

## **Bidrag fra Bjørn Nymoen, født 10.05.48, bosted Holmestrand (Operert i Tyskland)**

Min historie når det gjelder prostata kreft startet med at jeg synes at jeg måtte opp flere ganger om natten, samtidig synes jeg det ble vondt å tisse, det var liksom blitt trangere. Oppsøkte min fastlege og tok en PSA prøve som viste 8. Det var på slutten av september 2017. Siden jeg hadde en privat helseforsikring i Storebrand så laget han en henvisning til dem. Deretter ble jeg kontaktet av Aleris i Oslo, og fikk time hos urolog Espen Kvan og der tok jeg MR. Deretter så ble det foretatt en biopsi og en ny MR. Det ble konstatert ondartet kreft som var innenfor prostataen. Deretter fikk jeg en samtale med Marius Normann spesialist i onkologi. Han skisserte 3 mulige alternativer for meg med hormon behandling, stråling og operasjon. I samråd kom vi frem til at operasjon ville være den beste løsningen for min del. På grunn av arbeid og avslutning av et stort tillitsverv var ønske mitt at jeg skulle utsette dette til januar, men jeg ble rådet til å ta operasjonen så raskt som mulig. Siden jeg hadde helseforsikringen så ble vi enige om å velge Martini Klinikken i Hamburg. På forhånd fikk jeg tilsendt mye informasjon og spørreskjemaer på norsk så jeg var rimelig godt forberedt. Men jeg må si jeg var utrolig spent og nervøs da jeg ankom Martini klinikken den 7. november 2017. Men her ble jeg fort veldig trygg. Jeg må også få si at jeg ikke hadde vært på sykehus annet i 3 dager da jeg var 3 år, så min sykehuserfaring var lik null. Den første jeg møtte i resepsjonen var en norsk dame og hun fulgte meg rundt hele den første dagen til alle de nødvendige undersøkelsene og foretok språk oversettelser der dette var nødvendig. De fleste ansatte på Martini klinikken snakket meget godt engelsk. Neste dag ble operasjonen foretatt med roboten og en veldig hyggelig og dyktig lege. Jeg merket ingen ting, sovnet idet jeg ble trillet ut av rommet, og trodde jeg at jeg våknet 15 minutter senere uten å skjønne at jeg var blitt operert. Men jeg fikk jo greie på det at jeg hadde blitt operert i 4,5 timer, og jeg kjente også at jeg hadde et kateter. Oppfølgingen på Martini klinikken var bare helt fantastisk. Daglig flere legebesøk også av han som opererte meg. Daglige sprøyter, tabletter morgen, middag og kveld. Blodtrykk, puls og temp målinger 2 ganger daglig. Stadige ultralyd kontroller og andre typer oppfølginger. Etter 5 dager så sjekket de om kateteret kunne fjernes ved at de tok røntgen av blæren min, mens den er pumpet full av væske. Så totalt var jeg på Martini klinikken i 7 dager og kunne ta direkte fly fra Hamburg til Gardermoen. To dager etter ankomst til Norge ble jeg oppringt av legen som opererte meg og lurte på hvordan det gikk med meg, og fortalte meg om laboratoriet resultatet i forhold til operasjonen og at kreften var fjernet, osv. Deretter har det vært 3 mnd oppfølging på Aleris og det samme etter 6 mnd. Min PSA er pr i dag ikke målbar.

Jeg slet i de første tiden med at jeg måtte bruke bleie når jeg ikke var hjemme, men etter å ha fått veldig god hjelp av en fysioterapeut som lærte meg å gjøre knipeøvelser både på en variert og riktig måte, har jeg kastet restlageret av bleiene. Trening har jeg også funnet ut har vært helt nødvendig. I starten var det å gå turer, og etter vært som det ble mulig har jeg også brukt ergometersykkelen daglig og svømt mye. Når det gjelder ereksjonen så er dessverre denne ikke så bra, men jeg tror nok at den kommer etter hvert, selv om jeg synes det går tregt. For min del så føler jeg at valget å bli operert på Martini klinikken har vært et riktig og godt valg som jeg kan anbefale på det varmeste.