

Ársskýrsla stjórnar Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins 2024-2025

Flutt á aðalfundi 17. mars 2025

Skýrslan nær yfir síðasta starfsár, frá aðalfundi 18. mars 2024 til aðalfundar 17. mars 2025.

Stjórn og starfsmenn

Frá síðasta aðalfundi hefur stjórn Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins verið þannig skipuð: Formaður Vala Smáradóttir, varaformaður Magnús Gunnarsson, gjaldkeri Jón L. Árnason, ritari Hafrún Dóra Júlíusdóttir og meðstjórnendur Arnar Hauksson, Helga Tryggvadóttir og Jóhanna Sigríður Kristjánsdóttir. Í varastjórn eru Ragnheiður Sigurðardóttir, Kristjana G. Guðbergisdóttir og Steinar Ólafsson.

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

Þann 1. september síðastliðinn tók Vala Smáradóttir við starfi framkvæmdarstjóra í fullu starfi, en Guðlaug B. Guðjónsdóttir starfar í 100% stöðu sérfræðings fram á sumar. Jóhanna Kristjánsdóttir hjúkrunarfræðingur og starfsfólk fyrirtækisins Heilsulausna eru okkur innan handar varðandi tóbaksvarnir og ráðgjöf fyrir skóla, einstaklinga og fyrirtæki.

Félagsmenn eru 1.191, þar af eru 31 ævifélagi og 21 heiðursfélagi.

Fræðslu- og forvarnastarfsemi

Í samstarfssamningi við Krabbameinsfélag Íslands frá því í mars 2014 er kveðið á um fræðslu- og fagråd sem skuli skipað fimm manns og tveimur til vara. Krabbameinsfélag Reykjavíkur óskaði eftir endurskoðun á samningi félaganna í febrúar 2015. Nú hefur verið stofnaður vinnuhópur félaganna sem ætlar er að endurskoða samstarfssamning, hópurinn mun funda núna á vormánuðum.

Útgáfumál og fræðsluverkefni

Árveknisskilaboðin sem eru byggð á „European Code Against Cancer – tólf leiðir til að draga úr líkum á krabbameini“ sem fóru fyrst í birtingu í mars 2023 hafa verið, eitt og eitt, birt reglulega á facebook síðu félagsins í ókostuðum færslum. Árveknisskilaboðunum, sem eru myndskreytt með skemmtilegum persónum, er ætlað að koma á framfæri við almenning ávinningi af ýmiss konar hollum lífsháttum sem skipta máli, t.d. varðandi krabbameinsáhættu og mikilvægi skimana. Í tilefni af Mottumars í ár, þar sem yfirskriftin er „Ertu að grínast með þinn lífstíl“ hafa skilaboðin sem snúa sérstaklega að heilbrigðum lífsvenjum, áfengisneyslu, ljósabekkjum, hreyfingu, mataræði, en einnig mikilvægi þess að þreifa eistu, verið nýttar í kostaðri herferð á samfélagsmiðlum til að styðja við skilaboð Mottumars um mikilvæg þess að lifa heilbrigðum lífstíl, en 4 af hverjum 10 krabbameinum má rekja til óheilbrigðra lífsvenja.

Nú í mars 2025 var loks tilkynnt, eftir áratuga baráttu, að skimun fyrir ristil- og endaparmskrabbameini sé að hefjast hjá Samhæfingarmiðstöð krabbameinsskimana. Skimunaraðferðin felst í sjálfsprófi sem greinir blóð í hægðum, svokölluðu FIT-prófi (Fecal Immunochemical Test). Til að byrja með verður um 200 manns boðin þátttaka í prufuhópi en almennar skimanir munu hefjast um leið og prófunum lýkur. Áætlað er að innleiðingu verði lokið árið 2031. Félagið vill leggja sitt af mörkum við að kynna mikilvægi þessarar forvarnar og styðja við Samhæfingarmiðstöðina varðandi fræðslu.

Verkefninu „Þurr janúar“ var hleypt af stokkunum í desember 2021. Markmið þess er að hvetja þá sem nota áfengi til að endurmeta sína neyslu og viðhorf til áfengis, t.d. með því að sleppa allri áfengisneyslu í einn mánuð á ári. Verkefnið er samstarfsverkefni FRÆ (Fræðsla og forvarnir), IOGT á Íslandi og Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins. Skilaboð voru birt á facebooksíðu verkefnisins daglega í janúar.

Áfram fær ólögleg vefsala áfengis óáreitt að viðgangast af yfirvöldum og lýðheilsusjónarmið lúta í lægra haldi fyrir markaðsöflunum. Guðlaug og Vala sitja í hringborðshópi félagasamtaka sem láta sig áfengisforvarnir varða þar sem ýmist samráð er um hvernig best skal standa að forvarnarbaráttunni gegn aukinni áfengisneyslu.

Vala og Guðlaug sóttu málþing um ungmenni og vímuefnaneyslu sem haldið var í janúar sl. sem Náum áttum, sem samstarfshópur um fræðslu- og forvarnarmál stóðu að.

