



*Underläkaren med SM-guld i maraton*

# Vem springer ifrån Carolina på onkologkliniken i Gävle?

Ung, synnerligen rask och nybliven doktor. Med ett rykande färskt SM-guld i maraton i fickan kan man nog tveklöst utnämna 27-åriga Carolina Wikström till Sveriges just nu snabbaste kvinnliga läkare. Nu siktar hon på OS nästa år samtidigt som hon funderar på vilken väg hon ska välja inom yrket.



**I**juni i år blev Carolina Wikström, född i Hudiksvall och uppvuxen i Uppsala, färdig läkare. Eftersom hon bevisligen går fort fram i livet fick hon direkt ett vikariat som underläkare på onkologkliniken på Gävle sjukhus.

– Jag hade egentligen tänkt utbilda mig till civilingenjör, kanske som en stilla protest gentemot mina föräldrar som båda är läkare. Men trots att jag först var lite motvillig tog intresset för medicin över och jag har aldrig ångrat mitt val. Läkare är ett tryggt yrke och jag gillar att man aldrig blir fullärd.

Carolina tyckte att alla blocken i utbildningen var intressanta men insåg tidigt att hon framförallt lockades av de medicinska specialiteterna.

– Jag trivs mycket bra här på onkologen trots stundtals svåra samtal och situationer. Som ny doktor får man dock bra stöd och handledning här vilket känns tryggt.

#### TRÄNAR TVÅ GÅNGER PER DAG

Men nu till den i alla avseenden snabba och framgångsrika löparkarriären. För märkligt nog har denna svenska mästare inte alls hållit på att träna på elitnivå länge.

– Jag har hållit på att springa sedan gymnasiet men bara för motionens skull. Mamma och jag brukade springa tillsammans, hon har alltid varit en aktiv löpare som har deltagit i olika lopp, bland annat flera maraton. Först för två år sedan fick jag för mig att satsa på strukturerad träning på elitnivå, berättar hon och tillägger att hon numera tränar två gånger om dagen.

– Det brukar bli någon mil per pass, ett pass före jobbet och ett efter, säger hon och får det att låta enkelt.

När Carolina, som tränar för löparklubben Roslagen, sprang sitt första maraton 2018, kom hon i mål på tiden 3, 11.

– Jag ville se hur bra jag kunde bli så sedan dess har jag tränat hårt.

En satsning som verkligen lönat sig för den 5 september i år vann hon obekymrat SM-guldet i maraton på tiden 2, 33, 59.

#### LÅNGA LOPP TUFFT MENTALT

– Mitt mål är att så småningom nå 2, 25 och jag siktar på att få komma med till OS i Tokyo nästa år. Tyvärr är det inte ofta Sverige skickar någon till maraton, urvalet är väldigt hårt, men om maraton i Valencia i december blir av ska jag försöka kvala in.

Att säga att hon vann maratonloppet ”obekymrat” stämmer nog inte riktigt.

– Nej, det är väldigt tufft mentalt att springa så långa sträckor. Jag har ett mantra där jag under loppets gång frågar mig själv hur trött jag är egentligen, nog kan jag springa lite till? Jag brukar ta en kilometer i taget och försöka komma in i en härlig rytm.

Det säger sig självt att man inte har mycket tid över för annat om man arbetar heltid som doktor och springer två mil varje dag.



Carolina Wikström tog SM-guld i maraton i början av september. Nu siktar Sveriges snabbast underläkare på OS nästa år.

– Jag skulle säkert må bra av såväl styrketräning som yoga, men mitt sätt att koppla av är olämpligt nog att sjunka ner framför Netflix på kvällarna. Det skulle inte heller skada om jag förbättrade mina matvanor lite, säger hon med ett skratt.

Med sina 27 år har hon både en lovande löpar- och läkar-karriär framför sig och gott om tid att fundera över vilken väg hon ska gå – eller springa.

– Det är inte otänkbart att jag så småningom försöker kombinera mina två världar – idrotten och medicinen – genom att till exempel satsa på idrottsmedicin.

EVELYN PESIKAN  
FOTO: DECA TEXT & BILD & RYNO QUANTZ

