



Vill du veta mer om  
**Njursvikt**

Sjukhusbiblioteken Region Skåne 2021



## **Innehåll**

Vill du veta mer om njursvikt?	2
Vill du veta mer om...?	2
Böcker	2
Fackböcker	2
Skönlitteratur och biografier	4
Broschyrer	6
Läsa på olika sätt	8
Filmer	8
Patientföreningar/organisationer och patienttidskrifter	9
Webbsidor och digital media	10
När du söker information om hälsa och sjukdom	11
Kontaktuppgifter	12

# Vill du veta mer om njursvikt?

## Vill du veta mer om...?

Vill-du-veta-mer-om-häften 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



#### **Allt du kan göra själv för att bromsa din njursvikt.**

Av: Per Åke Zillén

År: 2014

Format: bok (100 sidor)

Per Åke har njursvikt och är transplanterad och har skrivit boken för att hjälpa andra att bromsa sin njursvikt. Den innehåller fakta om njursvikt och behandling, kost och vikt, blodtryck, fysisk aktivitet och läkemedel.

#### **Allt du kan göra själv för en egen njure igen.**

**Bild saknas**

Av: Per Åke Zillén

År: 2012

Format: bok (73 sidor)

Per Åke har njursvikt och är transplanterad. Boken handlar om att få tillbaka sin njurfunktion genom en transplantation. Det är en lång process och viktigt att ta väl hand om både kropp och själ.



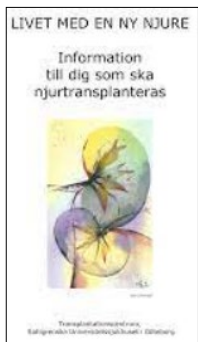
## **En njurvård alla vinner på. Förebygga och bromsa.**

Av: Per Åke Zillén

År: 2011

Format: bok (120 sidor)

Per Åke har njursvikt och är transplanterad. Boken handlar om den viktiga egenvård som hjälper till att förbättra livskvalitén.



## **Livet med en ny njure. Information till dig som ska njurtransplanteras.**

Av: Annette Lennerling

År: 2021

Format: bok (74 sidor)

Boken vänder sig till personer som ska få en ny njure och deras närstående. Den beskriver vad som händer före, under och efter transplantationen. Boken finns också att läsa digitalt:

- mellanarkiv-  
[offentlig.vgregion.se/alfresco/s/archive/stream/public/v1/source/available/sofia/su3718-516638187-579/native/Livet med ny njure 2021.pdf](https://offentlig.vgregion.se/alfresco/s/archive/stream/public/v1/source/available/sofia/su3718-516638187-579/native/Livet%20med%20ny%20njure%202021.pdf)



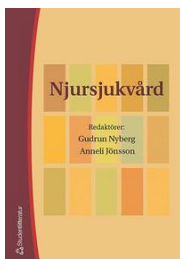
## **Njurarna. De som håller oss i balans.**

Av: Astrid Seeberger

År: 2011

Format: bok (167 sidor)

Här kan du läsa om hur njurarna fungerar och vad som händer när de inte fungerar. Det finns information om dialys och njurtransplantation. Astrid är docent och överläkare i njurmedicin.



## **Njursjukvård.**

Av: Gudrun Nyberg och Anneli Jönsson

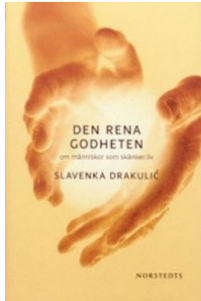
År: 2004

Format: bok (262 sidor)

Boken handlar om vård av njursjuka och är skriven av läkare, sjuksköterskor, sjukgymnaster, dietister och kuratorer.

## 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.



### **Den rena godheten. Om människor som skänker liv.**

Av: Slavenka Drakulic

År: 2007

Format: bok (223 sidor)

År 2004 fick Slavenka en ny njure från en anonym donator. Detta väckte många tankar och frågor hos henne som hon försöker besvara i boken.



