

# Lungsjukdomar

## Bok- och länktips från Falu lasaretsbibliotek

Boende i Dalarna är välkomna till Falu lasarets bibliotek för att få hjälp med att hitta lättfattlig information om sjukdomar och behandlingar.

I biblioteket finns också personliga berättelser som kan ge en inblick i andra personers upplevelse av sjukdom.

Bibliotekspersonalen hjälper gärna till att förmedla patientinformation ur olika databaser och från patientföreningar.

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. Det finns hiss, ingång på plan 02. Besök oss gärna på nätet [www.ldbib.se](http://www.ldbib.se)

Med vänliga hälsningar

Anna Forsberg och Anna-Karin Nilsson, lasaretsbiblioteket Falun

## KONTAKTUPPGIFTER

E-post: [anna.forsberg@regiondalarna.se](mailto:anna.forsberg@regiondalarna.se) eller  
[anna-karin.nilsson@regiondalarna.se](mailto:anna-karin.nilsson@regiondalarna.se)

Adress: Falu lasaretsbibliotek och informationscentral  
Söderbaums väg 8  
791 82 FALUN

Telefon: 023-492134

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



## Allmänna böcker och hemsidor

**Andning ur ett psykosomatiskt perspektiv** av Lars Belin m. fl. Glaxo Wellcome, 1998

Boken tar upp olika lungsjukdomar ut ett psykosocialt perspektiv.

**Lungmedicin** av Thomas Sandström, Anders Eklund (red.). Studentlitteratur, 2015

Boken beskriver de stora sjukdomsgrupperna astma, KOL och lungcancer men även mindre kända som sarkoidos och lungparekmysjukdomar. Boken riktar sig främst till sjukvårdspersonal men kan även läsas av patienter och anhöriga.

**Nya andetag : en bok om livskvalitet för dig som är lungsjuk** av Carina Roxström. Hjärt- och lungsjukas riksförbund, 2002

Boken består av två delar där den ena beskriver de vanligaste lungsjukdomarna och andningsorganens uppbyggnad och funktion. Den andra delen handlar om livskvalitet. Motion, avspänning, kost och mental träning är viktiga delar för att leva ett bra liv trots kronisk sjukdom.

**Sjukgymnastik vid nedsatt lungfunktion** Lone Olséni och Per Wolmer (red.). Studentlitteratur, 2011

Boken ger grundläggande information om den sjukgymnastik som används vid behandling av personer med nedsatt lungfunktion. I boken finns också avsnitt om lungornas fysiologi, några olika lungsjukdomar och fysisk träning. Boken riktar sig främst till sjukgymnaster.

**1177 Vårdguiden** [www.1177.se](http://www.1177.se)

1177 är regionernas egen informationsportal. Här hittar du information om hälsa, sjukdomar och behandlingar. Det finns både skriftlig information och filmer. Tryck på "Fakta och råd" och därefter "Lungor och luftvägar" eller sök i sökrutan så hittar du många intressanta artiklar. Du kan också ringa på telefonnummer 1177 dygnet runt och prata med en sjuksköterska.

**Hjärt-lungfonden** [www.hjart-lungfonden.se](http://www.hjart-lungfonden.se)

Hjärt-lungfonden samlar in och delar ut pengar till forskning om hjärt- och lungsjukdomar. På hemsidan finns information om lungsjukdomarna astma, KOL, lungtransplantation, sarkoidos, lungfibros, sömnapné och tuberkulos. Du kan också läsa om hälsa och livsstil och ta del av personliga berättelser och andra intressanta artiklar.

**Riksförbundet HjärtLung** [www.hjart-lung.se](http://www.hjart-lung.se)

Riksförbundet HjärtLung finns i hela landet och arbetar för att hjärt- och lungsjuka ska kunna leva ett så bra liv som möjligt. På hemsidan finns mycket information om hjärtan, lungor, dess sjukdomar och behandling samt förbundets verksamhet. Här finns också kontaktuppgifter till lokala patientföreningar.

