

# Bröstcancer

## Bok- och länktips från Region Dalarnas sjukhusbibliotek

Hos oss på Falu lasarettsbibliotek kan du som bor i Dalarna få hjälp med att hitta lättfattlig information om hälsa.

I biblioteket finns också personliga berättelser som kan ge en inblick i andra personers upplevelser. Bibliotekspersonalen hjälper gärna till att förmedla hälsofrämjande information ur olika databaser och från föreningar.

Vi kan även bistå med källkritisk granskning av hemsidor.

Den som inte har möjlighet att komma till biblioteket kan istället ringa eller skicka e-post.

**Hitta till biblioteket:** Gå in genom huvudentrén på Falu lasarett, gå rakt fram och passera caféet och butiken. Följ sedan skyltningen till biblioteket. Bibliotekets entré är på plan 02. Det finns hiss utanför.

Besök oss gärna på webben: [www.regiondalarna.se/sjukhusbibliotek](http://www.regiondalarna.se/sjukhusbibliotek)

### Kontakt

Region Dalarnas sjukhusbibliotek

E-post: [falun.biblioteket@regiondalarna.se](mailto:falun.biblioteket@regiondalarna.se)

Adress: Söderbaums väg 8, 791 82 Falun

Telefon: 023- 49 21 34



## Webbsidor

### **1177.se**

Står bakom sidan: Sveriges regioner

Målgrupp: alla

En sida med råd om hälsa och information om sjukdomar. Under fliken Sjukdomar&besvär finns rubriken Cancer. Klicka på den så hittar du flera ämnen som har med cancer att göra. Under fliken råd och stöd hittar du kontaktuppgifter till cancerlinjen och cancerrådgivningen. Två linjer du kan ringa för att prata med vårdpersonal om cancer. Sök på Bröstcancer i sidans sökruta så hittar du sidan om Bröstcancer.

### **brostcancerforbundet.se**

Står bakom sidan: Bröstcancerförbundet, en intresseförening med fokus på bröstcancer

Målgrupp: alla

Sidan innehåller information om bröstcancer, hur den diagnostiseras, behandling osv. Sidan innehåller också personliga berättelser.

### **cancerfonden.se**

Står bakom sidan: Cancerfonden, en fristående ideell organisation

Målgrupp: alla

Sidan innehåller information om olika cancerformer, råd för att förebygga cancer och information om forskning. Det finns också kontaktuppgifter till cancerlinjen där legitimerade sjuksköterskor svarar på frågor via mail, chatt och telefon. Under fliken om cancer finns rubriken cancersjukdomar. Om du klickar på den så kan du sedan välja bröstcancer för mer specifik information om sjukdomen.

### **cancerkompisar.se**

Står bakom sidan: cancerkompisar, en idéburen icke vinsdrivande organisation

Målgrupp: Anhöriga till personer med cancer, från 13 år och uppåt

Sidan innehåller information och personliga berättelser om att vara anhörig till någon med cancer. Genom sidan kan du komma i kontakt med andra i samma situation.

### **cancerrehabfonden.se**

Står bakom sidan: cancerrehabfonden, ideell organisation

Målgrupp: Vuxna cancerdrabbade

Sidan innehåller personliga berättelser och information om hur du kan ta del av fondens kostnadsfria rehabiliteringsprogram

### **dalarna.brostcancerforbundet.se**

Står bakom sidan: Bröstcancerförbundet, en intresseförening med fokus på bröstcancer

Målgrupp: Personer med bröstcancer i dalarna

Sidan innehåller information från bröstcancerföreningen i Dalarna.

### **naracancer.se**

Står bakom sidan: Bröstcancerförbundet, en intresseförening med fokus på bröstcancer

Målgrupp: Unga anhöriga till personer som har cancer eller som har dött av cancer

Sidan innehåller information om cancer och om hur det kan vara när någon anhörig får cancer .

Sidan innehåller också personliga berättelser, möjlighet att ställa frågor till vårdpersonal.

Genom sidan kan du komma i kontakt med andra i samma situation.

### **natverketmotcancer.se**

Står bakom sidan: Nätverket mot cancer, ett nätverk bestående av intresse- och patientorganisationer samt medicinska experter.

