

Bæjarstjórn Kópavogs
Digranesvegi 1
200 Kópavogur

29. desember 2021

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins sækir hér með um 500.000 kr. styrk úr bæjarsjóði Kópavogs til starfsemi sinnar og þakkar um leið mikilvægan styrk sem félaginu var veittur, sbr. umsókn félagsins frá 22. desember 2020.

Félagssvæði Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins nær yfir Hafnarfjörð, Garðabæ, Kópavog, Reykjavík, Seltjarnarnes og Mosfellsbæ. Helstu viðfangsefni félagsins eru fræðsla um krabbamein og krabbameinsvarnir en félagið annast fræðslustarfsemi í umboði Krabbameinsfélags Íslands.

Sótt er um styrk til áframhaldandi fræðsluverkefna félagsins. Nokkur dæmi um þau eru nefnd hér að neðan:

1. Útgáfu- og fræðsluverkefni

Krabbameinsfélagið gefur út fræðslurit og heldur úti öflugri vefsíðu. Öllu almennu fræðsluefni félagsins er dreift ókeypis.

Norrænu krabbameinsfélögin eru með samstarfshóp í tóbaksvörnum og í samstarfi við Geislavarnir ríkisins, Embætti landlæknis og húðlækna er unnið að sólarvörnum (átaksverkefnið Hættan er ljós).

Félagið vinnur náið með stuðningshópum Krabbameinsfélagsins Íslands að fræðslu- og útgáfumálum hópanna og með Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins. Verið er að leggja lokahönd á fræðsluefni um réttindi krabbameinssjúklinga (verður þýtt á ensku og pólsku), fræðsluefni um það að greinast aftur og endurgerð fræðsluritsins „Mamma, pabbi hvað er að?“. Áfengisneysla er flokkuð sem þekktur krabbameinsvaldur hjá Alþjóðakrabbameinsrannsóknarstofnuninni (IARC). Félagið er að vinna að fræðsluefni um þessa áhættu.

2. Tóbaksvarnafræðsla og námskeið í reykbindindi

Það hefur verið forgangsverkefni Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins í meira en sextíu ár að fræða um skaðsemi reyklinga og annarrar tóbaksneyslu. Því starfi mun félagið halda áfram af fullum krafti. Verulegur árangur á því sviði náðist með fræðslu til grunnskólanema en hún stóð hæst frá 1975 til 2004. Við ásamt fleirum höfum miklar áhyggjur af útbreiðslu, greiðu aðgengi og viðhorfi ungs fólks til reyklauss tóbaks (ekki síst nikótínþúða). Við ætlum að standa að málþingi um skaðsemi reyklauss tóbaks og erum að vinna að fræðsluefni á samfélagsmiðlum um ýmsa nikótínnotkun en reyklaust tóbak er markaðsett grimmilega á t.d. samfélagsmiðlum.

Félagið hefur frá árinu 1985 staðið fyrir námskeiðum til að hjálpa fólki að hætta að reykja og nota tóbak. Unnið er að því að greina og afmarka sérstaklega hópa sem sýna lakari stöðu en aðrir hvað varðar tóbaksnotkun og ná til þeirra hópa sem hér um ræðir með sértækum hætti. Á næstunni stefnum við að því að bjóða Pólverjum sem reykja (nota tóbak) aðstoð við að hætta þeirri notkun. Við vinnum í nánú samstarfi við Reyksímann.

Að frátöldum styrkjum stendur félagið sjálft undir kostnaði við fræðslustarfið, einkum með rekstri happdrættis Krabbameinsfélagsins. Kostnaður við stuðning við sjúklinga og fræðslu félagsins var rúmar 18,6 milljónir króna árið 2020. Mikilvægt er að félagið fái áframhaldandi fjárstuðning við fræðslustarfsemi sína.

Með bestu kveðjum og með von um góðar undirtektir,
f. h. Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins



Guðlaug B. Guðjónsdóttir framkvæmdastjóri
gbg@krabb.is, s. 540 1900
Skógarhlíð 8, 105 Reykjavík

Meðfylgjandi:

1. Ársreikningur 2020 og ársskýrsla félagsins.

Skjal sótt af '00000000000' dags: 19.08 2026



Skýrsla stjórnar flutt á aðalfundi
22. mars 2021

Ársskýrsla stjórnar Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins 2020-2021

Flutt á aðalfundi 22. mars 2021

Skýrslan nær yfir síðasta starfsár, frá aðalfundi 18. maí 2020 til aðalfundar 22. mars 2021.

Stjórn og starfsmenn

Frá síðasta aðalfundi hefur stjórn Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins verið þannig skipuð: Árni Einarsson formaður, Ásgerður Sverrisdóttir varaformaður, gjaldkeri er Jón L. Árnason og meðstjórnendur Arnar Hauksson, Hafrún Dóra Júlíusdóttir, Magnús Gunnarsson og Þórunn Sævarsdóttir. Í varastjórn eru Gestur Svavarsson, Vala Smáradóttir og Þorbjörg Guðmundsdóttir sem jafnframt hefur verið ritari.

Stjórnarfundir voru sjö milli aðalfunda og sóttu varamenn þá til jafns við aðalmenn. Formaður, gjaldkeri og framkvæmdastjóri funduðu eftir þörfum.

