

Starka och ärliga berättelser ***fokus*** ***i satsningen*** på en ***podd om cancer***

Arbetet med En podd om cancer har lärt sjuksköterskan **Lotten Blomqvist** att våga ställa precis vilka frågor som helst – och hittills har ingen gäst avböjt att svara. Här berättar hon om bakgrunden till satsningen, vad hon själv lärt sig och vikten av att låta tankar och känslor i själva samtalet vara det centrala i podden.

Våren 2016 kom Hans Hägglund, verksamhetschef för blod- och tumörsjukdomar på Akademiska sjukhuset i Uppsala, med ett förslag. Sjukhuset skulle starta en podcast om cancer. Vid tidpunkten för idén fanns inga podcasts inom ämnet, men en mängd andra populära podcasts inom hälsa och sjukvård. Cancerrådet i Uppsala stöttade idén, och kompetenta personer från kommunikationsavdelningen på Akademiska sjukhuset var intresserade av att arbeta med projektet. Som samordnare för Cancerrådet, och med en bakgrund som sjuksköterska inom onkologin, nappade jag direkt på frågan om jag ville följa med på en heldags inspiration och föreläsningar i ämnet ”hur man startar en podcast”. Jag och två personer från kommunikationsavdelningen åkte på inspirationsdagen och blev genast övertygade om att detta skulle kunna vara något för oss.

Till en början var vi kluvna till vad programledaren skulle ha för bakgrund. Skulle det vara en journalist med kunskap och erfarenhet av intervjueteknik, eller skulle det snarare

vara någon med vård- eller medicinbakgrund? Som sjuksköterska på onkologen hade jag förstås erfarenhet av att samtala med svårt sjuka patienter, men inte med mikrofoner och manus och inte inför publik. Vi bestämde oss för att låta mig pröva, och jag kände mig ärad och förväntansfull inför uppdraget.



"Vi visste redan tidigt att fokus i vår podcast skulle vara själva

samtalet, berättelsen som den inbjudne gästen delar med sig av. Tankar och känslor, sådant som man kan känna igen sig i som patient eller anhörig."

Programledaren Lotten Blomqvist tillsammans med gästen Emma Skoglund.

SAMTALET HELT CENTRALT

Vi visste redan tidigt att fokus i vår podcast skulle vara själva samtalet, berättelsen som den inbjudne gästen delar med sig av. Tankar och känslor, sådant som man kan känna igen sig i som patient eller anhörig.

Vår första gäst blev lungcancersjuka Fredrik, som jag tidigare under våren hade hört föreläsa och som hade berört mig oerhört djupt. Jag intervjuade en jämnårig kille, som just blivit pappa, om obotlig cancer och dödsångest. Fredrik var oerhört öppen och ärlig, och det fick mig att känna att jag kunde fråga vad som helst. Jag minns att vi grät i studion. Samtalet med Fredrik hade kunnat ske inom sjukhusets väggar, där han skulle kunna ha varit min patient. Men antagligen hade jag inte haft tiden att sitta ner i en halvtimme och lyssna på honom då. Kanske hade jag inte heller vågat fråga lika mycket, utan varit rädd för att tränga mig på och snudda vid ämnen som varit känsliga.

"Styrkan som gästerna i podden visat, gör att jag snarare insett att de flesta av oss klarar mer än vi tror. Jag skulle också påstå att jag lärt mig fråga nästan vad som helst."

MÖTEN SOM KAN GE ANDRA STYRKA

Det kan kanske låta klyschigt eller tillrättalagt att jag känner mig så väldigt tacksam över att möta dessa människor som jag samtalar med i podden, men jag kan inte uttrycka det på något annat sätt. Att få tid och möjlighet att ställa de frågor som jag själv, och förhoppningsvis många andra funderar över, är ovärderligt. För den patient som inte vill eller orkar träffa andra i liknande situation hoppas jag att våra möten i podden kan ge något. Att känna gemenskap eller hopp i en annan persons berättelse tror jag kan vara avgörande för det psykiska måendet.

Många undrar hur vi får tag i våra gäster, och hittills har det oftast varit ganska okomplicerat. Vissa har varit aktiva i media via bloggar och på så sätt har jag fastnat för deras berättelser och situationer när jag läst det de delar med sig av där. I november förra året ville vi göra ett avsnitt om prostatacancer, och då läste jag om en patient som medverkade i en informationsbroschyr, och fastnade för att lyfta fram den svåra och mycket vanliga biverkningen impotens hos denna patientgrupp. Christer, som mannen i broschyren heter, åkte ändå från Småland för att dela med sig av sina erfarenheter kring detta, och personligen är det ett av mina favoritavsnitt.

VÅGAR FRÅGA OM ALLT

Har jag lärt mig något? Förutom att livet är orättvist och hårt mot vissa, har jag förstått att människan är fantastisk när det gäller att se saker positivt. Smått hypokondrisk som jag är, och med cancer i tankarna hela dagarna, har jag alltid

varit övertygad om att jag själv skulle lägga mig i fosterställning och ge upp om jag fick ett cancerbesked. Men jag vet inte längre. Styrkan som gästerna i podden visat, gör att jag snarare insett att de flesta av oss klarar mer än vi tror. Jag skulle också påstå att jag lärt mig fråga nästan vad som helst. Hittills har ingen av mina gäster avböjt en fråga för att den varit för intim eller opassande. Och nog är det så att vi inom sjukvården är rädda för att fråga för att vi är rädda för svaret, det är jag övertygad om.

En podd om cancer fortsätter nu att spelas in under 2018, och vi hoppas bland annat få följa någon patient under cytostatikabehandling. Vi har också en önskan om att få prata om vård i livets slut med en patient eller anhörig.

LOTTEN BLOMQVIST, SJUKSKÖTERSKA,
ONKOLOGISKA KLINIKEN, AKADEMISKA SJUKHUSET, UPPSALA,
LOTTEN.ASEN.BLOMQVIST@AKADEMISKA.SE



EN PODD OM CANCER – FAKTA

• Nya avsnitt kommer cirka en gång i månaden.

• Alla avsnitt finns på www.enpoddomecancer.se eller i din mobilapp

• Programledare: Lotten Blomqvist, kontaktsjuksköterska på den onkologiska kliniken vid Akademiska sjukhuset (före detta samordnare i Cancerrådet i Uppsala)

• Kontakt: enpoddomecancer@akademiska.se