## Astma

**Astma : en skrift om kronisk inflammation i luftvägarna** av Karin Strand. Hjärt-Lungfonden, 2018

Ett häfte som på ett enkelt sätt beskriver astma, hur andningsorganen fungerar, varför astma utvecklas och vilka riskfaktorerna är. Hur ställs diagnosen och vilken behandling finns? Livet med astma beskrivs också.

**Astma hos vuxna : förekomst, sjukdomsbild, diagnostik och behandling** av Kjell Larsson (red.).

AstraZeneca, 2005

Boken tar upp vad astma är och hur sjukdomen behandlas. Den vänder sig främst till personal som omhändertar personer med astma.

**Astma och allergi : handbok vid graviditet och amning** av Hanna Vihavainen. Stiftelsen astma- och allergiförbundets forskningsfond, 2009

Boken beskriver vården av kvinnor med astma och allergi under graviditet och amning. Vilka behandlingsmetoder och läkemedel kan användas vid olika allergiska tillstånd utan risk för fostret? Boken riktar sig främst till sjukvårdspersonal.

**Allergi och astma** av Gunilla Hedlin, Kjell Larsson red. Studentlitteratur, 2009

Boken ger en bred samlad kunskap om astma, allergologi och annan överkänslighet. Målgruppen är främst personal inom sjukvården.

**Allergi och astma hos barn** av Gunilla Hedin red. Studentlitteratur, 2014

Boken vänder sig främst till sjukvårdspersonal och innehåller mycket information om fysiologi, utredning och behandling vid astma i olika åldrar. Även andra lungsjukdomar beskrivs.

**Barn med allergi : vardagstips till föräldrar med barn i förskola och skola** av Catharina Bergsten. Gothia, 2011

Boken vänder sig till dig som har barn med astma, allergi eller annan överkänslighet. Här finns konkreta vardagstips och råd om vad som kan behöva förändras i hemmet, förskolan och skolan.

**I ett andetag : en kulturanalys av astma som begränsning och möjlighet** av Kristoffer Hansson. Critical Ethnography Press, 2007

En bok om hur astma påverkar ungdomars vardag och hur de kan leva ett liv så likt andras som möjligt.

**Omvårdnad vid astma** av Elisabeth Holmner och Rosita Sundberg (red.). Studentlitteratur, 2000

Boken fokuserar på hur personer med astma kan få en väl fungerande vardag. Vilka lösningar finns för omvårdnad och vilka förbättringar kan göras i hemmet, skolan eller på arbetsplatsen?

**Rinitastma : en sjukdom i hela luftvägen** av Hanna Vihavainen (red.). Stiftelsen astma och allergiförbundets forskningsfond, 2014

Skriften belyser de olika aspekterna av sambandet mellan rinit och astma både hos barn och vuxna.

**Astma och allergiförbundet** [astmaoallergiforbundet.se](http://astmaoallergiforbundet.se)

Förbundet informerar om astma och allergi. Tryck på "Information & råd" för att läsa mer. På sidan presenteras också nyheter inom området och information om förbundets arbete.

**Allergia** [www.allergia.se](http://www.allergia.se)

Allergia är Astma och allergiförbundets tidskrift som kan läsas fritt på hemsidan.

## **KOL**

**Ett andetag för livet : en berättelse om KOL** av Gunilla Malmgren. Books-on-demand, 2008

En personlig berättelse som handlar om en kvinnas erfarenheter av att vara anhängig till en person med KOL.

**KOL : en dold folksjukdom** av Kjell Larsson (red.). Läkartidningen, 2014

Boken ingår i serien "Medicinsk kunskap från Läkartidningen". De flesta patienter diagnostiseras och behandlas i primärvården. Det ställer kunskapskrav på läkare, sjuksköterskor och sjukgymnaster.