Enn og aftur kom fram fram frumvarp á síðasta ári frá fyrri ríkisstjórn, varðandi aukið aðgengi að áfengi. Öll þessi frumvörp sem fram hafa komið ganga þvert á öll forvarnasjónarmið, vegna þess að það er viðurkennt að með auknu aðgengi eykst neyslan. Eins og áður sendi Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins inn umsögn um breytingar á áfengislögunum þar sem áréttuð voru tengsl áfengis og krabbameins og mikilvægi góðra forvarna. Mjög er orðið þarft að gerð sé heildstæð stefna í áfengisforvörnum. Ný skýrsla frá WHO sem var birt í febrúar síðastliðinn og bar yfirskriftina „Nordic alcohol monopolies: understanding their role in a comprehensive alcohol policy and public health significance“ hefur þau skýru markmið að greina hvaða hlutverki einkarekin áfengissala á Norðurlöndunum gegnir í áfengisstefnu ríkjanna og hver áhrifin eru á lýðheilsu. Niðurstöðurnar voru að áfengisneysla Norðurlandþjóðanna þar sem áfengissalan er ríkisrekin er að meðaltali mun minni en hjá Evrópuþjóðum þar sem hún er frjáls, eða 7-8 lítrar á hvern íbúa (15 ára og eldri) hjá Norðurlandþjóðunum á móti 11 lítrum hjá samanburðarþjóðunum. Danmörk er með frjálsa áfengisverlsun og er neyslan þar svipuð og hjá samanburðarþjóðunum. Þetta styður enn frekar við þau rök að einkasala ríkisins á áfengi sé lýðheilsumál.

Fræðslurit Krabbameinsfélagsins eru átta talsins en mörg rit eru til viðbótar við þau svo og annað fræðsluefni sem Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins hefur látið útbúa eða aðstoðað við með yfirlestri og fleiru.

Í samstarfi við dag- og göngudeild blóð- og krabbameinsslækninga 11 B er búið að þýða mikið af fræðsluefni deildarinnar yfir á pólsku og verið er að skoða hvaða efni vantar enn að þýða.

Átaksverkefnið „Skepp í skimun“ er samstarfsverkefni Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins, Brjóstamiðstöðvar Landspítalans og Félags kvenna í atvinnulífinu sem sett var af stað í bleikum október 2023. Seinasta ár höfum við boðið krabbameinsfélögunum á landsbygginni að nýta skilaboðin á sínum miðlum, eða í gegnum okkar miðla með kostuðum herferðum, þegar brjóstaskimun er í gangi á þeirra svæði. Þetta var gert bæði á vor- og haustmánuðum. Samstarfshópurinn mun halda áfram þróun á verkefninu.

Í bleikum októkkber var ákveðið að nota klippur úr fræðslumyndinni „Brjóstamein“ sem sýnd var á RÚV í lok september 2023 og setja í kostaðar herferðir á samfélagsmiðlum og Youtube. Klippurnar vöktu athygli og var dreifingin góð sem og áhorf og viðbrögð. Myndin er aðgengileg á vef RÚV.

Tóbaksvarnir o.fl.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins hefur gegnum árin staðið fyrir reykbíndindisnámskeiðum en engin námskeið hafa verið haldin að undanfögnu þar sem fáar beiðnir koma þar um. Félagið vann mjög náið með

Ráðgjöf í reykbindindi (Reyksímanum á Húsavík). Því miður var þjónustu Ráðgjafar í reykbindindi sagt upp um áramótin 2021-22. Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins, sem hefur um árabil sinnt tóbaksvörnum, átti mjög farsælt samstarf við starfsfólk Ráðgjafar í reykbindindi sem voru okkar mestu sérfræðingar í reyk- og tóbaksbindindi. Við vísuðum mörgum þeim sem til okkar leituðu varðandi aðstoð við að hætta tóbaksnotkun til Ráðgjafar í reykbindindi. Sérstaklega þegar reykbindindisnámskeiðum félagsins fækkaði. Jóhanna Kristjánsdóttir, sem var verkefnastjóri þjónustunnar, hefur komið að sem sérlegur ráðgjafi og sinnt fræðslu við hin ýmsu verkefni sem Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins hefur sinnt í tóbaksvörnum. Má þar nefna átak í Mottumars fyrir nokkrum árum, þátttöku í verkefnahópi um að vinna sérstaklega með ófrískum konum sem nota tóbak (og þeirra maka), verkefnið „Nýtt líf án tóbaks“ sem unnið var í samstarfi við Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins og aðstoð og fræðslu á námskeiðum um rafsígarettunotkun í grunn- og framhaldsskólum. Fyrirspurnum til okkar um aðstoð til reykleysi eða um að hætta nikótínnotkun hefur fjölgað. Langflestar eru frá einstaklingum með fjölþættan vanda. Þar sem Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins (HH) tók við verkefnum Ráðgjafar í reykbindindi og fjármagni þá höfum við vísað flestum fyrirspurnum til HH. Jóhanna sinnir þó einstaka ráðgjöf sem kemur inn á borð til okkar og enn tökum við við fyrirspurnum um reykleysinámskeið fyrir fyrirtæki. Í nýrri þingsályktunartillögu um krabbameinsáætlun 2025-2029 er lagt til að aðstoð til að minnka eða hætta notkun áfengis, tóbaks og nikótíns verði eflað með heilsuefandi móttökum.