Målgrupp: Personer som ingår i nätverket, personer med cancer, närstående

Under fliken om cancer hittar du fakta om cancer. Där finns även två böcker som går att ladda ner eller beställa hem: *Närståendeboken* och *Den ofrivillige resenären : en bok om din cancerresa*.

### **svenskaodemforbundet.se**

Står bakom sidan: Svenska ödemförbundet, en patient- och intresseförening

Målgrupp: Personer med kroniska ödem

Sidan innehåller information och råd om olika typer av ödem. För att hitta information om lymfödem, gå till fliken kunskapsbank välj kroniska ödem och därefter lymfödem.

### **ungcancer.se**

Står bakom sidan: Ung cancer, en fristående ideell organisation

Målgrupp: Personer mellan 16 och 30 år

Sidan innehåller information om cancer, hur det kan vara att leva med cancer som drabbad eller närstående. Sidan innehåller personliga berättelser och information om hur du kommer i kontakt med andra i samma situation.

## Personliga berättelser (Alfabetisk ordning på titel.)

*Alla andra dagar : en cancerpratares historia med perspektiv*, av Anette Brodén (2018)

Författaren lever med en genmutation med förhöjd risk för äggstocks- och bröstcancer. Därför opererade hon bort sina äggstockar. Ett år senare upptäcktes en tumör i ena bröstet. Ordet cancerpratare i titeln syftar på att författaren lagt upp innehållet i boken likt ett s.k.

”sommprat”. Efter varje kapitel finns musikförslag.

*Bröstcancer : liv och existens*, av Anna Gran, Eva Rundkvist, Maria Arman och Åse Frank (2021)

Att genomgå en behandling för cancer drabbar mer än kroppen. Existentiella frågor kommer upp till ytan. Boken innehåller tre kvinnors personliga berättelser samt kommentarer från en forskare i vårdvetenskap. Har tidigare getts ut under titeln *Bröstcancer : levd erfarenhet och fakta 2008*.

*Bröstresan*, av Ulrika Palmcrantz (2011)

Ulrika är journalist på en trädgårdstidning och får efter en rutinundersökning veta att hon har bröstcancer. Boken är författarens dagbok från sjukdomstiden. Hon skriver för att förstå vad hon är med om då livet vänds upp och ner men ändå fortsätter som vanligt.

*Behandlingen : 205 dagar i kräfterike*, av Yvonne Hirdman (2019)

Yvonne är författare och historiker. Boken börjar dagen innan den första cellgiftsbehandlingen. I dagboksform får vi sedan följa Yvonne under behandlingstiden. Berättelsen slutar med kapitlet *efteråt*.

*Cancer som resesällskap : min uppmuntran till dig*, av Maggie Målevik, (2011)

”En positiv berättelse om en negativ händelse” kallar Maggie själv sin bok där hon beskriver hur hon hanterar sin sjukdomstid genom att sätta mål och tänka positivt. Boken innehåller även några kapitel skrivna av hennes man och son.

*Chemo queens : styrkan sitter inte i håret*, av Angelica Amazona Weijland (2021)

22 kvinnor berättar om sin relation till sitt hår och hur det var när de tappade håret till följd av cellgiftsbehandling.

*Den lille jäveln : en bok om cancer*, av Maria Håkansson (2014)

En söndagsmorgon upptäcker 27-åriga Maria en knöl i bröstet. I sin bok berättar hon sin berättelse från det att hon upptäcker knölen tills ett år senare när hon genomgått cellgifter, strålning och operationer. För den som inte vill läsa hela boken finns en tipslista i slutet över vad som underlättade hennes egen vardag som sjuk.

*Enbröstad*, av Maria Grahn och Anna von Brömssen (2003)

Maria är skådespelare och står framför spegeln i ett hotellbadrum när hon upptäcker knölen. Full av vrede efter cancerbeskedet bestämmer hon sig för låta en fotograf dokumentera sjukdomstiden. Dessa bilder och hennes egna texter blir till slut boken *Enbröstad*.

*En dag dog Hannah, alla andra dagar levde hon*, av Patrick Ekwall (2022)

Patrik, tv-profil och journalist, berättar i boken om sin fru Hannah som gick bort ett år efter att hon drabbats av en aggressiv form av bröstcancer. Han berättar om Hannahs sjukdomstid, om hennes bortgång och livet efteråt. Om sorg, saknad, förlust och att se framåt.

