

ATT FÖRLORA NÅGON I CANCER



**CANCER
FONDEN**

Cancerfondens broschyrer

Att ha förlorat någon i en cancersjukdom

Att vara närstående

Att vara närstående vid livets slut

Bröstcancer

Cancerprevention - levnadsvanor som förebygger cancer

Cytostatikabehandling

Efter cancerbeskedet

Gynekologisk cancer

Lungcancer

Lär känna dina bröst - vår bröstskola och vikten av mammografi

Mat vid cancer

Prostatacancer med spridning

Prostatacancer utan spridning

PSA-prov

Sex och cancer

Strålbehandling

Tjock- och ändtarmscancer

Vad säger jag till barnen?

För beställning besök cancerfonden.se/webbutik
eller ring Cancerfonden 010-199 10 10.

På vår webbplats cancerfonden.se finns samlad information
om cancer, behandling, prevention och forskning.



Jag förlorade min mamma efter ett väldigt snabbt sjukdomsförlopp. Det tog bara tre månader från det att vi fick sjukdomsbeskedet tills att hon dog i lungcancer. Jag hann aldrig prata med henne om allt det där man vill säga. Det värsta är att hon aldrig fick se mig bli vuxen och mamma till en underbar liten tjej. Min dotter är så lik sin mormor.”



Min pappa var alldeles för ung för att dö, men han gick ändå bort i cancer för två år sedan. Jag tänker fortfarande på honom varje dag och på allt jag vill att han skulle fått vara med om.”



De säger att jag måste försöka glömma min systers bortgång nu. Det har gått så lång tid, säger de, jag måste tänka på mitt eget liv. Men för mig har det inte gått lång tid, jag kan fortfarande inte fatta att min älskade syster inte finns mer.”

En närståendes bortgång innebär oftast en stor påfrestning. Hur man reagerar är individuellt. Men det finns ändå vissa drag som är gemensamma i de flesta människors sorgearbete. Därför beskriver vi här hur sorg kan upplevas. Förhoppningsvis hittar du svar på just det som du undrar över, eller får tips om hur du kan söka dina svar.

Cancerlinjen

Cancerlinjen är bemannad av legitimerad vårdpersonal med lång erfarenhet av cancervård. Vänd dig till oss med dina frågor och funderingar om cancer, och för att få råd och stöd i din situation.

Ring 010-199 10 10.

Vi svarar i telefon helgfri vardag,
måndag 09-16 tisdag 10-16 och onsdag-fredag 09-16.

Du kan även mejla till oss genom
cancerfonden.se/cancerlinjen.

Innehåll

SORGEN	3
Chockfasen.....	3
Reaktionsfasen.....	3
Bearbetningsfasen.....	3
Nyorienteringsfasen	4
PSYKOLOGISKA REAKTIONER	4
KROPPSLIGA REAKTIONER	5
INFÖR DÖDEN	5
Förberedelse.....	5
Närvara vid dödsögonblicket	6
EFTER DÖDSFALLET	8
Att ta farväl	8
Återgå till vardagen	8
ATT HANTERA SORGEN	9
Ilska	10
Gråt.....	10
Livslust	11
Alkohol och lugnande medicin	11
Förnimmelser	13
Manlig och kvinnlig sorg	13
TID	14
ATT VARA ETT STÖD	15
Syftet med samtalsstöd.....	15

PROFESSIONELLT SAMTALSSTÖD	16
Hur vet jag att det professionella stöd jag väljer är bra?	16
VART SKA JAG VÄNDA MIG?	18
Barn och ungdomar	19
LÄSTIPS	19

Sorgen

Med sorgearbete menar vi den stora ansträngningen att inse förlusten och att leva vidare. Det betyder inte att den vi förlorat ska glömmas. Sorgearbete kräver mycket energi, och är på så sätt ett rättvisande namn på den mödosamma bearbetningen av förlusten. Därför är sörjande människor ofta mycket trötta. Man brukar tala om sorgens faser.

Även vid andra kriser i livet går vi igenom dessa faser. Människor är olika och kan också reagera mycket olika vid en närståendes bortgång. Men det finns ändå vissa drag som är gemensamma. Faserna utgör inte avgränsade perioder, utan växlar fram och tillbaka.

