Frankl, Victor E.: *Psykologi og eksistens*, Gyldendal, 1968

French, Marilyn: *En tid i helvede*, Lindhardt og Ringhof, 1997

Hansen, Ingelise Bech o.o.: *Borgerinddragelse i socialt arbejde*, Hans Reitzel, 2005

Hede, Anders: *Fremtidens patienter*, Huset Mandag morgen, 2003

Hvid, Tove: *Livet mod døden*, Forlaget Modtryk, 2005

Jákupsstova, Beinta í: *Kunnskap og makt, Færoysk helsepolitik gjennem 150 år*, Faroe University Press, 2006

Kræftpatienters brug af alternativ behandling. Patientstøtteafdelingen, Kræftens Bekæmpelse, 2006

Kræftpatientens verden: *En undersøgelse af hvad danske kræftpatienter har brug for - Resultater, vurderinger og forslag*, Kræftens Bekæmpelse, 2006

Lemert, Charles: *Sociale forhold*, Systeme Academic, 2004

Biskopstø, Olga og Mýri, Martha: *Livikorini hjá fyritíðarpensjónistum í Føroyum – ein spurnakanning*, Arbeiðsrit nr. 16/2007, Granskingardeplin fyri Økismenning og MBF

Rasmussen, Erik: *Den dag du får kræft*, Kræftens Bekæmpelse, 2003

Ráðstevna um rehabilitering: *Samfelagið má laga seg til fólk við breki.* MBF blað nr. 2, 2006

NCU-faldari: *Fra behov til tilbud*, *Rehabilitering af cancer patienter*, 2004

Rehabilitering af kræftpatienter: *Rapport fra arbejdsgruppen om rehabilitering af kræftpatienter*, Amtrådsforeningen og Indenrigs- og sundhedsministeriet, 2003

Rothstein, Bo: *Vad bör staten göra*? SNS forlag, 1994

Skårderud, Finn: *Uro, en rejse i det moderne selv*, Samlerens bogklub, 1998

Skau, Greta Marie: *Mellem magt og hjælp, vejledning i god klientbehandling*, Socialpædagogisk Bibliotek, 2001

Sölle, Dorothee: *Lidelse*, Gyldendal, 1987

Viðtøka nr. 827 frá 30. september 2002 um gildiskomu fyri Føroyar av lóg um rættarstøðu sjúklinga.

Winther Jørgen o.o.: *Mister du håbet, mister du alt*, Frydenlund, 2001

Weisæth, Lars o.o.: *Mennesker, traumer og kriser*, Universitetsforlaget Oslo, 1995

Aadland, Einar: *Etik, dilemma og valg,* Dansk Psykologisk Forening, 2000.

Fylgiskjøl/spurnarblað

Fylgisskjøl

Fylgisskjal 1: Vilt tú taka lut í kanning

VILT TÚ TAKA LUT Í KANNING
har tú greiðir frá, hvussu tú hevur tað?

Føroya felag móti krabbameini varpar ljós á endurmenning/rehabilitering av sjúklingum, sum hava krabbamein.

Endamálið við kanningini er at kortleggja upplivingarnar hjá ti sjúkurakta í sambandi við, at sjúkan er vorðin ein partur av gerandisdegnum, og at royna at finna fram til, hvørji tiltøk eiga at verða sett í verk, soleiðis at sjúklingurin og avvarðandi hansara fáa best hugsandi stuðul at koma víðari í lívinum.

Tað er upp til hvønn einstakan at taka lut í kanningini ella ikki

Tað er ikki sjúkrahúsverkið, sum hevur tikið stig til hesa kanningina, men Føroya felag móti krabbameini.
Hevur tú hug at taka lut, kanst tú biðja sjúkrarøktarfrøðingin um eitt tilmeldingaroyðublað og eitt spurnablað, sum tú sendir Føroya felag móti krabbameini, Grønlandsvegi 58, 100 Tórshavn.

Tú kanst vera púra vís/ur í, at tú ert dulnevnd/ur í kanningini.

