

{ Hjärtstopp: Framsteg på bred front }

Nr 4 2023

Forskning FÖR hälsa

120

fyller
Hjärt-Lungfonden
nästa år

ANSLAG:

Jubileumsår
kröns med
nytt stort
forsknings-
anslag

SID 25



Jenny Nyström
förgyller
gåvokalendern

SID 7

Toste lever med nya lungor

SID 10



Hjärt-
Lungfonden

Nr 4 2023

AKTUELLT 4

Nytt och nyttigt om forskning och annat från Hjärt-Lungfonden

MIN HISTORIA 10

Toste, 7, blev svårt sjuk och fick nya lungor

FORSKNING 16

Karin Tran-Lundmark får Prins Daniels anslag till yngre lovande forskare 2023

TIO ÅR MED PRINS DANIEL-ANSLAGET 18

Forskarna och prinsen själv berättar i ny rapport

KORSORDET 19

FRÅGA FORSKAREN 20

Jacob Hollenberg berättar om hjärtstoppsforskningens framsteg

JULRECEPT 21

Forskning för hälsas recept-avdelning tipsar inför julen

LIVET SOM POST-DOC 22

Johanna Kuhlin berättar om forskningen och tillvaron i Kapstaden

FORSKAREN 32

Andreas Edsfeldt vill minska risken för hjärtsjukdom vid diabetes

VI PÅ FONDEN 35

Sofia Wirsén fixar möten och produktioner

TRE FRÅGOR 36

Tiny Jaarsma tipsar om sex och hjärtsjukdom

27

Elvy Söderström har upplevt både hjärtinfarkt och stroke



34

Kampen mot tuberkulosen i fokus när Hjärt-Lungfonden föddes



26

Far och son cyklade till Kebnekaise för forskningen



Tack för alla gåvor under 2023!

SNART KAN VI lägga 2023 till handlingarna. Det har varit ett omvälvande år, både i Sverige och i vår omvärld.

Mitt i allt som händer är det viktigt att komma ihåg att den vanligaste dödsorsaken i samhället är densamma år efter år: hjärt- och kärlsjukdomarna.

Hjärt-Lungfondens insamling står stark. Ni som är givare har fortsatt att visa stor generositet trots de tuffa tiderna. Er lojalitet har varit och är

helt fantastisk. I fjol kunde vi dela ut rekordstora anslag till hjärt- och lungforskarna. Kampen mot hjärt- och lungsjukdomarna går oförtrutet vidare.

Forskningens små och stora genombrott når inte alltid medieflödet, men de är många. Läs gärna om några av dem i vår nya rapport som summerar de tio första åren med Prins Daniels forskningsanslag till yngre lovande forskare. Där berättar även Prinsen själv om varför forskningen är så viktig för honom.

Som givare till Hjärt-Lungfonden har du varit med och lagt grunden för de här genombrotten. Och som fortsatt givare är du med på framtidens framsteg. Hjärtligt tack för ditt stöd!

Jag vill också passa på att flagga för att Hjärt-Lungfonden fyller 120 år nästa år. Det, lovar jag, kommer att märkas på många sätt. Inte minst för dig som läser Forskning för hälsa.

God jul och Gott nytt år!

Kristina Sparreljung

Generalsekreterare, Hjärt-Lungfonden

Forskning för hälsa
ges ut av Hjärt-Lungfonden

Adress: Stora Nygatan 27,
Box 2167, 10314 Stockholm
Telefon: 08-566 24 200
E-post:
tidningsredaktionen@hjärt-
lungfonden.se
Hemsida:
www.hjärt-lungfonden.se
Org nr: 802006-0763
Issn: I653-9753

Ansvarig utgivare:
Kristina Sparreljung
Chefredaktör:
Nils Bergeå
Produktion:
Hjärt-Lungfonden
Skribenter: Nils Bergeå, Malin
Byström-Sjodin, Kristoffer Kebbon,
Christer Klinth och Helena Ek
Art Director: Pia Albinsson
Omslagsfoto: Anders G Warne
Tryck: V-tab Vimmerby, 2023 (via
Printpool)



**SVENSK
INSAMLINGS
KONTROLL**

Organisationer med
90-konto kontrolleras
regelbundet av Svensk
Insamlingskontroll.
90-konto är en garanti
för att pengarna används
på rätt sätt.

Svanenmärkt trycksak, 3041 0189

Insamlingskonton
Pg 90 9192-7
Bg 909-1927

Swish: 90 9192 7

Gåvoservice
Telefontid: 8.00-18.00
Telefon: 0200-88 24 00
E-post: gava@hjärt-
lungfonden.se

Citera oss gärna,
men ange källan.

Hjärt-Lungfonden samlar in
pengar till vetenskapligt utvald
forskning och arbetar för
ökad kunskap om forskningens
betydelse, för att ge fler ett
längre och friskare liv. Hjärt-
Lungfonden bildades 1904 i
kampen mot tuberkulos och
vår vision är en värld fri från
hjärt- och lungsjukdomar.



Ny bok berättar för barn om hjärtinfarkt

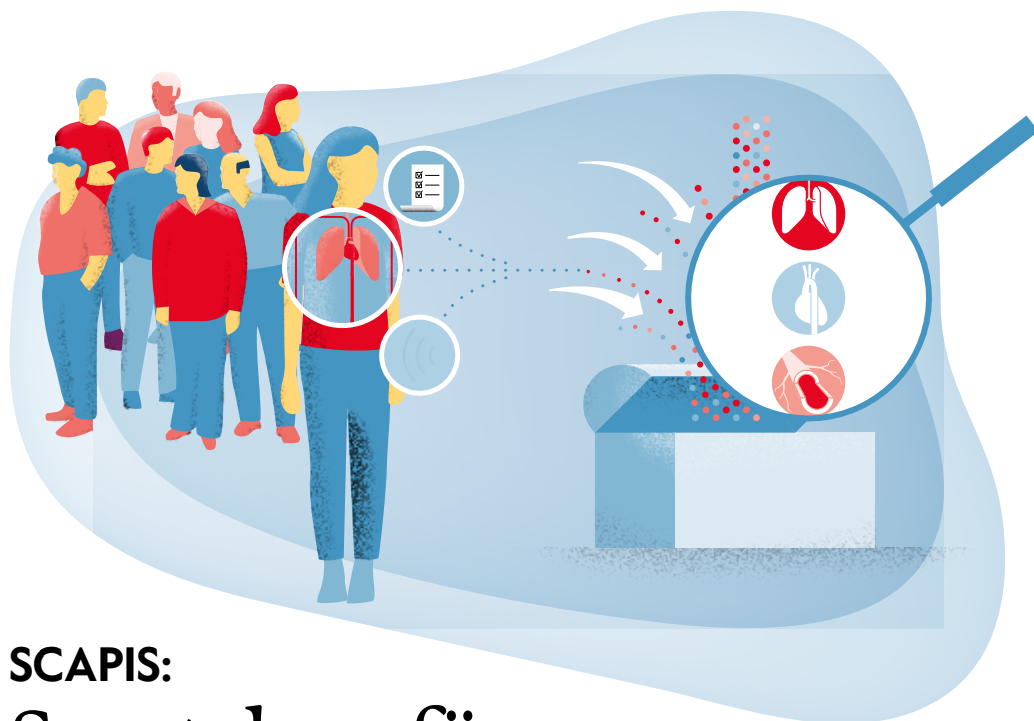


Narkosläkaren Jakob Ratz Endler, vars bror drabbades av hjärtinfarkt som 44-åring, har skrivit en barnbok om första hjälpen.