**KOL : en skrift om kroniskt obstruktiv lungsjukdom** av Karin Strand. Hjärt-Lungfonden, 2019  
Ett häfte som på ett enkelt sätt beskriver KOL, lungornas funktion, symptom och diagnostisering. Hur går behandlingen till och hur ser forskningsläget ut?

**KOL : kroniskt obstruktiv lungsjukdom** av Kjell Larsson (red.). Studentlitteratur, 2014  
En svensk lärobok om KOL som tar upp sjukdomens förekomst, riskfaktorer, uppkomstmekanismer och sjukdomsförlopp. I boken förklaras de inflammatoriska processerna och vilka andra sjukdomar som förekommer i samband med KOL.

**KOL : våga skaffa ett bättre liv** av Kjell Larsson. Karolinska institutet university press, 2012  
Boken vänder sig både till dem som röker och dem som känner någon som borde sluta röka. Boken vill ge motivation att sluta röka och hitta en mer hälsosam livsstil.

**KOL i primärvården** av Kjell Larsson. Studentlitteratur, 2018  
Boken är en introduktion till KOL och vänder sig främst till personal inom primärvården. Boken tar bland annat upp hur vanlig och allvarig sjukdomen är, vilka riskfaktorer för sjukdomsutveckling som finns, samsjuklighet med andra sjukdomstillstånd och hur behandlingen går till.

**Aktiv med KOL – din patientutbildning** [aktivmedkol.se](http://aktivmedkol.se)  
En patientutbildning med fokus på livsstil och livskvalitet. Syftet med utbildningen är att ge kunskap om sjukdomen, trygghet i vad man kan göra själv, när man behöver söka hjälp samt motivation att förändra sina vanor för att må så bra som möjligt med KOL. Riksförbundet Hjärt-Lung står bakom.

**KOLinfo** [kolinfo.vgregion.se](http://kolinfo.vgregion.se)  
KOLinfo är en patientutbildning på internet. Här får du steg för steg-information om sjukdomen KOL, behandling och råd som kan underlätta vardagen. Det finns också många filmer, bland annat om hur man går i trappor, motion, rörlighet och olika hjälpmedel. Västra Götalandsregionen står bakom sidan.

**Nationellt vårdprogram för KOL – KOL för allmänheten** [slmf.se/kol/kol-for-allmanheten](http://slmf.se/kol/kol-for-allmanheten)  
Vårdprogrammet är evidensbaserat och täcker alla delar av vårdkedjan. Här finns en sammanfattning som vänder sig till allmänheten.

**Rökfri** [rokfri.1177.se](http://rokfri.1177.se)  
Rökfri är en tjänst från 1177 som hjälper dig att sluta röka. Rökfri finns både som hemsida och som app att ladda ner till din telefon.

**Sluta-röka-linjen** [slutarokalinjen.se](http://slutarokalinjen.se)  
En stödlinje för rökare som har frågor om att sluta röka eller snusa. Linjen stöttar även anhöriga och personer som slutat röka tidigare. Telefonnumret är 020 - 84 00 00.

## Lungcancer

**Den sista resan** av Jenny Diski. Alfabeta, 2017  
Jenny Diski är författaren som fick diagnosen lungcancer och därefter valde att skriva om livet med sjukdomen.

**Fjärilen i min hjärna** av Anders Paulrud. Bonnier, 2008  
Boken är en roman men bygger på författarens egna erfarenheter av sjukdomen.

**Kvicksand** av Henning Mankell. Leopard, 2014

I januari 2014 får Henning Mankell besked om att han har en allvarligt spridd cancer. Boken handlar däremot inte om död och undergång utan den handlar om vad det innebär att vara människa.

**Min mamma är död** av Claes Britton. Bonnier, 2010

I boken berättar Claes om sin mammas sjukdomsbesked, de första symptomen och tiden därefter. Läkaren som arbetar med mamman under hennes sista tid berättar också om sina erfarenheter i boken.