Í felagnum fært tú eisini allar upplýsingar um kanningina, tú hevur tørv á – tað er Karen Heinesen, sosialráðgevi, sum hevur ábyrgdina av kanningini.
Føroya felag móti krabbameini, Grønlandsvegi 58, 100 Tórshavn.
Telefon 31 79 59 millum kl. 13.00 og kl. 15.00 ella á ffk@krabbamein.fo
Heimasíðan er: www.krabbamein.fo

Vinaliga
Karen Heinesen,
verkætlanarleiðari

1

Fylgiskjal 1: Vilt tú taka lut í kanning

Fylgisskjal 2: Tilmelding

TILMELDING

JA, EG VIL TAKA LUT Í KANNINGINI (x)

Loyvir tú, at Føroya felag móti krabbameini setur seg í samband við teg at spyrja teg og kanska ein av tínum avvarðandi nærri um nøkur viðurskifti, sum kunnu fáa týdning fyri kanningina?
JA (X)
NEI (X)

Brúka blokkbókstavir

NAVN____

BÚSTAÐUR ____

TELEFON ____

TELDUPOSTUR _______________________________________

DAGFESTING

UNDIRSKRIFT____

Legg tilmeldingina í hjálagda brævbjálva, sum verður sendur Føroya felag móti krabbameini. Adressan er: Grønlandsvegur 58, 100 Tórshavn.

Ábyrgdina av verkætlanini hevur Føroya felag móti krabbameini. Endamálið við verkætlanini er at fáa til vega hagtøl viðvíkjandi endurmenning/rehabilitering. Viðkomandi ger sjálv ella sjálvur av at taka lut í kanningini ella ikki. Samtykkið at taka lut í kanningini kann altíð takast aftur.
Verkætlanin er fráboðað Dátueftirlitinum sambært lóg nr. 73 av 8. mai 2001 um viðgerð av persónsupplýsingum; Dátueftirlitið hevur sett treytir fyri verkætlanini fyri at tryggja persónsvernd hins einstaka.

7

Fylgiskjal 2: Tilmelding

Fylgisskjal 3: Spurnablað

AT LIVA VIÐ KRABBAMEINI
EIN KANNING AV HVUSSU KRABBAMEIN KANN BROYTA LÍVIÐ
HJÁ SJÚKLINGUM OG AVVARÐANDI

Vegleiðing:

- Í staðin fyri p-tal, hevur hetta spurnablaðið eitt nummar. Tú skalt tískil ikki upplýsa navn títt, hvørki á oyðublaðið ella brævbjálvan. Á henda hátt kanst tú vera vís ella vísur í, at eingin óviðkomandi sær, hvør hevur svarað.
- Tær nýtist ikki at lesa alt oyðublaðið ígjøgnum, áðrenn tú byrjar. Tvørturímóti!
- Les og svara ein spurning í senn, áðrenn tú fert í holt við tann næsta.
- Svara bert teimum spurningum, har tú kennir svarið; leyp restina um í fyrsta umfari.
- Nakrir spurningar leggja upp til, at tú gevur fleiri svar.
- Royn síðan – um tú hevur hug – at svara teimum spurningum, sum tú hevur lopið um í fyrsta umfari.

Hevur tú hug at svara, men ikki veitst heilt, hvussu tú skalt gera, ert tú vælkomin at ringja til Føroya felag móti krabbameini ella senda okkum ein teldupost.
Føroya felag móti krabbameini, Grønlandsvegi 58, 100 Tórshavn.
Telefon 31 79 59 millum kl. 13.00 og kl. 15.00 ella á ffk@krabbamein.fo

Endamálið við endurmenning/rehabilitering av krabbameinssjúklingum er
at geva sjúklinginum vitan, virkismøguleikar og stuðul,
soleiðis at gerandisdagurin kann halda fram á best møguligan hátt
við teimum avmarkingum, sum sjúkan førir við sær
likamliga, sálarliga, sosialt og eksistensielt.
Nordisk Cancer Union 2004