Idén till boken uppstod när Jakob insåg att hans barn inte kunde något om första hjälpen, och att det inte fanns några böcker som lärde dem det.

– Deras bokhylla är full av dinosaurieböcker, sagor och Harry Potter. Men ingen bok om hur man gör om någon sätter i halsen eller hur man stoppar en blödning. Så tillsammans med Mats Wänblad och Graham Samuels har jag skrivit en sådan. Den innehåller också ett avsnitt om hjärtinfarkter och hur man ringer efter hjälp, berättar han.

Boken heter **Första hjälpen för unga hjältar** och lånar sitt manér från serietidningsvärlden. Den finns nu i handeln. Läs gärna vår artikel om Jakobs bror Martins liv efter sin hjärtinfarkt i Forskning för hälsa nr 2/20.



SCAPIS: Snart dags för återundersökning

Nästa år kommer hälften av deltagarna i den stora SCAPIS-studien, som finansieras av Hjärt-Lungfonden, att undersökas en andra gång.

SCAPIS ÄR EN av världens största befolkningsstudier inom hjärta, kärl och lungor med 30 000 studiedeltagare. Målet är att öka möjligheterna att stoppa hjärt- och lungsjukdomar innan de uppstår.

Deltagarna i SCAPIS fick hjärta, kärl och lungor med mera grundligt undersökt mellan åren 2013 och 2018 på något av sex svenska universitetssjukhus.

Data-, bild- och biobanken som byggts upp med insamlat material har blivit en viktig resurs för forskarsamhället och kommer att så förbli under decennier framöver.

Nu ska den redan världsunika forskningsbanken bli ännu bättre. Med start nästa år kommer omkring hälften av SCAPIS-deltagarna att få genomföra en återundersökning av hjärta, kärl och lungor. Nästan alla undersökningar ska nu genomföras en andra gång.

– Det här kommer att ytterligare öka potentialen för framgångsrik forskning baserad på SCAPIS-kohorten. En undersökning cirka tio år senare kan hjälpa forskarna att förstå vilka som har störst risk för att drabbas av olika sjukdomar, säger Mira Ernkvist, Hjärt-Lungfondens forskningschef.

Tidsramarna för återundersökningarna har nu börjat ta form. De startar i mitten av januari 2024 i Göteborg. Nästa studieort att starta blir Malmö omkring en månad senare. Sedan följer i tur och ordning Linköping, Stockholm, Uppsala och slutligen Umeå, där återundersökningarna inleds i slutet av april. Drygt 3 000 SCAPIS-deltagare kommer enligt planen att återundersökas i Göteborg och Malmö, cirka 1 300 i Umeå och drygt 2 500 vardera på reserande studieorter.



Gåvokalender med Jenny Nyströms målningar

I samband med att Hjärt-Lungfonden firar 120-årsjubileum uppmärksammas konstnärinnan Jenny Nyström i 2024 års Gåvokalender.

MOTIVEN VITTNAR OM ett mångsidigt konstnärskap som månad för månad spänner från romantiska landskap till familjesituationer och humoristiska figurer.

Mest känd är Jenny Nyström för att hon gav den svenska tomten både själ och ansikte. Hon bildsatte Viktor Rydbergs berömda dikt "Tomten" år 1881. I hennes mångsidiga måleri genom åren kunde tomtarna göra annat än att

bara dela ut julklappar. Ibland körde de bil, hoppade fallskärm eller sjöng i kör.

Kalmar läns museum har en stor samling av Nyströms målningar, teckningar, brevmärken och julkort – verk som nu har använts i Gåvokalendern. Hjärt-Lungfondens generalsekreterare Kristina Sparreljung är glad och tacksam över samarbetet med Kalmar läns museum.

– Jenny Nyströms konst är en del av vårt gemensamma kulturarv. Hennes illustrationer på våra brevmärken har gett betydande intäkter till livsviktig forskning genom åren, även när märkena bara kostade två öre styck, säger Kristina Sparreljung.

TEXT CHRISTER KLINTH

Med Gåvokalendern vill Hjärt-Lungfonden sprida kunskap om hur viktiga privatpersoners gåvor är för folkhälsan. Kalendern kan beställas på Hjärt-Lungfondens hemsida, se hjärt-lungfonden.se/stod-oss/gavokalender. Intäkterna går till välgörande forskningsändamål.

Hitta din grupp på Facebook

Du vet väl att Hjärt-Lungfonden har Facebookgrupper för drabbade och anhöriga? Här ventileras erfarenheter om hjärt- och lungsjukdomar som hjärtsvikt, stroke, hjärtinfarkt, astma och KOL. Sök upp vår Facebooksida och hitta den grupp som passar dig!

289

forskningsprojekt
pågick med stöd av
Hjärt-Lungfonden i
oktober 2022.

Tänk på saltet!

Saltintaget i Sverige är dubbelt så högt som Livsmedelsverkets rekommendationer. Att äta för mycket salt kan leda till högt blodtryck – vilket ökar risken för allvarliga sjukdomar som hjärtinfarkt och stroke.



Tips för att minska saltet:

- Trappa ner successivt. På bara några veckor hinner smaklöken vänja sig och bli bättre på att känna sätta.
- Vissa ingredienser innehåller redan mycket salt, exempelvis buljong och sojasås.
- Välj nyckelhålsmärka varor i butiken – de innehåller mindre salt.

Snabbtesta dina matvanor

Den kostnadsfria tjänsten **Matvanekollen** baseras på Livsmedelsverkets råd om bra matvanor som riktar sig till friska vuxna. Testa gärna dig själv och låt dig inspireras till mer hälsosamma och hållbara matvanor!