### **Den är rosa, levande. Om en anonym njurdonation.**

Av: Johan Appelberg

År: 2007

Format: bok (144 sidor)

Johan har gjort en anonym njurdonation. I boken berättar han om varför han gav bort sin njure och vad detta ledde till.



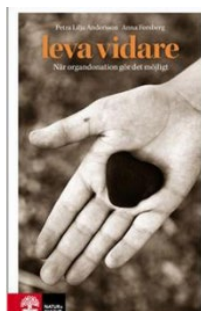
### **En njure flyttar hemifrån.**

Av: Karin Bergvall

År: 2012

Format: bok (181 sidor)

Karin donerade en njure till sin bror och berättar om sina erfarenheter. Boken kan vara ett stöd för både den som överväger att donera och för den som ska ta emot en njure.



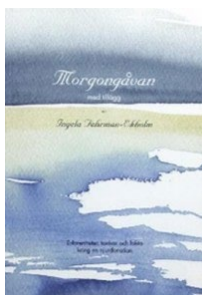
### **Leva vidare. När organdonation gör det möjligt.**

Av: Petra Lilja Andersson och Anna Forsberg

År: 2014

Format: bok (184 sidor)

Boken bygger på intervjuer med personer som har donerat, tagit emot organ eller varit närstående. Det är berättelser som beskriver hur det är att fatta beslutet att donera och hur det är att leva vidare efter en transplantation.



### **Morgongåvan med tillägg. Erfarenheter, tankar, och fakta kring en njurdonation.**

Av: Ingela Fehrman-Eklund

År: 2004

Format: bok (120 sidor)

Ingela har donerat en njure till sin man. Hon berättar om sina erfarenheter och tankar av att vara donator respektive mottagare. Ingela är njurläkare och berättar också om donatorer hon mött.



### **Moster's nya hjärta. Till alla kämpar som väntar eller har väntat på ett nytt organ.**

Av: Minna Paananen

År: 2014

Format: bok (45 sidor)

En bok för barn om transplantation. Otis och Vilda har en moster som väntar barn. När bebisen ska komma blir mosters hjärta mycket sjukt och hon sätts upp på väntelistan för ett nytt hjärta.



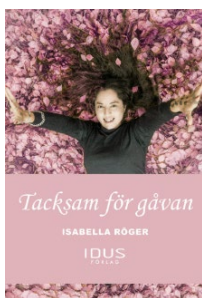
### **Rädslan i kroppen.**

Av: Slavenka Drakulic

År: 2002

Format: bok (266 sidor)

En roman om en ung kvinna som väntar på att få en ny njure och som är väldigt rädd. Hon har gått i daglig dialys i sex år. Boken bygger på författarens egna erfarenheter.



### **Tacksam för gåvan.**

Av: Isabella Röger

År: 2016

Format: bok (257 sidor)

Som nybliven mamma var Isabella mycket sjuk och behövde ett nytt hjärta för att överleva. Senare får hon njursvikt och genomgår ytterligare en transplantation.

## Broschyren

 Att leva med cystnjurar  
Autosomalt dominant polycystisk njursjukdom, ADPKD

Njurförbundet



### **Att leva med cystnjurar. Autosomalt dominant polycystisk njursjukdom, ADPKD.**

År: 2016

Format: broschyr (19 sidor)

Här kan du läsa om vad cystnjurar är, symtom, olika stadier samt dialys och transplantation. Det finns ett avsnitt om cystnjurar och graviditet. En broschyr från Njurförbundet, faktagranskad av Birgitta Hylander överläkare i njurmedicin. Broschyren finns också att läsa digitalt:

- [docplayer.se/109102832-Att-leva-med-cystnjurar-autosomalt-dominant-polycystisk-njursjukdom-adpkd.html](https://docplayer.se/109102832-Att-leva-med-cystnjurar-autosomalt-dominant-polycystisk-njursjukdom-adpkd.html)

