



KENDER DU COPA?

## HVORFOR MIG?

Når vi får at vide, at vi skal have en stomi, siger vi alle: "Hvorfor mig? - Jeg har levet sundt, dyrket motion etc." Forældre kan få en ubehagelig skyldfølelse over for et spædbarn, der får en stomi. Mange følelser og spørgsmål rejser sig. Luk dig ikke inde, men tal med personer som har prøvet det på egen krop. I foreningen COPA kan du komme i kontakt med mennesker, der gerne vil lytte til dig og hjælpe dig.

Denne pjece er beregnet til stomi- og reservoiropererede og deres pårørende samt personer med sygdomme, der kan føre til anlæggelse af stomi/reservoir.

## INDHOLD:

Når man får en stomi.....	3
At leve med stomi.....	3
Stomiens historie.....	4
Graviditet og stomi.....	6
Børn med stomi og deres forældre.....	7
Ung og stomi.....	8
At leve sammen med en stomiopereret.....	8
Og så er der en forening.....	10
Hvad COPA kan gøre for dig..	12
Hvordan bliver du medlem af COPA?.....	14



## KENDER DU COPA?

*Stomiforeningen COPA, 2003.*

*Forside: Ruth Rasmussen, billedkunstner.*

2. oplag (revideret udgave), 2003.

Oplag: 30.000 stk.

Udgivet med støtte fra Kræftens Bekæmpelse.

Tryk: Glumsø Bogtrykkeri A/S.

---

*Brochuren kan gratis rekvireres på COPA's sekretariat:*

COPA, Sct. Hansgade 26 B, 4100 Ringsted

Tlf.: 5767 3525 (Man., tirs., tors. og fre.: 10-14; ons.: 16-18. Andre tider: Telefonsvarer).

Fax: 5767 3515

[www.copa.dk](http://www.copa.dk) • [sekretariatet@copa.dk](mailto:sekretariatet@copa.dk)

---

# NÅR MAN FÅR EN STOMI

Antallet af medborgere i Danmark der har en stomi er ca. 10.000 eller udtrykt på en anden måde ca. 2 promille af befolkningen.

## Viden er vigtig

Vi danskere er rimelig gode til at skaffe os information om emner, som kan berøre os i dagligdagen, men oftest først når vi står med et problem. De fleste af os vil nok sige, vi ikke har overskud til at bekymre os om en "sygdom" som er så lidt udbredt, og sandsynligheden for, at den skulle ramme mig, er lille.

En stomi er *ikke* en sygdom, men et resultat af et kirurgisk indgreb, hvor et stykke tarm er ført ud gennem bugvæggen som en stomi.

Dernæst er der en del personer som har fået stillet en diagnose, som kan føre til anlæggelse af en stomi.

Mennesker i alle aldersgrupper kan få en stomi, dog med hovedvægten i gruppen 50 år og opefter. I denne gruppe foretager man operationen overvejende på grund af kræft.

Hos unge mennesker i gruppen 15-30 årige er det på grund af kronisk tarmbetændelse.

I første omgang vil man altid forsøge med en medicinsk behandling, men i svære tilfælde kan det blive nødvendigt at foretage en operation.

Hos spædbørn skyldes stomien for det meste medfødte misdannelser. Man inddeler stomier i midlertidige (temporære) og blivende (permanente). Om den stomi man får anlagt bliver midlertidig eller blivende, bestemmes af den sygdom, der ligger til grund for operationen. En blivende stomi får benævnelser efter det sted i tarmkanalen, hvor forbindelsen fra tarm til huden dannes.

