

Leva med cancer

Lästips från sjukhusbiblioteket



**Sjukhusbiblioteken i Värmland
2020**

Att få cancerbesked – praktisk information om cancer till patienter och närstående (2016)

Av Peter Strang & Nina Cavalli-Björkman

Denna lilla skrift kan ses som ett första stöd efter beskedet. Här beskrivs på ett tydligt sätt hur man oftast reagerar, men ger också stöd i hur man kan få rätsida på en vardag som ställts på ända.

Att ha ett syskon med cancer – information till föräldrar (2016)

Av Malin Lövgren

När ett barn får diagnosen cancer påverkas hela familjen inklusive det sjuka barnets syskon. Här finns samlat råd och tips så att man så bra som möjligt ska kunna möta de friska syskonens behov.

Att stå bredvid cancer (2015)

Av Ola Ringdahl

Boken vänder sig till den som står nära någon som blivit sjuk i cancer. Om att vilja vara stark för en människa man älskar, samtidigt som man ska hantera sin egen oro, stress och sorg. Reflektioner och resonemang varvas med intervjuer med personer som ger olika perspektiv och svar på svåra frågor.

Cancer hos barn och tonåringar (2017)

Av Olle Björk

Här ges en översiktlig bild av de cancersjukdomar som drabbas barn och tonåringar och hur de behandlas. Skriften belyser också vad som hänt inom barncancervården de senaste 20 åren.

Cancerrelaterad smärta - onkologiska och palliativa aspekter (2012)

Av Peter Strang

Författaren är en av landets förgrundsgestalter inom ämnet palliativ vård vid cancer. Enkelt språk och rikligt med korta kliniska exempel lättar upp framställningen. Målgruppen är framför allt vårdpersonal men kan läsas av intresserad allmänhet.

Den kreativa illusionen - om cancersjukdom och anhöriga - om utsatthet och bemötande (2003)

Av Pär Salander

Genom en fast förankring i cancersjukvård och genom att varva forskningsresultat och teori med illustrativa fallbeskrivningar, visar författaren hur en alternativ förståelsemodell skulle kunna se ut. En process som diskuteras i perspektivet av ”svåra besked”, patient-läkarrelationen, anhörigas krisprocesser och hur vi talar om döden.

Familjehandbok - information och stöd till familjer med cancersjuka barn och ungdomar (2017)

Utgiven av Barncancerfonden

Tanken med boken är att den ska kunna användas praktiskt och ge stöd till drabbade familjer i en svår situation. Det hade inte varit möjligt att skriva boken utan alla de familjer som medverkat med synpunkter, tips och erfarenheter.

Genombrottet - immunterapi och jakten på en bot mot cancer (2019)

Av Charles Graeber

Detta är en bok om patienterna, läkarna och immunologerna som kämpat för att hitta en bot mot cancer, utöver kirurgi, strålning och cellgifter. Det är ett arbete som envist pågått under lång tid och här presenteras nya medicinska upptäckter och förhoppningsvis utvecklingen av en ny behandlingsmetod.

Liten myelomskola : utbildningsmaterial för dig som drabbats av myelom - och för dina närstående (2017)

Framtaget av Amgen AB i samarbete med Birgitta Lauri

Ett liv med blodcancer behöver inte vara ett sämre liv, men det är ett annat liv än det du hade innan. Här finns information om sjukdomen myelom, behandlingsmetoder, om trötthet samt lite praktiska tips.

Livsglädjen och det djupa allvaret - om existentiell kris och välbefinnande (2007)

Av Peter Strang

Läkaren och författaren förmedlar här sina unika erfarenheter av svårt sjuka patienter. Han reflekterar över vad som är viktigt i livet och diskuterar frågor som livskvalitet, kris, ångest m.m. En bok om tillvaron i sin helhet och om livet självt.