Guðlaug B. Guðjónsdóttir er framkvæmdastjóri í fullu starfi. Ingibjörg K. Stefánsdóttir hjúkrunarfræðingur veitir einstaklingum ráðgjöf varðandi tóbaksvarnir.

Félagsmenn eru 1.250, ævifélagar eru 32 og heiðursfélagar 15. Þar að auki velja rúmlega 50 velunnarar Krabbameinsfélagsins að hluti framlags þeirra fari til Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins.

Heimsfaraldurinn

Kórónuveirufaraldurinn hefur raskað starfsemi Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins allt starfsárið eins og samfélagsins og heimsbyggðarinnar allrar. Stuðningshópar hafa ekki getað hist, bæði vegna samkomutakmarkana og aukinnar áhættu þessara hópa. Námskeiðum, málþingum, ráðstefnum og fyrirlestrum hefur verið frestað og þá sérstaklega fræðslustarfsemi sem snýr að skólum. En staðan hefur á sama tíma kennt okkur nýjar leiðir og lausnir; fleiri og nýrri samskiptamöguleikar hafa þróast mikið og gert okkur kleift að funda í netheiminum, fá sem mörg, varðandi ýmiss málefni. Einnig má minnst á áhrif faraldursins á tekjuöflun félagsamtaka.

Fræðslu- og forvarnastarfsemi

Í samstarfssamningi við Krabbameinsfélag Íslands frá því í mars 2014 er kveðið á um fræðslu- og fagrað sem skuli skipað fimm manns og tveimur til vara. Þrír aðalmenn eru tilnefndir af Krabbameinsfélagi Íslands og tveir af Krabbameinsfélagi Reykjavíkur. Framkvæmdastjóri Krabbameinsfélags Reykjavíkur skyldi vera starfsmaður ráðsins. Hlutverk ráðsins á að vera að marka stefnu í fræðslumálum Krabbameinsfélagsins og leggja fram framkvæmda- og kostnaðaráætlun þar sem gerðar eru tillögur um helstu verkefni komandi árs. Ráðið starfaði ekki á starfsárinu.

Krabbameinsfélag Reykjavíkur óskaði eftir endurskoðun á samningi félaganna í febrúar 2015. Formenn félaganna hafa verið með málið í vinnslu en endurskoðun samnings er ekki lokið.

Útgáfumál og fræðsluverkefni

Verið er að vinna stutt árveknisskilaboð fyrir samfélagsmiðla til að koma á framfæri við almenning ávinningi af ýmsum hollum lífsháttum sem skipta máli, t.d. varðandi krabbameinsáhættu. Skilaboðin eru myndskreytt og eru byggð á European Code Against Cancer – tólf leiðir til að draga úr líkum á krabbameini. Aðildarfélögum Krabbameinsfélagsins verður boðið að nýta skilaboðin á sínum félagssvæðum. Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins hefur á starfsárinu skoðað ýmsa möguleika til að auka þekkingu almennings um ristil og endaparmskrabbamein og mikilvægi skimunar. Samráð hefur verið við ýmsa fagaðila.

Fræðsluefni fyrir karla með krabbamein í blöðruhálskirtli um virkt eftirlit og vaktaða bið er nánast tilbúið. Efnið er að grunni til breskt (Prostate Cancer UK) og unnið í samstarfi við Framför og Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélags Íslands. Einnig er á lokametrunum fræðsluefni frá sama breska aðila um krabbamein og kynlíf, og er það sérstaklega miðað við þá sem hafa greinst með krabbamein í blöðruhálskirtli og aðstandendur þeirra. Það efni er unnið í samstarfi við Góða hálsa og Ráðgjafarþjónustuna. Styrkir fengust til þessara þýðingaverkefna að hluta úr Velunnarasjóði Krabbameinsfélagsins. Frestað hefur verið vegna faraldursins að senda til heilsugæslustöðva fræðsluritið „Krabbamein í blöðruhálskirtli – Leiðbeiningar fyrir karla sem eru nýgreindir með sjúkdóminn“ þar sem engin fræðslugögn liggja frammi á þessum tímum. Sýna á stutt skilaboð úr fræðslumyndinni „Karlamein – um krabbamein í blöðruhálskirtli“ á samfélagsmiðlum á næstu vikum.

Áfengi er einn mikilvægasti áhættuþátturinn fyrir mörg krabbamein. Félagið fékk styrk úr Lýðheilsusjóði til að vinna fræðsluefni um krabbamein og áfengi. Verkefnið er unnið í samráði við Krabbameinsfélag Íslands. Fræðsluspjall Árna formanns og Laufeyjar Tryggvadóttur framkvæmdastjóra Krabbameinsskrárinnar er tilbúið og á næstunni verða stutt skilaboð úr því efni nýtt á samfélagsmiðlum. Einnig var útbúin skýringarmynd (líkamsmynd) um hvaða krabbamein það eru sem eru með staðfest áhættutengsl við áfengi.

Árni Einarsson formaður félagsins er búinn að vera í stjórn NordAN um árabil en það er norrænt samstarf ýmissa samtaka um vímuvarnir. Í lok október sl. stóðu samtökin að netmálþingi um áfengi og krabbamein á Norðurlöndum með þátttöku krabbameinsfélaga á Norðurlöndum. Við fengum Jóhönnu Eyrúnu Torfadóttur sérfræðing hjá Krabbameinsfélagi Íslands til þess að vera með erindi fyrir hönd Íslands.

