



Vill du veta mer om
Myelom

Sjukhusbiblioteken Region Skåne 2023



Innehåll

Vill du veta mer om Myelom?	2
Vill du veta mer om...?	2
Böcker	2
Fackböcker	2
Skönlitteratur och biografier	5
Barn- och ungdomslitteratur	6
Läsa på olika sätt	7
Patientföreningar/organisationer och patienttidskrifter	7
Webbsidor och digitalt	7
När du söker information om hälsa och sjukdom	8
Kontaktuppgifter	9

Vill du veta mer om Myelom?

Vill du veta mer om...?

Vill-du-veta-mer-om-häftet är ett komplement till den information du får i vården. De skapas och granskas i samarbete mellan sjukhusbiblioteken, vårdpersonal, patientutbildningscentra i Region Skåne och personer med egen erfarenhet av sjukdom eller patient- och närståendeorganisationer. Målgrupperna är patienter, närstående, personal, studenter och allmänhet.

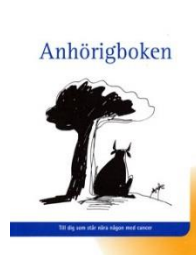
Häftena innehåller bland annat böcker, broschyrer, filmer, webbsidor och poddar med:

- fakta om hälsa, sjukdom och behandling
- personliga berättelser om att leva med sjukdom eller att vara närstående
- tips om hur du kritiskt granskar information.

De flesta böckerna kan du låna på sjukhusbiblioteken i Region Skåne eller på ett bibliotek nära dig. Det finns fler häften inom olika diagnoser och ämnen, för mer information kontakta sjukhusbiblioteken, kontaktuppgifter finns sist i häftet.

Böcker

Fackböcker



Anhörigboken. Till dig som står nära någon med cancer.

Av: Sara Natt och Dag
År: 2008
Format: bok (191 sidor)

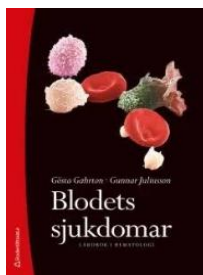
Många människor lever nära någon som har cancer. Den här boken är utgiven av Anhörigfonden och vill stötta närstående genom att öka kunskapen om vad som händer när någon får en cancerdiagnos.



Att stå bredvid cancer.

Av: Ola Ringdahl
År: 2015
Format: bok (195 sidor)

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.



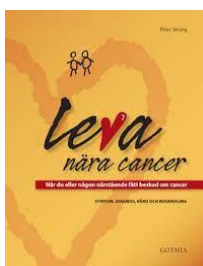
Blodets sjukdomar.

Av: Gösta Gahrton och Gunnar Juliusson (red)

År: 2012

Format: bok (478 sidor)

En lärobok för vårdstuderande och för vårdpersonal. Gösta Gahrton är professor emeritus i medicin vid Karolinska Institutet och Gunnar Juliusson är professor i hematologi vid SUS i Lund.



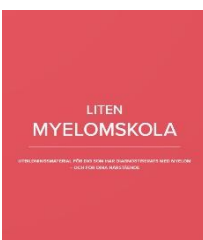
Leva nära cancer. När du eller någon närstående fått besked om cancer. Symtom, diagnos, vård och behandling.

Av: Peter Strang

År: 2004

Format: bok (128 sidor)

Författaren är cancerläkare och boken vänder sig till patienter och närstående. Här finns information om undersökningar, behandlingsmöjligheter, biverkningar men också diskussion om livskvalité samt ett kort stycke om myelom.



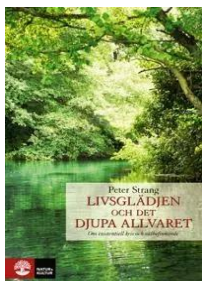
Liten myelomskola. Utbildningsmaterial för dig som har drabbats av myelom - och för dina närstående.

Av: Amgen läkemedelsföretag

År: 2022

Format: bok och e-bok (68 sidor)

Boken har producerats av läkemedelsföretaget Amgen i samarbete med läkare, sjuksköterskor och forskare inom hematologi i Sverige samt representanter från Blodcancerförbundet. I tre olika kapitel får man veta vad myelom är, hur det är att leva med sjukdomen och sist en ordlista och förklaring till provsvar. Boken finns också på blodcancerforbundet.se



Livsglädjen och det djupa allvaret - om existentiell kris och välbefinnande.

Av Peter Strang

År: 2007

Format: bok 160 sidor)

Läkaren och författaren förmedlar här sina 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.



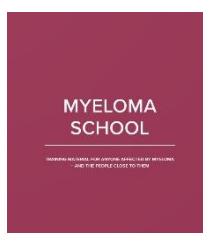
Myelom.