Chockfasen

Många får först en känsla av överklighet. Det är svårt att fatta att den närstående är borta, och det kan kännas som att gå omkring i en bubbla. Denna första period varar vanligen en kortare tid, men känslor av överklighet är vanliga under en längre tid.

Reaktionsfasen

När chocken gradvis släpper är det vanligt att känslor av förtvivlan, oro, vrede, saknad och övergivenhet väller fram. Den efterlevande kan vara helt upptagen av sin sorg och sakna kraft för något annat.

Bearbetningsfasen

I bearbetningsfasen tänker man fortfarande mycket på det som hänt, men på ett delvis nytt sätt. Man börjar få perspektiv på förlusten och försöker förstå hur den påverkar resten av livet.

Nyorienteringsfasen

Med tiden känner de allra flesta att de både kan och vill gå vidare i livet. Man glömmer för den skull inte den som är borta, och känslor av ensamhet och saknad finns oftast kvar. Men sådana känslor dominerar inte längre tillvaron.

Psykologiska reaktioner

En stark känsla av ensamhet präglar ofta den vanliga sorgebilden. Den kan vara länge och kanske aldrig upphör. Tanken på en framtid utan den som dött kan ge hopplöshetskänslor och missmod. Nedstämdhet, ängslan och gråtattacker är vanliga reaktioner, liksom rastlöshet, oföretagsamhet och ointresse för allt omkring en. Många tycker att minnet och tankeförmågan sviker under den första tiden efter dödsfallet. Koncentrations-svårigheter är vanliga. Påfrestningarna i samband med förlusten ger också ofta stressymtom såsom irritabilitet, oförmåga att fatta beslut och utbrott av ilska och avoghet. Man tycker inte att man är sitt gamla jag och kan undra om upplevelsen av sorgen är normal. En del känner, förutom sorgen, skuld för att inte ha räckt till under sjukdomstiden. Andra bär på självanklagelser för vad de sagt eller gjort under den sista tiden. Somliga kan också känna sig mindre värda utan den avlidne.

Kroppsliga reaktioner

Sorg innebär stress, vilket förklarar att man kan uppleva olika slags kroppsliga reaktioner - under tiden före och närmast efter dödsfallet, men också senare. Kraftlöshet, ont i magen, tryck över bröstet samt värk av olika slag, ibland i muskler och skelett, är inte ovanliga. Känslan av att vara sjuk, men där någon sjukdom ändå inte kan konstateras, kan leda till att man söker läkare gång på gång. Det är bra om man vid dessa läkarbesök berättar att man nyligen mist en närstående. Det vanligaste är att de fysiska besvären går över med tiden när sorgen går in i ett senare skede.

”Psykologiska och kroppsliga reaktioner är vanliga efter förlust av en närstående.”

Inför döden

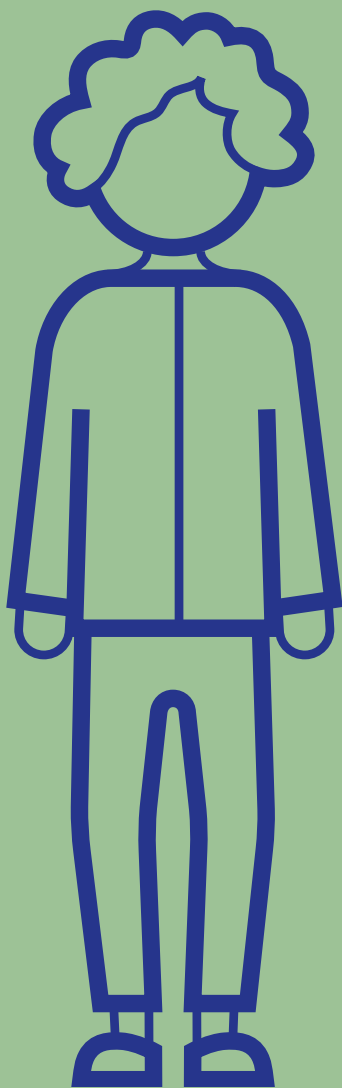
Förberedelse

De flesta sörjande menar att man aldrig fullt ut kan förbereda sig på hur det känns att förlora någon man älskar. Ändå kan det vara en hel del skillnader mellan sorgen vid ett plötsligt, oväntat dödsfall och sorgen när någon dör efter en tids sjukdom. När man vet att en närstående kommer att dö av sin sjukdom, börjar man