Prostatacancer - en resa - information för patienter och anhöriga (2014)

Av Per-Anders Abrahamsson

Bokens syfte är att informera om prostatacancerens uppkomst, diagnos, förlopp och behandlingsmöjligheter. Det är författarens förhoppning att boken ska fungera som stöd och vägledning för den som drabbats av cancerbeskedet så att de lättare kan ta till sig all den information som de får av sjukvårdspersonalen.

Rehabilitering vid cancersjukdom - att möta framtiden (2013)

Red. Maria Hellbom & Bibbi Thomé

Boken tar ett helhetsgrepp och behandlar alla delar i processen – från diagnos, via behandlingar och fram till de kroniska och palliativa faserna. Patienternas unika behov står hela tiden i centrum. De flesta kapitel innehåller korta situationsbeskrivningar som kan användas som utgångspunkt för diskussion och utveckling.

Ta kommandot över din bröstcancer (2014)

Av Eva Langlet

Boken avser att ge en saklig och lättfattlig överblick över de olika faserna i behandlingen, men också att fungera som uppslagsbok när det uppstår frågor och funderingar. Författaren är farmaceut och egna erfarenheter och medicinska faktaböcker ligger till grund för boken.

Vården inifrån - när sjuksköterskan blir patient (2012)

Av Petra Lilja Andersson

I boken intervjuas fem sjuksköterskor och läkare på sjuksköterskeutbildningen som själva blivit svårt sjuka och beroende av vård av olika slag. Vårdkvalitet och vårdens organisation belyses. Och även bemötande och sjuksköterskors arbetssätt.

Personliga berättelser

Alla andra dagar - en cancerpratares historia med perspektiv (2016)

Av Annette Brodén

Författaren berättar hur det är att leva med en ärftlig mutation för bröst- och äggstockscancer, och vad som händer när teori blir verklighet. Boken vänder sig till närstående till personer med cancer. Upplägget är som ett sommarpratprogram.

... Att ha funnits : med och utan Anna (2017)

Av Kerstin Dahlbäck

Författaren citerar Astrid Lindgren - ”Det är inte meningen att föräldrar ska överleva sina barn. Det är det värsta som kan hända en”. Men det är just så det blir för henne. Dottern Anna insjuknar och man hittar en hjärntumör som opereras. Trots sjukdomen fortsätter Anna att arbeta för det hon alltid trott på och visar både styrka och mod. Boken handlar om maktlöshet, om vårdens begränsningar och en mammas sorg.

Behandlingen : 205 dagar i kräfterike (2019)

Av Yvonne Hirdman

Varför inte just jag – när så många andra också drabbas? Så försöker författaren tänka under den till synes ändlösa behandlingen mot bröstcancer – operationer, cellgifter, strålbehandling. Behandlingarna tär på kroppen, på tålamodet, på humöret, hon kastas mellan optimism och kraftlöshet. Det är via dagboksanteckningar vi får följa dessa dagar.

Cancer i blodet (2018)

Av Staffan Sundström

Författaren beskriver vardagen med myelom på ett öppenhet och insiktsfullt sätt. Han skriver själv att han vill berätta konkret om sjukdomen och hur han upplever den, utan konstlad dramatik. Han vill skildra en långvarig sjukdoms vardag och tristess, han har god insikt i hur det är att vara cancersjuk.

Cancerland – tur & retur (2016)

Av Karin Wahlberg

Författaren och läkaren Karin Wahlberg får i början av 2015 veta att hon har cancer i ändtarmen. Hon utreds under ett antal veckor, opereras och är sedan tillbaka i arbetslivet. Här delar hon med sig av sina sjukdomserfarenheter och sina tankar om livet. I ett antal betraktelser utgår hon både från vad hon själv gått igenom som patient och från sin yrkesroll som läkare.