Matvanekollen finns på livsmedelsverket.se/quiz/matvanekollen/matvanekollen-startsida

Läs tidningen i mobilen eller på din dator

Du har väl inte missat att Forskning för hälsa nu finns som en användarvänlig, blädderbar e-tidning och som mobil-app? Se hjärt-lungfonden.prenly.com

Prins Daniel medverkar i ny rapport

H.K.H. PRINS DANIEL berättar varför han brinner för forskningen i vår nya rapport "Forskning för framtiden – tio år med Prins Daniels forskningsanslag för yngre lovande forskare". Beställ eller ladda ned rapporten via Hjärt-Lungfondens hemsida.

Läs mer på sidan 18!



Knappt
2000
barn med
hjärtfel

föds varje år i Sverige. Det innebär att det föds i medeltal fem barn med hjärtfel i Sverige varje dygn.

KÄLLA: HJÄRT-LUNGFONDEN

Tyck till om tidningen!

Vad vill du se mer eller mindre av i Forskning för hälsa?

Inför Hjärt-Lungfondens 120-årsjubileum nästa år kommer vi att se över tidningens form och innehåll. Inför det arbetet tar vi gärna del av er läsares synpunkter. **Mejla oss på tidningsredaktionen@hjart-lungfonden.se**

Snart fyller Hjärt-Lungfonden 120 år

2024 blir ett stort jubileumsår för Hjärt-Lungfonden. Det kommer att märkas på många sätt.

Hjärt-Lungfonden grundades den 28 februari 1904 under namnet Svenska Nationalföreningen mot Tuberkulos. Då var målet att bekämpa den stora folksjukdomen tuberkulos.

Så småningom beslutades att huvud delen av de insamlade pengarna skulle användas till klinisk forskning om hjärt- och lungsjukdomar. 1987 ändrades namnet till Hjärt-Lungfonden.

Nästa år firar fonden 120 år. Utan att avslöja för mycket kommer jubileet att märkas på många sätt. Fonden kommer att satsa mycket på att öka insamlingen under jubileumsåret.

En påtaglig förändring gäller denna tidning. Nästa nummer av Forskning för hälsa, nummer 1/2024, kommer att ersättas med en jubileumsskrift som berättar

historien om Hjärt-Lungfonden från 1904 och framåt. Här kan du läsa om livet på tuberkulossanatorierna, forskningens stora genombrott och hur Hjärt-Lungfonden utvecklats till en av Sveriges största insamlingsorganisationer. Skriften är framtagen av Hjärt-Lungfonden i samarbete med idéhistorikern Helena Ek.

Jubileumsskriften är tänkt att nå läsarna på fondens 120:e födelsedag, det vill säga den 28 februari 2024. På grund av osäkerheten med postgången och Postnords varannandagsutdelning kan vi inte lova att det blir precis så, men ungefär vid den tidpunkten kommer jubileumsskriften att dimpa ned i medlemmarnas och givarnas brevlådor.

Med andra ord – bli inte förvånad när du får något i brevlådan som inte riktigt ser ut som Forskning för hälsa i slutet av februari! Tidningen återkommer sedan som vanligt från och med maj månad.

Nya forskartjänster!

Fem forskare har under hösten beviljats Hjärt-Lungfondens eftertraktade forskartjänster.

DET STÅR KLART sedan rådsberedningens förslag antagits av Hjärt-Lungfondens styrelse. 57 ansökningar inkom i år,

och nio forskare kallades till intervjuer med rådsberedningen på Hjärt-Lungfondens kansli den 7 september.

De fem forskarna som får forskartjänster i år är:



Ljubica Perisic Matic, Karolinska institutet, som forskar om de glatta muskelcellernas roll vid hjärt-kärlsjukdom (halvtidstjänst, förlängning).

Joakim Nordanstig, Sahlgrenska universitetssjukhuset i Göteborg, som forskar om benartärsjukdom (halvtidstjänst, förlängning).

Michael Hultström, Akademiska sjukhuset i Uppsala, som forskar om det livshotande tillståndet högerkammarsvikt (ny halvtidstjänst).

Ellen Ostenfeld, Lunds universitet, som forskar om hjärt- och lungsjukdomen pulmonell hypertension (ny halvtidstjänst). Läs mer om forskning om sjukdomen på sidan 16-17.

Olof Gidlöf, Lunds universitet, som forskar om hjärtsvikt (ny heltidstjänst).



SCAPIS: Oupptäckt diabetes är en riskfaktor

Personer som lever med oupptäckt diabetes, eller med ett förstadium till diabetes, har mer åderförkalkning i hjärtats kranskärl än andra och löper därmed en förhöjd risk att drabbas av hjärt-kärlsjukdom.

DET VISAR EN ny studie som bygger på befolkningsstudien SCAPIS, Hjärt-Lungfondens hittills största forskningssatsning (se sidan 4).

Studien bygger på data från de omkring 30 000 deltagare i åldrarna 50–64 år som ingår i SCAPIS. Resultaten visar också att män löper betydligt större risk än kvinnor att drabbas

av åderförkalkning, oavsett blodsockernivå. Bland män med diabetes hade 35 procent en hög risk för åderförkalkning jämfört med 16 procent av de som hade normal blodsockernivå. För kvinnor var förhållandet 9 procent jämfört med 6 procent.

Studien publicerades i tidskriften *Cardiovascular Diabetology* i september.



avlider årligen i Sverige med den gåtfulla sjukdomen sarkoidos som angiven dödsorsak. Hjärt-Lungfonden stöder flera forskningsprojekt inom området.

KÄLLA: HJÄRT-LUNGFONDEN

En julklapp som gör skillnad

Vid jul och andra högtider känns saknaden efter närstående som gått bort ofta extra stark. Därför vill vi påminna om att en julgåva till forskningen leder till att fler människor kan fortsätta att fira jul tillsammans. Swisha din julgåva på hjart-lungfonden.se/jul eller till 90 91 92 7.

Kan en Postkodlott bidra till att vi lever längre?

Det kanske låter konstigt, men på sätt och vis kan en lott faktiskt bidra till att vi lever längre. Eftersom hela överskottet från Postkodlotteriets försäljning går till 60 viktiga organisationer, bland andra Hjärt-Lungfonden som kämpar för att fler människor ska få ett längre och friskare liv. Tack vare alla som har eller har haft en Postkodlott har Hjärt-Lungfonden hittills fått ta emot 362 miljoner kronor.

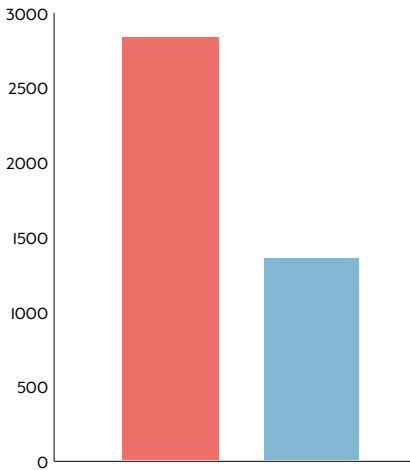
Det är det allra bästa med Postkodlotteriet.