Aftur og aftur koma fram frumvörp sem miða að því að auka aðgengi að áfengi; t.d. með sölu á framleiðslustað, vefverslun, afnámi banns við heimabrugun o.fl. Öll þessi frumvörp ganga þvert á öll forvarnasjónarmið, vegna þess að það er viðurkennt að með auknu aðgengi eykst neyslan. Árni formaður og Guðlaug voru boðuð á rafrænan fund hjá allsherjar- og menntamálanefnd núna í byrjun mars varðandi eitt þessara frumvarpa sem við erum búin að senda umsögn um. Nokkur forvarnarfélög, m.a. Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins, og einstaklingar, sem láta sig forvarnir varða hafa um nokkurn tíma haft reglulegt samráð um hvernig bregðast skuli við þessum aukna þrýstingi. Mjög er orðið þarft að gerð sé heildstæð stefna í áfengisforvörnum.

Veffræðsluefni um næringu og krabbamein er tilbúið. Það var samstarfs verkefni okkar, Ráðgjafarþjónustunnar, fræðsludeildar Krabbameinsfélags Íslands og Landspítala.

„Mamma, pabbi hvað er að?“ er fræðsluefni fyrir fjölskyldur þar sem foreldri fær krabbamein. Efnið er þýtt og staðfært fræðsluefni frá Danska krabbameinsfélaginu. Búið er að teikna nýjar myndir í bæklinginn og lokayfirlestur er að ljúka. Verkefnið er unnið í samvinnu við Ráðgjafarþjónustuna.

Fræðslurit Krabbameinsfélagsins í nýja forminu eru átta talsins en mörg rit eru til viðbótar eingöngu á vefsíðu Krabbameinsfélagsins svo og annað fræðsluefni sem Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins hefur látið útbúa eða aðstoðað við með yfirlestri og fleiru. Verið er að vinna að endurútgáfu og uppfærslu á fræðsluritinu „Brjóstakrabbamein – Algengasta krabbamein kvenna“.

Tóbaksvarnir o.fl.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins hefur gegnum árin staðið fyrir reykleysisnámskeiðum en engin námskeið hafa verið haldin að undanfögnu þar sem fáar beiðnir koma þar um. Ingibjörg K. Stefánsdóttir svarar

fyrirspurnum einstaklinga, fyrirtækja og stofnana um tóbaksvarnir sem koma gegnum vefinn og í síma. Félagið vinnur náið með Ráðgjöf í reykbindindi (Reyksímanum á Húsavík) og beinir líka fyrirspurnum um aðstoð til ráðgjafanna þar. Jóhanna Kristjánsdóttir frá Ráðgjöf í reykbindindi aðstoðaði okkur í ársbyrjun með rafrænt fræðsluerindi um reykbindindi/tóbaksbindindi hjá einu stórfyrirtæki. Félagið hefur boðið aðildarfélögum Krabbameinsfélags Íslands aðstoð ef þau vilja standa fyrir reykleysisnámskeiðum á sínum félagssvæðum.

Framhald á fræðsluverkefni okkar varðandi rafsígarettur í 10. bekkjum grunnskóla á landsbyggðinni hefur verið í bið vegna veirufaraldursins. Í framhaldi af námskeiðinu haustið 2019 fyrir norðan var farið í samstarf við heilbrigðissvið Háskólans á Akureyri. Fyrirhugað var að nemendur þar útbyggju fræðsluefni um rafsígarettur sem þeir færu svo með í skóla og víðar núna í vor. Verkefni nemanna væri hluti af námi þeirra. Jóhanna Kristjánsdóttir, sem stýrir Reyksímanum, og vinnur með okkur að ýmsum tóbaksforvarnaverkefnum, kom einnig að þessu þar sem hún sér um kennslu í tóbaksvörnum í HA. Því miður hefur ekki verið mögulegt fyrir nemendurna að heimsækja skóla, eins og til stóð, vegna veirufaraldursins. Í fyrravetur var tekinn upp fræðslufyrirlestur með Láru Sigurðardóttur lækni sem unnið hefur með okkur að rafsígarettufræðslunni. Fyrirlesturinn er aðgengilegur fyrir skóla, foreldrafélög, heilsugæslur, félagsmiðstöðvar, vinnuskóla og fleiri. Verkefnið er styrkt af heilbrigðisráðuneytinu.

Krabbameinsfélag Hafnarfjarðar átti í mörg ár samstarf við Hafnarfjarðarbæ og vann dyggilega að forvörnum gegn tóbaksneyslu barna og ungmenna sem að sjálfsögðu var framhaldið undir nafni Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins. Að undanfögnu hefur áherslan beinst að munntóbaksforvörnum og að nú hefur bæst við fræðsla um rafsígarettur og nikótínþúða. Hin góða fyrirmynd, Jón Ragnar Jónsson tónlistar- og fjölmiðla- maður, er þessa dagana að heimsækja nemendur í 8. bekk í Hafnarfirði.