Við höfum lengi viljað ná til hópa sem af ýmsum félags- og menningarlegum ástæðum hefur gengið lakar að ná til með tóbaksvarnir og reykleysisupplýsingar en annarra. Það yrdi gert með því að virkja til samstarfs fyrirtæki/vinnustaði þar sem reykingar eru almennari meðal starfsfólks en almennt er, með samstarfi við ýmsa aðila sem veita atvinnulausum þjónustu og aðstoð, samstarfi við félög fólks af erlendum uppruna sem vegna tungumálatakmarkana eiga erfitt með að notfæra sér upplýsingar og fræðslu á íslensku. Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins og Krabbameinsfélag Íslands stóðu árið 2022 fyrir þjálfunar- og leiðbeinendanámskeiði fyrir þrjá Pólverja til að halda utan um reykbindindisnámskeið og ráðgjöf fyrir landa þeirra hér á landi sem reykja/nota tóbak og vilja fá aðstoð við að hætta. Vitað er að reykingar eru mjög útbreiddar í pólska samfélaginu hér á landi. Jóhanna S. Kristjánsdóttir, hjúkrunarfræðingur og okkar helsti sérfræðingur í tóbaksvörnum, var sérlegur ráðgjafi og leiðbeinandi og útbjó fræðsluefni til að nýta á námskeiðum og við ráðgjöf. Ásgeir Helgason sálfræðingur og sérfræðingur hjá Krabbameinsfélaginu leiðbeindi varðandi samtalstækni og Nina Slowinska félagsráðgjafi hjá Krabbameinsfélaginu er tengill við pólska samfélagið hér og við leiðbeinendurna. Leiðbeinendurnir hafa eftir námskeiðið allir tekið nokkra einstaklinga í ráðgjöf við að hætta að reykja. Tveir af leiðbeinendunum eru hættir vegna annarra verkefna. Sá þriðji hefur sinnt nokkrum fyrirspurnum. Beiðni um samstarf var send til stjórna tveggja landsbyggðarfélaga þar sem óskað er eftir samvinnu við að skipuleggja reykbindindisnámskeið og ráðgjöf fyrir Pólverja hér á landi sem reykja og vilja fá aðstoð við að hætta. Því miður varð ekki af þessu samstarfi.

Félagið stóð fyrir nokkrum árum að verkefninu „Nýtt líf án tóbaks“ í samstarfi við Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins og fleiri þar sem útbúnaður voru stuttar fræðslumyndir sem miða að því að aðstoða ófrískar konur í að hætta að nota tóbak og/eða nikótín. Ráðgjöf í reykbindindi tók að sér að sinna beiðnum frá heilsugæslunni varðandi ófrískar konur. Það er aðstoð, sem er mjög sérhæfð, og byggir á löngu skjólstæðingasambandi.

Fræðsluverkefni okkar varðandi rafsígarettur í grunnskólum tók breytingum þegar eftir að lög um þær tóku gildi og notkun á nikótínþúðum fór að aukast. Margvíslegt samstarf við FRÆ og Ungmennafélag Íslands varðandi útbreiðslu, aðgengi og viðhorf til reyklauss tóbaks er búið að vera í gangi á starfsárinu. Með samstilltu átaki og breiðri nálgun samstarfsaðila viljum við vinna að því að koma böndum á þennan vágast sem reyklaust tóbak er, sérstaklega meðal ungs fólks og tryggja þann góða árangur sem hefur náðst í tóbaksvörnum. Saman fengu samstarfsaðilarnir 1,7 milljón króna styrk úr Lýðheilsusjóði til að sinna fræðslu um reyklaust tóbak. Sumarið og haustið 2022 var nýtt til að undirbúa málþing undir yfyrskriftinni „Nikótín og heilsa“ sem haldið var 11. október 2022. Búið er að vinna úr upptökum á fyrirlestrunum á málþinginu þannig að þeir eru aðgengilegir á netinu. Einnig er verið að vinna úr þessu efni og útbúa fræðsluefni fyrir skóla og íþróttafélög.

Fundað hefur verið með ýmsum sem þekkingu hafa á þessum málaflokki svo sem Láru Sigurðardóttur og hjúkrunarfræðingi frá Heilsulausnum og Jóhönnu stjórnarmanni okkar. Ungmennafélagið hefur virkjað ungmennaráðið til samstarfs. Verkefnið verður unnið áfram, eftir því sem styrkur úr Lýðheilsusjóði leyfir en verkefnið fékk viðbótarstyrk að upphæð ein milljón kr. í úthlutun í febrúar 2023. Því miður hefur verkefnið táfist af ýmsum óviðráðanlegum ástæðum en verkefnið er farið af stað að nýju.