Men det finns en sak till som är väldigt bra, och det är att du kan vinna tillsammans med dina grannar, samtidigt som du bidrar.

Köp lott eller läs mer på postkodlotteriet.se

Åldersgräns 18 år. Gå in på stodlinjen.se om du eller en anhängig spelar för mycket. Mer info på postkodlotteriet.se





2834

vetenskapliga artiklar inom hjärtområdet, finansierade av Hjärt-Lungfonden, identifierades under åren 2017-22 i en undersökning av *Amsterdam Data Collective*. Motsvarande siffra för lungforskning var

1351



Grattis till tre bokvinnare!

I förra numret lottade vi ut Mai-Lis Hellenius bok **Varje rörelse räknas** till tre personer. Rätt svar på frågan "Hur många miljoner kronor delade Hjärt-Lungfonden ut till forskning 2023?" är 359.

Vinnarna av boken, som kommer med posten, är:
 Gunne-Gerd Holmlund, Umeå
 Lars Sjödin, Bollstabruk
 Daisy Ljungdahl, Trelleborg



Ta det lugnt och njut av helgerna!

Som vi tidigare uppmärksammat ökar antalet hjärtinfarkter under julen. Att undvika stress och överätande så gott det går kan vara en klok strategi – i synnerhet för hjärtsjuka.

FÖR FEM ÅR sedan visade en uppmärksammat svensk studie, baserad på data från kvalitetsregistret SWEDEHEART, att antalet hjärtinfarkter i Sverige ökar i samband med jul- och midsommarhelgerna. Den största ökningen – 37 procent – noterades på julafton. I en uppföljande studie kunde forskare häromåret visa att 37 procent av personer som fått hjärtinfarkt under julhelgen hade upplevt mer stress än annars.

En annan bov i dramat är antagligen vår tendens att äta och dricka mer än vi behöver under julhelgen. En dansk studie från 2019 har visat att julfirandet är

associerat med högre kolesterolnivåer än vanligt i den allmänna befolkningen. Detta i kombination med stresspåslag och kallt vinterväder kan dessvärre ses som något av ett recept för hjärtproblem.

Det är förstås lättare sagt än gjort, men det kan alltså vara klokt att försöka undvika överätande och stress efter bästa förmåga under julhelgen.

Missa inte de många hälsosamma jul- och vinterrecept som finns samlade under vinjetten **Din Hälsa** på Hjärt-Lungfondens hemsida. Några av dem hittar du på sidan 21 i denna tidning.

Hon förstärker fondens juridiska kompetens

Juristen Carola Erixon Gyllenmyr har börjat på Hjärt-Lungfondens kansli.

CAROLA ERIXON GYLLENMYR är säkerligen ett känt ansikte för många av Forskning för hälsas läsare. Hon medverkar regelbundet som sakkunnig i TV4:s Nyhetsmorgon och har som medarbetare på byrån Familjens jurist länge utbildat Hjärt-Lungfondens givare i familjerätt och testamentsfrågor. Det har bland annat skett genom Testamentskolan som finns i flera filmade avsnitt på Hjärt-Lungfondens hemsida (se hjart-lungfonden.se/testamente). Nu har Carola anställts på Hjärt-Lungfonden.

– Testamenten är en viktig del av Hjärt-Lungfondens insamling. Genom att anställa Carola förstärker vi vår juridiska kompetens och kan bevaka fondens intressen i testamentsfrågor ännu bättre, säger Kristina Sparreljung, Hjärt-

Lungfondens generalsekreterare.

En viktig del av Carolas uppdrag är att fortsätta att sprida kunskap om familjerätt och testamentsfrågor till fondens givare.

– Ambitionen är att erbjuda informationstillfällen både digitalt och live. Däremot kan vi inte hjälpa till med själva upprättandet av testamente, det skulle innebära en jävssituation. Här kan vi i stället rekommendera samarbetspartners som kan erbjuda hjälp, säger Carola Erixon Gyllenmyr.

Enligt Carola kan det vara klokt att orientera sig om några centrala lagtexter som reglerar arvsrätten och formkraven för ett testamente. Allt för att kvarlåtenskapen man lämnar efter sig verkligen ska hamna där man vill. Här kan Hjärt-Lungfondens Testamentskola vara till hjälp.

– Tanken är att testamentskolan ska ge tittaren baskunskaper och motivation att ta steget till ett testamente som varken kan missförstås eller klandras.



**Bara för
Hjärt-Lungfondens
givare:**



**på eltandborste från
Philips Sonicare**

Mellan den 30 november och 31 december 2023 får Hjärt-Lungfondens givare 15 procents rabatt på eltandbors-
tar från Philips Sonicare när ko-
den **HJARTA15** uppges i kassan
på philips.se/sonicare (produk-
terna HX9992/II & HX9992/12
ingår ej i erbjudandet)

Läs mer om munhälsans kopp-
ling till hjärt-kärlsjukdom här!



PHILIPS
sonicare

Visste du att det kan finnas en koppling mellan munhälsa och ditt hjärta?*

Den bakteriebeläggning som byggs upp på tänderna när vi äter och dricker kallas för tandplack. Om placken inte borstas bort bryter bakterierna i placken ner tandkötet och orsakar så kallade tandköttsfickor. I fickorna samlas bakterier och det skapas stora särytor som är kroniskt inflammerade. Inflammationen kan bland annat orsaka tandlossning. Via blodomloppet kan sedan bakterier färdas till exempelvis hjärta och kärl. Med Philips Sonicares eltandborstar pressas tandkräm mellan tänderna för en skonsam och djup rengöring. Den soniska teknologin tar även bort 20 gånger mer plack jämfört med en vanlig manuell tandborste (när du borstar med Philips Sonicare DiamondClean Prestige eller All-in-one-borsthuvudet).

* Bakteriers väg från mun till hjärta via blodomloppet - Sanz et al. J Clin Periodontol. 2020;47:268-288.



Toste överlevde tack vare nya lungor

TOSTE, 7 år, blev svårt sjuk och för att överleva var det enda alternativet en lungtransplantation. Till sist fanns en lämplig donator. Men med nya lungor väntar många andra utmaningar.

MIN HISTORIA



F

ÖR INTE SÅ länge sedan var Toste, som idag är 7 år, en pigg liten kille. Kanske lite lugnare än sina kompisar, men påhittig och glad.

Under en utflykt till Furuvik utanför Gävle förändrades emellertid allt.

– Toste sprang ned för en backe när han snubblade och svimmade. Han slog i näsan, det kom ganska mycket blod, berättar Tostes mamma Annika.