*Hej då allihopa*, av Conny: Palmkvist (2005)

En dag ringer Berit ringer sin son och berättar att hon ”kanske har lite cancer”. I boken får vi följa Conny och hans mamma under hennes sista sommar.

*Inte bara ett bröst*, av Annelie Babitz (2018).

Annelie är journalist. 2016 blev hon tvungen att genomgå masektomi, cellgifter och strålning till följd av invasiv duktal cancer. Genom dagboksanteckningar beskriver hon sjukdomen, behandlingsprocessen och en rasande sorg över sitt förlorade bröst. Hon menar att samhället och vården inte tar hänsyn till betydelsen av bröstet som en viktig del av kvinnors sexualitet och könsidentitet.

*Isvantar och cocktails : fem perspektiv på cancer* , Birgitta Barrefors Ivarsson och Magdalena Falcini Jensen, m.fl. (2015)

Under loppet av två år drabbades väninnorna Birgitta och Magdalena båda av bröstcancer. De hade samma sjuksköterska, Marita, under sina cytostatikabehandlingar. Boken består av texter skrivna av Birgitta, Magdalena, deras makar, deras barn samt Marita. Läsaren får följa sjukdomsförloppen och behandlingen flera olika perspektiv.

*Jag- en amazon! : en liten bok om att få bröstcancer- 26 år efteråt*, av Karin Eberhardt Grönvall (2018)

Karin vill hjälpa andra genom att berätta sin egen historia med cancer. Innan hon fick diagnosen 1992 trodde hon att den var liktydig med död. Tjugosex år senare lever hon fortfarande och vill vara ett gott exempel för andra som nyligen fått diagnosen.

*Jag ska klara det här : om att leda sig själv med kärlek genom sjukdom*, av Katarina Ahlström Mannheimer (2022)

Katarina drabbas av bröstcancer våren 2020, mitt under coronapandemins första våg. Under sjukdomsperioden använde hon sig av sin kunskap som hypnoterapeut, resanterapeut och meditationsledare för att må så bra som möjligt trots sjukdom och isolering. I boken berättar hon sin historia och delar med sig av sin kunskap om olika metoder för att må bra.

*Jag vill fan leva : kampen mot bröstcancer*, av Karin: Björkegren Jones, (2014)

Karin är journalist, författare och yogalärare. När hon 2012 fick diagnosen inflammatorisk bröstcancer berättade hon om detta i den egna bloggen. Blogginläggen blev grunden till en bok och i boken får vi följa Karin från dagen då hon får cancerbeskedet tills hon blir friskförklarad

*Kaos, kamp, lev!* , av Malin Ackermann (2022)

Efter att Malin fått beskedet att cellförändringen i höger bröst utvecklats till cancer blir ingenting sig likt igen. Rädd för att inte hinna bli den hon vill vara, granskar hon sina inlärdas livsmönster. Med författaren Sara Lidman som förebild banar hon vägen genom kaos och kamp till ett nytt sätt att se på livet.

*Kul med cancer : hur man tar sig igenom bröstcancer*, av Monika Titor (2014)

Mitt i livet som småbarnsförälder och journalist drabbas författaren av bröstcancer. Här berättar hon om sina egna upplevelser. Hennes förhoppning med boken är att den ska "ge glädje och hopp i något som till en början känns helt övermäktigt, men som går att ta sig igenom, skrattandes åt allt konstigt som händer på vägen."

*Livet kan inte vänta*, av Sara Natt och Dag (2009)

I boken får vi under en tid följa Hanne, Sabina och Ulrika som alla har spridd obotlig cancer. Vi får ta del av deras vardag med sjukdom, behandlingar, livslust och kärlek. I boken intervjuas också deras män. Författare till boken är Sara som träffat kvinnorna i sitt arbete som kurator på Radiumhemmet i Stockholm.

*Livet med bröstcancer : personliga erfarenheter och professionella insatser*, av Ullakarin Nyberg (2024)

När Ullakarin, psykiatriker och före detta cancerläkare, får beskedet att hon har en snabbväxande bröstcancer tvingas hon att byta perspektiv till patientens. I boken väver hon ihop sina personliga erfarenheter med sin professionella kunskap för att ge verktyg att hantera det som sjukdom och behandling för med sig.