ofta sörja under tiden före döden. Detta kallas *antecipatorisk sorg*. Denna förberedande sorg kan förvisso vara mycket smärtsam, men också ge värdefulla vinster. En sådan är tillfällen till samtal med den sjuke och möjlighet att tillbringa tid tillsammans. Man kanske vill diskutera praktiska eller ekonomiska frågor, klara upp sådant som man varit oense om, eller utbyta tankar kring sjukdomen och det som ska komma. Att få tid att ordna upp eller reda ut saker kan vara lugnande och ge bättre kvalitet åt den tid man har kvar tillsammans. Samtidigt är det viktigt att inte ta ut döden i förskott, utan att fortsätta livet tillsammans. Ibland kan man, för att slippa smärtan för det som ska komma, sluta att räkna med den döende som en person och tala över huvudet på hen, eller kanske fly till andra aktiviteter.

Närvara vid dödsögonblicket

Har det någon betydelse för sorgprocessen om man är närvarande när döden närmar sig? Det finns inget svar som passar alla. Men de flesta önskar att få vara med vid dödsbädden, kanske för att hålla den döendes hand, smeka kinden eller läsa något. En medvetslös människa kan förnimma tal och beröring, något som kan tänkas skänka trygghet till den döende. När man talar i samma rum som en döende person bör man tänka på att hen kanske uppfattar det man säger. Att inte vara närvarande vid dödsfallet ger ibland skuld känslor. Många efterlevande berättar att den döende tycktes passa på att sluta sina dagar ensam. Kanske vill man bespara de närstående själva avskedets trauma? Många som inte varit med funderar över hur slutet var. Att få detaljerad information om tiden före och vid dödsögonblicket är viktigt för dem som inte kunnat vara närvarande. Ofta kan vårdpersonalen berätta hur det gick till när den sjuke avled.



Alla måste få den tid på sig att sörja som just de behöver.

Efter dödsfallet

Att ta farväl

I allmänhet är det bra för sorgearbetet att se den avlidne och få möjlighet att ta farväl. Om man önskar kan man få vara med och göra i ordning kroppen. Det kan kännas viktigt att den dödes anletsdrag är naturliga, håret i ordning och att omtyckta plagg ersätter sjukhuskläderna. Det är värdefullt att efteråt få prata med vårdpersonalen för att få svar på frågor. Kommer frågor upp senare kan man ta förnyad kontakt. Dödsbeviset kan till exempel vara skrivet så att man inte förstår dödsorsaken. Den ansvarige läkare kan då kontaktas för att förklara.

Det är normalt och vanligt att fundera över om man själv eller läkarna hade kunnat göra någonting annorlunda, så att den sjuke hade fått leva lite längre. Åltandet är en nödvändig del av sorgearbetet, men kan ibland komma att dominera, i synnerhet i letandet efter en "syndabock". Ibland känner vi egen skuld. Man kanske förebrår sig själv för att man inte fick iväg hen i tid till doktorn. Det är viktigt att veta att dessa tankar är en del av sorgeprocessen när vi försöker att acceptera det oundvikliga. Be att få ett samtal med läkare eller vårdpersonal för att rätta ut eventuella frågetecken.

Återgå till vardagen

Vissa personer tycker att det känns bra att få börja arbeta så fort som möjligt efter dödsfallet, medan andra kan tycka att de behöver mer tid innan de vill tillbaka till vardagen. Du ska inte behöva förklara eller försvara ditt sätt att sörja för andra. Många behöver fasta, vardagliga rutiner som ett stöd för att orka ta sig igenom sorgen. Detta gäller både barn och vuxna. När hela tillvaron ställts på ända, kan det för vissa vara viktigt att få fortsätta gå i skolan eller jobba precis som vanligt, även

om inget är som vanligt. Rutiner kan vara ett gott stöd i sorgen även om man inte orkar arbeta eller gå till skolan direkt efter dödsfallet.