Toste piggnade till och familjen åkte hem till Stockholm. Väl hemma var Toste ändå lite medtagen och efter ett samtal med 1177 valde familjen att åka till sjukhuset.

– Där visade ett EKG att något var fel på Tostes hjärta. Hans ena hjärtkammare var rejält förstorad. Läget var med ens mycket allvarligt. Det var en chock, säger Annika.

EFTER YTTERLIGARE UNDERSÖKNINGAR kom diagnosen. Toste hade drabbats av PAH, en ovanlig lungsjukdom som drabbar cirka 200 personer varje år. Sjukdomen innebär att kärlen i lungorna blir förtjockade, hjärtat blir förstorat och överansträngt.

– Någon bot finns inte. Det finns mediciner, men sedan är det bara en lungtransplantation som återstår, berättar Petter, Tostes pappa.

Toste fick mediciner och värdena blev bättre. Sakta blev han piggare. Han började i sin efterlängtnade förskoleklass men fick göra det i rullstol. Han orkade inte gå.

– Jag tycker att det var skönt att åka i den. Det var lite som att vara med i Minecraft, säger han.

MEN EFTER EN tid blir Tostes värden sämre, medicinerna fungerar inte som läkarna önskar. En kväll blir han så sjuk att han nästan dör. Det stockar sig i halsen och tårarna kommer när Petter berättar om det ofattbara och otäckta. Under en kort lekstund där Toste

skulle hämta en leksak är ansträngningen så svår att Toste svimmar och börjar kräkas.

– Det blev en snabb färd med ambulans. Det kändes att det var ett mycket allvarligt läge, säger Petter.

TOSTE BLEV INLAGD på barnintensiven. Läkarna berättade att hans hjärta var i ett riktigt dåligt skick.

– Morgonen efter drabbades Toste av ett hjärtstopp. Det är det absolut värsta jag har upplevt, säger Petter.

Toste fördes till ECMO-avdelningen och blev nu en prioriterad patient för lungtransplantation. Redan efter några veckor kom samtalet. Det fanns ett par lungor som skulle passa.

– Inom en och en halv timme skulle vi vara på plats på Arlanda. Toste sov sig igenom hela resan till Göteborg, berättar Petter.

Dagen efter inleddes operationen där ett par nya lungor skulle sättas in. Operationen tog ett halvt dygn i anspråk.

– Toste fick inte några avstötningsreaktioner och han sa att det var lättare att andas. Det var en sådan lättnad, säger Annika.

NU HAR DET gått en tid sedan de transplanterade lungorna fick ett nytt hem intill Tostes hjärta. Ofta ser det ljust och hoppfullt ut, men så händer något som gör att Tostes hälsa försämras. Livet är plötsligt skört igen. Något kan vara en liten bakterie, ett elakt virus eller en kanelbulle som har legat framme i matbutiken.

– Det är inte över, konstaterar Petter.

Personligt

Toste

Ålder: 7 år.

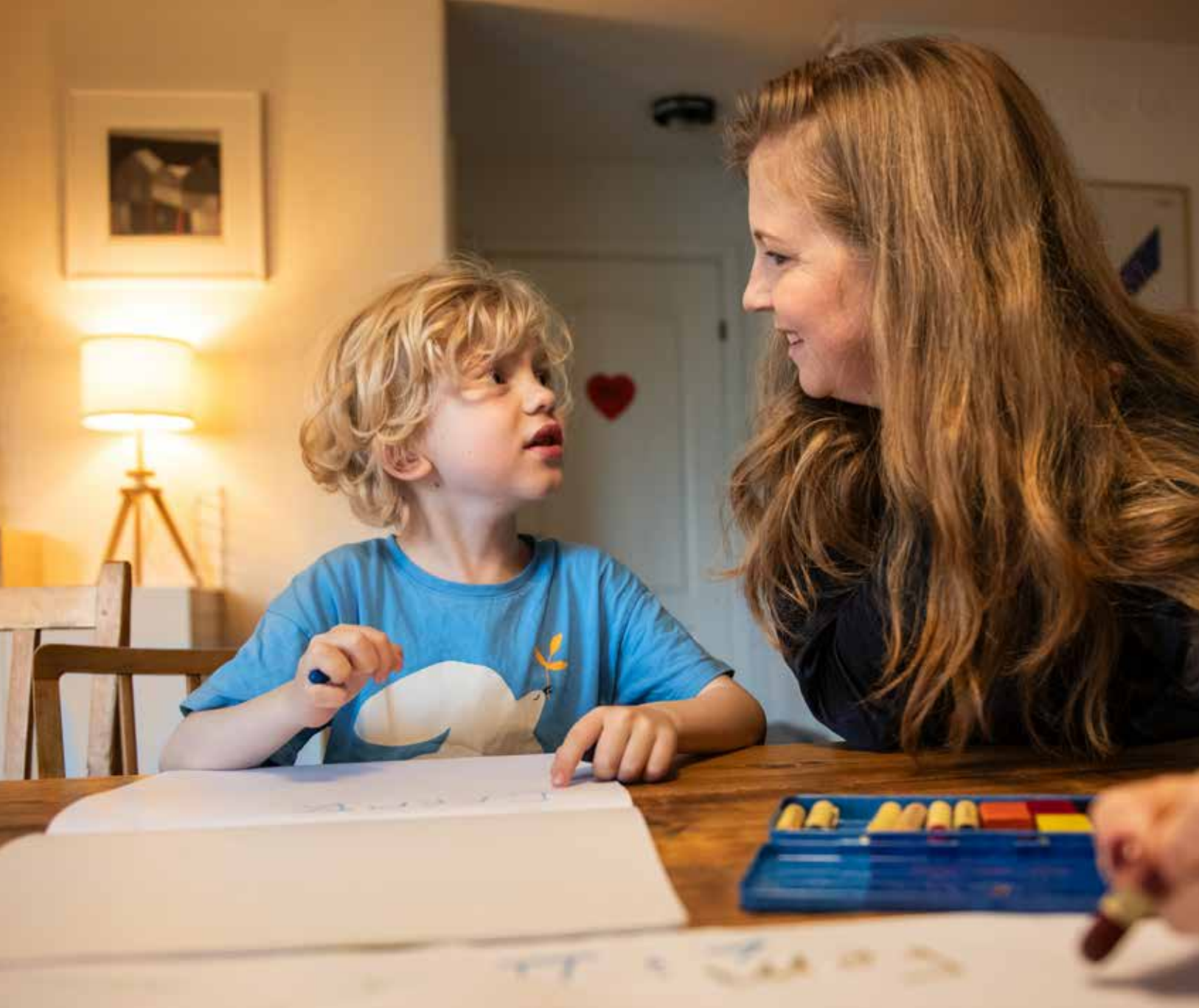
Familj: Mamma Annika, pappa Petter, lillasyster Esme, de äldre syskonen Elsa och Nestor.

