

Leva med cancer

Lästips från sjukhusbiblioteket



**Sjukhusbiblioteken i Värmland
2024**

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.

Bra att veta om prostatacancer : Sveriges vanligaste cancersjukdom. Fakta - symtom - diagnos - behandling - biverkningar - samliv -stöd – rehabilitering (2023)

Red. Bertil Ekman ; författare Ola Bratt m.fl.

Boken är omfattande, den innehåller inte bara information om sjukdomens uppkomst, diagnos, behandling och uppföljning utan man får även information om stöd och rehabilitering, en mängd lästips och ett avsnitt handlar om hur det är att leva med prostatacancer. Boken vänder sig till patienter och närstående som vill ha djupare kunskaper om prostatacancer.

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 barncancer vården de senaste 20 åren.

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.

Livet med bröstcancer : personliga erfarenheter och professionella insatser (2024)

Av Ullakarin Nyberg

Ullakarin Nyberg, psykiater och onkolog, arbetar på en bröstcancermottagning när hon själv drabbas av bröstcancer. Hon delar här med sig av den behandlingstid som innebar operation, strålbehandling och cytostatikabehandling. Boken vänder sig till kvinnor som har erfarenhet av bröstcancer men även till anhöriga och de som arbetar i vården med drabbade patienter.

Platt (2023)

Av Hanna Björknäs och Sofia Jigrud.

I denna intervjubok medverkar 15 kvinnor som alla har valt att avstå bröstrekonstruktion efter bröstcancer. De berättar om kampen de fört för att få bestämma över sin egen kropp då deras beslut blivit ifrågasatt av vården. De berättar också om sina erfarenheter av att leva med färre än två bröst. Boken vänder sig främst till bröstcancerdrabbade kvinnor och vårdpersonal.

Prostatacancer : råd, rön, möjligheter (2020)

Av Sten Nilsson & Lennart Levi

Prostatacancer är mannens vanligast förekommande cancerform. Den utgör en tredjedel av all cancer hos män. Syftet med denna skrift är att informera om prostatacancerens uppkomst, diagnos, förlopp och behandlingsalternativ samt om möjligheter att hantera tillvaron när man fått en diagnos.

Queens of scars: mer än kvinnan utan bröst (2021)

Av Angelica Amazona Weijland

Den här boken vill synliggöra kvinnor som haft bröstcancer och tvingats operera sina bröst. Författaren är själv en av dessa kvinnor. Det är utelämnande berättelser och fina fotografier som illustrerar kvinnors olika kroppar och livet under och efter cancer.

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.

Näktergalens röst stiger inte åt sidan, den är lika genomträngande som en tupps galande, men skön och utan fåfänga. Jag var i fångelse och den besökte mig. Jag var sjuk och den besökte mig. Jag märkte den inte då, men nu. Tiden strömmar ned från solen och månen och in i alla tick tack tick tacksamma klockor. Men just här finns ingen tid. Bara näktergalens röst, de råa klingande tonerna som slipar natthimlens ljusa lie.

- Tomas Tranströmer, ur *Näktergalen i Badelunda*

Personliga berättelser

... 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.

Barndomsbrunnen (2021)

Av Göran Greider

Vad sker i psyket när en människa drabbas av sjukdom? Under hösten 2020 åkte Göran Greider in och ut på sjukhus och kring nyår fick han en cancerdiagnos. Under hela denna tid har han skrivit, ofta i sjuksängen, och format en historia om sjukdom och minne i brutna rader.

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 dog Hannah, alla andra dagar levde hon (2022)

Av Patrick Ekwall

Patrick Ekwall berättar om saknaden och sorgen när hustrun Hannah går bort efter att ha drabbats av en aggressiv form av bröstcancer. Det är en berättelse om hur han och dottern Tindra tar sig igenom den första tiden och om hur livet går vidare.

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.

Hur långt är nu? Om cancer, kantstötta kaffekoppar och det eviga hoppet (2023)

Av Jane Oksanen

Författarens dotter Melina drabbas som fyraåring av leukemi. Det är en tuff tid för familjen. Under den ett år långa behandlingen kastas de mellan hopp och förtvivlan till dess att Melina tillfrisknar.

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.

I kärlek och sorg (2021)

Av Lolo Tode Palm

Journalisten Lolo Tode Palm berättar om hennes och maken Unos gemensamma resa mot det oundvikliga slutet. Från dagen när Uno får sitt cancerbesked, till att han går bort i sjukdomen tre år senare. Det är en skildring av hur det är att som livskamrat till en dödssjuk kastas mellan hopp och förtvivlan, glädje och sorg.

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 skönmålning 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!