**När andetagerna blir till luft** av Paul Kalanithi. Norstedts, 2016

Paul arbetar som neurokirurg när han får besked om att han har en elakartad cancerform. Hans liv vänds då från att vara läkaren till att bli patient.

**Om lungcancer : för dig som fått diagnos eller är närstående** Lungcancerföreningen, 2019

En bok som vänder sig till dig som har lungcancer eller till dig som är anhörig. Här finns information om sjukdomen, behandlingar, stödlinjer med mera. Du möter också patienter och vårdpersonal med erfarenhet av lungcancer.

**Cancerfonden** [www.cancerfonden.se/om-cancer/lungcancer](http://www.cancerfonden.se/om-cancer/lungcancer)

På cancerfondens sidor om lungcancer finns information om sjukdomen, olika sjukdomstecken, undersökningar och behandlingar mm.

**Lungcancerföreningen** [www.lungcancerforeningen.se](http://www.lungcancerforeningen.se)

Lungcancerföreningen är till för alla som drabbats av lungcancer, både patienter, anhöriga och sjukvårdspersonal. Verksamheten är ideell och syftar till att hjälpa dig som är sjuk eller anhörig genom den tunga behandlingsperioden.

**Lungcancerpodden** [www.lungcancerpodden.se](http://www.lungcancerpodden.se)

En podd om lungcancer. Samtal förs om olika aspekter av lungcancer och livet i allmänhet på ett lättillgängligt, personligt och inspirerande sätt. Målet är att sprida kunskap, hopp och glädje.

## **Lungfibros, sarkoidos och tuberkulos**

**En kamp om att andas** av Delicia Ferris. Löv & Craig, 2016

En personlig berättelse om när författarens man fick lungfibros. Sjukdomen utvecklades snabbt och han blev i akut behov av nya organ. Berättelsen skrevs först som en blogg och har nu kommit ut i bokform.

**Hudlös : en berättelse om livsmod** av Tommy Ivarsson. Polaris, 2018

En personlig berättelse om författarens son Jonathan som led av lungfibros.

**Lungfibros : en skrift om lungfibros : symptom, behandling, forskning** av Karin Strand. Hjärt-Lungfonden, 2018

Ett häfte som på ett enkelt sätt beskriver lungfibros. Vilka är symptomen och hur kan behandling och rehabilitering se ut? Forskningsläget behandlas också.

**Sarkoidos : en skrift om sarkoidos : symptom, behandling, forskning** av Karin Strand. Hjärt-Lungfonden, 2018

Ett häfte som på ett enkelt sätt beskriver sarkoidos. Vilka är symptomen och hur ställs diagnos? Vilken behandling finns och hur ser forskningsläget ut?

**Tuberkulos : en skrift om världens mest spridda infektionssjukdom** av Gabor Hont. Hjärt-Lungfonden, 2010

Ett häfte som på ett enkelt sätt beskriver tuberkulos, dess symptom, diagnostisering och behandling. Vilka riskfaktorer finns och hur ser forskningsläget ut?

## **Sömnapné**

**Obstruktivt sömnapné syndrom : diagnostik och behandling : en systematisk litteraturoversikt : Sammanfattning och slutsatser** SBU, 2007

Skriften är en sammanfattning av slutsatserna från rapporten om obstruktivt sömnapné syndrom. Rapporten bygger på en systematisk och kritisk genomgång av den vetenskapliga litteraturen på området.

**Sova : en bok om livet med sömnapné : symtom och behandlingar** av Peter Runfelt. Starfalk, 2007  
Boken tar upp sömnapné på ett enkelt sätt. Vi får ta del av flera patienters berättelser och behandlingen som erbjuds beskrivs.

**Sömnapné : en skrift om andningsuppehåll under sömn** av Karin Strand. Hjärt-Lungfonden, 2018  
Ett häfte som på ett enkelt sätt beskriver sömnapné. Hur påverkas sömnen, vilka faror finns på kort och lång sikt och vilken hjälp finns att få?