



Att våga gå vidare

Vi har ju fått livet tillbaka så otroligt och så sant, men ändå det krävs mod att våga gå vidare!

Det här är en krönikeserie där vi vill berätta att vi alla har kommit fram till att det är inte lätt att återta livet. Utan det krävs ett enormt mod och en stor kraft att komma tillbaka. Men att livet är så värt att levas och att livet blir mera fyllt med tacksamhet och livsglädje när vi hittar tillbaka igen. För det är enbart med tacksamhet och kärlek vi tar oss vidare i livet och den tanken vill vi sända ut till alla som fastnar i fokus för rädsla när vi berättar vad som hänt.

Så våga visa din glädje och tacksamhet

För tänk vad långt sjukvården har kommit idag. Tänk vilka möjligheter vi erbjuds, men absolut det finns mycket kvar att jobba vidare med. För det är inte bara hårdvaran som ska fixas utan även mjukvaran som Katarina Hulting säger i en av sina filmer för CancerRehabFonden.

Varför valde du att åka på CancerRehabFondens resa?

För min del var det att få träffa likasinnade som visste om hur det kändes att ha varit med om en resa med det stora C:t. Det kändes också oerhört viktigt att lära mig mer om kosten och dess betydelse så jag kunde bli starkare och må bättre igen. För kosten är faktiskt en stor byggsten som ska bygga upp oss igen, men som många glömmer bort. Vad stoppar jag i mig egentligen och hur kan jag förebygga min hälsa för resten av livet genom den kost jag äter? Jag försöker äta ekologiskt och mera fisk och fågel, men ibland lyckas jag inte så bra, men då är det bara att ta nya tag.

Den kombination vi fick under veckan med kost, samtal och yoga passade mig väldigt bra och här fanns inga pekpinnar och jag kände ingen skuld i att just jag hade drabbats. Det var en underbar vecka, med underbara människor.

Hur viktig är familjen och andra?

Min familj har varit viktig, de har lyssnat på mig men inte "tyckt synd" om mig. Dom har låtit mig gråta och vara ledsen. Det som också har varit viktigt för mig är att ingen ska prata "om" mig utan är det något dom undrar över då måste dom våga fråga. Jag har själv haft lätt att prata om min cancer, men jag märker att många andra väljer att hålla tyst och många är väldigt neutrala när ämnet kommer upp.

Vad är dina tips till andra?

Var öppen, ta emot det som erbjuds och prova. Det som passar andra kanske inte passar dig, men på vägen kan du hitta det som passar dig just där och då. Sök även efter resor och hitta information från andra och deras återhämtning. Våga fråga och våga fundera över vad du har för behov. Finns det en förening i din närhet och vad erbjuder dom som kan passa dig?

Kärlekslivet?

Med i hennes svar fanns en viktig reflektion som jag måste vädra för hon berättar även att vissa diagnoser kräver medicinering som kan ge kraftfulla biverkningar och en av dom är impotens. Kvinnlig impotens det är något som inte många pratar om idag, men som är oerhört viktig. Sjukvården erbjuder inte någon sexolog här hos oss så därför har vi bjudit in en till vår förening. Det ska bli riktigt intressant.

Livet ändras på många olika sätt

Förra året när vi anordnade den rosa kvällen fanns Linda från Kärleksbutikerna med på scen och där vi pratade om hur viktigt kärlekslivet är då det förändras pga det som händer. Det är inte enbart att vi har ett eller flera synliga ärr på våra kroppar utan hela jag har förändrats. Det som har varit naturligt och självklart kan bli helt impotent och slutar fungera. Så även här gäller det att våga återta livet för den som varit med om en resa, men också för den som står där bredvid.

Vi har fått livet tillbaka! Därför vill vi ge tillbaka!

Att få ge tillbaka och ge andra möjligheten att få återta sina liv igen det är en enorm möjlighet Annika, Katrin och jag inte kunde motstå. Därför arrangerar vi denna insamlingsgala som går av stapeln på Kulturcentrum Eberneser i Luleå den 10 november till förmån för www.cancerrehabfonden.se.

Mer information om galan och tidigare krönikor finns på hemsidan.

Fortsättning följer...

Hälsoinspiratören Tina Persson
halsoinspiratoren@norrbottnen.se