Undanfarið ár hafa nikótínþúðar, sem engin lög og reglugerðir ná ennþá yfir, verið markaðssettir grimmt á vefsíðum og samfélagsmiðlum í aðlaðandi umbúðum og jafnvel með bragðtegundum sem höfða til yngri kynslóða. Hægt er að fá þúðana með mjög miklu nikótíninnihaldi - langt umfram aðrar nikótínvörur sem seldar eru á íslenskum markaði og falla undir lög og reglugerðir. Markaðssetning á þúðunum er mjög keimlík þeirri sem var með rafsígarettur og vökvana.

Í Gallup-könnun sem Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins og fleiri létu gera í nóvember 2020 varðandi viðhorf til rafsígarettu og nikótínþúða kemur fram að að 95% 18 ára og eldri höfðu ekki notað rafsígarettur í ár (2020) miðað við 90,4% í sams konar könnun í fyrra. Þá sögðust 79% ekki nota nikótínvörur yfir höfuð. Um 85% vildu bann við notkun rafsígarettna á veitingastöðum og 64% töldu að rafsígarettur væru jafn skaðlegar og annað tóbak. Niðurstöður sýndu að að rúmlega 85% svarenda voru sammála fullyrðingunni um að kaup á nikótínþúðum (í vör) ættu að vera háð sömu skilyrðum og gilda um aðrar nikótínvörur, svo sem sígarettur. Fleiri voru sammála fullyrðingunni eftir því sem aldur svarenda var hærri. Mesta notkun þúðanna er í aldurshópnum 18-24 ára, um 19%.

Félagið sendi inn umsögn í samráðsgátt stjórnvalda varðandi frumvarp um breytingar á lögum um rafrettur og nikótínvörur. Þar fögnuðum við því að fram væri komið frumvarp með ákvæðum um nikótínþúða en gerðum um leið athugasemdir um seinagang hins opinbera í setningu laga og reglugerða sem eiga að vernda íslensk börn og ungmenni. Einnig gerðum við athugasemdir við að niðurstöður starfshóps sem settur var á laggirnar í október 2019 og skila átti niðurstöðum fyrir 1. apríl 2020 um hvort takmarka ætti heimildir til markaðssetningar bragðefna virðast ekki vera komnar fram. Mjög mikilvægt er að notkun bragðefna verði takmörkuð sem mest og helst bönnuð. Bæði rafsígarettuvökvur og nikótínþúðar eru auglýstir sem „einstök bragðskynjun“, allt til þess að koma nýjum notendum á bragðið og ýta undir neyslu og þar með auka líkur á að nýir notendur sem allt og oft eru börn og ungmenni festist í viðjum nikótínffiknar. Nikótínþúðarnir hafa tekið góða hlutdeild af sölu íslenska neftóbaksins (munntóbaksins) þar sem þúðarnir eru ódýrari og „hreinlegri“.

Við höfum hrósað Neytendastofu fyrir hversu vel hún rækir eftirlitshlutverk sitt varðandi rafsígarettur og varning tengdan þeim. Í febrúar sl. gerði stofnunin könnun í 42 matvöruverslunum og bensínstöðvum þar sem athugað var hvort seldar væru ólöglegar rafsígarettur og áfyllingar og hvort slíkar vörur væru sýnilegar viðskiptavinum sem samkvæmt lögum er bannað. Athugaðar voru um 60 tegundir og reyndust þær allar vera

í lagi. En aftur á móti kom í ljós að í 48% verslananna voru rafsígarettur og áfyllingar sýnilegar og var brugðist við því. Þetta sýnir hversu mikilvægt það er að hafa gott eftirlit með sölustöðum.

Í tilefni af alþjóðlega tóbakslausa deginum 31. maí 2020 létum við þýða skilaboð frá Alþjóðaheilbrigðismálastofnuninni (WHO). Yfirskrift skilaboðanna var „Verndun ungmenna fyrir áhrifavaldi tóbaksíðnaðarins og forvarnir gegn tóbaks- og nikótínnotkun“. Einnig létum við þýða skilaboð frá Evrópsku krabbameinssamtökunum (ECL) um hvernig draga beri úr notkun tóbaks og annarra nikótínvara í tilefni af Evrópuviku krabbameinsfélaga.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins lét þýða og staðfæra samantekt frá evrópskum tóbaksvarnasamtökum (ENSP) um áhrif reykinga á hættu á að fá kórónuveiruna. Í samantektinni var hvatt til að nota ástandið sem tækifæri til að hætta að reykja. Ráðgjöf í reykbindindi aðstoðaði yfirlestur og fleira. Fræðsluefnið var sent öllum heimilislæknum.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins er í samstarfi við hjúkrunarfræðinga hjá fyrirtækinu Heilsulausnir varðandi fræðslu í skólum um rafsígarettur og annan tóbaksvarning.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins hrósar opinberlega ef því líkar við hvernig aðilar (foreldrafélög, verslanir eða aðrir) bregðast við t.d. ólögmætri markaðssetningu tóbaksvarnings og hika ekki heldur við að láta í sér heyra þegar félaginu mislíkar þegar farið er á svig við tóbaksvarnarlög. Sama gildir varðandi brot á áfengisvarnarlögum. Nokkrir fjölmiðar hafa að undanfögnu gengið ansi langt í að brjóta tóbaksvarnarlög. Heilbrigðiseftirlit Reykjavíkur hefur brugðist vel við athugasemdum félagsins varðandi brot á lögum. Ýmislegt af gagnrýni eða hrósi félagsins hefur orðið að mikilli fjölmiðlaumfjöllun. Gagnrýni okkar á Borgarleikhúsið í fyrra vegna söngleiksins um Bubba rataði inn í áramótaskaupið.