Det finns inget bara i ordet hudcancer (2015)

Av Malin Lundgren

Malin var 16 år, med hela livet framför sig. Plötsligt byttes drömmarna om framtiden ut mot den värsta tiden i livet. Hennes pappas hudcancer spred sig. Och fort gick det. När den egna cancerdiagnosen dök upp kom väldigt många frågeställningar? Hur ska man förhålla sig till att kanske ha fått en släng av en potentiell dödlig sjukdom?

En dag i sänder - när sorgen slår följe med livet (2017)

Av Peter Fowelin

I boken får vi följa författaren när svår och plötslig sjukdom drabbar hans hustru och kastar livet över ända. Det är en skildring av sjukdom och omvårdnad, och av sorgen och saknaden som sedan följde. Allt berättat med kärlek och värme, med ödmjukhet inför livets oförutsägbarhet.

Go girl go : mitt liv är ingen annans (2018)

Av Maria Henriksson Sohlberg

Efter år av cancerbehandlingar sätter författaren ord på sina erfarenheter. Hon pratar om att ha rätt perspektiv på sitt liv och skriver: – Hur kan jag välja att se på den här saken så att min dag ska bli bra? För om jag väljer att vara sjuk, då förstör jag ju varje dag. Och jag vill ju ha bra dagar, även om jag är sjuk. Så jag tänker att sjukvården får ta hand om det sjuka, och jag om det friska.

Himlen kan vänta - om cellgifter, champagne och luftslottet som rasade (2017)

Av Lotta Gray

”Jag hade ju bara lite ont i magen”. Våren 2008 upptäcks en tumör i tjocktarmen och därefter följer 4 år av tung behandling med bl a cellgifter. Hon skriver personligt om livets kontraster och om rädslan att inte finns där för sin son.

I kroppen min - resan mot livets slut och alltings början (2013)

Av Kristian Gidlund

Kristian Gidlund är 29 år, journalist och trummis i ett band. När han år 2011 fick sin första cellgiftsbehandling mot en nyligen upptäckt magcancer, började han skriva en blogg, ”I kroppen min”. År 2012 kommer canceren tillbaka och visar sig vara obotlig. Texterna i bloggen blir en bok.

*Ett nytt sätt att se på livet får man inte gratis -
det kostar på och det kräver tålamod.*

Fjodor Dostojevskij

I mörkret vilar ljuset - en berättelse om cancer (2012)

Av Katarina Runa Markgren

Författaren berättar om diagnosen livmoderhalscancer och vill ge hopp och mod mitt i krisen. I en öken växer även rosor och där finns oaser där man kan vila. Att försöka ha det så bra som möjligt mitt i allt det svåra.

Inte bara ett bröst (2018)

Av Annelie Babitz

2016 får författaren beskedet att ena bröstet måste opereras bort på grund av bröstcancer. Det här är en bok, fri från skön-målning och styrkekramar, krigarprinsessor och den manliga blicken. Hon vill inte dela in cancerpatienter i vinnare eller förlorare, hon vill inte bli kallad krigare och absolut inte amason. Hon vill prata öppet om att hon sörjer förlusten av sitt bröst, för den betydde något för hennes könsidentitet och sexualitet!

Isvantar & cocktails - fem perspektiv på cancer (2015)

Av Birgitta Barrefors Ivansson m fl

En berättelse om bröstcancer med fokus på känslor och upplevelser ur fem olika personers perspektiv. Berättar gör två vänner som drabbas av bröstcancer inom två år, deras män som beskriver sin oro och den sjuksköterska på onkologkliniken som deltog under cytostatikabehandlingarna. Boken är mycket personlig och alla medverkande lämnar ut sina känslor.

Nattens änglar - min kamp mot cancern (2012)

Av Elisabet Höglund

Dramatiskt och självutlämnande om sin kamp mot döden, om att drabbas av cancer, om heroiska insatser av läkare och sjuksköterskor. Men också om sjukvårdens baksida med underbemanning och felbedömningar av läkare.