Við vón um vælvild
bliðar heilsanir
Karen Heinesen
verkætlanarleiðari

7

Fylgiskjal 3: Spurnarblað

SPURNARBLAÐ: At liva við krabbameini

Kyn:
(Set kross niðanfyri)
Maður:
Kvinna:

Hvat ár vart tú fødd ella føddur?
Skriva árstal:

Hvar býrt tú?
(Set ein kross niðanfyri)
Bygd 1-700 íbúgvar:
Bygd 701-1500 íbúgvar:
Býi við meiri enn 1500 íbúgvum:
Í Suðurstreymoy:

Hvussu býrt tú?
(Set kross niðanfyri)
Einsamøll ella einsamallur:
Saman við hjúnafelaga/sambúgva:
Saman við børnum:
Saman við eldri fólki:

Hevur tú børn?
(Set kross niðanfyri)
Ja:
Nei:

> **Um ja:**
> **Hvussu gomul eru børnini?**
> Skriva aldur:

Hvussu nógv ár hevur tú gingið í skúla?
(Set kross niðanfyri)
7-10 ár:
Endað skúlagongd eftir 11 árum ella meiri:

Næstu spurningarnir snúgva seg um tínar lívsroyndir.

Veitst tú, hvørja krabbameinssjúku, tú hevur?
Ja:
Nei:

Hvussu leingi hevur tú vitað, at tú ert sjúk ella sjúkur?
0-6 mðr.:
7-12 mðr.:
1-2 ár:
Meiri enn 2 ár:

Roynir tú at fáa meiri at vita um sjúkuna?
Ja:
Nei:

Hevur tú tosað við onnur, sum hava ella hava havt krabbamein?
Ja:
Nei:

Um ja:
Í familjuni:
Góðan vin ella vinir:
Starvsfelagar/grannar:

Hevur tú livað saman við fólki, sum hava álvarsliga sjúku ella brek?
Ja:
Nei:

Um ja:
Langa tíð:
Stutta tíð:

Minnist tú, um tú fekst umsorgan, tá ið tú vart barn?
Ja:
Nei:

Um ja:
Hvønn dag:
Ofta:
Sjáldan:

Varð tosað opið um fólk, sum vóru álvarsliga sjúk, tá tú var barn?
Ja:
Nei:

Næstu spurningarnir snúgva seg um likamligu avleiðingarnar av at hava krabbamein.

Hvussu upplivir tú tín kropp?
Sum áðrenn tú gjørdist sjúk/sjúkur:
Sum eitt sindur broyttan:
Sum ógvuliga nógv broyttan:

Følir tú møði?
Ja:
Nei:

Um ja:
Av og á:
Ofta:
Altíð:

Hvussu svevur tú?
Væl:
Rímiliga væl:
Ikki væl:

Hevur tú trupulleikar við minninum?
Ja:
Nei:

Um ja:
Av og á:
Ofta:
Altíð:

Hvussu klárar tú at konsentrera teg?
Væl:
Ikki so væl:
Illa:

Hevur tú pínu?
Ja:
Nei:

Um ja:
Av og á:
Ofta:
Altíð:

Kennir tú teg hjálparleysa / hjálparleysan?
Ja:
Nei:

Um ja:
Av og á:
Ofta:
Altíð:

Tørvar tær hjálp til praktiskar trupulleikar?
Ja:
Nei:

Um ja:
(Tú kanst seta fleiri krossar)
At koma út:

At koma runt heima hjá mær:

At fara á ves:

Til lættari húsarbeiði:

Til tyngri húsarbeiði:

Til flutning við bussi ella bili:

At kunna vera til arbeiðis:

Annað:

Hevur sjúkan havt við sær kynsligar trupulleikar?
Ja:
Nei:

Um ja:
Er tað nakað, tú hevur hug at tosa um?
Ja:
Nei:

Næstu spurningarnir snúgva seg um, hvussu tú hevur tað sálarliga, í mun til, at tú veitst, at tú hevur krabbamein.