Av: Blodcancerförbundet

År: 2020

Format: bok (19 sidor)

En informationsskrift från Blodcancerförbundet. Här får man veta vad myelom är, hur man ställer diagnos och hur man behandlar. Skriften finns också på Blodcancerförbundets hemsida under Info och läsvärt. Där finns också personliga berättelser om myelom. Blodcancerforbundet.se



Myeloma School – training material for anyone affected by myeloma – and the people close to them.

Av: utgiven av Amgen läkemedelsföretag

År: 2022

Format: bok och e-bok (79 sidor)

Originalens titel: Liten myelomskola. Boken har producerats av läkemedelsföretaget Amgen i samarbete med läkare, sjuksköterskor och forskare inom hematologi i Sverige samt representanter från Blodcancerförbundet. I tre olika kapitel får man veta vad myelom är, hur det är att leva med sjukdomen med en ordlista och förklaring till provsvar. Länk till e-bok på blodcancerförbundets webbplats, blodcancerforbundet.se



Sex och samlevnad i samband med behandling av blodsjukdom.

Av: Sölvi Veiby och Christel Wendt

År: 2009

Format: broschyr.

Svår sjukdom kan få till följd av sexlusten avtar genom den psykologiska stress och den medicinska behandling som kroppen utsätts för. Den här broschyren, som är skriven av två sjuksköterskor, ger råd som kan stötta och hjälpa. Kan beställas på sesaminfo.se



Tid för liv. En bok om att leva med och nära cancer - en sjukdom som drabbar var tredje svensk.

Av: Lena Bergling

År: 2012

Format: bok (160 sidor)

Intervjuer och berättelser av några män, kvinnor och barn som fått cancer, riskerar att få cancer eller som stått nära någon som drabbats. Boken har gjorts av Nätverket mot Cancer. Utges av Nätverket mot cancer.

Skönlitteratur och biografier

Här hittar du självupplevda berättelser och diktade historier som inte alltid stämmer med sjukvårdens verklighet eller med beprövade vetenskapliga metoder. Även äldre böcker kan ha ett stort värde.



Cancer i blodet.

Av: Staffan Sundström

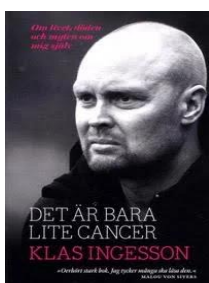
År: 2018

Format: bok och e-bok (324 sidor)

Staffan Sundström på Hammenhögs gästis fick myelom, startade en blogg och skrev ner sina tankar och känslor kring sjukdomen.

Hans sista vilja var att bloggen skulle bli en bok, och här är den nu.

Boken är utgiven av Blodcancerförbundet



Det är bara lite cancer – om livet, döden och myten om mig själv.

Av: Klas Ingesson

År: 2015

Format: bok (237 sidor)

Fotbollsproffset Klas Ingesson drabbades av myelom när han var 41 år gammal. Han skrev genom journalisten Henrik Ekblom Yrsén den här berättelsen om hur fotbollen format honom som människa och hur det livet präglade möjligheterna att ta strid mot sjukdomen.



Uppskovsgiven. Dagbok från en läkande trädgård.

Av: Helena Emanuelsson

År: 2006

Format: bok (125 sidor)

I dagboksform berättar författaren om sin sjukdom, multipelt myelom. Hon beskriver hur hon med hjälp av sin trädgård får livskraft och energi, arbetet med växterna ger läkning och lindring. Boken illustreras med författarens egna akvareller samt foton tagna av en vän.



Glädjen är själens vingar. Tankar från en tröstande trädgård.

Av: Helena Emanuelsson

År: 2009

Format: bok (142 sidor) Helena Emanuelsson fortsätter att berätta om sin vardag med sjukdom och många behandlingar, men också om den glädje som arbete, familj och trädgården ger.

Barn- och ungdomslitteratur



Alex och världens modigaste morfar.

Av: Utgiven av Amgen läkemedelsföretag

År: 2020

Format: bok och e-bok (40 sidor)

Alex och morfar tycker mycket om att leka tillsammans. En dag vill morfar inte leka längre och berättar för Alex att han fått myelom som gör honom mycket trött. Berättelsen är inspirerad av personer med myelom och är utgiven av Amgen. Från 6 år. Boken finns tillgänglig på blodcancerforbundet.se



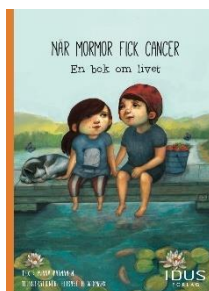
När pappa blev Skalle-Per.

Av: A-K Elwin Segolsson

År: 2004

Format: bok (29 sidor)

John och Annies pappa får leukemi, och av cellgiftsbehandlingarna tappar han håret. Författaren skrev boken till sina barn när deras pappa var sjuk. Från 6 år.