När andetagen blir till luft - den sanna historien om en neurokirurgs öde – från läkare till cancerpatient (2017)

Av Paul Kalanithi

Detta är en rak och osentimental berättelse om att förstå just meningen med det egna livet och att möta döden med integritet. Även om texten innehåller en mängd medicinska termer, och även om läsaren inte känner till begreppen blir innebörden gripbar. I första hälften beskrivs hans kirurgiska arbete detaljerat. Bokens andra hälft behandlar hur han som patient överraskande blir vilsen och förvirrad, trots medicinsk kunskap.

När himlen faller ner (2019)

Av Johan Ripås

Familjen bor i Sydafrika och har precis beslutat sig för att stanna där. Men någonstans finns en känsla att yngsta sonen inte mår riktigt bra, han blir mer och mer blek och torr om läpparna. Bara dagar efter att dom sökt sjukvård i Johannesburg skickas dom via SOS International till Karolinska sjukhuset i Stockholm. Man börjar där behandling mot sonens leukemi.

Prostatacancer – en bok om hopp (2016)

Av Peter Örn

Att få besked om att man fått prostatacancer är omtumlande. Författaren skriver här om sina egna erfarenheter, om ovissheten och ensamheten som det innebär att drabbas av en livshotande sjukdom, trots allt stöd från anhöriga och vänner. Men det är också en bok om hopp, författaren är idag botad, men har lärt sig vara vaksam på tidiga signaler som kan innebära att han måste söka läkare igen.

Rosa boken - 10 berättelser om bröstcancer - antologi (2012)

Här berättar kända författare och vanliga svenskar – överlevande, barn och barnbarn – om sina erfarenheter av sjukdomen. Med förord av professorn och författaren Stefan Einhorn.

Två hål i huvudet och ett mirakel : om träningen, tankarna, sömnen och att hantera sin cancer (2018)

Av Pamela Andersson

Det har gått några år sedan hennes liv vändes upp och ner av beskedet att hon hade en hjärntumör. Detta är en stark berättelse om år fyllda av mediciner, sjukhusvistelser, kärlek och läkande. Och om tumören som försvann och ersattes av två hål i huvudet. Hon har tidigare skrivit boken Jag ska inte dö idag.

Värdet av en kram (2018)

Av Sandra och William Fyhr

”Mamma, jag tycker att vi ska skriva en bok tillsammans. Så att andra vet hur de ska göra och så att vi inte glömmer bort allt vi lär oss. Det ska vara en bok som slutar lyckligt, tycker jag”. Och det gör det – 600 dagar efter att William fick diagnosen leukemi sitter han åter glad och stark på familjens båt.

*Ibland liksom hejdar sig tiden ett slag
och någonting alldeles oväntat sker.
Världen förändrar sig varje dag
men ibland blir den aldrig densamma mer.*

Alf Henriksson

Barn- och ungdomsböcker

Du är modigast (2016)

Av Christina Wahldén

Knut är på barn-onkologen, fast alla säger bonken. Här vårdas barn som har cancer och andra tumörsjukdomar. Den här dagen är det julafton och de flesta barn har fått åka hem. Knut skulle också fått åka hem, men så fick han feber. Nu väntar han på att mamma, pappa och lillasyster ska komma. Så knackar det på dörren. Det är sjukhusclownen Professor Persson som har tappat sin väska och behöver hjälp.

Förr eller senare exploderar jag (2013)

Av John Green

Hazel är sjutton år och kommer aldrig att bli frisk igen. Det vet hon. Mötena med kyrkans stödgrupp för unga med cancer är allt annat än uppiggande. Men en dag dyker Augustus Water upp och livet förändras.

I mitt hjärta finns du kvar (2017)

Av Jennie Persson & Elin Lindell

Om unga människors upplevelser av förlust. Jennie Persson har intervjuat barn som har erfarenhet av sorg och saknad. Det är bl.a. Leia som brukar besöka sin lillebror på kyrkogården, Amir som har levt med en sjuk pappa hela livet och Esmeralda som var fyra år när hennes mamma insjuknade i cancer. Även om tröst och hopp och hur man går vidare, om hur sorg kan ta sig uttryck och råd för den som sörjer. Här finns också om hur det kan gå till vid en begravning.