Hevur tú upplivað ótta?
Ja:
Nei:

Um ja:
Dagliga:
Ofta:
Sjáldan:

Stúrir tú?
Ja:
Nei:
Um ja:
Dagliga:
Ofta:
Sjáldan:
Kennir tú teg tung ella tungan í huga?
Ja:
Nei:
Um ja:
Dagliga:
Ofta:
Sjáldan:

Kennir tú teg strongda ella strongdan?
Ja:
Nei:
Um ja:
Dagliga:
Ofta:
Sjáldan:

Hevur tú hug at gráta?
Ja:
Nei:
Um ja:
Dagliga:
Ofta:
Sjáldan:

Hevur tú verið ræðsluslig in?
Ja:
Nei:
Um ja:
Dagliga:
Ofta:
Sjáldan:

Næstu spurningarnir snúgva seg um títt arbeiðslív.

Hevur tú útbúgving?
Ja:
Nei:

Um ja: **(Set ein kross niðanfyri)**
Longd á útbúgving:
1-3 ár:
Meiri enn 3 ár:
Meiri enn 5 ár:

Ert tú á arbeiðsmarknaðinum?
Ja:
Nei:

Um ja:
(Set ein kross niðanfyri)
Arbeiði fulla tíð:
Arbeiði niðursetta tíð:
Sjúkrameldað/sjúkrameldaður við løn:
Sjúkrameldað ella sjúkrameldaður uttan løn:
Fái sjúkradagpengar:
Eri undir útbúgving:
Annað:

Leggur tú stóran dent á at varðveita títt arbeiði?
Ja:
Nei:

Roknar tú við at halda fram í sama arbeiði?
Ja:
Nei:

Hevur tú ávirkan á, hvussu títt arbeiði verður lagt til rættis?
Ja:
Nei:

Væntar tú tær stuðul frá arbeiðsgevaranum, soleiðis at tú kanst varðveita arbeiðið?
Ja:
Nei:

Ætlar tú tær at arbeiða, meðan tú ert í viðgerð móti krabbameini?
Ja:
Nei:

Hevur tú áður havt arbeiði, sum tú mátti gevast í vegna sjúku?
Ja:
Nei:

Um ja:

Fært tú fyritíðarpensjón?	Ja	nei
Fært tú fólkapensjón?	Ja	nei
Fært tú forsorgarhjálp?	Ja	nei

Kundi tú hugsað tær at broytt kós og gjørt annað arbeiði?
Ja:
Nei:

Kundi tú hugsað tær at útbúgvið teg til aðrar arbeiðsuppgávur?
Ja:
Nei:

Kundi tú hugsað tær at givist at arbeiða?
Ja:
Nei:

Kundi tú hugsað tær at arbeitt aðrar tíðar?
Ja:
Nei:

Kundi tú hugsað tær at arbeitt minni?
Ja:
Nei:

Næstu spurningarnir snúgva seg um fíggjarviðurskifti.

Roknar tú við broytingum í tínum fíggjarviðurskiftum orsakað av sjúkuni?
Ja:
Nei:

Um ja:
Hvønn týdning metur tú broytingarnar fara at hava?
Stóran:
Lítlan:

Verða broytingar á hesum økjum?
(Tú kanst seta fleiri krossar)
Eg missi inntøku:

Hjúnafelagin missir inntøku:

Útreiðslur í sambandi við sjúkrahúsuppihald í útlandinum:

Útreiðslur í sambandi við barnaansing:

Útreiðslur til praktiska hjálp:

Útreiðslur til økta nýtslu:

Útreiðslur til alternativa viðgerð:

Størri flutningsútreiðslur:

Má útseta gjald av útreiðslum:

Annað:

Roknar tú við at fáa brúk fyri hjálp í sambandi við broytingar í fíggjarviðurskiftunum?
Ja:
Nei:

Um ja:
(Tú kanst seta fleiri krossar)
Sosialráðgeving í sambandi við at fáa almannahjálp:

Hjálp frá arbeiðsgevara:

Tryggingarfelag ella fakfelag:

Fíggjarligan stuðul frá familju:

Bankaráðgeving:

Næstu spurningarnir snúgva seg um viðgerð móti krabbamein uttanlands.