Guðlaug svaraði árlegum spurningalista frá Alþjóðaheilbrigðismálastofnuninni (WHO) um ýmislegt er snýr að tóbaksvörnum á Íslandi. Einnig svaraði hún fyrirspurn frá aðstandendum spænskrar rannsóknar um rafsígarettu um stöðu mála á Íslandi. Þessi rannsókn er unnin í samstarfi við WHO.

Norræn félagasamtök í tóbaksvörnum funda reglulega og hafa með sér margvíslegt samráð. Guðlaug er fulltrúi Krabbameinsfélagsins í þessu samstarfi, sem hefur verið ákaflega gefandi. Á starfsárinu hafa verið tveir rafrænir fundir þar sem Guðlaug hefur verið með innlegg um stöðu tóbaksvarna á Íslandi.

Guðlaug situr í fagræði landlæknis um tóbaksvarnir.

„Hættan er ljós“

Sautján ár eru síðan átaksverkefnið „Hættan er ljós“ hófst, en það er samstarfsverkefni Geislavarna ríkisins, Embættis landlæknis, húðlækna og Krabbameinsfélagsins. Stefnan hefur verið að stuðla að skynsamlegri hegðun landsmanna í sól og að draga enn frekar úr almennri notkun ljósabekkja. Árlega er gerð könnun af Gallup fyrir átakshópinum á ljósabekkjanotkun landsmanna og haldið er áfram að fræða um afleiðingar óhóflegra sólbaða. Á þessu tímabili hefur dregið verulega úr notkun ljósabekkja. Árið 2004 höfðu um 30% fullorðinna notað ljósabekki í einhverjum mæli síðustu 12 mánuði en árið 2020 var þessi tala um 11%. Kannanirnar sýna einnig að ljósabekkjanotkun ungmenna, 18–24 ára, hefur minnkað töluvert undanfarin ár. Árið 2004 höfðu um 38% aðspurðra notað ljósabekki í einhverjum mæli síðustu 12 mánuði. Árið 2020 var hlutfallið komið niður í 21%. Í könnuninni var enn fremur spurt hvort viðkomandi hefði brunnið af völdum sólar eða ljósabekkja á síðastliðnum tólf mánuðum. Með bruna er átt við að roði myndist á húð ásamt því að sviði sé til staðar. Um 88% þeirra sem svöruðu árið 2020 höfðu ekki brunnið. Í könnuninni árið 2014 var þessi tala í kringum 73%.

Guðlaug er fulltrúi Krabbameinsfélagsins í norrænu samstarfi um varnir gegn húðkrabbameini. Norræna samstarfið felst í því að bæta upplýsingar um öryggi í sólinni og hvernig skynsamlegt er að njóta sólarinnar á sem öruggastan hátt.

Guðlaug hefur svarað erlendum fyrirspurnum og könnunum í samstarfi við Geislavarnir ríkisins.

Bleiki mánuðurinn

Streymismálþing um brjóstakrabbamein var haldið í húsi Krabbameinsfélagsins 27. október 2020 á vegum Brjóstaheilla – Samhjálpur kvenna, Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og Ráðgjafarþjónustunnar. Yfirskrift málþingsins var „Brjóstakrabbamein – fordæmalausir tímar“. Á málþinginu ræddu Ólöf Kristjana Bjarnadóttir krabbameinslæknir og Kristín Sigurðardóttir sérfræðingur í hjúkrun um brjóstakrabbamein og Covid 19 – áhrif og líðan, Þorri Snæbjörnsson sálfræðingur og Lóa Björk Ólafsdóttir hjúkrunarfræðingur frá Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins voru með erindið Líðan og bjargráð á tímum Covid-19, Jóhanna Eyrún Torfadóttir, sérfræðingur hjá Krabbameinsfélaginu kynnti niðurstöður úr Áttavitanum sem snúa að þátttakendum með brjóstakrabbamein og Maríanna Garðarsdóttir forstöðumaður Rannsóknþjónustu Landspítalans kynnti stöðu mála varðandi flutning skimunar og sérskoðana frá Leitarstöð Krabbameinsfélagsins til Landspítalans. Agnes Smáradóttir krabbameinslæknir var fundarstjóri.

Um 1.000 manns fylgdust rafrænt með málþinginu í gegnum streymisveitu Krabbameinsfélagsins, Facebooksíður Krabbameinsfélagsins, Bleiku slaufunnar og Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins, auk mbl.is.

Skógarganga

Vegna veirufaraldursins var ekki hægt að standa fyrir árlegri októberskógargöngu Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og Skógræktarfélags Hafnarfjarðar.

Nemendur, skólar o.fl.

