

Żywienie w trakcie leczenia onkologicznego

Porady i wskazówki dla rodziców



Nasze wartości

Dajemy *nadzieję* sobie nawzajem i otoczeniu.

Mamy *odwagę* reprezentować rodziny.

Mamy *siłę*, by wspierać dotknięte nieszczęściem dzieci i rodziny.

Wnosimy *radość* w codzienne życie.

Jedzenie to odżywianie, ale także radość ze wspólnego posiłku.

Przygotowaliśmy tę broszurę dla rodziców i innych krewnych dzieci chorych na raka, chcąc udzielić im porad i wskazówek dotyczących żywienia podczas leczenia i po jego zakończeniu.

Na różnych etapach leczenia apetyt może zwiększać się lub zmniejszać, nie dotyczy to jednak wszystkich dzieci. Wiele można osiągnąć normalizując sytuacje związane z żywieniem, utrzymując rutynę posiłków, proponując jedzenie i jedząc wspólnie.

Rodzice mogą również otrzymać indywidualne porady żywieniowe od fizjologa żywienia klinicznego w szpitalu.

→ Czytaj dalej, by dowiedzieć się więcej o
żywieniu w trakcie leczenia onkologicznego.



To normalne, że się niepokoisz

Niepokój i lęk są naturalną częścią bycia rodzicem.

Najważniejszą rolą matki i ojca jest ochrona swoich dzieci i dopilnowanie, by miały się dobrze. Niepokój jako reakcja na coś niespodziewanego, na przykład poważną chorobę, jest czymś naturalnym.

Jeśli chodzi o jedzenie w trakcie choroby, to normalne, że dziecko przybiera i traci na wadze na różnych etapach leczenia. Personel szpitalny nadzoruje wagę dziecka i w razie potrzeby wprowadza odpowiednie środki. Jako rodzic pamiętaj, że nie musi to oznaczać nic złego i że ciało potrafi radzić sobie z takimi zmianami i wahaniami samodzielnie.

Wiele osób szuka informacji w Internecie, staraj się jednak ograniczyć to źródło. Znajdziemy tam wiele wykluczających się porad, które mogą nas zdezorientować. Lepiej porozmawiać o swoich wątpliwościach i obawach ze specjalistami na oddziale. Są ekspertami w swojej dziedzinie i wiedzą, jak można pomóc.

Porady ogólne

- Nie włączaj witamin ani innych suplementów, nie ustalwszy tego uprzednio z lekarzem. Powiadom też, jeśli dziecko już przyjmuje suplementy.
- Jeśli dziecko ma problemy z łykaniem tabletek, w aptece można kupić specjalne powłoczki ułatwiające połykanie.
- Zapytaj lekarza lub pielęgniarkę, czy tabletkę można podzielić lub rozgnieść. Jeśli potrzebne jest rozrobienie leków z jedzeniem, powiedz dziecku, dlaczego to robisz i wykorzystuj do tego zawsze ten sam produkt. Dziecko będzie wtedy wiedziało, co się dzieje i nie czuje się oszukane.
- Niektóre leki są też dostępne w formie zawiesiny. Zapytaj lekarza, czy może przepisać wam taki lek, jeśli dziecko ma problemy z łykaniem tabletek.
- Jeśli twoje dziecko na co dzień przestrzega specjalnej diety, na przykład bezlaktozowej, bezglutenowej, wegetariańskiej czy wegańskiej, dobrym pomysłem może być niekiedy konsultacja z fizjologiem żywienia klinicznego, by upewnić się, że dostarczane są wszystkie niezbędne substancje odżywcze.

➔ Więcej porad znajdziesz na stronie legemidlertilbarn.no.

Żyj normalnie

Na ile to możliwe spróbuj utrzymać w domu rutynę, mimo, że waszą codzienność wywrócono do góry nogami i może to być trudne.

W dłuższej perspektywie ważne jest, by dziecko zachowało zdrowy stosunek do jedzenia, czyli jadło wtedy, kiedy jest głodne i kończyło jeść, gdy jest najedzone.