Bor: Utanför Stockholm.

Tycker om: Bygga Lego, läsa, lyssna på ljudböcker och poddar.

”Toste fick inte några avstötningsreaktioner och han sa att det var lättare att andas. Det var en sådan lättnad”





Toste har skola hemma med sina föräldrar. Det fungerar jättebra, tycker Toste. Både mamma och pappa är lärare.

Toste får flera olika mediciner, som antibiotika och kortison i låga doser och läkemedel som gör att kroppen inte ska stöta bort den gåva han har fått. Han är extremt infektionskänslig, varje förkylning eller magsjuka innebär stora risker. Mycket måste undvikas. Ångesten att dra hem något är stor.

– Mat som har stått för länge, torkade kryddor, byggdamm och mögelstoft innebär också stora risker. En annan oro är att vi inte vet hur länge de nya lungorna samarbetar med Toste. Det är väldigt jobbigt att leva med oron men alternativet hade varit värre, säger Petter.

Under bra dagar orkar Toste röra på sig och vara ute. Fysiska aktiviteter är viktiga eftersom det tränar hans lungor.

– I somras kunde han äntligen plocka fram sin cykel som har stått i förrådet sedan han blev sjuk, säger Annika.

FÖR ANNIKA OCH Petter har det varit en omställning att gå från att ständigt övervaka sin son till att låta honom tänja på sina gränser och röra på sig.

– Nu ska han röra sig för att bli bättre, säger Annika.

– Innan jag fick mina nya lungor kunde jag inte springa. Nu kan det! Det tycker jag om, säger Toste.

Men dåliga dagar, som i dag, orkar han inte ens gå. Han är blek, trött och vill ligga ned. Ett okänt virus bråkar och ställer till det.



Pulmonell hypertension

- Pulmonell hypertension, PAH, är ett livshotande tillstånd där specifik behandling saknas. Sjukdomen innebär tränga blodkärl och högt blodtryck i lungkretsloppet. Följden blir att hjärtat måste arbeta hårt vilket gör att det på sikt tar skada.
- PAH kan beskrivas som både en hjärt- och en lungsjukdom. Den drabbar både män och kvinnor oavsett ålder, men fler kvinnor än män drabbas.
- Hos barn beror sjukdomen oftast på en medfödd hjärtsjukdom eller att barnet är för tidigt fött och har nedsatt lungfunktion. Idiopatisk PAH, det vill säga PAH där man inte känner till orsaken, är mycket ovanligt.

KÄLLA: HJÄRT-LUNGFONDEN

– Han kräks varje dag och det har pågått under två veckor. Jag måste bära honom. Vi åker in och ut på sjukhus. Vi vill veta varför han mår som han gör. Men just nu finns inga svar. Det vi vet är att det inte pågår en avstötning. Vi har röntgat lungorna, berättar Petter.

– En otroligt lättnad mitt i allt, säger Annika. De dagar som är lite normala går Toste i skolan, fast hemma. Petter och Annika, som är lärare, undervisar.

– Men just nu orkar han inte.

FÖR FAMILJEN HAR frågan om organdonation kommit i dager på ett helt annat sätt än innan Toste blev sjuk. I dag lever han för att ett annat barn inte gör det.

– Jag lider otroligt mycket med de som inte har sitt barn kvar. Det är svårt att tänka på det. Men vi är enormt tacksamma för den gåva vi har fått, säger Annika.

Trots nya lungor finns och väntar oändligt många nya och helt andra utmaningar än innan transplantationen.

– I början är det värst enligt läkarna. Vi måste tänka att det ska bli bättre för varje dag, säger Petter.

TOSTE LIGGER BLEK i soffan. Han vill titta på ett program om fåglar. Han gillar fåglar.

– Pappa och jag brukar gå ut och leta.

Han drar i sin tröja för att visa sitt ärr. Detta påtagliga som påminner om vad han har gått igenom.

– Jag minns inte så mycket. Men mitt ärr är fint, säger han.

PAH-projekt får forskningsmedel

Trots att sjukdomen är relativt ovanlig finansierar Hjärt-Lungfonden flera forskningsprojekt inom pulmonell hypertension.

Här är några exempel:

→ **Magnetkamera som diagnosmetod för pulmonell hypertension.**

Ansvarig: Björn Wieslander, Stockholm.

→ **Avancerad 3D-avbildning för ny botande behandling av högt blodtryck i lungan.**

Ansvarig: Karin Tran-Lundmark, Lund (läs mer på nästa uppslag).

→ **Förbättrad diagnostik och överlevnad hos patienter med högt blodtryck i lungartärerna.**

Ansvarig: Ellen Ostenfeld, Lund.



Lundaforskaren **KARIN**
TRAN-LUNDMARK tilldelas
2023 års Prins Daniels
forskningsanslag för
yngre lovande forskare
från Hjärt-Lungfonden.

**Brinner
för de sjuka
barnen**

H

ON FÅR ANSLAGET för sin forskning om högt blodtryck i lungkretsloppet, pulmonell hypertension, hos barn. Målet med forskningen är att förbättra kunskapsläget

om sjukdomen och på sikt ta fram nya behandlingsmetoder. Sjukdomen som ofta förkortas PAH är den som sexårige Toste, se sidan 10-15, lever med.

PAH är ett dödligt tillstånd där botande behandling saknas. Sjukdomen karaktäriseras av trånga blodkärl och högt blodtryck i lungkretsloppet. Följden blir att hjärtat måste arbeta hårt vilket gör att det på sikt tar skada. PAH kan beskrivas som både en hjärt- och en lungsjukdom, och kan drabba både män och kvinnor oavsett ålder. Fler kvinnor än män drabbas.

HOS BARN BEROR pulmonell hypertension oftast på en medfödd hjärtsjukdom eller att barnet är förtidigt fött och har nedsatt lungfunktion. Idiopatisk PAH, där man inte känner till orsaken, är ytterst ovanligt.

– PAH utvecklas genom att de små kärlen i lungkretsloppet blir igensatta av celler och bindväv. Vi försöker förstå varför och hur vi kan behandla för att sänka trycket, de här barnen riskerar annars att utveckla en högersidig hjärtsvikt.

Karin Tran-Lundmark har i sin roll som kliniker på Barnhjärtcentrum i Lund sett många

Personligt

Karin Tran-Lundmark

Ålder: 47.

Bor: Lund.

Familj: Man och två barn (17 och 15 år).