*Mellan köksfönstret och evigheten : om kärlek, vänskap och arbete*, av Karin Thunberg (2006)  
Karin står vid köksfönstret när läkaren ringer och berättar att hon har bröstcancer, med ens är det hon kallar sitt ”arbetsben” borta och kvar att förlita sig på finns kärlek och vänskap. En personlig berättelse om bröstcancer återgiven av författaren som till vardags är reporter på Svenska Dagbladet.

*Mitt bröst, mitt liv : den tunna tråden*, av Janet Hededal Carlsson och Justine Kirk (2022)  
Janet arbetar som psykoterapeut och har genom sitt yrke hjälpt många kvinnor med bröstcancer att förstå och hantera de prövningar som sjukdomen innebär. Boken innehåller Janets och medförfattaren Justines egna erfarenheter av bröstcancer varvat med berättelser från Janets patienter och de professionella kunskaper hon har i egenskap av terapeut. Boken är tänkt som en guide för den som blivit sjuk, för vårdpersonal och anhöriga.

*Platt*, av Hanna Björknäs och Sofia Jigrud (2023)  
I samband med beskedet att hela bröstet måste tas bort får patienter även information om rekonstruktion. Men alla vill inte rekonstruera sina bröst. En del vill ha platt stängning, något som många upplever är svårt att få förståelse för i vården. I boken möter vi 15 kvinnor som berättar om kampen att själva få bestämma över sin egen kropp efter bröstcancer och om hur det är att leva med färre än två bröst. Författarna till boken hoppas att den ska läsas av bröstcancerdrabbade, vårdpersonal och andra för att föda diskussioner om normer, hur de påverkar vården och vad det kan leda till.

*Queens of scars : mer än kvinnan utan bröst*, av Angelica Amazona Weijland (2021)  
I boken berättar 16 bröstcancerdrabbade kvinnor om sina upplevelser och lärdomar. Om ärr, bröstlöshet, hopp och nyfunna värderingar.

*Som att flyga genom moln*, av Gunilla With, (2014)  
Gunilla är på semester i Thailand när hon upptäcker knölen. När hon kommit hem får hon beskedet att det är spridd bröstcancer och att prognosen ser mörk ut. Boken innehåller många sorters texter. Artiklar, dagboksanteckningar brev, dikter, tips till vårdpersonal och anhöriga mm. Gunilla dör innan boken hinner bli färdig, men vännerna färdigställer den efter en önskan från Gunilla.

*Vad vill du mig, Liv? : från kaos till stillhet*, av Anne Saari (2022)  
Författaren är psykolog och psykoterapeut. Hon berättar om när hon själv fick bröstcancer och krisen det innebar. Erfarenheter från vårdens fram- och baksidor blandas med existentiella funderingar kring liv, död, kärlek och hopp.

## Faktaböcker (Alfabetisk ordning på titel.)

*Att stå bredvid cancer*, av Ola Ringdahl (2015)  
Författaren är föreläsare inom kommunikation och krishantering. Han har även erfarenheter av att nära anhöriga insjuknat i cancer. Boken vänder sig till närstående som, liksom författaren, drabbats av denna svåra sjukdom utan att själva vara sjuka.

*Cancerkampen : boosta dig med fysisk aktivitet*, av Anders Södergård (2022)

Författaren är legitimerad läkare och certifierad träningsinstruktör. Han har också erfarenhet av cancer i form av en hjärntumör. Boken innehåller personliga berättelser och råd kring fysisk aktivitet före – och efter operation samt under cellgiftsbehandling och strålning. Författaren förklarar hur rörelse kan lindra komplikationer och göra dig piggare och bättre rustad för motgångar och för att klara av dina behandlingar.

*Håll metastaserna i schack*, av Eva Langlet (2019)

Boken vänder sig i första hand till personer med spridd bröstcancer, men kan även läsas av andra med andra typer av spridd cancer. Texten innehåller bland annat fakta om cancer, metastaser och behandlingsformer. Syftet är att hjälpa patienter att skaffa kunskap för att kunna vara delaktiga i sin egen vård. Författaren är farmaceut och själv metastaspatient sedan 2017.