Podczas leczenia onkologicznego stosunek dziecka do jedzenia może się zmienić. Aby u dziecka nie rozwinęły się w przyszłości zaburzenia odżywiania, może być potrzebna pewna elastyczność. Zarówno jeśli chodzi o przyzwyczajenia, jak i to, co dziecko jada. Nawet przy zdrowych dzieciach zdarza się, że czasami odbiegamy od naszych zwyczajów i pozwalamy sobie w piątek na szczególnie pyszną przekąskę.



Pozwól dziecku współdecydować o porach posiłków i trenować rozpoznawanie sygnałów wysyłanych przez ciało.

Jak leczenie wpływa na apetyt



Chemioterapia

Przyjmowanie chemioterapii może różnie wpływać na jedzenie i apetyt. W jej trakcie i po jej zakończeniu kubki smakowe i doświadczenie smaku, mogą ulec zmianom. Często wiąże się też z nudnościami, ale mamy dziś skuteczne leki, które ograniczają ten efekt, a niekiedy mu zapobiegają. W razie potrzeby zapytaj na oddziale o leki przeciw nudnościom, szczególnie z myślą o uniknięciu dyskomfortu związanego z jedzeniem.

Chemioterapia wpływa też na śluzówki jamy ustnej i niektóre dzieci mogą mieć problemy z jedzeniem w związku z pęcherzami lub nalotem w buzi. Odpowiednia higiena jamy ustnej może nieco pomóc, ale dziecko może w okresie nasilenia objawów potrzebować leków przeciwbólowych. Pomóc może też ssanie kostek lodu lub zjedzenie lodów.

Leczenie onkologiczne może także wpłynąć na żołądek i jelita, zarówno poprzez zatwardzenia, jak i biegunki. Niektóre rodzaje chemioterapii szczególnie wiążą się z zatwardzeniami. Dlatego ważne jest, by dziecko przyjmowało zapobiegawcze leki przepisane przez lekarza.

RADI

Jeśli pojawią się problemy z jedzeniem, skontaktuj się z fizjologiem żywienia klinicznego w szpitalu.

Radioterapia

Większość dzieci nie ma problemów z apetytem czy jedzeniem w okresie radioterapii. Radioterapia okolic głowy i gardła może jednak powodować uszkodzenia śluzówek. Natomiast radioterapia okolic brzucha często powoduje biegunkę. Radioterapia łączona jest niekiedy z chemioterapią, co może powodować inne dolegliwości.

Leczenie kortyzonem

Chemioterapia łączona jest niekiedy z kortyzonem. Może to spowodować zwiększony apetyt u dziecka i poczucie nienasycenia, niezależnie od ilości spożywanego pokarmu. Niektóre dzieci nabierają ochoty na pewne produkty. Mogą na przykład w ramach każdego posiłku chcieć jeść bekon, wyjadać pasztet prosto z pudełka albo tygodniami jeść chipsy. Te zachcianki miną jednak, gdy dziecko skończy przyjmować leki.

Przeszczep komórek macierzystych

Przeszczep komórek macierzystych wiąże się ze szczególnymi zaleceniami. Jeśli dotyczy to twojego przypadku, więcej informacji otrzymasz od fizjologa żywienia klinicznego.



Co pomaga na ...?

Nudności

Dzieci cierpiące na nudności wolą zwykle jedzenie o łagodnym, świeżym lub słonym smaku. Na przykład owsiankę, naleśniki czy makaron. Kwaśnymi alternatywami są jogurt i cytrusy. Spróbuj podać dziecku frytki, słone krakersy, orzeszki ziemne, chipsy, kawior lub inne słone produkty, by pobudzić apetyt.

Jeśli zapach podgrzanego jedzenia sprawia, że dziecko czuje się gorzej, można je podać na zimno. Małe porcje są zwykle bardziej zachęcające niż pełen talerz. Możesz przygotować zestaw przekąsek: zimne pulpeciki, kawałki masła, parówki, ugotowany makaron, ryż na mleku, naleśniki, lody itp. i pozwolić dziecku wybrać, co chce zjeść.