Yrke: Forskare och kliniskt verksam läkare på Barnhjärtcentrum i Lund. Hon är en av två läkare som ansvarar för barnhjärttransplantationerna på Skånes universitetssjukhus.

Aktuell: Tog emot årets Prins Daniels forskningsanslag för yngre lovande forskare från Hjärt-Lungfonden vid en ceremoni i Malmö i november.

Fritidsintressen: Familjen, trädgårdsarbete, sportdykning.

barn gå bort eller bli lungtransplanterade på grund av pulmonell hypertension. Nu hoppas hon kunna utveckla nya behandlingsmetoder genom experimentella studier. Utgångspunkten är lungvävnadsprover från patienter som har lungtransplanterats på grund av PAH.

– Genom att använda en elektronaccelerator, synkrotron, tar vi fram extremt högupplösta 3D-bilder av de sjuka blodkärlen i lungorna. På så sätt kan vi studera olika typer av kärlförändringar och tryckavlastande så kallade plexiforma lesioner som är ett tecken på allvarlig sjukdom, berättar hon.

– Vi snittar också samma lungvävnad och analyserar vilka proteiner som finns i de sjuka blodkärlen och vilka gener som uttrycks. Vi letar nya biomarkörer som kan identifieras via blodprov och därmed underlätta diagnosen. Genom att bättre förstå mekanismerna i kärlväggen hoppas vi också kunna identifiera nya måltavlor för läkemedelsbehandling.

KARIN TRAN-LUNDMARK tog emot anslagschecken på 6 miljoner kronor fördelat på tre år vid ett möte för SCAPIS-deltagare i Malmö den 14 november. Prins Daniel överlämnade själv den stora prischecken.

– Det var ett stort ögonblick! Anslaget kommer att ha stor betydelse för hela forskargruppen. Tack vare de här pengarna kan vi bli fler på labbet, utöka forskningsprogrammet och inleda fler samarbeten med andra forskare, säger Karin Tran-Lundmark.

TEXT NILS BERGEÅ FOTO KENNET RUONA

Prins Daniels forskningsanslag för yngre lovande forskare har fyllt tio år. I en ny rapport från Hjärt-Lungfonden berättar de tio anslagstagarna om sina projekt och resultat. Och Prinsen själv berättar varför forskningen ligger honom så varmt om hjärtat.

Tio stolta forskare och en prins berättar i ny rapport

PRINS DANIELS FORSKNINGSANSLAG för yngre, lovande forskare delas sedan 2013 ut av Hjärt-Lungfonden till banbrytande svensk hjärt- eller lungforskning. Syftet är att bana väg för avgörande genombrott inom viktiga forskningsområden med stor betydelse för patienter.

Det prestigefyllda anslaget tilldelas varje höst en relativt ung forskare och består av sex miljoner kronor fördelat över tre år.

I den nya rapporten "Forskning för framtiden – tio år med Prins Daniels forskningsanslag för yngre lovande forskare" berättar alla anslagstagare sedan starten om sina forskningsprojekt och hur de utvecklats efter anslaget.

Staffan Josephson, Hjärt-Lungfondens tidigare generalsekreterare och en av idékläckarna bakom anslaget, ger i rapporten också bakgrunden till att anslaget sjösattes 2013.

– Vi på fonden hade sedan länge insett att det är svårt för yngre forskare att få stora anslag i början av sina karriärer. De hamnar ofta i ett utmanande läge när de avslutat sitt postdoktorala forskningsprojekt. De vill bygga upp en egen forskargrupp och etablera sig i forskarvärlden men har ofta brist på forskningsmedel, berättar Staffan Josephson.



Är du själv månads-givare och vill läsa rapporten om Prins Daniel-anslaget?

Skicka ett e-post-meddelande till oss på tidningsredaktionen@hjart-lungfonden.se med "Rapport" i ämnesraden, så får du den hemskickad. Glöm inte att ange din postadress. Det går också bra att ladda ned rapporten som pdf på hjart-lungfonden.se/om-oss/bestall-material

– En idé om ett särskilt anslag till yngre forskare hade därför legat och puttrat ett tag. När insamlingen gick bättre och bättre presenterade vi ett förslag för vårt forskningsråd som tyckte att det var en mycket bra idé, säger Staffan Josephson.

Prins Daniel själv medverkar också i den nya rapporten. Han berättar om minnen kring anslagsutdelningarna och varför han brinner för forskningen.

Den elfte Prins Daniel-anslagstagaren i ordningen, Karin Tran-Lundmark, fick sin anslagscheck vid en ceremoni i Malmö den 14 november. Henne möter du på sidorna 16-17 i denna tidning.

TEXT NILS BERGEÅ

Vinn en eltandborste eller en kokbok!

Lös korsordet och skicka oss lösningen i de tonade rutorna **senast den 31 januari 2024**. Tre vinnare får den soniska eltandborsten **Philip Sonicare ProtectiveClean 5100** (värde cirka 1 200 kronor), och sju får den prisbelönta kokboken **Leva livet** av professorerna Mai-Lis Hellenius och Tommy Cederholm.

E-post: Mejla lösningen till korsord@hjärt-lungfonden.se. Kom ihåg att ange namn och postadress.

Vykort: Skriv lösningen på kortet, ange namn och adressuppgifter och skicka till Hjärt-Lungfondenkrysset, Hjärt-Lungfonden, Box 2167, 103 14 Stockholm.

Lösningen i förra numret var "Begynnande sjöfärd".

Vinnare, eltandborstar:

Ola Pettersson, Gagnef
Monica Eriksson, Uppsala
Gerd Müller-Nordin, Stockholm

Kokböcker:

Lennart Fargve, Norberg
Jan Andersson, Tidaholm
Margareta Holmgren, Karlsborg
Marita Hagberg, Kristinehamn
Anita Nilsson, Forshaga
Leif Gustavsson, Umeå
Åse Fraser, Åby



Vinn en eltandborste från Philips!

Priserna skickas ut under december månad. Grattis!