Att hantera sorgen

Det finns inga allmängiltiga svar hur du kommer igenom sorgen, eftersom förluster upplevs olika. Sorgearbetet måste få ta sin tid. Det kan vara bra att ta det lugnare än vanligt, men ändå försöka hålla igång dagliga rutiner. Räkna med att bli trött och okoncentrerad eftersom en hel del energi går åt till att försöka förstå att den närstående avlidit och att en del av koncentrationen tas i anspråk av detta. Att sörja kräver omställning, som i sin tur kräver energi. Många behöver tillfällen att tala med andra om sin sorg och om den som gått bort. Oftast brukar vänner, bekanta och närstående kunna ge det stöd som behövs. Den sörjande kan ibland upprepa sig och upplevas som lite tjatig, men det är viktigt att få tala om den avlidne och om gemensamma upplevelser igen och igen. Dels hjälper det vid bearbetningen av den nya situationen, dels är det ett sätt att "hålla kvar" den avlidne och att inte glömma. Något som kan kännas väldigt viktigt.

I sorgearbetet är det nödvändigt att upprepa tankar och minnen gång på gång. Det är ett arbete som pågår - ett sorgearbete för att kunna förstå att det hänt och att den närstående aldrig kommer tillbaka. Det svåra är att hitta personer som orkar och vågar lyssna. Många tycker i all välmening att man ska försöka gå vidare. Men man vill inte glömma en kär person. Om de du pratar med inte

förstår att du behöver tänka på den som har dött, får du förklara det eller försöka hitta någon annan som lyssnar.

Ilska

Vi kan känna oss orättvist behandlade - "varför skulle det hända just oss?" Det är också naturligt att känna ilska mot den avlidne för att hen lämnat en, även om man förnuftsmässigt förstår att det är orättvist. Känslorna av irritation kan vara starka och skapa förvåning både hos en själv och hos ens bekanta. Ibland går det ut över människorna i omgivningen. Den känslomässiga påfrestring som sorgen medför kan ta sig många uttryck. Det gäller att förstå att den sörjande inte riktigt är sig själv.

Gråt

Det är ganska vanligt att oroa sig över att ens sorgereaktioner är onormala på något sätt. Det finns emellertid inga regler för hur man ska sörja. En del gråter mycket och ofta. Helt oförutsägbara saker, som associerar till den avlidne, kan utlösa gråten. Det kan kännas som om man inte kan sluta gråta, vilket kan kännas besvärande i sociala situationer. Gråtattackerna minskar vanligen med tiden. Gråten är ett naturligt uttrycksmedel och en hjälp i sorgprocessen. Andra har långt till tårarna utan att deras sorg är mindre för det. Den som inte förmår att gråta har kanske andra känslomässiga uttryckssätt. Befriande gråt kan för en del komma långt efter förlusten. Det underlättar om omgivningen är tillåtande inför den sörjandes sätt att reagera och för att sorgen inte går över, men att man lär sig att leva med den.

Livslust

Det kan kännas meningslöst att ensam göra saker som man tidigare gjorde tillsammans och som skänkte glädje. Dagliga promenader lockar kanske inte längre, kanske har du gångsvårigheter och behöver en arm att hålla i. Aktiviteter i eller utanför hemmet kan avstanna. Isolering och stillasittande kan försvåra återhämtningen efter förlusten. Vänner och bekanta kan ge en välbehövlig puff ut i livet igen, men bör samtidigt respektera att sorgen tröttar. Praktisk hjälp kan vara betydelsefull, då du till exempel kanske inte orkar städa som tidigare.

Humörsvängningar är vanliga och normala i sorgeprocessen. Ena dagen känns tillvaron enbart dystert, andra dagen kan sinnelaget vara ljusare och ge ökad livslust. Växlingarna kan vara många och täta, men oftast minskar de mörka stunderna och de ljusare ökar. Livslusten kommer oftast igen med tiden genom samspelet med andra människor.