- Podaj dziecku leki przeciw nudnościom.
- Zaproponuj, że przygotujesz to, na co dziecko ma ochotę.
- Podawaj małe porcje.
- Między posiłkami podawaj napoje.
- Unikaj zbyt tłustego i słodkiego jedzenia.
- Przed podaniem posiłku wywietrz, by pozbyć się zapachu.
- Przed posiłkiem pójście na spacer na świeżym powietrzu.
- Staraj się, by przerwy między posiłkami nie były za długie – serwuj raczej niewielkie, ale częste posiłki.

Zmiany smaku

Podczas chemioterapii smak i możliwości jego postrzegania mogą się zmienić. Nasze buzie są pełne kubków smakowych, a dzieci wyczuwają smak mocniej niż dorośli. Trochę cytryny, soli morskiej, oliwy lub czegoś słodkiego może bardzo zmienić smak potrawy.

Metaliczny posmak jedzenia:

Dodaj coś słodkiego, na przykład syrop klonowy i pokrop sokiem z cytryny albo wypróbujcie masło orzechowe lub zwykłe.

Słodki posmak jedzenia:

Dodaj sześć kropli soku z cytryny lub limonki. Jeśli to nie pomoże, dodawaj więcej soku, aż słodki posmak zniknie.

Słony posmak jedzenia:

Skrop je cytryną. Powinna zneutralizować słony posmak.

Gorzki posmak jedzenia:

Dodaj słodzik, na przykład syrop klonowy, miód itp.

Wszystko smakuje jak karton:

Dodaj soli, by zamaskować nieprzyjemny posmak. Pomoc może też skropienie cytryną.

Jak dbać o jamę ustną

- Rano i wieczorem korzystaj z łagodnego płynu do płukania jamy ustnej. Po posiłku przepłucz buzię wodą, by pozbyć się resztek jedzenia, które mogłyby uszkodzić śluzówkę.
- Zamiast wody można z powodzeniem wykorzystać NaCl 9mg / ml (0,9-procentową sól fizjologiczną), jeśli dziecko nie ma problemu z jej smakiem. Ma ona efekt lekko oczyszczający i zmniejszający lepkość śluzu.
- Żel Xylocain, sam lub w połączeniu ze śmietaną, można wykorzystać do uśmierzania bólu.
- Do mycia zębów używaj miękkiej szczoteczki lub gąbki do jamy ustnej i pasty bez „środków pieniających”, np. Zendium.
- Jeśli nie dajesz rady umyć zębów, możesz przepłukać buzię płynem do płukania jamy ustnej z chlorheksydyną, jak np. Flux Klorhexidin, aby zmniejszyć liczbę bakterii.

Rany i nalot w buzi

Po chemioterapii śluzówki jamy ustnej mogą stać się cienkie, osłabione i wrażliwe. U niektórych osób uszkodzenia jamy ustnej pojawiają się łatwiej niż u innych i często powracają. Rany pojawiają się mniej więcej po tygodniu leczenia, ale po kolejnym tygodniu śluzówki są już zwykle w lepszej kondycji.

- Pozwól dziecku płukać buzię lekko gazowaną wodą.
- Aby uniknąć bólu, wykorzystajcie słomkę.
- Zmieszaj jedzenie z łyżeczką oleju lub płynnego masła, by natłuścić buzię.
- Podawaj najlepiej miękkie potrawy, jak owsianka, purée ziemniaczane czy makaron z sosem serowym. Twardych produktów, takich jak chrupkie pieczywo, należy unikać, gdyż ich jedzenie może być bolesne.
- Omlety i naleśniki, potrawy o neutralnym smaku.
- Unikaj kwaśnych potraw oraz napojów cytrusowych, soków, pomidorów i ketchupu.
- Unikaj gorących, mocno przyprawionych i słonych dań.
- Nie mieszaj produktów o różnej konsystencji i wielu składników, jak np. w gulaszu.

Problemy trawienne

Zatwardzenie i biegunka są częstymi objawami i w obu tych przypadkach ważne jest odpowiednie nawodnienie.

Niekiedy mogą też wymagać leków. Fizyczna aktywność jest zalecana i szczególnie przy zatwardzeniach może wspomóc pracę układu trawiennego.