## Der findes flere former for stomier

Kolostomi:	Tyktarmsstomi
Ileostomi:	Tyndtarmsstomi
Urostomi:	Urinstomi



### **Kolostomi.**

*Nederste del af tyktarmen og hele endetarmen er fjernet, og tyktarmen er lagt ud gennem bugvæggen - en sigmoideostomi, som er det almindeligste.*

# AT LEVE MED STOMI

Før en stomioperation tror mange, at de ikke mere kan leve et normalt liv. Mange har svært ved at vænne sig til tanken om at bære en pose på maven. Efter operationen opdager man dog, at

det er muligt at leve en dagligdag omtrent som tidligere. Rent praktisk giver posen ikke ret mange problemer. Som regel er det psykisk, man har flest vanskeligheder.

Det kan for nogle være svært at vænne sig til tanken om at bære afføringen uden på maven. Lugter det? Kan det ses? Hvad hvis andre opdager det? Det tager tid, men efterhånden som man har vænnet sig til det praktiske med at skifte posen, tænker man ikke på den i det daglige. Man bestemmer helt selv, til hvem man ønsker at fortælle om sin stomi, men naturligvis bør man tale om det til dem, man lever tæt sammen med. For mange vil det være en hjælp at tale med andre, og normalt går det nemmest, hvis man kan tale åbent om sin stomi.

## Kost

I al almindelighed kan man stort set spise og drikke det samme som før operationen. Man skal dog være opmærksom på, at nogle fødevarer giver mere luft eller tyndere afføring. Man finder efterhånden selv ud af, hvad man skal holde sig fra. Det vigtigste er, at man spiser varieret kost og sørger for regelmæssige måltider.

## Samliv

En stomi er normalt ingen hindring for intimt samvær. For at opnå et naturligt samliv med sin partner efter operationen, er det vigtigt, at man taler ud sammen. Ofte er det psykiske årsager,

der forhindrer et godt intimt samvær, fordi man selv føler sig flov og hæmmet af stomien. Hvis man får problemer af fysisk eller psykisk art, kan man altid søge råd hos sin stomisygeplejerske, læge eller en af COPA's rådgivere.



## Motion

Man kan dyrke mange former for motion. Selve stomien er normalt ingen hindring. COPA har flere medlemmer der dyrker svømning og cykling. Meget hårdtslående sportsgrene – som f.eks. boksning – bør man dog af praktiske årsager undlade at dyrke.



## Bad

Man kan tage karbad og brusebad på normal vis.

Med kolostomi er det muligt at bade uden pose, men med ileostomi og urostomi bader man normalt med pose på. At gå i svømmehal er heller ikke nogen hindring.

# STOMIENS HISTORIE

Ordet *stomi* kommer af det græske ord *stoma* og betyder **mund**.

Stomi betegner en kirurgisk anlagt åbning på kroppen.

## Den første stomi

Et af de første mennesker med stomi var Mrs. Margareth White i 1740. Dette var dog ikke en kirurgisk anlagt stomi,



*Fru Margareth White.*



*Stomibandage fra 1940'erne.*

idet hun havde navlebrok (udposning på tarmen) som blev indeklemt og derpå bristede. En for naturen naturlig måde at aflaste tarmen.

Stomioperationerne foregik dog langt fra nutidens normer.

Patienterne kunne ikke bedøves, idet man først blev i stand til dette efter 1846. Det var 100 år før antibiotika blev opdaget; risikoen for at få en bughindebetændelse – som ikke mange overlevede – var derfor stor.

### **Teknikken forbedres**

I 1952 udviklede kirurgen Brian Brooke den teknik, hvorved man krængede tarmen, og den stomikonstruktion vi i dag kender, var en kendsgerning.

I 1954 blev teknikken med at aflede urinen via en tarmstomi opfundet af den amerikanske urolog Eugen Bricker, den såkaldte "Bricker-blære".

Udviklingen indenfor kirurgi gør dog nu, at en del patienter kan undgå at få anlagt en stomi, idet teknikken til at genskabe passagen i tarmen er bedre, efter at diverse "symaskiner" er opfundet.

For andres vedkommende kan en indvendig beholder (reservoir) konstrueres, og i dag forsker man også i tarmtransplantation.