 Det är ditt liv, det är ditt beslut  
OM BEHANDLINGSMÖJLIGHETER VID KRONISK NJURSJUKDOM



### **Det är ditt liv, det är ditt beslut. Om behandlingsalternativ vid kronisk njursjukdom.**

År: 2018

Format: broschyr (30 sidor)

I broschyren kan du läsa om olika dialysbehandlingar, njurtransplantation och medicinsk behandling mot bortstötning av organ. En broschyr från Baxter, faktagranskad av neurolog Markku Asola. Broschyren finns också att läsa digitalt:

- [baxter.se/sites/g/files/ebysai1241/files/2018-11/SEMG23218-0001\\_Ditt liv ditt beslut\\_0.pdf](https://baxter.se/sites/g/files/ebysai1241/files/2018-11/SEMG23218-0001_Ditt_liv_ditt_beslut_0.pdf)

**Bild saknas**

### **Ditt liv med bloddialys. Information till dig som ska behandlas med bloddialys.**

År: 2018

Format: broschyr (42 sidor)

Här kan du läsa om dialysbehandling och utrustning. Det finns information om vätskebalans, kost och motion. En broschyr från Baxter, faktagranskad av neurolog Markku Asola. Broschyren finns också att läsa digitalt:

- [baxter.se/sites/g/files/ebysai1241/files/2019-01/SEMG318-0003\\_Ditt liv HD.pdf](https://baxter.se/sites/g/files/ebysai1241/files/2019-01/SEMG318-0003_Ditt_liv_HD.pdf)

**Bild saknas**

### **Ditt liv med Peritonealdialys. Information till dig som ska behandlas med bukdialys.**

År: 2018

Format: broschyr (50 sidor)

Här kan du läsa om dialysbehandling och utrustning. Det finns information om vad man ska tänka på som kost, motion och hygien samt hur det är att leva med bukdialys. En broschyr från Baxter, faktagranskad av neurolog Markku Asola. Broschyren finns också att läsa digitalt:

- [baxter.se/sites/g/files/ebysai1241/files/2018-11/SEMG23218-0001\\_Ditt liv ditt beslut\\_0.pdf](http://baxter.se/sites/g/files/ebysai1241/files/2018-11/SEMG23218-0001_Ditt_liv_ditt_beslut_0.pdf)

**Bild saknas**

### **Donera en njure.**

År: 2014

Format: broschyr (digital)

I broschyrerna "En första information" (5 sidor), och "Om utredning och ingrepp" (11 sidor), finns information till den som donerar en njure. Broschyren från Skånes universitetssjukhus.

- [docplayer.se/17942747-Att-donera-en-njure-en-forsta-information.html](http://docplayer.se/17942747-Att-donera-en-njure-en-forsta-information.html)

**Bild saknas**

### **För dig som vill veta mer om cystnjurar.**

År: 2017?

Format: broschyr (15 sidor)

I broschyren finns information om hur cystnjurar upptäcks, behandlas och om att leva med cystnjurar. Det finns också ett avsnitt om hur den friska njuren fungerar. En broschyr från Otsuka Pharma.



### **Njursvikt. Ett lurigt tillstånd.**

År: 2018

Format: broschyr (10 sidor)

I broschyren kan du läsa om hur den friska njuren fungerar, orsaker till njursvikt, symtom och hur kroppen påverkas samt behandling. Broschyren finns också att läsa digitalt. En broschyr från Njurförbundet.





## Samliv och sexualitet vid njursvikt.

År: 2008

Format: broschyr (19 sidor)

Njursjukdom kan påverka sexualitet och samliv. Olika problem och frågor tas upp i broschyren. En broschyr från Njurförbundet. Broschyren finns också att läsa digitalt:

- [njurforbundet.se/wp-content/uploads/2018/02/samliv.pdf](http://njurforbundet.se/wp-content/uploads/2018/02/samliv.pdf)

### 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](http://8sidor.se) kan du också läsa och lyssna på dagsfärska nyheter. Den finns också som taltidning och som app.