Jak radzić sobie z zatwardzeniem

- Dopilnuj, by dziecko piło wystarczająco dużo płynów.
- Na zatwardzenia może pomóc lek Movicol. Zatrzymuje on płyny w jelitach i zmiękcza stolec. Często należy go brać przez dłuższy czas, po konsultacji z lekarzem.
- Wypróbuj suszone śliwki, dostępne w formie puree, soku lub w całości. Pomoc mogą też inne suszone owoce, takie jak morele.
- W zaktywizowaniu jelit może pomóc masaż. Poproś personel lub fizjoterapeutę, by pokazali ci, jak to robić.
- Po posiłkach pomóż dziecku pójść do toalety i staraj się utrzymywać regularność tych wizyt.

Jak radzić sobie z biegunką

Podawaj w ciągu dnia więcej mniejszych posiłków i pilnuj, by dziecko piło wystarczająco dużo płynów. Unikaj pokarmów bogatych w błonnik, takich jak soczewica, fasola, groszek i owoce cytrusowe. Podawaj gotowane warzywa, owoce bez skórki, kompoty i kremy. Wypróbuj mleko i nabiał z niższą zawartością laktozy.

Obniżony apetyt

Na niektórych etapach leczenia pacjent może nie mieć apetytu, a jego waga często ulegać zmianie.

Mimo, że to nie łatwe, nie męcz dziecka tematem jedzenia. Możesz jednak proponować alternatywy. Pozwól dziecku zaproponować, co mogłoby zjeść. Jako rodzice, podejmujemy za dzieci wiele decyzji, nie możemy jednak zdecydować za nie, co i jak dużo zjedzą.

Dlatego unikaj wojny o jedzenie. Odmowa jedzenia jest metodą protestu dostępną dziecku w sytuacji, w której czuje się bezsilne i pominięte.

U nastolatków, które już wkroczyły w okres uniezależniania się, chęć zachowania kontroli może być jeszcze silniejsza. Jedzenie daje dobrą okazję do postawienia na swoim. Postaraj się jednak zachować przyzwyczajenia związane z posiłkami i poprosić nastolatka, by usiadł z wami do stołu, nawet jeśli nie będzie jadł. Wystawcie na stół jedzenie lub przystawki, które lubi i nie komentujcie, jeśli czymś się poczęstuje. Możesz zaproponować raz, ale nie zamęczać dziecka.



Porady na brak apetytu

Gdy dziecko je mało, można postarać się, by jedzenie było bardziej odżywcze. Pozwól dziecku samemu decydować, co zje, a w szpitalu poproś o karmienie zgodnie z jego preferencjami. Podaj mu słone przekąski, takie jak krakersy, chipsy czy oliwki, żeby pobudzić apetyt. Serwuj małe kawałki i porcje jedzenia. Możecie codziennie pozwalać sobie na deser.



NAPOJE ODŻYWCZE

Wypróbuj dostosowane do wieku preparaty i jogurty odżywcze, które możesz kupić w aptece albo przygotować samemu w domu. Niektóre z nich są pełnowartościowe, co oznacza, że mogą być jedynym źródłem pokarmu, podczas gdy inne mają stanowić dodatek do innego jedzenia.

Domowej roboty preparaty odżywcze mogą opierać się na przykład na jogurcie waniliowym, pełnym mleku, śmietanie czy lodach, do których można dodać owoce i jagody, czekoladę w proszku lub cukier waniliowy.

Możesz też dodawać napoje odżywcze do domowej roboty smoothie. Dzięki temu dziecko będzie spożywało więcej owoców i warzyw, które można mieszać z jogurtem, napojem odżywczym, odrobiną oleju czy awokado, aby zwiększyć kaloryczność.

W razie potrzeby pełne mleko można zastąpić napojami odżywczymi o neutralnym smaku. Można je też wykorzystać do przygotowywania posiłków.



ZWIĘKSZANIE WARTOŚCI ODŻYWCZYCH JEDZENIA

Do przygotowywania posiłków wybieraj produkty pełnotłuste, takie jak płynna lub miękka margaryna, olej rzepakowy, oliwa, majonez, pesto, awokado, pełne mleko, śmietana (także kwaśna) i jogurty. Ogólnie zaleca się ok. 1 dodatkową łyżeczkę tłuszczu na 1 dl owsianki, zupy, obiadu, jogurtu itp.