Embætti landlæknis nálgadist félagið með ósk um samstarf vegna samevrópsks verkefnið sem snýr að hulduheimsóknum varðandi nikotín. Ákveðið hefur verið að skoða það samstarf frekar.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins, Fræðsla og forvarnir, IOGT og Samtök foreldra gegn áfengisauglýsingum létu Gallup gera könnun í mars 2024 varðandi viðhorf til áfengis og nikótínvara. Mesta notkun nikótíns er í aldurshópnum 18-34 ára. Í könnuninni sögðust 16,0% svarenda hafa tekið þátt í Þurru janúar og 10,8% tekið þátt í Eðruar. Tæplega 56% svarenda telja að það séu mikil tengsl á milli áfengisneyslu og krabbameins en 12% að það séu lítil tengsl. Hluti þessarar könnunar hefur verið gerð árlega frá 2017 (ekki 2023) og gefur okkur tækifæri á að meta breytingar á ýmsum þáttum á milli ára.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins og Heilsulausnir, sem m.a. sinna fræðslu í grunn- og framhaldsskólum, eru í samvinnu fyrst og fremst á sviði tóbaks- og nikótínvara, en einnig um mikilvægi hreyfingar og mataræðis og heilbrigðra lífshátta almennt.

Eftirlitshlutverk varðandi rafsígarettur og nikótínvörur er núna hjá Húsnæðis- og mannvirkjastofnun en var áður hjá Neytendastofu. Við leitum reglulega eftir upplýsingar um stöðu mála varðandi eftirlitið og höfum verið ánægð með hversu vel þessu hlutverki er sinnt. Neytendastofa fer núna með eftirlit með banni við auglýsingum á nikótínvörum og fjölmiðlanefnd tekur fyrir kærur um brot á lögum um tóbak og nikótínvörur í fjölmiðlum. Félagið sendir inn ábendingar til þessara aðila þegar við sjáum eitthvað sem við viljum að tekið sé fyrir.

Í tilefni af alþjóðlega tóbakslausa deginum 31. maí 2024 létum við þýða skilaboð frá Alþjóðaheilbrigðismálastofnuninni (WHO) og fleirum um áherslur tóbakslausa dagsins. Áherslan var lögð á skaðleg áhrif markaðssetningar tóbaksframleiðenda á ungmenni. Tugir milljóna ungmenna á aldrinum 13-15 ára nota einhverja tegund tóbaks, þar af um 4 milljónir í Evrópu. Tóbaksframleiðendur hafa einbeittan ásetning til að selja ungu fólki lífshættulegar vörur, sem auk þess eru ávanabindandi og valda fíkn. Þeir sem standa að alþjóðlega tóbakslausa deginum 31. maí 2024 hvetja ríkisstjórnir og þá sem berjast gegn tóbaksnotkun til að vernda unga fólkið fyrir skefjalausri ásókn framleiðenda tóbaks og til að láta þá bera ábyrgð á því tjóni sem þeir valda. Guðlaug skrifaði grein í tilefni dagsins sem birtist á Vísi.

Norræn félagasamtök í tóbaksvörnum funda reglulega og hafa með sér margvíslegt samráð. Guðlaug hefur verið fulltrúi Krabbameinsfélagsins í þessu samstarfi en frá sl. hausti tók Jóhanna Kristjánsdóttir hjúkrunarfræðingur og stjórnarmaður við sem fulltrúi okkar. Samstarf þetta hefur verið ákaflega gefandi. Samráðshópurinn fundaði rafrænt í apríl 2024 og svo var staðfundur í Osló í september sl. Þar var farið yfir stöðu mála í löndunum með sérstakri áherslu á nýrri nikótínvörur. Löndin eru mislangt á veg komin. Umræða var um tóbakslausakynslóð og áréttað að horfa þyrfti á alla neyslu tóbaks og nikotíns.

Jóhanna Kristjánsdóttir svaraði árlegum spurningalista frá Alþjóða heilbrigðismálastofnuninni (WHO) um ýmislegt er snýr að tóbaksvörnum á Íslandi.

Jóhanna Kristjánsdóttir stjórnarmaður okkar situr í fagræði landlæknis um tóbaksvarnir fyrir okkar hönd.

Sveinn Magnússon læknir og heiðursfélagi er að taka saman sögu tóbaksvarna á Íslandi að beiðni félagsins. Ísland var lengi vel leiðandi þjóð í tóbaksvörnum, hlutverk Krabbameinsfélagsins og ekki síst okkar félags hefur verið stórt í þessari sögu og mikilvægu forvarnarstarfi. Í ritnefnd með Sveini eru Árni Einarsson, Guðlaug og Jónas Ragnarsson. Sótt var um styrk til verkefnisins hjá Lýðheilsusjóði árið 2023 sem úthlutaði okkur í mars í fyrria 500.000 kr. til fyrsta áfanga verksins. Verkið er vel á veg komið.

