



Søg i avisens arkiv:

sund på jobb Søg

Nyheder

Sport

Redaktion

Annoncer

Abonnement

Løssalg

Sydslesvigkalender

Undervisning

Søgning

Impressum

Kontakt

Login

Vejret i grænselandet:



Mere om vejret her

Gratis små-annoncer!

Har du en privat små-annonce til Flensborg Avis, så klik her eller på.

ANNONCER



25.08 - 21.09
 Live Ticker
 2007/2008
 Oplev håndbold live!
 Erleben Sie Handball live!
 Klik her / Hier klicken

FLENSBORG
AVIS
 Tættere på i grænselandet

Sund på jobbet

Sundhedstjek. De ansatte på DanRevision i Hanved får massage, behandlinger af fysioterapeut og regelmæssige sundhedstjek. For de ansatte betyder det mere end lidt ekstra i lønningsposen, siger Susanne Schlüter.

HANVED. Det startede ved hårgrænsen og sluttede ved lilletåen, da de ansatte ved DanRevision i Hanved fik besøg af Alexander Achenbach. Han er ekspert i hudkræft, praktiserende læge i Harreslev og får sin skat ordnet hos DanRevision.

På det seneste har han været på besøg i revisionskontoret på Alter Kirchenweg – ikke for at få sin selvangivelse udfyldt, men for at gå de ansatte efter for hudkræft – eller tegn på vordende hudkræft. Regelmæssige sundhedstjek er noget af det, revisionkontoret tilbyder alle sine ansatte – samt jævnligt massagetilbud og behandlinger af en fysioterapeut.

– Når vi er sunde og har det godt, er vi vi jo også glade og venlige over for kunderne og klienterne. Det er filosofien bag det hele, siger Susanne Schlüter, der er ansat i DanRevisions sekretariat.

– At blive undersøgt for hudkræft er jo noget, man siger, at man nok engang lige skal huske ved lægen. Men det ender som regel med, at man skubber det foran sig, så det alligevel aldrig bliver til noget. Derfor er det en super ide, at lægen kommer forbi på arbejdspladsen. Vejen er ikke så lang, når der hænger en liste, man blot skal krydse sig af på, siger Susanne Schlüter.

Hudkræft

Hudkræft består hovedsagelig af to hovedformer:

- Modernmærke–kræft (malignt melanom)
- Non–melanomgruppen (basalcelle hudkræft og spinocellulær hudkræft).

Talmæssigt er hudkræft den mest almindelige kræftform.

Spinocellulær hudkræft er ligesom basalcelle hudkræft relativt ufarlig, men kan blive farlig, hvis den ikke behandles i tide.

Solpåvirkning er medvirkende i over 90 procent af alle tilfælde af hudkræft. Selve lidelsen udløses oftest af de ophobede skader i huden, der skyldes solbestråling. Mennesker, der har fået stor solbestråling, kan få sygdommen i 20–30 års alderen, men den forekommer fortrinsvis hos ældre. Sygdommen ligner små knuder, ar, eller eksem-lignende forandringer. Det kan også være et lille sår med voldformede kanter. Det vokser langsomt, og der er aldrig spredning.

Spinocellulær hudkræft kan starte som et let skældende eksem, senere kommer sår og en svulst. Den vokser mere aggressivt end basalcelle hudkræft specielt omkring øjne, ører, mund, endetarm og skede.

Faresignalerne er sår, som ikke vil læges eller som vokser, fortæller Alexander Aschenbach.

En dag med smileys

Susanne Schlüter glæder sig over de sundhedstjek, hun sammen med sine kolleger får tilbudt af sin arbejdsgiver.

– Løn er én ting. At have det godt er en anden ting. For os betyder lidt ekstra tilbud i hverdagen mere end lidt ekstra i lønningsposen, siger hun.

DanRevision har også et "fun team", som det hedder, og det tilbyder aktiviteter, der skal gøre det lidt sjovere at gå på arbejde. En dag lå der f.eks. forskellige smileys klar til medarbejdere, da de mødte om morgenen. De blev bedt om at tage den smiley på, der passede til deres humør den pågældende dag.

– De fleste tog en glad smiley på, men der var også et par stykker, der tog en lidt nedtrykt smiley på, og det var helt i orden. På den måde viste de, at de ikke havde det så godt den dag. Budskabet med aktionen var, at vi godt må være ærlige over for hinanden, når det gælder vort daglige humør, siger Susanne Schlüter. Hans Chr. Davidsen

[Fakta]

Hvad du selv kan gøre

– Undgå overdreven solbestråling, især skal man udgå at opholde sig i solen i perioden klokken 11 til 14 om sommeren.

– Gå i skyggen og hold siesta i stærk sol.

– Hvis man skal opholde sig i solen i nævnte tidsrum, skal huden dækkes med tøj og ansigtet af en hat med skygge.

– Beskyt dine børn mod solskoldninger, indtil de er over 16 år. Selv om solskoldning tilsyneladende læges og forsvinder, kan der være en permanent skade i huden, som viser sig senere i livet. Solskoldning øger risikoen for at udvikle hudkræft.

– Søg læge i tide og få undersøgt alle sår, som ikke læges.

– Solcreme beskytter kun mod solskoldning, men ikke mod de stråler, som udløser hudkræft



Man skal være opmærksom og søge læge, hvis man i måneder eller måske år har bemærket et sår, der ikke vil hele eller en knude på huden, der vokser, siger læge Alexander Achenbach. (Fotos: Martina Metzger)



Løn er én ting. At have det godt er en anden ting. For os betyder lidt ekstra tilbud i hverdagen mere end lidt ekstra i lønningsposen. Susanne Schlüter, DanRevision

Lørdag

Flensborg-Avis
 Postfach 2662
 24916 Flensborg
 +49 461 5045-0

**Lørdag
 10. november
 2007**