Do owsianki czy płatków śniadaniowych dodaj rodzynki, suszone owoce lub jagody i orzechy, dżem albo trochę cukru.

Do zup, sosów, gofrów, naleśników i wypieków dodaj dodatkowe jajko.

Do obiadu dodaj więcej sosu. Miękkie jedzenie jest łatwiejsze w spożyciu, a jeśli dziecko zmagają się z bólem w jamie ustnej, szczególnie zaleca się łagodne sosy albo na przykład śmietaną.

Do sałatek dodawaj kwaśną śmietaną lub dressing na bazie oleju czy oliwy.

Do owsianek, płatków śniadaniowych i na przykład naleśników używaj pełnego mleka.

Ser jest produktem odżywczym, który warto wykorzystać jako dodatek do kanapek, przekąsk lub garnirunek do ciepłych dań.



Porady na zwiększony apetyt

- Jedz o tych samych porach, co zwykle, a w ramach każdego posiłku serwuj tylko jedną porcję.
- Aby osiągnąć poczucie sytości, daj dziecku owoce, warzywa lub chleb razowy.
- W ramach przekąski zaproponuj mu pałeczki warzywne z niskokalorycznym dipem (przygotowanym z chudej śmietany lub lekkiego jogurtu).

Porady zmniejszające poczucie głodu

- Podawaj wodę niegazowaną lub gazowaną z fajną słomką.
- Wypróbuj smakową wodę mineralną.
- Zmobilizuj dziecko czy nastolatka do ruchu przy grach na konsoli Wii.
- Idźcie na spacer, na plac zabaw albo spotkajcie się z przyjaciółmi i róbcie inne rzeczy, które lubicie i na które dziecko ma siły.

Zwiększony apetyt

Leczenie kortyzonem często prowadzi do zwiększenia apetytu, ale przede wszystkim ciągłego, nienasyconego poczucia głodu.

Wprowadzenie ograniczeń dotyczących jedzenia i picia może łatwo przerodzić się w fiksację i negatywne emocje, co wpływa na przyzwyczajenia związane z posiłkami i samo jedzenie. Głód i nienasycenie są wynikiem przyjmowania kortyzonu i z reguły znikają, gdy dziecko przestaje go dostawać.

Postaraj się utrzymać dotychczasowe nawyki i jadać śniadanie, lunch, obiad, kolację i jedną przekąskę. Często potrzebne będzie ograniczenie spożywanego jedzenia, ale postaraj się robić to w jak najmniejszym stopniu. Porozmawiaj z dzieckiem, by rozumiało, że to lek sprawia, że czuje się częściej głodne i częściej ma ochotę na jedzenie.

Wieczny głód może wywołać konflikty. Szczególnie młodsze dzieci mogą doświadczać dużych wahań nastroju i w kilka sekund przechodzić z jednego ekstremum w drugie. U nastolatków kortyzon często powoduje obniżenie nastroju i zmęczenie.

Postaraj się znaleźć aktywności stymulujące i zajmujące dziecko oraz odciągające jego uwagę od jedzenia. Zaproponuj mu coś, co możecie robić razem i zachęć je do spędzania czasu z przyjaciółmi. Aktywność fizyczna może być zarówno przyjemna, jak i sprawić, że dziecko się ożywi.



Postaraj się znaleźć aktywności stymulujące i zajmujące dziecko oraz odciągające jego uwagę od jedzenia. Zaproponuj mu coś, co możecie robić razem i zachęćcie je do spędzania czasu z przyjaciółmi. Aktywność fizyczna może być zarówno przyjemna, jak i sprawić, że dziecko się ożywi.

Gdy dziecko je zbyt mało

Jeśli pacjent nie jest w stanie sam dostarczyć sobie wystarczającej ilości substancji odżywczych, może tymczasowo potrzebować sztucznego żywienia.