Jag ska klara det här (2022)

Av Katarina Mannheimer Alström

Våren 2020 drabbades Katarina Mannheimer Alström av en elakartad tumör i sitt vänstra bröst. Det här är hennes berättelse om hur hon kärleksfullt ledde sig själv genom sjukdomen.

Livet gav mig en andra chans (2023)

Av Aron Andersson

Idrottaren och äventyraren Aron Andersson berättar om sin livsresa. Som sjuåring drabbades han av cancer och efter en operation blev båda benen delvis förlamade. Under uppväxten kände han ett utanförskap, men hittade i idrotten en plats där han kände sig hemma.

Mellan två kungariken (2023)

Av Suleika Jaouad

Den amerikanska författaren och journalisten Suleika Jaouad berättar om hur hon som ung vuxen insjuknar i leukemi och om den flera år långa behandling hon går igenom tills hon blir friskförklarad. Boken skildrar både mörka och ljusa episoder där vänskap är en av de positiva saker som lyfts fram.

Moder Liv (2021)

Av Ewa Fröling

Ewa Fröling skriver en poetisk, stark och vindlande text om kvinnoliv och yrkesliv. *Moder Liv* utgår från det cancerbesked hon fick 2016 och berättar om året med otaliga sjukhusbesök och behandlingar; en tid av ångest, smärta och ilska. Hon skriver också om moderskap, om värme, om minnen från en fantastisk karriär och de starka kvinnorna i släkten som gått före. En ärlig bok att bli både rörd, upprörd och berörd av.

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. 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.

När jag blundar är du fortfarande här (2023)

Av Tove Oddsdotter

Tove Oddsdotters son Theo går bort i cancer när han är sju år gammal. I den här boken berättar hon om sitt liv med och utan Theo. Efter en tid så förlikar hon sig med det som hänt och känner idag att det är möjligt att sörja men också vara lycklig på samma gång.

Priset på liv : värdet av en far (2023)

Av Mattias Beijmo

Urban har spridd aggressiv prostatacancer och erbjuds palliativ vård när behandlingsalternativen tagit slut. I Finland finns en behandling som kan förlänga hans liv, problemet är bara att den måste bekostas privat. Sonen Mattias tar tillsammans med sin far strid mot Försäkringskassan och påbörjar behandlingen i Finland. Det som brukar vara en filosofisk tankelek blir plötsligt verklighet, hur mycket kostar ett liv?

Prostatacancer – en bok om hopp (2016)

Av Peter Örn

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.

*Suffering has been stronger than all other teaching,
and has taught me to understand what your heart used
to be. I have been bent and broken, but - I hope - into
a better shape.*

- Charles Dickens

Barn- och ungdomsböcker

En dum knöl i mammas bröst (2022)

Av Annie Hagvall Einarsrud & Hanna Ingvarsson

Ella och Lillebror Henric är i förskoleåldern och får en dag veta att mamma är sjuk. Hon berättar att hon har cancer och att hon ska gå igenom en längre tids behandling på sjukhuset. Under den här tiden blir livet annorlunda för hela familjen. Mamma blir frisk efter sin behandling och då börjar livet gå tillbaka till det vanliga igen. I boken förklaras vad cancer är och hur behandlingen kan gå till.

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.

Kelvins kaniner (2020)

Av Jenny Alm Dahlgren

Lättläst för alla djurälskare! Kelvin och farmor har köpt kaniner. Tillsammans. Då kan väl inte farmor bara gå och dö? Nu är Kelvin ensam med de två kaninerna. Tills en av dem försvinner... Vad är det som händer i kaninhagen egentligen?

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.

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 tappar 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. 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 för 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.

Vad är egentligen cancer? (2023)

Dr. Sarah Herlofsen

Här får du svar på några av de vanligaste frågorna man kan ha om cancer. Till exempel vad celler är och vad som händer om cellerna blir sjuka. Boken vänder sig till barn i lågstadieåldern. Längst bak finns tips om hur man som vuxen berättar för sina barn om cancer.

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

Cancerkompisar.se – Cancerkompisar är en idéburen, icke vinstdrivande organisation som driver en förmedlingstjänst på nätet där anhöriga får kontakt med andra som är eller har varit i samma situation. Tjänsten är öppen för alla anhöriga från 13 år och uppåt

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.

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

Karlstad

010-831 51 44

sjukhusbiblioteket.karlstad@regionvarmland.se

Arvika

010-831 20 76

sjukhusbiblioteket.arvika@regionvarmland.se

Torsby

010-834 74 05

sjukhusbiblioteket.torsby@regionvarmland.se

www.regionvarmland.se/sjukhusbibliotek