Formaður og starfsfólk félagsins aðstoðar nemendur, kennara framhaldsskóla og háskóla og fleiri við heimildaöflun vegna ýmissa skrifa, rannsókna og kennslu sem tengist krabbameini og forvörnum. Á árinu hafa komið nokkrar beiðnir um afnot af gömlu fræðslu- og auglýsingaefni um tóbaksvarnir til að nýta í t.d. barnamynd sem á að gerast á níunda áratugnum og fræðslumynd um loftslagskvíða.

Samstarf félagasamtaka í forvörnum

Samstarf félagasamtaka í forvörnum, SAFF, stendur að ýmsum verkefnum í forvörnum svo sem fræðsluverkefni um kannabis og fræðsluverkefni sem tengist útisamkomum og frítíma fólks. Alls 25 samtök standa að SAFF. Samstarfið byggist á virðingu fyrir fjölbreytni, ólíkri aðkomu samtaka í forvörnum og mismunandi áherslum. Guðlaug er fulltrúi Krabbameinsfélagsins í stjórn samtakanna.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins, í samstarfi við Fræðslu og forvarnir og SAFF, hefur undanfarin fjögur ár staðið, ásamt fleirum, meðal annars, að því að kanna notkun á rafsígarettum og viðhorf til þeirra meðal Íslendinga 18 ára og eldri. Í síðustu könnun bættust við spurningar varðandi nikótínþúða.

Vefsíðumál og samfélagsmiðlar

Fésbókarsíða Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins er notuð til koma á framfæri því sem félagið stendur fyrir og til að styrkja stöðu þess. Umræða hefur verið í stjórn um að félagið láti gera sína eigin vefsíðu og nýti sér betur ýmsa samfélagsmiðla.

Stuðningur við sjúklinga

Tveir stuðningshópar hafa starfað undir verndarvæng Krabbameinsfélags Reykjavíkur. Annars vegar Góðir hálsar, stuðningshópur um krabbamein í blöðruhálskirtli, og hins vegar Stuðningshópur kvenna með krabbamein í kvenlíffærum (áður krabbamein í eggjastokkum). Hvor hópur hittist reglulega á rabbfundum og

fræðslufundum, karlahópurinn fyrsta miðvikudag í mánuði (ekki í júlí og ágúst) og kvennahópurinn síðasta miðvikudag í hverjum mánuði á veturna. Hóparnir hafa undanfarin mörg ár haldið sameiginlegan aðventufund þar sem rithöfundar hafa komið og lesið úr bókum sínum og boðið er upp á tónlist og skemmtiatriði. Þetta starfsár hefur ekki verið hægt að halda rabbfundina vegna faraldursins. Samskipti hafa að mestu verið símleiðis og í tölvupóstum. Góðir hálsar áttu 20 ára afmæli sl. desember. Vonandi verður hægt að halda upp á afmælið síðar.

Nokkrir Góðir hálsar aðstoðuðu Krabbameinsskránnu sem var að endurbæta og uppfæra gangvirka vefsíðu um krabbamein í blöðruhálskirtli. Þeir tóku að sér að lesa yfir og gera athugasemdir.

Góðir hálsar hafa frá upphafi tekið þátt í haustverkefninu „Karlarnir og kúlurnar“ þar sem hópur karla fær tækifæri til að æfa golfsveifluna og fræðast um gildi jafningjastuðnings. Verkefnið er unnið í samvinnu við Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins, Fríska menn og Kraft.

Frá því í október sl. eru Góðir hálsar hluti af starfsemi stuðningsfélagsins Framfarar (félag karlmanna með krabbamein í blöðruhálskirtli og maka). Framför á aðild að Krabbameinsfélagi Íslands. Rætt hefur verið um að Guðlaug haldi áfram einhverjum tengslum við Góða hálsa. Guðlaug var með erindi á zoom-fundi hjá Framför í nóvember sl. þar sem hún sagði frá stofnun og starfsemi Góðra hálsa undanfarin 20 ár.

Ekki hefur verið hægt að fara af stað vegna covid með verkefnið Feel+ sem byrja átti sl. vor. Verkefnið er sérsniðið fyrir karla sem eru með krabbamein í blöðruhálskirtli og eru á andhormónameðferð. Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins, Ráðgjafarþjónusta Krabbameinsfélagsins, Góðir hálsar og Landspítali, standa saman að verkefninu. Styrkur fékkst úr Velunnarasjóði Krabbameinsfélagsins til að koma verkefninu á laggirnar.

Stuðningshópur kvenna með krabbamein í kvenlíffærum hefur að undanfögnu notið góðrar aðstoðar og stuðnings Reynis Tómasar Geirssonar, sérfræðings í kvensjúkdómum og fyrrverandi prófessors. Hópurinn á erfitt uppdráttar og fáar nýjar konur bætast við. Fyrirspurn kom frá Finnlandi varðandi stuðningshópin og hugmynd um hugsanlegt norrænt samstarf stuðningshópa um krabbamein í kvenlíffærum.

Félagið er í góðu samstarfi við stuðningshópa Krabbameinsfélagsins og aðstoðar þá eftir þörfum, t.d. við gerð fræðslu- og fundarefnis, fréttabréf, árskýrslna, yfirllestur og fleira.