Karmienie przez sondę

Karmienie przez sondę jest dobrym rozwiązaniem wspomagającym na niektórych etapach leczenia, gdy lekarz stwierdza, że dziecko nie przyjmuje wystarczająco dużo płynów, kalorii lub substancji odżywczych. Dotyczy to szczególnie mniejszych dzieci, bardziej wrażliwych na utratę wagi.

Jedzenie podawane przez sondę wygląda jak kleik i zawiera wszystko, czego potrzebuje ciało. Sama przesyłająca jedzenie sonda to cienka rurka przechodząca przez nos bezpośrednio do żołądka. Zaletą karmienia przez sondę jest zmniejszenie presji jedzenia, dotyczącej zarówno dziecka, jak i rodzica. Mimo sondy dziecko może nadal próbować jeść samo.

Pozwól dziecku siedzieć razem z wami podczas posiłków i zadbaj o to, by na stole pojawiły się pałeczki warzywne, owoce lub inne drobne, apetyczne przekąski, które mogłyby zawędrować do buzi nawet, gdy apetyt jest niewielki. Zachęcaj dziecko do spróbowania, ale nie wywieraj na nim presji i nie męcz go. Gdy dziecko zaczyna znowu jeść, stopniowo odchodzi się od sondy.

To personel medyczny decyduje o tym, czy, kiedy i jak długo potrzebne jest karmienie przez sondę. Sondę łatwo można założyć i usunąć, dzięki czemu łatwo dostosować jej wykorzystanie do leczenia i samopoczucia dziecka.

Gastrostomia

Jeśli zdaniem lekarza dziecko będzie potrzebowało sondy przez dłuższy czas, dobrą alternatywą będzie PEG (przeżskórna gastrostomia endoskopowa). Gastrostomia to otwór w skórze, umożliwiający przepływ do żołądka. Sondę można zastąpić krótszym zgłębnikiem, nazywanym gastrostomią niskoprofilową, leżącym płasko na skórze. Za jego pośrednictwem dziecko przyjmuje pokarmy, płyny i leki bezpośrednio do żołądka, dzięki czemu nie potrzebuje sondy prowadzonej przez nos. Gdy PEG nie jest już potrzebny, można go usunąć. Otwór w brzuchu zrośnie się i pozostawi po sobie jedynie niewielką bliznę.

Żywienie pozajelitowe (parenteralne)

Żywienie pozajelitowe (dożylnie) wykorzystuje się, gdy przewód pokarmowy nie funkcjonuje prawidłowo lub gdy dziecko tak źle toleruje jedzenie lub karmienie przez sondę, że ma niedobór substancji odżywczych. Na niektórych etapach leczenia może zająć potrzeba zaspokojenia całkowitego zapotrzebowania na substancje odżywcze drogą pozajelitową (całkowite żywienie pozajelitowe, TPN) lub wykorzystania go w dodatku do zwykłego jedzenia lub karmienia przez sondę (częściowe żywienie pozajelitowe, PN). Dobrze, jeśli w dodatku do żywienia pozajelitowego dziecko jest w stanie coś zjeść lub otrzymać pokarm przez sondę, by odżywić jelita – o ile lekarz nie zalecił inaczej.

Niech posiłki będą przyjemne i rodzinne

Pomimo choroby dziecka, cała rodzina (także rodzeństwo) skorzysta na zachowaniu związanej z posiłkami rutyny – pomoże to znormalizować sytuację.

- Jedzcie razem, w rodzinnym gronie. Ładnie nakryjcie do stołu, a przy niektórych posiłkach możecie wykorzystać śmieszne okulary, czapeczki albo słomki.
- Odłóżcie telefony, tablety i inne sprzęty zakłócające spokój. Bądźcie obecni i porozmawiajcie o wydarzeniach danego dnia.
- Niech wszyscy jedzą to samo.
- Zaproponuj dziecku jedzenie, ale nie męcz go, jeśli nie chce jeść.
- Serwuj małe porcje i kawałki albo niewielkie dania i pozwól dziecku samemu wybrać, co zje, nie przywiązując do tego większej wagi.
- Nie wymagaj, by dzieci siedziały przy stole za długo. Ciepłe dania, które wystygły, zwykle nie są smaczne, a w przypadku małych dzieci 20 – 30 minut to wystarczająco długo.