När mormor fick cancer. En bok om livet.

Av: Minna Paananen

År: 2015

Format: bok (38 sidor)

Mormor har fått cancer och måste gå igenom behandlingar och ligga på sjukhus. Det här kan vara en bok att läsa om man vill berätta om sin sjukdom för barnbarnet. Från 6 år.



Världens mamma och en katt

Av: Kristina Murray Brodin

År: 2012

Format: bok (32 sidor)

En berättelse om en flicka och hennes cancersjuka mamma som inte orkar göra så många roliga saker som flickan skulle önska. Men där finns mammas kille och så finns Sandro och hans pappa som varje dag hämtar flickan när de ska till dagis. Och så finns drömmen om en egen katt. Från 5 år.

Läsa på olika sätt

Att lyssna på böcker är ett bra alternativ när du har svårigheter att läsa. Det finns vanliga ljudböcker och e-böcker samt Daisy-böcker där du kan lyssna och samtidigt läsa.

Lättlästa böcker är olika typer av böcker som romaner, deckare och facklitteratur. De finns i olika svårighetsgrader. 8 SIDOR är en lättläst nyhetstidning som kommer ut en gång i veckan. På tidningens webbsida 8sidor.se kan du också läsa och lyssna på dagsfärska nyheter. Den finns också som taltidning och som app.

Patientföreningar/organisationer och patienttidskrifter

Patientföreningar/organisationer och deras webbplatser är ett stöd för både dig som lever med sjukdom och/eller funktionsvariation och för dina närstående. Där hittar du information om din sjukdom och behandling, kontaktuppgifter, filmer, forskning och nyheter inom området.



Blodcancerförbundet

- Blodcancerforbundet.se



Cancerkompisar

Cancerkompisar ger stöd och råd till den som är anhörig till någon som har cancer.

- cancerkompisar.se

Webbsidor och digitalt



Vårdguiden

Nationell samlingsplats för information och e-tjänster inom hälsa och vård. Behöver du sjukvårdsrådgivning? Ring numret 1177 dygnet runt för att få prata med en sjuksköterska.

- 1177.se



CANCERFONDEN

Cancerfonden

På Cancerfondens sidor finns information om myelom.

- cancerfonden.se



Att leva med multipelt myelom

Läkemedelsföretaget Janssen-Cilags sidor om multipelt myelom handlar om diagnos och behandling samt hur det kan vara att leva med sjukdomen och att vara närstående.

- mm-info.se



**REGIONALA
CANCERCENTRUM
I SAMVERKAN**

Nationellt vårdprogram myelom (2022)

Kunskapsbanken produceras av Regionalt Cancercentrum i Samverkan och här finns alla nationella vårdprogram, vägledningar och standardiserade vårdförlopp.

<https://kunskapsbanken.cancercentrum.se/diagnoser/myelom/vardprogram/>

- cancercentrum.se

När du söker information om hälsa och sjukdom

Förhåll dig kritisk till all information du hittar, inte minst på nätet. Här är några tips på hur du kan tänka kring en källas tillförlitlighet.

- Varför är källan skapad? Är det för att informera, lära ut, övertyga dig, skapa en opinion eller för att sälja något? Beskriver den en enskild händelse eller presenterar den generella fakta?
- Vem står bakom informationen? Är det en myndighet, en organisation, ett företag eller en privatperson? Är det någon som har kunskap om ämnet och någon som du litar på? På en webbsida ska det finnas information om vem som är ansvarig. Fakta om sjukdomar ska komma från dem som har kunskap inom området. Finns det andra källor som bekräftar eller motsäger innehållet?
- Är informationen uppdaterad? Det ska finnas uppgifter om när texten är skriven eller uppdaterad.

Om du vill ha fler tips kan du låna boken Källkritik på internet eller läsa den digitalt:

- internetstiftelsen.se

Kontaktuppgifter

Sjukhusbiblioteket & Patientutbildningscentrum Helsingborg

Svartbrödragränden 3, 251 87 Helsingborg

042-406 25 90

biblioteket.hbg@skane.se

Medicinska biblioteket Kristianstad

J A Hedlunds väg 5, 291 85 Kristianstad

044-309 27 30

medicinskabiblioteket.nordost@skane.se

Psykiatribiblioteket Lund

Baravägen 1 C, 221 85 Lund

046-17 48 10

psykiatribiblioteket.lund@skane.se

Sjukhusbiblioteket & Patientforum Lund

Entrégatan 7, 221 85 Lund

046-17 17 25

sjukhusbiblioteket.sus@skane.se

Sjukhusbiblioteket & Patientforum Malmö

Jan Waldenströms gata 35, 205 02 Malmö

040-33 18 00

Häftet *Vill du veta mer om Myelom* är sammanställt av sjukhusbiblioteken i Region Skåne.
Häftet uppdaterades 2021.