Happdrættið

Tekjum af happdrætti Krabbameinsfélagsins hefur í sextíu og fimm ár verið varið í fræðslu. Það má segja að fræðsla um krabbamein og krabbameinsvarnir hafi lengi vel byggst að miklu leyti á happdrættisfé og óumdeilt er að happdrættið á ríkan þátt í þeim mikla árangri sem náðst hefur í tóbaksvörnum síðustu áratugi.

Heildarsala happdrættismiða í happdrættunum 2020 var betri en árið á undan og munaði þar helst um að salan í sumarhappdrættinu var betri. Ýmsar ástæður geta tengst því að greiðslur fyrir heimsenda miða í jólahappdrættinu voru nokkuð mikið lakari en árið áður. Vinningsbíl var til sýnis í sumarhappdrættinu eina viku í Smáralind og þar fór fram sala á lausasölumiðum en vegna samfélagsástands var ekki hægt að hafa bíl í Smáralindinni í desember. Kynning og auglýsingar voru í fjölmiðlum og á samfélagsmiðlum. Sala miða í netverslun Krabbameinsfélagsins er góð viðbót og var sérstaklega mikil í jólahappdrættinu. Sala happdrættismiða til fyrirtækja var hjá fyrirtækinu Markaðsráði. Póstburðargjöld eru verulega íþyngjandi og taka þarf útsendingarhópin til endurskoðunar.

Fjármál

Afkoma félagsins á reikningsárinu var jákvæð um tæpar þrjár milljónir króna. Kostnaður við fræðslustarfsemi var rúmar 18,6 milljónir króna. Árið 2020 skilaði happdrættið félaginu rúmum 24 milljónum króna í tekjur. Aðrir tekjuliðir, eru félagsgjöld, styrkir, auk vaxtatekna sem hafa lækkað mikið.

Samstarf við ýmsa aðila

Snertifletir Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og Krabbameinsfélags Íslands eru fjölmargir. Formaður Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins hefur setið í stjórn Krabbameinsfélags Íslands og er mikilvægur tengiliður á milli félaganna. Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins fylgist vel með þróun mála hjá Krabbameinsfélagi Íslands og aðildarfélögum þess og leggur lið eftir mætti.

Gjaldkeri Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins, Jón L. Árnason, er fulltrúi í fjáröflunarráði Krabbameinsfélagsins. Það á að hafa það hlutverk að efla, samhæfa og hafa yfirumsjón með fjáröflun Krabbameinsfélags Íslands, svæðafélaga þess og stuðningshópa. Mjög mikilvægt er að það sé virkt til að vinna að því að forðast skörun í fræðsluátökum og fjársöfnunum aðildarfélaga og Krabbameinsfélags Íslands.

Aðalfundur Krabbameinsfélags Íslands var haldinn 6. júní 2020. Eftir hefðbundin aðalfundarstörf var haldinn formannafundur um „Nýjar áskoranir - nýjar leiðir“ í starfi Krabbameinsfélagsins við það að brjósta- og leghálskrabbameinsleitinn flyst frá félaginu.

Formannafundur var haldinn í september í netheimum. Þar var farið yfir stöðu mála vegna erfiðrar umræðu um Krabbameinsfélagið og Leitarstöðina, Bleiku slaufu átakið og fl. Á rafrænum formannafundi í byrjun desember var upplýst um stöðu mála varðandi flutning leitarstöðvar og breytingu á skimun. Aðildarfélög kynntu hvað væri helst á dagskrá hjá þeim.

Í desember byrjun fengu aðildarfélög kynningu á ákvörðun heilbrigðisráðuneytis varðandi skimunarmál. Núna í mars var rafrænn fundur um tillögur til breytinga á lögum Krabbameinsfélags Íslands.

Árið 1951 beitti stjórn Krabbameinsfélags Reykjavíkur sér fyrir því að stofnað yrði landsamband krabbameinsfélaga. Krabbameinsfélag Íslands verður því 70 ára í júní á þessu ári.

Krabbameinsfélag Reykjavíkur hefur átt gott samstarf við Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins, hefur aðstoðað við afleysingar í sumarfrí starfsmanna, við útgáfumál o.fl. og Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins mun áfram styðja starfsemina eftir bestu getu.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins á 15% í húseigninni að Skógarhlíð 8.

Guðlaug situr í stjórn Almannaheillasamtakanna sem fulltrúi Krabbameinsfélags Íslands og er gjaldkeri í samtökunum. Mikil starfsemi hefur verið að undanfögnu með m.a. áherslu á heimsmarkmið Sameinuðu þjóðanna en Almannaheill eru með samning við forsætisráðuneytið um kynningu á markmiðunum fyrir félaga-samtök. Einnig hafa samtökin komið að verkefni nokkurra félagasamtaka um erfðagjafir. Almannaheill fékk nýlega afhent húsnæði sem er í eigu Styrktar- og líknarsjóðs Oddfellowa, til afnota til þriggja ára án endurgjalds. Mun það gjörbreyta miklu í starfsemi Almannaheilla.

Guðlaug situr einnig í stjórn Fræðslu og forvarna (FRÆ).

Félagið hefur átt gott samstarf við stuðningshópa Krabbameinsfélagsins, Smáralind, starfsmenn Fræðslu og forvarna (FRÆ), Ungmennafélags Íslands, IOGT og fleiri. Einnig má minnst á afar gott samstarf við starfsfólk Arion banka og Advania varðandi happdrættið og fleira.