Zachęcaj do aktywności fizycznej

Ruch jest korzystny zarówno przy braku apetytu, jak i przy jego nadmiarze. Stymuluje on apetyt i pomaga utrzymać prawidłową wagę.

Najłatwiej zacząć od czegoś, co dziecko lubi. Może to być na przykład wycieczka na plac zabaw albo spotkanie z przyjaciółmi. Dobrym pomysłem może też być codzienny spacer, krótka przejażdżka rowerem albo gra w piłkę. Ruch sprawia, że ciało lepiej działa, wzmacnia się, polepsza się równowaga, a dziecko ma więcej energii. Aktywność fizyczna pomaga też przy stanach lękowych, problemach ze snem i zmęczeniu.



Po zakończeniu leczenia

Po zakończeniu leczenia onkologicznego ważny jest stopniowy powrót do zwykłej diety, trzymanie się stałych, regularnych posiłków, wybieranie na co dzień zdrowych produktów, ale też pozwalanie sobie na pyszną przekąskę w weekend.

→ Więcej informacji znajdziesz w naszej broszurze dotyczącej długoterminowych skutków ubocznych.

RADY

Na co dzień zalecamy stosować się do zaleceń żywieniowych Ministerstwa zdrowia (Helsedirektoratet). Przestrzegając ich, zapewniasz dziecku odpowiednią ilość kalorii i substancji odżywczych.

Poproś o konsultację u fizjologa żywienia klinicznego, jeśli myślisz, że mógłby pomóc.



Dobłą formą wsparcia może być spotkanie z osobą, która przeszła przez podobne doświadczenia. W Barnekreftforeningen możesz poznać inne osoby podczas organizowanych wydarzeń i znaleźć wspólnotę, która będzie ci odpowiadała.

O Barnekreftforeningen

Barnekreftforeningen (Stowarzyszenie na rzecz dzieci z chorobami nowotworowymi) to ogólnokrajowa organizacja prowadzona przez wolontariuszy.

Mamy biuro w Oslo, a także 14 oddziałów wojewódzkich, prowadzonych przez rodziny, które mają lub miały dziecko chore na raka. Oddziały wojewódzkie działają na rzecz rodzin w ramach wolontariatu. Naszym celem jest, by żadne dziecko nie przegrało walki z rakiem.

Zadaniem Barnekreftforeningen jest pomoc dzieciom i młodzieży chorym na raka oraz ich rodzinom. Pomagamy całej rodzinie, czyli zarówno choremu dziecku, jak i jego rodzeństwu i rodzicom. Niektóre z chorych dzieci wyzdrowiały, niektóre żyją z długoterminowymi skutkami ubocznymi, niektóre kontynuują leczenie, a inne niestety odeszły.

Organizujemy w szpitalach wieczory dla rodziców, podczas których oferujemy rozmowy z osobami o podobnych doświadczeniach. Gdy twoje dziecko otrzymuje tak poważną diagnozę jak rak, rozmowa z osobą, która doświadczyła tego samego co ty, może okazać się pomocna. Zapewniamy także pozytywne doświadczenia dzieciom leżącym długo w szpitalu.

Barnekreftforeningen chce być największym w Norwegii promotorem obecności tematu raka u dzieci w mediach i społeczeństwie. Zarazem wspieramy badania i edukację, mające na celu zwalczać nowotwory u dzieci.

Różne rodzaje członkostwa

Członkostwo rodzinne

Członkostwo rodzinne to opcja dla rodzin z jednego gospodarstwa domowego z dzieckiem, które ma lub miało raka. W przypadku dziecka i jego rodzeństwa granica wiekowa wynosi 18 lat. Dzieci i rodzeństwo powyżej 18 r.ż. chcące zostać członkami, muszą ubiegać się o członkostwo indywidualne. Członkostwo rodzinne daje obu opiekunom i ich dziecku powyżej 15 lat demokratyczne prawa. To samo dotyczy opiekunów dzieci, które zmarły na nowotwór.