### **Bandager**

Stomibandagens historie er meget yngre. Først for 60 år siden kom de første bandager bestående af gummi, glas og læder. Indtil da måtte de stomiopererede bruge egne opfindelser som f.eks. cigarkasser, halm og aviser.

Bandagerne lod meget tilbage at ønske hvad angik lugttæthed og hudvenlighed. For ca. 50 år siden blev de første engangsposer opfundet, hvilket var et stort fremskridt, da posen efter brug kunne kasseres.

Klæbefladerne på disse var dog meget kraftige, så ikke alle kunne tåle dem på huden. For 30 år siden kom den første hudbeskyttelsesplade, hvilket betød, at hudskaderne kunne undgås, idet engangsposeerne kunne klæbes ovenpå denne.

Siden da er udviklingen gået stærkt, og udvalget i stomibandager er meget stort. Det betyder, at den stomiopererede har mulighed for at vælge den bandage, der passer bedst.

*Udvalget i stomibandager er i dag meget stort.  
Her et lille udpluk.*



## **GRAVIDITET OG STOMI**

### **Kan stomi og graviditet forenes?**

*Et af COPA's medlemmer fortæller:*

Det første spørgsmål jeg stillede, da jeg fik at vide, at jeg skulle have anlagt en ileostomi som 22-årig, var om jeg ville kunne få børn. Heldigvis var svaret et entydigt ja.

Det er selvfølgelig et spørgsmål, som

man stiller sig selv, når man er ung og ikke har fået børn endnu, men gerne vil have nogle engang.

Da det blev konstateret, at jeg var gravid, blev jeg lidt overrasket, fordi jeg nok altid havde regnet med, at det ville blive svært eller måske ikke kunne lykkes.

For mit vedkommende er der ikke problemer forbundet med at være gravid med en ileostomi.

Det eneste problem, hvis det kan kaldes det, er kommet sidst i graviditeten; efterhånden som maven vokser, er det svært at skifte pose. Det kniber med at se stomien, fordi den sidder neden under maven, men problemet kan klares ved hjælp af et spejl i den rigtige højde. Der har heldigvis ikke været problemer med at få pladen og



posen til at sidde fast, så alt i alt er det en ligeså dejlig tid at være gravid som for alle andre.

## BØRN MED STOMI - og deres forældre

Det er af den største vigtighed, at forældrene reagerer positivt, hvis deres barn skal have anlagt en stomi. Børnene skal hele tiden vide, at der står nogen bag dem i tykt og tyndt, at forældrene elsker dem og er deres faste og solide holdepunkt her i tilværelsen.

Hvis de voksne har betænkeligheder og problemer om stomien, må de søge

hjælp, støtte og vejledning enten hos andre forældre, der har prøvet det samme og/eller hos de professionelle behandlere.

Alt efter barnets alder og psyke er det en god idé at involvere barnet i det daglige arbejde med skift af poser og plader og afvaskning omkring stomien, for derved at gøre barnet fortrolig med det lille handicap.

Alle børn trives bedst, når deres dagligdag er regelmæssig. En lille hjælp i dagligdagen vil være, at poser, plader, klude, affaldsspand o.l. har deres faste plads i badeværelset og er let tilgængelige for barnet.

En stomi er ingen hindring for at dyrke sport, gå til spejder, lege og gøre lige det samme som alle andre børn også gør.

I COPA er der en forældregruppe, hvor man kan få råd og vejledning. Der kan arrangeres besøg med ligestillede forældre for at formidle kontakten forældrene imellem.