Alkohol och lugnande medicin

Det är dessvärre inte ovanligt att sörjande använder alkohol för att försöka lindra sorgen. Mat-, rök- och dryckesvanor ändras ibland utan att man reflekterar över hälsoriskerna. En del använder även lugnande och sömngivande medel för att komma bort från smärtan i sorgen. Men att använda alkohol och läkemedel för att lindra sorgen kan vara bedrägligt och du bör vara uppmärksam på ett ökande behov.

Det är vanligt att närstående funderar över att ta något lugnande läkemedel inför begravningen. En nackdel kan vara att medicinens dämpande effekt hindrar dig från att "vara med" känslomässigt under begravningen. Att få släppa fram sina känslor är viktigt i bearbetningen av sorgen. En begravning kan vara ett bra tillfälle att få gråta och visa sin förtvivlan. Då finns också andra människor runt omkring som kan trösta och ge stöd. Det



Ibland kan närstående alldeles tydligt se den som har gått bort och till och med prata med den avlidne. Upplevelserna kallas förnimmelser.

kan inte läggas etiska eller moraliska aspekter på viljan att tillfälligt dämpa svåra och starka känslor. Men med för mycket lugnande medicin i kroppen kanske man inte riktigt tar tillvara begravningens syften, som att kunna känna och ge uttryck för sin sorg, få tillfälle att dela saknaden med andra eller ta till sig tröstens ord.

Förnimmelser

Ibland kan närstående alldeles tydligt se den som har gått bort och till och med prata med den avlidne. Detta är något som händer många människor som mist en kär närstående. Upplevelserna kallas förnimmelser. Kanske känner du en närvaro av den som dött, eller har syn-, hörsel eller beröringsupplevelser. Hur rationell du än är, kan det kännas som om den avlidna ser efter dig och att ni har en viss kontakt. Förnimmelserna är ofta kortvariga, men tydliga och intensiva. De sägs vara till hjälp i sorgen. Ändå är det ovanligt att man berättar om sina förnimmelser för någon annan, ofta av rädsla för att bli betraktad som lite konstig. Det kan vara svårt för den som inte sörjer att förstå att förnimmelserna kan vara trösterika i stället för skrämmande.

”En del oroar sig över att ens sorge-reaktioner är onormala på något sätt. Det finns emellertid inga regler för hur man ska sörja.”

Manlig och kvinnlig sorg

Det har forskats en del kring huruvida män och kvinnor sörjer olika, men resultaten går isär. Likheterna är sannolikt fler än olikheterna. Många kvinnor tycker dock att det känns bra att tala om sin sorg, medan många män hellre bearbetar den genom till exempel fysisk aktivitet.

Tid

”När min fru dog kom det som en chock fast jag visste att hon var sjuk. Nu har det gått fyra månader och jag borde väl börja kunna acceptera det som hänt. I stället känns det ännu mer ofattbart och fruktansvärt nu än strax efter dödsfallet. Hur kan det vara så?”

Fyra månader är ingen lång tid för den som har en stor sorg att bearbeta. Ett sorgearbete tar mycket längre tid än många tror. Ofta kommer den känslomässigt svåraste perioden när begravningen och alla praktiska bestyr är över, omkring tre månader efter förlusten. Då brukar saknad, ensamhet och övergivenhet bli påtagliga, kanske också missmod inför framtiden och tveksamhet kring hur man ska kunna anpassa sig till den nya situationen. Det är då som man mest behöver en stödjande omgivning. Det kan vara så att vänner och andra närstående inte längre har den sörjande i fokus och hör av sig mer sällan, vilket bidrar till känslan av ensamhet. Det är också vanligt att den sörjande, utan grund, känner sig tjugitig och som en belastning för omgivningen.