Oferujemy trzy warianty członkostwa rodzinnego:

- Dziecko w trakcie leczenia
- Po leczeniu i
- Utracone

Można także zapisać się do grupy skupiającej się na długoterminowych skutkach ubocznych.

Członkostwo indywidualne

Członkostwo indywidualne przeznaczone jest dla pojedynczych osób powyżej 15 r.ż., które przeszły leczenie nowotworu w wieku dziecięcym, mają chore na raka rodzeństwo lub są opiekunami takiego dziecka, a mieszkają pod innym adresem niż ono.

Oferujemy trzy warianty członkostwa indywidualnego:

- Dziecko w trakcie leczenia
- Po leczeniu i
- Utracone

Członkowi indywidualnemu przysługują demokratyczne prawa.



Członkostwo wspierające

Członkostwo wspierające powstało z myślą o osobach chcących dowiedzieć się więcej o chorobach nowotworowych u dzieci i wesprzeć pracę na rzecz takich pacjentów. Członkowie wspierający mogą być wybierani do pełnienia funkcji.

Członkostwo dla firm

Firmy także mogą zostać członkiem stowarzyszenia.

→ Zapisać się i wnieść opłatę można pod adresem barnekreftforeningen.no

Z czym wiąże się członkostwo?

Jako członek stowarzyszenia masz niepowtarzalną okazję wpłynąć na warunki życia dzieci i młodzieży chorych na raka oraz ich rodzin.

Opłaty członkowskie są w pełni przekazywane na działania oddziału stowarzyszenia w danym województwie. Członkostwo w Barnekreftforeningen daje dostęp do wspólnoty rodzin, które są lub były w takiej samej sytuacji. Stowarzyszenie udziela informacji, porad i wsparcia na wszystkich etapach życia z dzieckiem, które ma lub miało raka.



Skontaktuj się z oddziałem w twoim województwie lub z pracownikami Barnekreftforeningen i opowiedz nam, co jest dla ciebie ważne.

Kontakt

Jeśli masz pytania
dot. członkostwa lub
Barnekreftforeningen,
skontaktuj się z nami.

E-mail

kontakt@barnekreftforeningen.no

Telefon

+47 919 02 099

Adres siedziby

Tollbugata 35
0157 Oslo

Adres do korespondencji

Postboks 78 Sentrum
0101 Oslo



Zapisz się pod adresem

barnekreftforeningen.no

© 2023 Barnekreftforeningen

Nr podmiotu gosp. 985 550 999

Broszurę opracowali

Barnekreftforeningen i
Guri Vebenstad-Blikshavn
*Fizjolożka żywienia klinicznego,
Akershus universitetssykehus HF*

Źródła

Barncancerfonden
Mat vid behandling av barncancer
rebeccakatz.com, 2016
*The elephant under the rug: transient
taste changes with cancer therapy*
Janne Anita Kvammen
*Ernæringsbehandling
til barn som har kreft*
oncolex.no
knappenforeningen.no

Layout Neuschnee AS / Maren Tanke

Zdjęcia André Clemetsen (s. 10, 18),
Pexels, iStock, Unsplash

Druk Konsis Grafisk AS

Kwiecień 2023

Nasze oddziały wojewódzkie

Agder

agder@barnekreftforeningen.no

Buskerud

buskerud@barnekreftforeningen.no

Innlandet

innlandet@barnekreftforeningen.no

Møre og Romsdal

more.romsdal@barnekreftforeningen.no

Nordland

nordland@barnekreftforeningen.no

Oslo og Akershus

oslo.akershus@barnekreftforeningen.no

Rogaland

rogaland@barnekreftforeningen.no

Telemark

telemark@barnekreftforeningen.no

Troms og Finnmark

troms.finnmark@barnekreftforeningen.no

Trøndelag

trondelag@barnekreftforeningen.no

Vestfold

vestfold@barnekreftforeningen.no

Vestland

vestland@barnekreftforeningen.no

Østfold

ostfold@barnekreftforeningen.no



Projekt został sfinansowany przez
fundację Dam (2022/HE2-417894).



Wesprzyj nas

Konto na darowizny

7058 09 33333

vopps

02099

barnekreftforeningen.no