# UNG OG STOMI

## - et af COPA's unge medlemmer beretter

Jeg fik colitis ulcerosa, da jeg var 13 år og fik de efterfølgende 4 år forskellig medicin med mere eller mindre god effekt. Det var et køren frem og tilbage til læge og røntgenundersøgelser, men heldigvis slap jeg med kun én hospitalsindlæggelse, og det var til opfedning, da jeg havde tabt mig for meget p.g.a. væske- og vitamin/mineralunderskud ved de mange diaré-perioder. Jeg var heldig. Jeg klarede mig alligevel godt i folkeskolen til trods for de mange sygedage og lægebesøg og fik da også gennemført det 1. år på gymnasiet med rimeligt resultat.

I sommerferien mellem 1. og 2. g blev det så besluttet, at jeg skulle opereres for min sygdom, og at jeg skulle leve med en pose på maven resten af mit liv!

### Født på ny

Jeg fik snakket med en dame fra COPA, inden jeg skulle opereres, og mit første indtryk, da jeg så hende, var: - "Hun kan da ikke have sådan en på maven, hun ser jo helt normal ud, og både ryger, drikker kaffe og spiser flødeskumskager!"

For mig betød operationen at:

*Jeg slap for alle disse sygeperioder med diaré og øgning i medicin. Jeg kunne leve et normalt liv. Jeg skulle ikke slæbe 100 par trusser og 1/2 ton medicin med, når jeg skulle på ferie eller bare på weekendvisit.*

Kort sagt: Jeg blev født på ny, godt 17 år efter første fødsel. Jeg tror nok, at jeg er kommet utrolig let over den omvæltning det er at få en stomi.

### Livet meget bedre

Jeg har set på de positive sider, hvis humøret var på vej ned i kulkælderens, og min familie har været en enorm stor støtte med deres praktiske hjælp og positive indstilling.

I tiden efter min stomioperation har jeg også haft medvind. Jeg blev student, var 1 år i huset, har arbejdet som hjemmehjælper og er blevet uddannet som sygeplejerske. I privatlivet er jeg blevet gift med verdens bedste og mest forstående mand.

Så alt i alt er jeg lykkelig i mit nye liv. I mit tilfælde blev livet meget, meget bedre efter operationen.

# AT LEVE SAMMEN MED STOMIOPEREREDE

## - 3 pårørende fortæller

### • Man kan godt have et rigt liv

*Min kone har en kolostomi.*

Det begyndte med et besøg hos en læge på Vesterbro. Han henviste til

Bispebjerg Hospital, hvor der blev konstateret cancer i endetarmen.

Da vi hørte det, blev vi meget ulykkelige, en stor operation var i vente.

Hvordan ville det forløbe og fungere? Det gik godt, bl.a. fordi min kones humør og livsmod er stort. Både før og efter operationen blev vi kontaktet af en meget sød og venlig stomisygeplejerske, som anbefalede os at melde os ind i Stomiforeningen COPA. Så det gjorde vi. Allerede til første møde blev vi modtaget som gamle venner. Det var rart, når vi var nye.

Nu er der snart gået 4 år, vi er i dag begge 59 år. Vi har i COPA fundet venner for livet, som vi deler glæder og sorger med. Så alt i alt kan man godt have et godt og rigt liv sammen, selv om den ene har pose på maven.

### • **Posen er en naturlig del af min mand**

*Livet med en urostomi-posemand* begyndte for mig positivt. Jeg var glad for at få en rask mand hjem, og da det viste sig, at han også så de lyse sider, kunne alt kun gå godt. Betingelsen herfor er, at manden accepterer sin tilstand (evt. også nedsat sexlyst) og vil tale herom. Det kan måske være nødvendigt at tale lidt hårdt for at få en god og udtømmende snak.

Der gik ikke lang tid, før jeg betragtede posen som en helt naturlig del af min mand. Den er jo med os alle vegne, hvad enten vi sover, arbejder, rejser eller dyrker sport.

Vort samliv er nok ikke meget forandret, bortset fra at man måske husker at takke for, at vi stadig har hinanden.