Lýðræðishátíðin, Fundur fólksins

Fundur fólksins, ráðstefna Almannaheilla, var haldin í Hörpu 29. nóvember 2024, daginn fyrir alþingiskosningar. FRÆ, Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins, Foreldrasamtökin gegn áfengisauðglýsingum og IOGT á Íslandi stóðu sameiginlega að málstofu undir heitinu: Ávana- og vímuefni – áskoranir í forvörnum. Er baráttan töpuð? Jóhanna sat í panel fyrir hönd félagsins.

„Hættan er ljós“

Rúm tuttugu 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 hefur Gallup gert könnun fyrir átakshópinum og haldið er áfram að fræða um afleiðingar óhóflegra sólbaða. Eftir að hafa sleppt spurningavagni meðal almennings í fyrra var hann sendur út á ný.

Niðurstöður könnunarinnar sýna að um 5% fólks notuðu ljósabekk einu sinni eða oftar á 12 mánaða tímabili en þetta hlutfall var 6% árið 2022. Meðalfjöldi skipta sem svarendur hafa farið í ljós á sl. 12 mánuðum hefur hins vegar aukist marktækt frá 2022 mælingunni og fer úr 0,2 skiptum á sl. 12 mánuðum í 0,6 skipti og telst þetta marktæk hækkun. Þetta þýðir að þeir sem fara á annað borð í ljós eru að fara oftar núna í ljós en í 2022 mælingunni. Einnig var spurt hvort húðin hafi brunnið af völdum ljósabekkja eða sólar á sl. 12 mánuðum. Þar sjáum við að 83,2% svarenda segja að húðin hafi ekki brunnið og 16,8% að hún hafi brunnið. Hlutfall þeirra í síðustu mælingu sem sögðu að húðin ekki brunnið var 81% en þessi breyting á milli mælinga telst ekki marktæk. Af þeim sem segjast hafa brunnið hafa 67,8% brennt húð sína í sólarlandaferð, 54,3% á öðru ferðalagi erlendis, 10,6% hafa brennt hana í ljósabekkjum og 18,2% við vinnu á Íslandi en var 10,1% árið 2022.

Verið er að vinna að rannsókn þar sem farið verður yfir kannanir síðustu 20 ára og tengsl við húðkrabbamein skoðuð. Rannsakandi er BS nemi í læknisfræði sem vinnur rannsóknina undir handleiðslu Bárðs Sigurgeirssonar húðlæknis.

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

Bleiki mánuðurinn

Málþing um brjóstakrabbamein var haldið í húsi Krabbameinsfélagsins 22. október 2024 á vegum Brjóstaheilla – Samhjálp kvenna, Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og Krabbameinsfélags Íslands. Yfirskrift málþingsins var „Þú breytir öllu“ sem var slagorð bleika mánaðarins. Brynja Björk Gunnarsdóttir formaður Brjóstaheilla – Samhjálp kvenna setti málþingið. Guðlaug Rakel Guðjónsdóttir, forstjóri Heilbrigðisstofnunar Suðurnesja sagði frá „Lýðheilsuvísum og skimun á Suðurnesjum“, Brynja Björk Gunnarsdóttir formaður Brjóstaheilla, sagði frá Norrænni samvinnu sjálfboðaliða sem greinst hafa með krabbamein, Lóa Björk Ólafsdóttir, hjúkrunarfræðingur hjá Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins, sagði frá þeim áskorunum sem aðstandendur krabbameinsgreindra geta staðið gegn og þeim bjargráðum sem aðstandendur geta nýtt sér. Kári Hreinsson forstöðulæknir á svæfinga- og gjörgæslusviði Landspítalans, sagði frá sinni reynslu af því að greinast með brjóstakrabbamein. Haukur Valdimarsson, eiginmaður Brynju Bjarkar og Auður Ösp Ólafsdóttir sögðu sínar reynslusögur af því hvernig er að vera aðstandandi. Fundarstjóri var Eliza Reid, rithöfundur og fyrrum forsetafrú. Góð mæting var á málþingið sem var einnig streymt á miðlum Krabbameinsfélagsins.