*Orka cancer! : En bok med tips och idéer som kan hjälpa dig att få en starkare kropp och en lugnare själ*, av Helen Sjögren (2018)

En kort men ändå innehållsrik bok om hur du kan äta, träna och tänka för att må så bra som möjligt under och efter en cancerbehandling. Författaren är utbildad tandläkare, kostrådgivare, hälsocoach och har doktorerat med cancer som forskningsområde. Till vardags arbetar hon i klinisk verksamhet på Sahlgrenska universitetssjukhuset med kromosom/genetiska förändringar vid olika cancertillstånd.

*Ta kommandot över din bröstcancer*, av Eva Langlet (2017)

Bokens författare är farmaceut och behandlades själv för bröstcancer 2013. Hennes erfarenheter tillsammans med medicinska faktaböcker ligger till grund för boken som är menad att finnas till hands när man har frågor under behandlingstiden.

*Trots att jag har cancer : om att må så bra som möjligt i ett utsatt läge med hjälp av EFT och mindfulness*, av Iréne Ödmark Hall (2014)

EFT står för Emotional Freedom Techniques. Författaren, som är EFT-terapeut, beskriver metoden som ”ett slags psykologiskt akupunktur fast utan nålar”. Hon använde själv EFT tillsammans med mindfulness för att må bättre psykiskt under sin egen behandling av bröstcancer. Boken består av författarens personliga berättelse, bakgrund och beskrivning av EFT samt en manual över hur metoden kan användas vid cancersjukdom.

## Skönlitteratur (Alfabetisk ordning på titel.)

*En ensam plats* av Kristina Sandberg (2021)

Kristina balanserar på bristningsgränsen. Hon har en värk som strålar ut från bröstet och ner i armen, men den har hon inte tid att ta tag i. Hon skjuter gång på gång upp mammografitiden. Det är så mycket annat som hon måste göra först. Plötsligt ändras livet drastiskt. Strax efter att Kristina får beskedet att hennes pappa hittats död får hon också veta att hon själv drabbats av aggressiv bröstcancer. Sjukdomen placerar henne mentalt på en mycket ensam plats och livets handlar om sorg, kropp och rädslan att dö från sina barn.



*En otippad kärlekshistoria*, av Anna Jansson (2023)

En berättelse om att hitta fotfästet när livet ställs på ända. Angelika är frisör. På salong d'Amour hjälper hon även sina kunder med deras relationsproblem. Hennes eget förhållande knakar i fogarna och hon måste bestämma om hon vill stanna eller göra slut. Hon tillbringar dessutom mycket tid med att hjälpa sin syster att röja ur ett hus som ska säljas. Livet går på högvarv och mitt i alltihop så upptäcker Angelika en knöl i bröstet.

*Jag, din cancerkompis*, av Louise Lindquist Sassene (2019)

Boken riktar sig till alla som drabbats av eller lever nära cancer. Svart humor och betraktelser om livet med cancer. Serierutor tecknade av Louise som själv drabbades av trippelnegativ bröstcancer, utgiven av föreningen Ung cancer.

*Jag dör hela tiden*, av Sanna Nässén (2023)

Hon har allt man kan begära men något är fel, något måste ändras. Frågan är bara vad. Bröstcancerbeskedet blir vändningen. Hon måste följa en ny, svår och skrämmande väg, men vägen blir allt mer hennes egen. En berättelse om sjukdom, utveckling, friskhet och kärlek. Boken bygger på författarens egna upplevelser.

*Landsvägarnas drottning*, av Karin Janson

Annie upplever en livskris. Hon är frisk från sin allvarliga bröstcancer men sjukdomsperioden har påverkat både henne och hennes anhöriga. För pengar som egentligen skulle ha gått till en sommarstuga spontanköper hon en gammal buss och ger sig ut på landsvägarna för att sälja underkläder. På vägen möter hon kunder, nya och gamla vänner och sig själv.

*Löparklubben för cancersystrar*, av Jodie Lloyd (2020)

När Keira får sin bröstcancerdiagnos har hon inte en tanke på att gå med i en löparklubb. Hon kan bara tänka på hur hon inte vill berätta om beskedet för sin familj eller förlora greppet om jobbet. Men det ska visa sig att en löparklubb är den livlina hon behöver. En löparklubb tillsammans med briljanta, roliga, djärva och fantastiska kvinnor som alla genomgår cancerbehandling. En berättelse om cancer, vänskap och hopp inspirerad av författarens egna erfarenheter.