### • **Jeg har lært meget af Søren**

*Min mand har en ileostomi.*

Jeg var i byen en lørdag aften. Det var sommer, varmt og herligt! I hjørnet af diskoteket stod en lyshåret ung mand. Høj, slank og sød så han ud. Jeg faldt i snak med ham.

“Du er sygeplejeelev” - sagde han konstaterende.

“Ja”, svarede jeg.

“Jeg er ileostomiopereret”, sagde han hurtigt. Ups!!! – jeg blev dybt forbavset over den åbenhed.

Det er nu 4 år siden!

I begyndelsen var der mange ting, jeg var usikker på. Hvor meget talte han om sin stomi? Var han stadig syg? Hvordan havde han det med, at jeg så ham uden tøj på? Jeg tror, det er utrolig vigtigt, at stomien ikke kommer til at fylde for meget i dagligdagen.

Søren har haft en ubændig trang til at dyrke sport – triathlon – og har ikke ladet sig bremse af en stomi. Jeg har bakket ham 100% op.

Det som har været sværest at tackle i vores forhold er, at jeg ikke har oplevet de omstændigheder, der var før, under og efter, Søren blev opereret.

Da jeg lærte ham at kende, forstod jeg ikke hans frygt og aggressioner. Når han f.eks. havde ondt i maven. Jeg vidste ikke, hvad der var af tanker i Sørens hoved. Vi talte meget, og jeg har lært meget af Søren. I de allermost håbløse situationer lever vi intenst med hinanden.

Jeg forstår ham bedre nu, men jeg tror aldrig, jeg kommer til at føle som ham. Heldigvis – for jeg opfatter mig som vægtstangen, der tipper den modsatte vej, så vi har balance i vores liv.

# OG SÅ ER DER EN FORENING.....

## Hvordan en genstridig gnavpot blev medlem af COPA

Allerede flere måneder før min operation begyndte lægerne at arbejde på at gøre mig positiv sindet med hensyn til at få tarmen ført ud af siden. Det var ikke nogen nem opgave for dem, de skind.

Der blev talt om selvkøbende plasticposer og andre herlige hjælpemidler i et lyst og muntert tonefald, når vi havde vores små drøftelser på sygestuen. Alt prellede af på den genstridige. Hvis de ikke kunne kurere mit defekte fordøjelsessystem, kunne de i hvert fald lade mig visne hen i fred. Det var nu min mening om det spørgsmål og dermed basta.

En dag kom der imidlertid en læge med et af disse fiffige ansigtsudtryk, der antydede, at den pågældende følte at have en virkelig trumf i baghånden. Som sædvanlig fortalte han om alle lyksalighederne ved at være opereret, om hæmningsløst at kunne spise og drikke hvad som helst. Jeg knurrede bare skeptisk.

Da var det, han spillede sit triumfkort ud:

- "Og så er der en forening, du kan blive medlem af", sagde han og så meget stolt ud over dette nye indslag i argumentationen.

Adskillige sekunder lå jeg som lammet.

- "En forening", mumlede jeg surt. Skal man være medlem af en forening for at gå med pose? Og måske bliver jeg valgt som fanebærer i posemændenes fagforening! Aldrig.

Jeg kan børste tænder uden at være medlem af en tandbørsteforening og spise røde pølser uden at betale kontingent til en pølsespiserforening. Vifte mig om næsen med en poseforening – det var lavmålet!

Sådan begyndte det.

Siden har jeg unægtelig ændret holdning til sagen. Med operationen brasede de halsstarrige fordomme sammen. Det var faktisk lykken at blive et så godt som normalt menneske igen, og i den sammenhæng var

forbindelsen med foreningen på mange måder et aktiv.

Foreningen var – og er – med til at skabe den følelse af trykthed, som er nødvendig for, at man kan fornemme sig selv som et individ.



# COPA ER VERDENS ÆLDSTE STOMIFORENING

COPA er verdens ældste stomiforening – stiftet 1951.