Skógarganga

Um 300 manns mættu í skógargöngu Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og Skógræktarfélag Hafnarfjarðar þann 29. október sl. við Gróðrarstöðina Þöll við Kaldársselsveg, en aldrei hafa fleiri sótt viðburðinn. Magnús Gunnarsson stjórnarmaður í báðum félögunum flutti ávarp. Frá Þöll var gengið um skógarsvæði Skógræktarfélags Hafnarfjarðar undir leiðsögn Steinars Björgvinssonar skógfræðings. Rétt áður en gangann átti að hefjast var stórhrið úti, en rétt áður en lagt var af stað létti til og göngufólk fékk meira að segja smá norðurljósasýningu í kaupbæti. Fjölmennið var leitt í gegnum skógarstíga þar sem hinar ýmsu kynjaverur, lifandi og framliðnar með tilheyrandi hljóðum, hrelltu á skemmtilegan hátt unga sem aldna, en boðið var upp á tvær gönguleiðir að þessu sinni. Að göngu lokinni var boðið upp á heitt súkkulaði og kleinur í húsakynnum Þallar og þrátt fyrir að gert hafi verið ráð fyrir miklum fjölda kláraðist allt heitt súkkulaði og meðlæti áður en síðustu göngumenn náðu í hús. Hugmyndir eru um að breyta fyrirkomulaginu og styðja betur við Skógrækt Hafnarfjarðar við skipulag á viðburðinum.

Nemendur, skólar o.fl.

Formaður og starfsfólk félagsins aðstoða nemendur, kennara framhaldsskóla og háskóla og fleiri við heimildaöflun vegna ýmissa skrifa, rannsókna og kennslu sem tengist krabbameini og forvörnum.

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 of forvarnir og SAFF, hefur undanfarin ár staðið, ásamt fleirum, meðal annars, að því að kanna notkun á rafsígarettum og nikótínþúðum, notkun áfengis og viðhorf til þess meðal Íslendinga 18 ára og eldri. SAFF sendir inn umsagnir um hin ýmsu frumvörp sem varða forvarnir; svo sem áfengi, tóbak og nikótínvörur.

SAFF hefur á undanförunum misserum lagt áherslu á að bregðast við síendurteknum frumvörpum um að heimila sölu áfengis í almennum verslunum og leyfa áfengisauglýsingar, meðal annars með því að senda inn umsagnir til Alþingis. SAFF hefur einnig beitt sér fyrir að sett verði löggjöf um rafsígarettur. SAFF stóð á árinu 2024 ásamt fleirum (FRÆ, IOGT, Foreldrasamtökin gegn áfengisauglýsingum og Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins) að því að kanna stöðu ávana- og vímuefnamála og viðhorf til þeirra meðal Íslendinga 18 ára og eldri. Könnunin er hliðstæð könnunum sem gerðar var árin 2017, 2018, 2019, 2020, 2021 og 2022 og því hægt að meta breytingar á ýmsum þáttum á milli ára.

Vefsíðumál og samfélagsmiðlar

Fésbókarsíða Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins er notuð til að koma á framfæri því sem félagið stendur fyrir og til að styrkja stöðu þess. Vefsíða félagsins er í smíðum og verður hún opnuð á vormánuðum.

Stuðningur við sjúklinga

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.

Félagið er þáttakandi í vinnuhóp um stafvæðingu á stuðningsneti Krafts og Krabbameinsfélagsins, en stuðningsnetið hefur verið hjartað í starfsemi Krafts frá stofnun félagsins árið 1999. Vala stýrir verkefninu sem snýr að því að einfalda aðgengi að jafningjastuðningi fyrir krabbameinsgreinda og aðstandendur, með vettvangi á netinu.

Styrkveitingar

Styrkveitingar félagsins á reikningsárinu voru nítján. Heilbrigðisstarfsfólk fékk styrki vegna sérnáms, fræðsluferða og ráðstefna. Einnig var tóbaksvarnarrit sem gefið var út af Tómasi Guðbjartssyni og fleirum styrkt og sófi keyptur fyrir kaffistofu starfsfólks á dag- og göngudeild blóð og krabbameinslækninga. Eins og síðustu ár styrkum við einnig starfsemi Heilsulausna sem hafa í samstarfi við okkur sinnt fræðslu í skólum.

Happdrættið

Tekjum af happdrætti Krabbameinsfélagsins hefur frá upphafi 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 marga síðustu áratugi.

Heildarsala happdrættismiða í happdrættunum 2024 var svipuð og árið á undan. Vinningsbíll var til sýnis í sumarhappdrættinu eina viku í Smáralind og þrjá daga í desember í jólahappdrætti. Kynning og auglýsingar voru á samfélagsmiðlum. Sala miða í netverslun Krabbameinsfélagsins er góð viðbót. Sala happdrættismiða til fyrirtækja var hjá fyrirtækinu Markaðsráði.

Á árinu var byrjað að skoða, af alvöru, þann möguleika að gera happdrættið al-stafrænt. Póstburðargjöld hafa hækkað gríðarlega mikið og stafvæðing er nauðsynleg leið til að bregðast við þeim kostnaði. Vala og Jón Óli ráðgjafi happdrættisins fóru í „námsferð“ til Danska krabbameinsfélagsins þar sem þau fengu fræðslu um þeirra happdrætti og þeirra stafrænu vegferð sem hófst árið 2016. Fundurinn var mjög gagnlegur og ýmislegt lært sem hægt er að nýta sér við rekstur happdrættis Krabbameinsfélagsins. Í kjölfarið var svo tvisvar fundað með hugbúnaðarhúsinu Fuglum, en þeir hönnuðu og reka vef happdrættis Háskólans. Í nóvember tóku Vala, Guðlag og Jón Óli þátt í vinnustofu hjá Fuglum þar sem þarfagreining var unnin fyrir hugbúnaðinn. Það var svo tekin ákvörðun að láta lokaverkefnishóp frá Háskólanum í Reykjavík vinna alla grunnvinnu að forritun hugbúnaðarins í samvinnu við Fugla. Vonir standa til að seinna á árinu 2025 verði tilbúin hugbúnaður sem hægt er að nýta við rekstur happdrættisins.