## Filmer

**Bild saknas**

### Arne. Att leva med njursjukdom.

Av: Annika Forsén, Ann-Louise Svensson och Anders Weberg

År: 200?

Format: film (15 minuter)

Filmen handlar om Arne som har njursvikt och berättar om sina erfarenheter. På danska med svensk text. En film av njursviktsteamet Kristianstad i samarbete med Roche.

**Bild saknas**

### I huvudet på en patient.

Av: Daniel Burman och Ulf Burman

År: 2003

Format: film (29 minuter)

Daniel är 24 år och han berättar om sina tankar inför en njurtransplantation. På danska med svensk text.

# 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.



## Anhörigas Riksförbund

Anhörigas Riksförbund är ett stöd för dig som är anhörig och/eller anhörigvårdare. Hit kan du vända dig med frågor eller om du behöver någon att prata med.

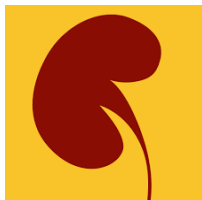
- [anhorigasriksforbund.se](http://anhorigasriksforbund.se)
- Telefon Anhöriglinjen: 020-023 9500, måndag-tisdag, torsdag-fredag 10.00-15.00, onsdag och söndag 18.00-21.00
- Telefonväxel: 010-155 70 60, måndag-torsdag 09:00-15:00
- E-post: [info@anhorigasriksforbund.se](mailto:info@anhorigasriksforbund.se)



## Vi anhöriga

Anhörigas Riksförbunds medlemstidning. Det finns även en digital version som kan läsas oavsett om man är medlem eller inte.

- [anhorigasriksforbund.se](http://anhorigasriksforbund.se)



## Njurförbundet

- [njurforbundet.se](http://njurforbundet.se)
- Telefon: 08-546 40 500
- E-post: [info@njurforbundet.se](mailto:info@njurforbundet.se)



## Njurfunk

Njurförbundets medlemstidning. Det finns även en digital version som kan läsas oavsett av om man är medlem eller inte.

- [njurforbundet.se/om-oss/njurfunk](http://njurforbundet.se/om-oss/njurfunk)

## Webbsidor och digital media



### 1177 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](http://1177.se)



### EKPF - European Kidney Patients' Federation

Webbplats för som är paraplyorganisationen för 23 nationella organisationer för njursjuka.

- [ekpf.eu](http://ekpf.eu)



### Global Dialysis

På denna webbsida finns bland annat en guide till dialyscenter runt om i världen.

- [globaldialysis.com](http://globaldialysis.com)



### Livet som Gåva

Detta är en samverkansgrupp som består av både patientorganisationer och medicinsk profession. Genom information och opinionsbildning arbetar man för att fler donationer av organ och vävnader ska bli möjliga.

- [livetsomgava.nu](http://livetsomgava.nu)



### MOD Mer Organdonation

Organisationen kämpar för alla som står på väntelistan för en organtransplantation i Sverige. MOD vill att alla som behöver en transplantation skall få det i tid utan onödigt lidande.

- [merorgandonation.se](http://merorgandonation.se)

**Bild saknas**

### **Njurdagboken**

Dagbok för dig som har njursvikt. Den innehåller information om prover och provsvar, läkemedel, kost, fysisk aktivitet, olika behandlingsalternativ och recept.

- [njurdagboken.se](http://njurdagboken.se)



### **Njurfonden**

På Njurfondens webbsidan kan du läsa om njurarna, hur de fungerar, njursjukdom och behandling. Det finns berättelser och filmer av personer som lever med njursjukdom.

- [njurfonden.se](http://njurfonden.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](http://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 njursvikt* är sammanställt av sjukhusbiblioteken i Region Skåne.  
Häftet uppdaterades 2021.