



## **Referat fra medlemsmøde i Kgs. Lyngby 17. november 2012**

Der deltog ca. 40 medlemmer samt Kaja Højgaard, Hanna Rübner og Jytte Holte fra DALYFO's bestyrelse i mødet.

Eftermiddagens program var

14.00 – 15.15 Manuel Lymfedrænage v/ Gitte Rishaug, Søborg fysioterapi

15.40 – 17.00 Lær at leve med en kronisk lidelse v/ Psykolog Katrine Bonnevie.

Gitte Rishaug fortalte levende om lymfesystemets opbygning og gennemgik, hvordan det er muligt ved manuel lymfedrænage (MLD) og bandagering at formindske ødemer.

Gitte Rishaug viste på en af deltagerne, hvordan den manuelle lymfedrænage blev foretaget udenom det beskadigede væv og hen til nærmeste sunde lymfekirtel. Der var under hele foredraget mulighed for at stille spørgsmål, og spørgelysten var stor.

Til sidst i i foredraget blev der spurgt ind til de sidste nye forskningsresultater, hvor der er blevet påpeget, at det er nok med bandagering uden MLD.

Gitte svarede, at lymfen nok ville kunne finde vej uden MLD, men at det ville tage lang tid, og at det ville være tvivlsomt, om proteinstofferne ville følge med.

Fra arrangørernes side blev det understreget, at de forskningsresultater, man indtil videre har, bygger på cancerrelateret armlymfødem, så det er alt for tidligt at undsige MLD på den smalle baggrund, og at vi naturligvis følger med i, hvad der sker på forskningsområdet. Samtidigt opfordrer vi vores behandlere til at vise, at MLD virker.

I pausen blev der serveret kaffe, te og boller med ost, gulerødder, clementiner og pebernødder.

Katrine Bonnevie gennemgik, hvordan man skal håndtere krisesituationer og være opmærksom på sit eget jeg og på, at man ikke skal være alene med sine problemer. Man skal lære sig at opfatte ting positivt og være udadvendt og ikke gemme sine problemer.

Derudover havde Helle Mathorne syet "Deco-Sleeves" - overtræksærmer, som blev fremvist af Hanna Rübner og Jytte Holte, som et forslag til, hvordan man kan dække en armstrømpe, så den får mindre fokus af omverdenen.

Referenter - Hanna Rübner, Kaja Højgaard, Jytte Holte