Í mars 2024 gerði Maskína fyrir okkur könnun á happdrættismarkaðinum á Íslandi með áherslu á okkar happdrætti. Helstu niðurstöður eru að rúmlega 38% svarenda höfðu keypt happdrættismiða Krabbameinsfélagsins einhvern tíma á síðustu fimm árum en um 47% höfðu aldrei keypt.

Í sumar fagnar happdrættið 70 ára starfsemi.

75 ára afmæli félagsins

Í tilefni af 75 ára afmæli félagsins var ákveðið að halda ekki stóra afmælishátíð heldur nýta tækifærið og nota árið í stefnumótun og önnur verkefni féluginu til heilla. Ákveðið var að fara í stefnumótunarvinnu með fyrirtækinu Stratagem og er sú vinna nú á lokametrunum. Ætla má að hægt verði að hefja innleiðingu á nýrri stefnu sem fyrst.

Þann 18. febrúar síðastliðinn var haldinn hátíðarfundur heiðursfélaga í félaginu. Góðmennt var á fundinum og virkilega gaman að hitta þennan góða hóp. Mikið var rætt um ýmis málefni er tengjast félaginu og mikilvægt var að fá innsýn heiðursfélaga inn í starfið framundan.

Fjármál

Afkoma félagsins á reikningsárinu var neikvæð um tæpar 4,5 milljónir króna. Kostnaður við fræðslustarfsemi var tæpar 26,9 milljónir króna. Árið 2024 skilaði happdrættið félaginu rúmum 20 milljónum króna í tekjur. Aðrir tekjuliðir, eru félagsgjöld og styrkir, auk vaxtatekna. Eignarstaða félagsins er góð.

Samstarf við ýmsa aðila

Snertifletir Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins og Krabbameinsfélags Íslands eru fjölmargir.

Aðalfundur Krabbameinsfélags Íslands var haldinn 25. maí 2024. Á fundinum var formaður okkar Vala Smáradóttir kjörin í stjórn Krabbameinsfélags Íslands. Deginum áður var formannafundur undir yfirskriftinni “Sameinaðir kraftar til meiri árangurs”. Aðrir formannafundir voru haldnir á Akureyri í september og í mars. Guðlaug hefur sótt suma af samráðsfundum starfsmanna aðildarfélaga. Vala hefur sótt alla fundi síðan í maí.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins á 15% í húseigninni að Skógarhlíð 8. Á aðalfundi KÍ síðasta vor var sagt frá hugmyndum um mögulegt samstarf við Ljósið sem var þá að leita eftir lóð fyrir framtíðarhúsnæði. Samkvæmt skipulagi eru heimildir til byggingar stærra húss á lóðinni við Skógarhlíð 8. Samþykkt var að nefnd skipuð Höllu Þorvaldsdóttur framkvæmdastjóra KÍ, Helga Björnssyni fjármálastjóra KÍ, Vilhjálm Eilífssyni stjórnarmanni í KÍ og Völu hjá KH myndi skoða málin áfram með Ljósinu. Samhliða þeirri vinnu var óskað eftir ráðgjöf frá Fléttu fasteignaráðgjöf. Í haust kom í ljós að ekkert yrði af samstarfinu við Ljósið þar sem þau höfðu tryggt sér fjármagn fyrir lóð og húsnæði annarsstaðar. Ákveðið var þá af nefndinni að fara í undirbúning með Fléttu og Kanon arkitektum til að sækja um aukið byggingarmagn á lóðinni, umfram það sem leyfi er fyrir, þar sem lóðarleigusamningur var að renna út. Eins og staðan er í dag hefur ekki fengist leyfi fyrir auknu byggingarmagni en nefndin mun vinna áfram að þeim markmiðum.

Guðlaug hefur tekið þátt í tveimur nefndum á vegum KÍ (stefna félagsins til 2030). Þessar nefndir komu með tillögur um hvað mætti fækka krabbameinum mikið út frá góðum lífsháttum og hvernig lifun gæti þá breyst.

Breytingar voru gerðar á lögum Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins árið 2023 til að aðlaga lögina að lögum um almannaheillafélög. Skráningu er því miður ekki lokið og enn á eftir að greiða úr einhverjum flækjum hjá Rsk en vonast er til að skráningin taki gildi á vormánuðum 2025 og að Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins verði þá skráð sem almannaheillafélag.