Isabella och den sjuka sovnallen (2017)

Av BrittMarie Konradsson

Detta är en bok för både sjuka och friska barn samt deras föräldrar. Den handlar om att man inte kan vara förberedd eller alls vill vara med om saker som händer i livet. Sovnallen ska in på sjukhus och opereras och vi får följa med och se hur sjukhusmiljön ser ut, hur behandlingen går till, om det gör ont, om han känner sig ledsen och om han kommer att bli frisk. För barn i åldern 3-6 år.

Jag då! Till dig som har ett syskon med cancer (2016)

Av Malin Lövgren

Syskon får ofta stå tillbaka under tiden ett syskon är sjuk. Här kan du läsa hur andra med liknande erfarenheter tänker och känner och också få lite råd från dem.

Livet på paus : att få cancer i tonåren (2018)

Redaktörer: Samir Akhmedov och Anna Gardberg.

I boken får du möta Emma, Frida och Kalle som delar med sig av sina egna berättelser. Förhoppningen är att boken kan hjälpa dig att hitta ny kraft, nya tankesätt och nya vägar när du behöver det. För ungdomar i tonåren.

Maja och döden (2014)

Av Ann-Marie Ljungberg

Maja är tretton år och ligger på canceravdelningen på Östra sjukhuset i Göteborg. I sin dagbok berättar hon om livet på sjukhuset. Om mamma och mormor som alltid bråkar, om avlösaren Evalena, om fotbollsgänget och om Leonard.

Mammas liv (2014)

Av Mi Tyler

Här skildras i bilderboksformat ur barnets perspektiv hur vardagen blir annorlunda och främmande när en förälder får cancer. Men framförallt hur oron kan lindras av den kraft kärleken och fantasin ger. Bilderbok

Min skalliga mamma (2018)

Av Camilla Dahlson

En dag berättar Ottos mamma att hon fått en knöl i bröstet. Hon är ledsen och gråter och Otto blir rädd att mamma ska dö. Mamma blir opererad och får behandlingar som gör att hon tappat håret. Allt känns så konstigt hemma, och då känns det bra att gå till dagis. Där är allt som vanligt. Bilderbok, 3-6 år.

Mörker och ljus - berättelser av unga som genomlevt cancer (2017)

Samlade av Muriel Scibilia

De var mellan tre och arton år när sjukdomen krossade deras barndom och hänsynslöst tvingade dem att mogna. För att hjälpa andra unga cancerpatienter och deras anhöriga, tog de risken att minnas sina hemskaste och vackraste minnen av cancer – både mörker och ljus.

När Agnes fick leukemi (2007)

Av Linda Olander

En bok i bilderboksformat utgiven av Barncancerfonden. Här finns både fakta och en tecknad bildberättelse om Agnes, 4 år, som blir sjuk.

När Annas syster blev sjuk. Barncancerfonden (2017)

Av Anki W. Karlsson

När Annas storasyster Elsa får cancer förändras allt. Inte bara för Elsa, utan även för Anna och tvillingbrorsan Kalle. Mamma och pappa är jämt på sjukhuset och istället är det mormor och morfar som är hemma.

När mormor fick cancer - en bok om livet (2015)

Av Minna Paananen

Den här bilderboken berättar enkelt och sakligt om bröstcancer, den vanligaste cancerformen hos kvinnor. Det är en ljus, varm och kärleksfull berättelse som handlar om Siri och hennes mormor. Siris mormor får cancer. Siri tycker inte det låter bra, men tillsammans ska de nog klara av det här. Berättelsen är det tunga ämnet till trots en fin bok om livet och att stötta varandra genom svårigheter.