COPA er en sammentrækning af ordet *colostomi*patient, da man i 1951 kun kendte denne ene stomiform (og kolostomi blev i 1951 i dansk retskrivning stavet *colostomi*). Allerede året efter blev den første holdbare ileostomi anlagt, og senere kom urostomien til.

I foreningens barndom var en af de væsentligste opgaver at lære stomiopererede at klare sig gennem dagligdagen så at sige uden hjælpemidler.

I dag er udbuddet af hjælpemidler stort og plejepersonale og forhandlere varetager nu denne opgave. I de fleste amter er der oprettet stomiklinikker med særligt uddannet personale.

Stomiforeningen COPA samarbejder med de nordiske landes stomiforeninger i NOA. Ligeledes er der en sammenslutning for Europa, EOA

og for en hel verdens stomiforeninger, IOA. De stærke og veletablerede stomiforeninger prøver gennem sammenslutningerne at hjælpe med at give råd, vejledning og økonomisk støtte til de nye og økonomisk svage organisationer rundt om i hele verden.



I verdensorganisationen IOA besluttede man, at der burde holdes en International Stomidag for at sætte mere fokus på det at leve med pose på maven.

Den første Stomidag var lørdag den 2. oktober 1993.

Herefter har der været afholdt International Stomidag hvert 3. år den første lørdag i oktober måned.

Forsidebilledet er et fotografi af COPA's plakater til den første stomidag i 1993.



# HVAD COPA KAN GØRE FOR DIG

Du har mange fordele som COPA-medlem;  
her skal nævnes 10 gode grunde til,  
at du melder dig ind i COPA

**1 Rådgivning om stomi**  
COPA har 100 rådgivere. Du kan trække på COPA's rådgivere, som alle selv er stomister. De hjælper dig med at acceptere din stomi. Giver dig indblik i, hvordan livet med stomi kan leves videre, og giver dig en fremtid med en normal hverdag. COPA's rådgivere har alle accepteret deres stomi og kan øse af deres egne erfaringer, gode som dårlige. For at være godt rustet til denne rådgivningstjeneste afholder COPA hvert år et grundkursus for nye rådgivere – og efterfølgende videreuddannelser. Men det vigtigste er dog at hjælpe ud fra egne erfaringer.

**2 Medlemsmøder**  
Også i dit amt er der en COPA-lokalforening. Du kan her deltage i medlemsmøder, hvor hygge og socialt samvær er fast på programmet. Professionelle behandlere holder foredrag og giver dig indsigt i de nyeste behandlingsmetoder, hjælpemidler og kostplaner. Der arrangeres busture og lignende. På alle møder og udflugter er pårørende velkomne.

**3 Sommerferie**  
Hvert år arrangerer COPA en sommerlejr et sted i Danmark, hvor man kan hygge sig sammen med andre stomister og deres pårørende samt deltage i udflugter, foredrag og underholdning.

**4 Midt i Livet**  
Hvert år i september arrangeres et weekendophold, fortrinsvis for de 35 – 55 årige. Her er det muligt at få råd om livet efter stomioperationen og om stomipleje. Sidst – men ikke mindst – er der det sociale samvær med ligestillede.

**5 Forældreweekend**  
I oktober er der hvert år weekend-ophold for forældre og deres barn med stomi samt søskende. Her kan forældrene gennem foredrag og udveksling af egne erfaringer støtte og give hinanden en god ballast til at komme videre i dagligdagen. Børnene får en weekend fyldt med leg, aktiviteter og underholdning sammen med andre stomi-/reservoiropererede børn.

**6 Junior COPA**  
Om foråret er der et forlænget weekendtilbud med masser af aktiviteter for børn over 10 år med stomi/reservoir. Der er voksne fra Forældregruppen, som sørger for alt vedrørende hjælp til stomipleje, lidt omsorg, tildeling af opgaver f.eks. madlavning og oprydning. Det er ikke et tilbud til forældrene. Børnene skal nok klare sig uden.