Det varierar mycket hur lång tid sorgearbetet tar. För de flesta tar det betydligt längre tid än de själva väntat sig eller vad omgivningen tror. Det är vanligt att det dröjer ett eller två år innan man känner sig redo att gå vidare i livet. Det första året efter dödsfallet kallades förr sorgeåret. Under det året måste du för första gången gå igenom allt utan den döde. Högtidsdagar kan bli en påminnelse om vad du förlorat. Även större helger som jul, påsk och midsommar kan vara särskilt svåra att komma igenom. Sommaren är också ofta svår, då kan det kännas som om alla andra reser bort och njuter av samvaron med varandra. För många sörjande väcker dessa tillfällen åter starka känslor. Årstidernas olika lukter och ljus påminner om hur det var ett år tidigare, då den närstående fortfarande levde. Många gånger är dessa minnen jobbiga om en längre sjukdomstid föregått dödsfallet. Detta år kan vara den allra tyngsta tiden, sedan kan det sakta börja bli lite lättare. För en del kan

det andra året känns svårare, speciellt om omgivningen förväntar sig att sorgen ska ha "gått över". Alla måste få den tid på sig att sörja som just de behöver. Sorgen går inte över, men vi lär oss att leva med den.

Att vara ett stöd

Hur kan du som närstående eller vän stödja den som sörjer? Ta gärna kontakt. Det är svårt för en sörjande att själv ta initiativ till kontakt. Visa att du finns till hands och är beredd att lyssna. Den som sörjer behöver tala om sina känslor och sina minnen gång på gång. Börja inte prata om din egen sorg, utan låt den sörjande själv tala. Undvik att komma med goda råd, men hjälp gärna till med det praktiska. Undvik inte den sörjande, utan sök kontakt och fråga hur det går. Orka stanna kvar och lyssna, även lång tid efter dödsfallet.

Syftet med samtalsstöd i sorgen

Syftet kan vara att:

- hjälpa den sörjande att leva med att förlusten är definitiv och att acceptera detta
- hjälpa personen att uttrycka sin sorg och andra känslor
- hjälpa den sörjande att fungera i vardagen utan den som avlidit
- upptäcka om personen fastnat i sorgen och behöver professionell hjälp.

Professionellt samtalsstöd

Även om det tar lång tid, klarar de flesta av att så småningom leva med sorgen. Men det händer att man fastnar i sin sorg och inte lyckas komma vidare. Obearbetad, komplicerad eller "frusen sorg" kan vara svår att klara av på egen hand. När inte stöd från släkt och vänner tycks räcka, bör man överväga att söka professionell behandling från legitimerade psykoterapeuter eller psykologer. Kritiska faktorer kan vara att den sörjande har:

- ihållande, svår ångest
- ihållande sömnproblem
- kraftig viktninskning eller -ökning
- alkohol- eller drogproblem
- självmordstankar.

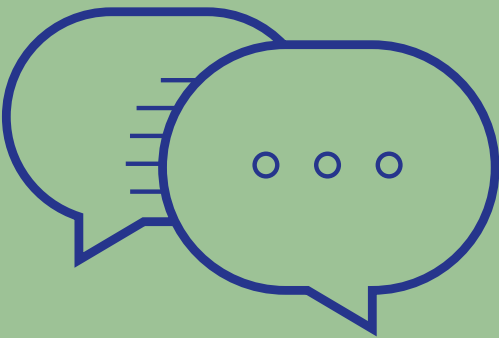
Hur vet jag att det professionella stöd jag väljer är bra?

Som sörjande kan det vara svårt att hitta rätt stöd.

Psykoterapi ska alltid förmedlas av en legitimerad yrkesutövare som uppfyller kraven på kompetens.

Psykiatriker, legitimerade psykologer eller legitimerade psykoterapeuter har sådan behörighet. Avgiften per timme eller konsultation kan variera, beroende på om man kommer på remiss eller som privatpatient. Avgiften varierar också beroende på vem du väljer att gå till. För yrkesverksamma kan ibland företaget

"Det händer att man fastnar i sin sorg. Vid frusen sorg bör man överväga att söka professionell behandling."



Det är vanligt att det dröjer ett eller två år innan man känner sig redo att gå vidare i livet.

där man är anställd ha egna remitteringsmöjligheter till psykiatrisk behandling och på så sätt minska kostnaderna. Viktigt när du får avgiftsbelagd behandling är att behandlaren uppfyller Socialstyrelsens krav på legitimation och kan visa intyg på detta. Apotekens "Läkarkatalog" innehåller förteckningar över läkare, psykologer och psykoterapeuter med behörighet.