*Selma*, av Hanna Lutz (2023)

Ända sedan hon var barn har Selma vetat att kvinnorna i hennes familj dör unga. Men hon har lurat ödet och vaknar upp hemma, 66 år gammal och fortfarande vid liv. Hon har därmed levt längre än både mamma, mormor och gammelmormor. Men vad innebär det att leva? En berättelse om att leva och överleva i skuggan av ärftlig bröstcancer.

*Stängt pga hälsosjäl* av Agneta Klingspor (2010)

Agneta berättar i romanform om sina känslor, vända och hopp från cancerbeskedet genom behandlingen.

*Väck mig när det är över*, av Anne-Lie Högberg (2016)

När Agnes på julaftonsmorgon känner en knöl i bröstet slår hon snabbt bort oron och säger inget till någon. Inte får man väl cancer på julafton? En berättelse om hemligheter och relationer och om att överleva.

## För barn och unga (Alfabetisk ordning på titel.)

*En dum knöl i mammas bröst*, av Annie Hagvall Einarsrud (2022)

Ellas och Henrics mamma har fått en dum knöl som kallas cancer i bröstet. Mamma måste få medicin på sjukhuset. Ella tänker mycket på knölen och har många frågor. Som tur är så vågar hon fråga och får svar av både mamma och en sjuksköterska på onkologen. Lillebror Henric som är mycket mindre frågar på sitt eget sätt. Boken bygger på författarens egna erfarenheter att bli sjuk och barnens frågor och funderingar grundar sig i verkliga tankar. I slutet av boken är knölen bortopererad och mamma är nästan som vanligt igen.

*Fakta om cancer*, av Eva Susso (2022)

En mycket lättläst faktabok om cancer med bilder. Passar även för vuxna som behöver information skriven på lättläst svenska.

*Juno och Flintismamman*, av Johanna Lundgren (2022)

Fyraåriga Juno berättar om hur det var att få veta att mamma fått en dum sjukdom som heter cancer, hur mamma blev flintis precis som morfar och väldigt trött. Ibland fick Juno följa med mamma till sjukhuset och äta solskensbulle från caféet medan mamma fick medicin. Förutom Juno och mamma finns i berättelsen andra stöttande vuxna och barn och Junos favoritgosedjur, giraffen Tintin. I slutet av berättelsen har det gått ett år och mamma är frisk igen.

*Mamma ska bli en enhörning*, av Anne Hagvall Einarsrud (2022)

Elis är nio år. Han har en lillasyster som heter Sara, en pappa, en mormor och en mamma som har cancer. Mammans cancer har spritt sig och det pågår en ständig fotbollsmatch i mammas kropp mellan hennes mediciner och cancer. Ibland, när cancer leder, får mamma byta medicin. När medicinen leder firar de med glass. Mormor säger att man blir en enhörning om man lever tjugo år med cancer i kroppen. Elis vet att det finns forskare som hela tiden uppfinner nya mediciner och maskiner som ska döda cancer. I slutet av boken leder cancer matchen mot medicinen, men de äter glass i alla fall. Mamma tatuerar in en enhörning på armen som en påminnelse om vad hon ska bli.

*Mammas liv*, av Mi Tyler (2014)

Femåriga Liv berättar om när hennes mamma blev sjuk och fick en jättestark medicin som gjorde att hon tappade håret och kräktes. Ibland behövde mamma sova på sjukhuset. Det kändes jobbigt att vardagen plötsligt blev annorlunda. Liv längtade mycket efter mamma, men fantasi, lek, gemenskap och kärlek gjorde det lättare att orka med allt det jobbiga.

*Min skalliga mamma*, av Camilla Dahlson och Katarina Vintrafors (2018)

Ottos mamma får cancer och allt känns jobbigt och konstigt. Mamma och pappa har svårt att tänka på något annat än cancer. Otto är orolig för mamma och rädd att hon ska dö. På förskolan är allt som vanligt och det känns skönt, men när kompisarna vill leka sjukhus blir Otto arg och ledsen. Han vill inte leka sjukhus för då tänker han bara på mammas farliga knöl. Som tur är kan han gråta ut hos fröken Anna. En bok om att känna sig rädd och ensam när någon man älskar är sjuk. I slutet börjar mamman tillfriskna och Otto känner sig glad.