Guðlaug situr í kjörnefnd Almannaheillasamtakanna.

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

Félagið hefur átt gott samstarf við stuðningshópa Krabbameinsfélagsins, starfsmenn og stjórn Fræðslu og forvarna (FRÆ), starfsmenn Ungmennafélags Íslands, IOGT og fleiri. Einnig má minnast á afar gott samstarf við starfsfólk Arion banka og Jón Óla Sigurðsson varðandi happdrættið og fleira.

Krabbameinsfélag höfuðborgarsvæðisins er ásamt nokkrum forvarnarsamtökum (IOGT, FRÆ, Foreldrasamtökin gegn áfengisauðglýsingum), starfsmanni frá Embætti landlæknis og einstaklingum þátttakandi í samstarfshópi um forvarnir. Hópurinn ræðir saman um opinbera stefnumörkun í ávana- og vímuefnamálum og haft er samráð um þau þingmál sem koma fram.

Guðlaug las yfir fyrir Landspítalann spurningalista/banka PRO-CTCAE fyrir fólk í krabbameinsmeðferð (matstæki/einkenni og aukaverkanir) sem kom út í júní síðastliðnum. Félagið styrkti á sínum tíma þýðinguna.

Lokaorð

Það sem hér hefur verið nefnt eru aðeins nokkur dæmi sem sýna fjölbreytnina í starfi félagsins. Ný verkefni taka við af gömlum og viðmið og áherslur breytast en sum verkefnanna eru hinsvegar þannig að við verðum

alltaf að hafa augun á boltanum. Sem dæmi má nefna áfengisforvarnirnar, en lengi hafa rannsóknir sýnt fram á skaðsemi áfengis og tengsl áfengisneyslu við ýmsar tegundir krabbameina. Þrátt fyrir þá þekkingu og fyrir þá fræðslu sem til staðar er stöndum við í sífellri baráttu við öfl sem vilja aukið aðgengi að áfengi. Það sama má segja um tóbak og nikotín. Stórkostlegur árangur hefur náðst síðustu áratugi í tóbaksvörnum, og 50 ár eru í ár síðan að tóbaksvarnafræðsla hófst í skólum. En betur má ef duga skal og er stefnuleysi stjórnvalda í tóbaksvörnum bagalegt. Árið 2004 skrifuðu stjórnvöld undir rammasamning við Alþjóðaheilbrigðismálastofnunina um tóbaksvarnir. Samkvæmt honum ber stjórnvöldum meðal annars að koma á stefnu í tóbaksvörnum. Það má því með sanní segja að það sé kominn tími hjá stjórnvöldum að standa við stóru orðin og ljóst að við megum ekki má sofna á verðinum þegar að kemur að tóbaksvörnum.

Eitt þeirra verkefna sem hefur verið í umræðunni í yfir 40 ár og eitt helsta baráttumál félagsins síðustu áratugi eru skimanir fyrir ristil- og endaparmskrabbameini. Það er því virkilega gleðilegt að lýðgrunduð skimun fyrir ristil- og endaparmskrabbameini sé hafin hjá Samhæfingarmiðstöð krabbameinsskimana. En ristil- og endaparmskrabbamein er þriðja algengasta krabbameinið sem greinist á Íslandi.

Á síðasta ári fagnaði félagið 75 ára afmæli. Það er á slíkum tímamótum sem gott er að staldra við og horfa til baka á það sem vel hefur verið gert, þann árangur sem náðs hefur, þær áskoranir sem félagið hefur tekist á við og það hlutverk sem það hefur gegnt. En einnig horfa til framtíðar. Fyrir hvað stendur félagið, hvert er hlutverk þess, hvernig vill það takast á við áskoranir og hvaða hugrenningartengsl viljum við kveikja þegar fólk heyrir um félagið okkar? Ljóst er að það er áfram verk að vinna þótt áskoranirnar breytist með tíð og tíma. Það var í kjölfarið á þessum vangaveltum sem stjórn ákvað að farið yrði í mikla stefnumótunarvinnu á afmælisárinu og er sú vinna nú á lokametrunum. En það er trú okkar sem að félaginu komum að sú vinna muna skila sér í öflugra félagi, tilbúnu til að takast á við þau verkefni og þær áskoranir sem upp munu koma. Við teljum afar mikilvægt að Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins auk annarra krabbameinsfélaga standa vaktina áfram og styðji við og hvetji til góðra verka um allt land, því verkefnunum lýkur aldrei. Fyrir þinginu liggur tillaga til þingsályktunar um aðgerðaáætlun í krabbameinsmálum 2025–2029, og verður það þá í fyrsta sinn sem virk krabbameinsáætlun er til að vinna eftir á Íslandi. Það er m.a. í okkar verkahring að sinna hagsmunagæslu hvað varðar eftirfylgni með þessum aðgerðum.

Vala Smáradóttir, formaður og framkvæmdastjóri Krabbameinsfélags höfuðborgarsvæðisins