Vart ska jag vända mig?

- Cancerlinjen bemannas av legitimerad vårdpersonal med lång erfarenhet av cancervård.
- Sjuksköterskor och läkare kan ge stödande samtal i samband med dödsfall. Allt fler sjukhus erbjuder i dag efterlevandestöd eller ger tips om var du kan söka kostnadsfri hjälp. Palliativa vårdavdelningar erbjuder ofta stöd och uppföljning till närstående.
- Kuratorer i hälso- och sjukvård är utbildade och vana vid problematiken och ger i många fall efterlevandestöd.
- Distriktssköterskan och husläkaren kan ge stöd och tips om vart du kan vända sig.
- Svenska kyrkan och andra samfund erbjuder ofta kostnadsfria stödsamtal, enskilt eller i grupp. Diakoner och präster har utbildning och ofta stor erfarenhet på området.

- Lekmannastöd – där exempelvis änkor leder kostnadsfria samtalsgrupper – finns på flera håll i landet.
- Legitimerade psykoterapeuter, psykiatriker eller psykologer med specialistkompetens på området rekommenderas om du har ”fastnat” i din sorg.

Barn och ungdomar

- Röda Korsets jourhavande kompis på www.rkuf.se
- Barnens hjälptelefon hos BRIS, telefon 116 111
- Centrum för barn och ungdomar i kris, Rädda Barnen, telefon 08-698 90 00.
- Randiga Huset, www.randigahuset.se

Lästips

- **Om sorg.** Grimby A & Johansson ÅK, 2005.
- **Vägar genom sorg.** Stockholms läns landsting, Enheten för Psykisk hälsa, 2005. Beskriver hur sorgen normalt kan te sig, vilka uttryck den tar och hur den förändras med tiden. I skriften finns tips på böcker för både ungdomar och vuxna.
- **När den som står nära dig dör.** My Persson. Alecta 1986. My Persson samtalar med olika personer om de frågor många människor ställer sig i samband med förlust av en närstående.

- **När livet går sönder.** En bok om kriser och hur vi möter dem. Cecilia Wikström, Uppsala Publishing House 2004.
- **Vägar i sorgen.** Björklund L, Gyllensvärd G. Natur & Kultur 2009.
- **Så mycket kärlek kan inte dö.** Moni Nilsson, Natur & Kultur, 2018. En bok om det allra svåraste: att förlora sin mamma i förtid, medan man själv fortfarande är barn.
- **Så skilde oss döden åt.** Karin Hägglund, Storge Förlag, 2019. På ett näket och reflekterande sätt berättar Karin om tiden med sjukdomen och om det första året efter Peters död.

Anteckningar

Text: Helene Wallskär
Medicinskt granskad: Cancerlinjen
Foto: Lena Granefelt/Johnér
Illustration: Cancerfonden
Tryck: Exakta Print, Borås. ISBN 978-91-88161-52-9
Reviderad 4:e upplaga, 2020.

Tillsammans gör vi skillnad!

Cancerfonden är en fristående, ideell organisation utan statligt stöd. Vårt arbete är helt beroende av testamenten och gåvor från privatpersoner och företag. Vi finansierar varje år fler än 500 forskningsprojekt som alla bär på hopp om att bidra till vår vision: att besegra cancer!

Vill du också bidra till vårt arbete?

Bli månadsgivare på cancerfonden.se.



CANCERFONDEN

TILLSAMMANS MOT CANCER

Cancerfondens vision är att besegra cancer. Genom att finansiera den främsta forskningen, sprida kunskap om cancer och påverka beslutsfattare i viktiga frågor, arbetar vi för att färre ska drabbas och fler ska överleva. Sedan 1951 har vi delat ut drygt 11 miljarder kronor till de främsta forskningsprojekten i Sverige.

Cancerfonden | 101 55 Stockholm

Besök: David Bagares gata 5 | Telefon 010-199 10 10

Plusgiro 90 1986-0 | Bankgiro 901-9514 | [cancerfonden.se](https://www.cancerfonden.se)