*Oliver och cancer*, av Maria Aminoff och Cissi Welin (2017)

Fyraåriga Oliver leker ofta med sin kusin Edmund. Edmunds mamma har cancer. Hon får en jättestark medicin och alla hoppas att hon snart ska bli frisk igen. Men canceren har spritt sig, hon blir bara sjukare och en dag är Edmunds mamma död. Oliver vet inte vad han ska säga om det utan ritar teckningar till Edmund istället. Det blir begravning och hemma hos Edmund känns det annorlunda utan mamman. När Oliver och Edmund leker är Edmund ibland ledsen och ibland glad. En kort bilderbok om att som barn hantera sjukdom, död, begravning, sorg och att leva vidare.

*Pyssla om mamma : en liten bok om Enyas mamma som ska bli frisk från bröstcancer*, av Ayten Samuels, (2019)

En bilderbok om Enya som är för liten för att förstå vad bröstcancer är. Mamma förklarar vad som kommer att hända och Enya får följa med mamma och se när hon får sin medicin, när hon får sin picc-line rengjord och när hon får strålning. Hemma pysslar hon med sitt pyssel bredvid mamma när mamma vilar och provar mammas fina peruk. I slutet av boken har mamman även genomgått en operation och blivit färdig med sin behandling.

*Vad är egentligen cancer?*, av Sarah Herlofsen (2023)

I boken får vi som läser svar på många frågor om cancer. Vi får veta vad cancer är, hur man kan behandla det och hur det kan kännas att ha cancer eller känna någon som har det. I boken efterord finns många goda råd till vuxna hur man kan tala med barn om cancer. Författaren är doktor i biomedicin, frågorna i boken har hon samlat i samtal med drabbade familjer.

*Världens mamma och en katt*, av Kristina Murray Brodin och Bettina Johansson (2022)

Barnet i boken berättar om sin mamma som har blivit väldigt trött och inte orkar göra lika mycket som förut. Barnet berättar om oro, glädje, vänner, framtidsdrömmar och längtan efter en alldeles egen katt. Runt barnet och mamman finns flera stöttande personer. Det sägs aldrig rakt ut att mamman har cancer, men som vuxen läsare förstår man det ändå. I slutet av boken är mamman fortfarande sjuk.

## Tidskrifter

*Magasin B*

Bröstcancerförbundets medlemstidning. Innehåller information om den senaste bröstcancerforskningen, reportage med olika teman och intervjuer med drabbade och anhöriga. Kommer ut fyra gånger om året och finns både som papperstidning och digitalt. Kan laddas ner gratis på Bröstcancerförbundets hemsida.

## Poddar / appar

### **Bröstcancerpodden**

Medverkande: Tina och Johanna med inbjudna gäster

Målgrupp: alla som lever med bröstcancer, drabbade och anhöriga

Handlar om: Tina och Johanna har själva haft bröstcancer och träffades på en sminkkurs under en period med cellgiftsbehandlingar. I podden diskuteras allt relaterat till bröstcancer och intressanta gäster intervjuas.

### **GLÖD : forskarna som ska besegra cancer**

Medverkande: olika cancerforskare

Målgrupp: alla

Handlar om: Cancerfonden står bakom podden. Olika forskare berättar om sin forskning.

### **En podd om cancer**

Medverkande: Lotten Blomqvist, sjuksköterska på Akademiska sjukhuset i Uppsala och olika gäster.

Målgrupp: alla som lever med cancer, drabbade och anhöriga

Handlar om: Att leva med och hantera cancer. Både personer som arbetar med cancer, personer som har cancer och anhöriga intervjuas utifrån olika teman.

### **Vi ÄR inte Cancer**

Medverkande: Anna Wahlstam, Viktoria Vestman. Ibland med gäster.

Målgrupp: personer som drabbats av cancer

Handlar om: Erfarenhetsbaserad kunskap kring cancer. Om livet med och efter cancer. Både Anna och Viktoria har egna erfarenheter av att ha bröstcancer och vill med podden hjälpa andra drabbade.

### **Klämdagen**

Står bakom appen: Bröstcancerförbundet

Målgrupp: personer med bröst

Innehåll: Varje månad får du en påminnelse i mobilen om att självundersöka bröstet. Appen innehåller instruktioner om hur du ska göra och finns på flera olika språk.