Almannaheillasamtök þurfa ávallt að laga sig að breyttum aðstæðum og vera undir það búin að takast á við ný verkefni og áskoranir. Áhrif heimsfaraldursins eru margþætt og hafa bitnað á starfsemi þeirra, starfsháttum og fjármögnun. Þá skiptir öllu að þau nýti sér sveigjanleika sinn og reynslu og þekkingu þeirra sem að þeim standa. Þörfin fyrir hlutverk og hið mikla starf sem almannaheillasamtök leggja samfélaginu til hefur komið vel í ljós í faraldrinum.

Lokaorð

Þrátt fyrir ávinning á ýmsum sviðum blasa verkefnið við þeim sem vilja leggja krabbameinsmálum lið. Einn af hverjum þremur Íslendingum fær krabbamein á lífsleiðinni. Krabbameinsskrá Krabbameinsfélags Íslands spáir um 25-30% fjölgun krabbameinstilfella til ársins 2030. Ástæðan er fyrst og fremst hækkandi aldur þjóðarinnar. Það er erfitt að segja til um hvers vegna við fáum krabbamein, þeir sem fyrir því verða. Hins vegar liggur fyrir að **mögulegt sé að koma í veg fyrir 30-50% krabbameina með heilbrigðum lífsháttum**. Þar ber hæst þætti eins og reykingar, mataræði, hreyfingu, áfengisneyslu og vinnuumhverfi. Í því liggja mikil tækifæri samtaka eins og Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins með fræðslu og forvörnum auk stuðnings við krabbameinsgreinda og aðstandendur þeirra.

Þótt margt hafi áunnist í krabbameinsmálunum bíða fjölmörg viðfangsefni úrlausnar. Samþykkt krabbameinsáætlunar árið 2019 var sannarlega fagnaðarefni og tímamótaáfangi. Þótt margt af því sem í henni er sé þegar til staðar er mikilvægt er að tryggja fjármagn til þess að hrinda henni af fullum þunga í framkvæmd. Og enn liggur ekki fyrir hvenær ætlunin er að hefja skimun fyrir krabbameini í ristli og endaparmi.

Skaðsemi reykinga og tengsl þeirra við krabbamein eru löngu viðurkennd. Það þykir sjálfsagt og nauðsynlegt að vinna með öllum ráðum að því að koma í veg fyrir eða halda reykingum sem mest niðri. Þar hafa stjórnvaldsaðgerðir, meðal annars aðgangstakmarkanir, skipt sköpum og árangur Íslendinga í tóbaksvörnum vakið athygli á heimsvísu. Lengi hefur verið vitað að samband er milli áfengisneyslu og ýmissa krabbameina og stöðugt bætast við upplýsingar sem staðfesta það en einnig að áhættan sé jafnvel meiri en áður var talið. Það er ljóst, sé litið til krabbameinsforvarna, að ávinningurinn af því að halda neyslu áfengis sem mest niðri er verulegur.

Í rannsókn sem gerð var af norrænum krabbameinsskrám fyrir skömmu var áætlað hve mikið af nýgengi krabbameina megri rekja til áfengisneyslu í Danmörku, Finnlandi, Íslandi, Noregi og Svíþjóð. Samkvæmt henni má, miðað við óbreyttar drykkjuvenjur, búast við samtals 83.000 áfengistengdum tilfellum næstu 30 árin og munu flest þessara meina greinast í ristli, endaparmi og brjóstum. Með því einu að það fækki um helming í hópi þeirra sem drekka eitt til fjögur glös af áfengi á dag mætti koma í veg fyrir 21.500 tilfelli.

Alþjóðaheilbrigðisstofnunin gefur skýr skilaboð um að áhrifaríkustu leiðirnar til að draga úr áfengisneyslu séu allar á valdi stjórnvalda, það er: Takmörkun á framboði áfengis, verðstýring og bann við áfengisauðlýsingum.

Í ljósi þess sem hér er nefnt er því illskiljanlegt að ítrekað komi fram frumvörp á alþingi, meðal annars stjórnarfrumvörp, sem hafa að markmiði að auðvelda aðgengi að áfengi og auka framboð þess sem myndi leiða til aukinnar áfengisneyslu og þar af leiðandi fleiri krabbameinstilfella. Með þessu er beinlínis unnið gegn viðleitni til þess að koma í veg fyrir krabbamein, fækka dauðsföllum og bæta lífsgæði og unnið gegn markmiðum nýsamþykkrar krabbameinsáætlunar.

Krabbamein snertir flesta landsmenn með einum eða öðrum hætti, beint og óbeint, og almennur skilningur á mikilvægi þess að taka krabbameinsmálin föstum tökum og að unnið sé gegn fjölgun krabbameina með öllum tiltækum ráðum. Margir vilja leggja sitt að mörkum. Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins nýtur mikillar velvildar og stuðnings, meðal annars í formi félagsaðildar. Fyrir það viljum við þakka. Við viljum einnig þakka stjórn félagsins fyrir óeigingjarnt starf í þágu félagsins, sem hefur verið snúnara undanfarin misseri en oft áður.

Árni Einarsson, formaður Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins

Guðlaug B. Guðjónsdóttir, framkvæmdastjóri Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins