



# Boken om bröstcancer

som är så uppskattad att den ges ut på nytt

Det saknas inte böcker skrivna av, om och för kvinnor som har haft bröstcancer. Men den nu återutgivna boken "Bröstcancer – liv och existens" skriven av vårdforskaren Maria Arman tillsammans med tre drabbade kvinnor, sticker med sitt lite ovanliga forskarperspektiv ändå ut i mängden.

– Detta är boken dessa kvinnor saknade när de fick sin diagnos, säger Maria Arman, som följde kvinnorna under hela sjukdomsförloppet.

**B**oken gavs ut första gången 2008 och att den nu tretton år senare ges ut på nytt är en mycket ovanlig företeelse. Inte minst med tanke på den stora mängd böcker på samma tema som ges ut varje år.

Maria Arman, som sedan 2007 är docent i vårdvetenskap, har en enkel förklaring till återutgivningen:

– Boken är fortfarande lika aktuell. De här tre kvinnornas berättelser skulle inte vara annorlunda om de blivit sjuka idag. Vi har fått mycket bra feedback av alla som har läst den. Under åren som har gått har vi också fått många förfrågningar och önskemål om ett nytryck och i år blev det glädjande nog verklighet, säger Maria Arman, som leder forskargruppen Integrativ vård tillsammans med docent Torkel Falkenberg på Karolinska Institutet.

Forskningsprogrammet hon arbetar idag med har namnet "Hälsa och lidan-

de i patientens värld" och hon har ägnat många år av sitt yrkesliv åt att studera vårdandets etiska och existentiella frågor ur patientens perspektiv.

#### FÖRSTÅ OCH LINDRA LIDANDE

Maria Arman arbetade under många år i förlossningsvården och hon har även varit kliniskt verksam forskare på den numera nedlagda Vidarkliniken i Järna.

Att förstå och lindra lidande är ett genomgående tema i hennes forskningsprojekt och hon har skrivit och medverkat i flera läroböcker, bland annat "DEF – Det Existentiella Förbundet. Existentiellt omhändertagande efter katastrof" som bygger på forskning om personer som drabbades av tsunamin 2004.

Upprinnelsen till den aktuella boken "Bröstcancer – liv och existens" där Åse Frank, Eva Rundqvist och Anna Gran berättar om sina upplevelser, var

att de två förstnämnda fick bröstcancer samtidigt år 2005. De var bekanta med Maria Arman och eftersom de visste att hon var hälso- och sjukvårdsforskare med särskilt intresse för bröstcancer tog de kontakt med henne. Efter några träffar med givande samtal anslöt sig Anna Gran och 2006 började "bröstvännernas" bokprojekt ta form.

I den genomgående mycket välskrivna boken får varje kvinna med egna ord och på ett personligt sätt berätta om sina tankar, känslor och upplevelser från den första misstanken om cancer till diagnos och behandling – och inte minst till den ofta förbisedda och stundtals svåra tiden EFTER avslutad behandling. Efter varje kapitel följer en reflekterande sammanfattning av Maria Arman ur ett fördjupande vårdvetenskapligt perspektiv.

#### FORMULERA SÅRBARHETEN

– Det viktigaste med boken är att vi har satt ord på lidandet, att vi har formulerat den sårbarhet man upplever när livet står på spel och att vi har identifierat några av de behov man som patient/människa har i den situationen. Cancer är ju en sjukdom som inte bara drabbar kroppen.

– Vi hoppas att det allra viktigaste budskapet i boken – att man ska lyssna på patienten – ska nå fram till vårdpersonal, att många ska förstå att det inte behövs någon lång utbildning för att lära sig att lyssna. Medlidande och empati är naturliga egenskaper hos oss människor. Att träna upp sig i ett annat



THE IS CRA  
EVERYTHING  
AT'S HOW TH  
AT GETS IN

Värdforskaren Maria Arman som har skrivit boken "Bröstcancer – liv och existens" tillsammans med tre kvinnor med bröstcancer är glad över att boken ges ut på nytt efter 13 år.



förhållningssätt än att bara rycka oengagerat på axlarna i mötet med en sjuk människa tar inte särskilt lång tid.

– Det finns ett djup i varje individs sjukdomsprocess som vårdpersonal inte alltid kan förstå eller vill ta till sig, säger Maria Arman, som önskar att boken ska spridas till vårdavdelningar.

**// Det finns ett djup i varje individs sjukdomsprocess som vårdpersonal inte alltid kan förstå eller vill ta till sig.**

Boken riktar sig också till anhöriga, partners, barn och släktingar.

– Ja, det framgår av berättelserna att kvinnorna ofta har hållit saker för sig själva för att skydda sina familjer. Där finns det en stor igenkänning hos många läsare, konstaterar Maria Arman, som också betonar att det kan vara värdefullt att läsa om kvinnor som har blivit friska från sin sjukdom.

Men de tretton år som gått sedan boken kom ut första gången har självklart också medfört olika förändringar. En av författarna, Eva Rundqvist, gick till ”bröstvännernas” stora sorg bort hösten 2008 efter ett återfall i sjukdomen.

En annan stor förändring är att Vidarkliniken, där flera av kvinnorna vårdades, lades ned 2019.



Det viktigaste budskapet i boken är att man som vårdpersonal ska lyssna på patienten, att lära sig att lyssna kräver ingen lång utbildning, säger Maria Arman.

Maria Arman, som har haft flera samarbetsprojekt med Vidarkliniken och Region Stockholm arbetar dock vidare på Karolinska Institutet och som fritidspolitiker (MP) i hemstaden Trosa.

– Engagemang och passion för yrket ökar med erfarenheterna. Jag arbetar inte kliniskt längre men forskningen pågår för fullt, säger hon och nämner några pågående projekt:

”Ett kvinnligt lidande – kvinnors berättelser från rehabilitering för långvarig smärta och utmattning”.

”Hälsa och lidande som existentiella uttryck – språk och metaforer. Utveckling av en skala för dialog och självskattning av lidande.”

EVELYN PESIKAN  
FRILANSJOURNALIST OCH  
MEDICINSK SKRIBENT



FOTO: PÅR OLSSON