Hevur tú fingið viðgerð móti krabbameini uttanlands?
Ja:
Nei:

Hevur viðgerðin skapt trupulleikar ?
Ja:
Nei:

Um ja:
Stórar:
Lítlar:

Hevur tú havt samskiftistrupulleikar?
Ja:
Nei:

Um ja:
Stórar:
Lítlar:

Hava avvarðandi verið saman við tær?
Ja:
Nei:

Um ja:
Altíð:
Onkuntíð:

Næstu spurningarnir snúgva seg um tíni viðurskifti við tíni næstu.

Tosar tú við tíni næstu um tínar trupulleikar í sambandi við sjúkuna?
Ja:
Nei:

Heldur tú tilvitað tínar tankar og kenslur aftur yvir fyri familjuni?
Ja:
Nei:

Hevur tú kensluna av, at tíni næstu royna at verja teg?
Ja:
Nei:

Hevur tú onkran ella fleiri millum vinir og kenningar, sum tú kanst tosa í trúnaði við?
Ja:
Nei:

Er tað onkur, tú helst ikki vilt tosa við, eftir at tú ert vorðin sjúk ella sjúkur?
Ja:
Nei:

Hevur tú upplivað, at fólk ikki vilja tosa við teg, eftir at tú ert vorðin sjúk ella sjúkur?
Ja:
Nei:

Hevur tú upplivað, at fólk eru vinarligari og hjálpsamari, eftir at tú ert vorðin sjúk ella sjúkur?
Ja:
Nei:

Tørvar tær hjálp at nærkast tínum avvarðandi?
Ja:
Nei:

Síðstu spurningarnir eru um trúgv og vón tína til framtíðina

Er tað trupult at varðveita vónina?
Ja:
Nei:

> **Um ja:**
> **Er tað nakað, tú hevur hug at tosa um?**
> **Ja:**
> **Nei:**

Heldur tú, at tú sjálv/sjálvur hevur ávirkan á tína heilsustøðu?
Ja:
Nei:

Um ja:
Stóra ávirkan:
Lítla ávirkan:

Heldur tú, at tín støða til tína trúgv ávirkar tína heilsustøðu?
Ja:
Nei:

Um ja:
Stóra ávirkan:
Lítla ávirkan:

Heldur tú, at lagnan hevur ávirkan á tína heilsustøðu?
Ja:
Nei:

Um ja:
Stóra ávirkan:
Lítla ávirkan:

Hevur tú havt skuldarkenslu av at verða vorðin sjúk ella sjúkur?
Ja:
Nei:

Um ja:
Stóra:
Lítla:

Heldur tú, at tú hevur brúk fyri hjálp?
Ja:
Nei:

Um ja:
(Tú kann seta fleiri krossar)

Stuðul frá familju:

Onkran at tosa við, sum hevur verið í somu støðu:

Hjálp frá sálarfrøðingi:

Hjálp frá presti ella samkomu:

Hjálp frá Føroya Felag móti Krabbameini:

Annað:

At enda

Vilt tú mæla øðrum til at svara hesum spurningum?
Ja:
Nei:

Loyvir tú, at Føroya Felag Móti Krabbameini setur seg í samband við teg og / ella ein av tínum avvarðandi, at spyrja nærri um nøkur viðurskifti, sum hava týdning fyri kanningina?
Ja:
Nei:

Takk fyri

Legg oyðublaðið í brævbjálvan, ið fylgdi við, og send tað avstað.

Ábyrgd av verkætlinini hevur Karen Heinesen.
Endamálið við verkætlini er at savna hagtøl viðvíkjandi endurmenning (rehabilitering).
Viðkomandi ger sjálv av at taka lut í kanningini ella ikki. Samtykkið at taka lut í kanningini kann altíð takast aftur.
Verkætlanin er fráboðað Dátueftirlitinum sambært lóg nr.73 av 8. mai 2001 um viðgerð av persónsupplýsingum; Datueftirlitið hevur sett treytir fyri verkætnini fyri at tryggja persónsvern hins einstaka