Oliver och cancer (2017)

Av Maria Aminoff & Cissi Welin

Att en småbarnsförälder drabbas av cancer och dör är obegripligt. Ändå händer det. Denna bok går igenom processen - sjukdomen, medicineringen, döden, begravningen och att livet, trots allt, går vidare - ur ett barns perspektiv.

Pyssla om mamma : en liten bok om Enyas mamma som ska bli frisk från bröstcancer (2019)

Av Aytan Samuels

Tusen tankar for runt i huvudet på mamman när hon får beskedet att hon har bröstcancer. Tankar som Hur kommer det gå för min dotter? Vad skall jag säga till henne? Detta är en liten bok om vad som kommer att hända den närmaste tiden efter att mamman får diagnosen bröstcancer.

Så mycket kärlek kan inte dö (2018)

Av Moni Nilsson

Boken handlar om Lea som har en mamma som är sjuk och ska dö. Det är en sorgebok men också en tröstebok, en bok om livet och vänskapen och den kärlek som aldrig kan dö. För ungdomar i åldern 12-18 år.

Vova får cytostatika (2015)

Av Camilla Binz

Vova har cancer. Följ med till sjukhuset för att se hur det går till när Vova får sin behandling. Boken riktar sig till förskolebarn och förklarar på ett enkelt sätt hur en cytostatikabehandling går till. Boken fungerar både som förberedelse och igenkänning för barn som själva är under behandling och som ett verktyg för syskon och kompisar som står vid sidan om.

Vova får strålbehandling (2017)

Av Camilla Binz

Vova har cancer och behöver strålbehandlas. Följ med till sjukhuset för att se hur det går till när Vova får sin behandling. Boken riktar sig till förskolebarn och förklarar på ett enkelt sätt hur en strålbehandling går till. Den fungerar både som förberedelse och igenkänning för barn som själva är under behandling och som ett verktyg för syskon och kompisar som står vid sidan av.

Webbplatser

1177.se Vårdguiden

Barncancerfonden – här finns faktatexter men också personliga berättelser.

Bris.se – hit kan du vända dig när allt känns jobbigt och du vill ha någon att prata med. Finns även för vuxna.

Cancerfonden – här finns information både till den som har cancer och till de närstående.

Cancersamtal.nu - den här sidan är skapad av ett flertal olika cancerorganisationer för att underlätta kommunikationen mellan cancerdrabbade. Den är till för att ge information om cancer, till dig som drabbats eller har en närstående som drabbats.

Föreningen ung cancer - en förening för unga människor som drabbas av cancer.

Naracancer.se – för dig som är ung och står nära någon som har cancer, eller står nära någon som har dött av sjukdomen. Här möter du andra unga i liknande situation och kan få svar på dina frågor av sjukvårdspersonal.

Onkologiisverige.se – en oberoende tidning för svensk cancervård. Här presenteras nyheter inom cancerområdet.

Socialstyrelsen – här finns bl a Nationella riktlinjer, som är ett stöd vid prioriteringar och ger vägledning om vilka behandlingar och metoder som olika verksamheter i vård och omsorg bör satsa resurser på.

力量

Det kinesiska tecknet för styrka.

Denna broschyr med lästips innehåller ett urval av allt som finns att läsa inom detta ämne. Det är Sjukhusbiblioteken i Värmland som gjort broschyren och böckerna finns att låna hos oss. Det vi tipsar om kan även finnas som ljudböcker och e-böcker.

**Välkommen till Sjukhusbiblioteken i Värmland
om du vill låna dessa böcker eller få ytterligare lästips:**

Karlstad

054-61 51 44

sjukhusbiblioteket.karlstad@regionvarmland.se

Arvika

0570-71 20 76

sjukhusbiblioteket.arvika@regionvarmland.se

Torsby

0560-474 05

sjukhusbiblioteket.torsby@regionvarmland.se

www.regionvarmland.se/sjukhusbibliotek