**7 COPA's ungdomsgruppe**  
I COPA regi er der en ungdomsgruppe. Her mødes unge mennesker (15 - 35 år) til positivt samvær blandt ligestillede. Man støtter naturligvis hinanden omkring de problemer, der dukker op i forbindelse med sygdom, operation og et liv med stomi/J-pouch, men andre aktiviteter prioriteres også højt. Der planlægges temadage, hvor der inviteres foredragsholdere, som giver bolden op til debat. Emnerne er vidt forskellige, men et fælles træk er, at de har særlig relevans for unge COPA medlemmer.

**8 Medlemsblad**  
COPA udgiver et medlemsblad med både lokalstof, nyhedsstof, artikler samt læserbreve. Som medlem får du dette blad gratis tilsendt.

**9 Tilskud**  
COPA forhandler med offentlige myndigheder vedrørende tilskud til stomihjælpemidler og andre sociale anliggender. COPA er de stomiopereredes talerør over for myndighederne.

**10 Hjælp til selvhjælp**  
COPA tilstræber gennem sin virksomhed at støtte patienter med sygdomme i mave/tarm kanalen, og det gælder naturligvis også kræftpatienter. Blandt foreningens 3.200 medlemmer har ca. 60% haft kræft, hvorfor COPA da også er i nært samarbejde med Kræftens Bekæmpelse.



**Stomiforeningen COPA vokser,  
danner nye rødder og grene.  
Støtter og får støtte  
til at finde vejen.**

# HVORDAN BLIVER DU MEDLEM AF COPA?



Send indmeldelsesblanketten på side 15 eller ring til:  
COPA's sekretariat,  
tlf. 5767 3525

(man., tirs., tors. og fre.: kl. 10-14; ons.: kl. 16-18).

På COPA's sekretariat kan du få oplyst telefonnummeret på din lokalformand.

Du kan også få oplysninger om COPA og/eller melde dig ind på: [www.copa.dk](http://www.copa.dk)



## COPA brochurer

- **Kender du COPA?**
- **Når børn får stomi - hvad så?**
  - **Stomi og kost**
  - **Kolostomi - og hvad så?**
  - **Ileostomi - og hvad så?**
  - **Urostomi - og hvad så?**

# Indmeldelsesblanket

*send ikke penge - girokort fremsendes*

Jeg vil gerne indmeldes som almindeligt medlem..... kr. 225,- pr. år

Jeg vil gerne indmeldes som pensionistmedlem..... kr. 125,- pr. år

Jeg vil gerne indmeldes som støttemedlem.....kr. 125,- pr. år

Copa-blad  JA  NEJ

Jeg vil gerne være medlem som ovenfor afkrydset, og desuden

vil jeg gerne ringes op af en rådgiver.

vil jeg gerne have besøg af en rådgiver.

**Uden ekstra udgift kan du blive optaget i:**

Ungdomsgruppen

Crohngruppen

Forældre til børn med stomi

Urostomigruppen

**Venligst:** Oplys evt. operation (sæt kryds)

Kolostomi

J-Pouch

Ileostomi

Irrigation

Urostomi

Mb. Crohn

Fødselsår..... (ikke personnummer)

Evt. sygehus.....

Evt. amt.....Evt. operationsår.....

**NAVN**.....

**GADE**.....

**POSTNR**.....**BY**.....

**TLF**:.....

## Materiale og/eller rådgivning

Jeg ønsker *ikke* at melde mig ind i COPA nu, men ønsker følgende:

Ja tak, jeg vil gerne have tilsendt materiale om COPA.

Ja tak, jeg vil gerne ringes op af en rådgiver.

Ja tak, jeg vil gerne have besøg af en rådgiver.



Sendes ufrankeret  
Modtageren  
betaler porto



**Sekretariatet**  
**Sct. Hansgade 26 B**  
**+++0154+++**  
**4100 Ringsted**