PAVLOVS ÄR BE- KANTA	BRUKAS FÖR UPP- REPNING	MÄRK- LIGA	BOR PÅ EN ÖDE Ö	GALNING UTAN TUPP	FONTA- NA DI ... I ROM
BERÖ- RA					REPA- RERAT
FÄR SÄL- JARE OCKSÅ I LUMPEN				KRAFT- ORD	
				REPRIS- BEGÄRAN HÄR CHARMIG	
HÄR SINA KANALER					
KRETA- TOPP					

© 2023 MAPPELL Korsord

	KORN- GRYNS- KORV	ENLIGT STAN- DARD	STIRRA	TJEJ SOM KAN BÄRA EN HEL KÄRL	DEN FÄST- NINGEN FÄLLER LÄTT	GÖR HÖG SOM BLIR LÅG	SÅDANA	KORT KLAR- TECKEN	TYG MED GLANS	BUR- STYN
LAPAR BÅDE VI OCH KATTEN				GAMMAL SKATT AKADEMI- EN + I		FYLLANS FÄGEL ÄLSTRA			Marie	ARBE- TADE
KUNGA- SÄTE KONTORS- KLÄMMA				PADDEL- LEDER ... KING COLE		GÖR SIG VARDAG- LIGARE	SES I SOPP- KÖK	MEDELT- DA JÄKT- KAMRÄT FRÅS MED RÄKETER		
			FASCINE- RANDE SPILLER						BUSKE LITUR- GIST PLAGG	
TAGIT FEM MI- NUTER					KÄRVE KYLER		DRAR SITT STRÅ TILL STACKEN	VRIDA		
VATTEN- SUR				SOM SUNNAN- VINDEN						ÄR EN FRÅGA OM TID
KVACKA- REN		FÖRE SILVIA POST- PLATS				ÄR VÄL EN ROLLS- ROYCE		ISRÄNNA VINTER- SKORPA		
				STOJAR				NYTTJAR MEDTRÄ- FIKAN- TERNA		
SÄLLAN I SOR- GESÄNG				POET- SPECIA- LITET		SNAB- BARE				

Forskning för hälsa bad professor **JACOB HOLLENBERG** berätta om det senaste från forskningen på Hjärtstoppscentrum i Stockholm.

DET HÄNDE NÅGOT förmodligen helt världsunikt i Trollhättan 2021 – mitt under den andra pandemivintern. En hjärtstartare som flugits fram med hjälp av en drönare användes i en framgångsrik återupplivning av en person som fått hjärtstopp – för första gången i världshistorien.

Händelsen visar hur pågående forskning kan bli till konkret livräddning. Drönarprojektet är ett av en rad forskningsprojekt som drivs vid Hjärtstoppscentrum på Karolinska institutet/Södersjukhuset i Stockholm, och som har finansiering från Hjärt-Lungfonden.

– Vi har påvisat ett värde i form av en tidsvinst när larmcentralerna skickar ut drönare med hjärtstartare på hjärtstopp. Vi sparar tid och får därmed bättre förutsättningar att rädda liv, säger Jacob Hollenberg som är professor, överläkare och chef för Hjärtstoppscentrum.

Beskriv forskningen på Hjärtstoppscentrum.

– Vi driver flera stora kliniska studier som syftar till att successivt föra kunskapsläget framåt. Vi har expanderat mycket på senare år, mycket tack vare stora anslag från Hjärt-Lungfonden. Vi är oerhört tacksamma för de generösa gåvorna från Hjärt-Lungfondens givare.

Berätta om några av studierna.

– Vi har till exempel startat en stor läkemedelsstudie som utvärderar en kombinations-



behandling av tre läkemedel vid hjärtstopp: adrenalin, kortison och vasopressin. Vi undersöker om behandlingen är effektiv vid hjärtstopp som inträffar på sjukhus, säger Jacob Hollenberg.

– I en annan studie kunde vi nyligen konstatera att hjärt-lungräddning med bara bröstkompressioner är lika effektivt som vanlig HLR för personer som inte har lärt sig HLR. I en större nationell studie, TANGO 2, utvärderar vi nu om samma sak gäller för civilpersoner som genomgått HLR-utbildning.

– Vi undersöker också en ny metod där en kylande, flyktig vätska blandas med syrgas och sprids i näshålan i ett tidigt skede vid hjärtstopp. Hjärnan utsätts för syrebrist när hjärtat stannar

och tar snabbt skada, men kyla den ned kan skadorna begränsas. Vi har visat att kylmetoden är säker och fungerar. Nu utvärderas metoden i en stor europeisk studie med syfte att påvisa överlevnadsvinster, säger Jacob Hollenberg.

– I en annan pågående studie utvärderar vi om användning av ECMO, en förenklad hjärt-lung-maskin, kan rädda liv vid vissa fall av hjärtstopp.

– Vi planerar också att undersöka om artificiell intelligens kan öka igenkännandet av hjärtstopp på larmcentralen, säger Jacob Hollenberg.

TEXT NILS BERGEÅ FOTO CLAS FRÖHLIN

Härliga glögg tillbehör till julens alla fester!



Forskning för Hälsas receptavdelning tipsar om grönkålschips och andra härliga glögg tillbehör som går snabbt att göra.

Grönkålschips

Ingredienser:

6-7 grönkålsblad

3 msk olivolja

2 krm chiliflakes

2 krm salt

Sätt ugnen på 175 grader.

Skär bort mittsträngen från kålbladen och släng.

Skär eller riv bladen i chipsstora bitar.

Lägg dem i en stor skål och blanda i olja, chiliflakes och salt.

Krama runt med rena händer så allt fördelas på bladen.

Lägg det i ett tunt lager på en bakpappersklädd plåt och rosta i cirka 7-8 minuter i mitten av ugnen tills de är krispiga. Se till att de inte bränns.

Dadlar med valnötter

Ingredienser:

24 dadlar

24 valnötskärnor

Skär ett långsgående snitt i varje dadel och pilla bort kärnorna.

Lägg i en valnötskärna i varje.



Kryddstekta mandlar och/eller nötter sötmandlar och/eller valfria nötter 200 g

1 msk olivolja

1 tsk mald kanel

1 tsk spiskummin

1 nypa chiliflakes

1 msk flytande honung

1 krm salt

Hetta upp oljan i en panna med kryddorna.

Lägg i mandlar och/eller nötter och låt de steka hastigt i 1 minut.

Häll i honungen och skaka om.

Ta av från värmen och blanda i saltet.

Recepten kommer från Sundkurs:

www.hjart-lungfonden.se/halsa/recept/

Där hittar ni fler härliga och nyttiga recept.

Vi önskar en fin adventstid och en god jul!



Post-doc utomlands kan stärka forskarkarriären

Varje år delar Hjärt-Lungfonden ut stipendier till lovande hjärt- och lungforskare som vill forska utomlands efter sin disputation.

FORSKARE VÄLJER OFTA att arbeta något eller några år på ett universitet utomlands efter att de lagt fram sin avhandling. Detta kallas i dagligt tal för att göra en post-doc.

– En post-doc är ett utmärkt sätt att knyta nya kontakter, inspireras av nya forskningsmiljöer och stärka sin vetenskapliga självständighet, säger Mira Ernkvist, forskningschef på Hjärt-Lungfonden.

Årligen beviljar Hjärt-Lungfonden ett antal stipendier för postdoktoral forskning utomlands. En av de forskare som fick stipendium i år är infektionsläkaren och tuberkulosforskaren Johanna Kuhlin. I våras lade hon fram sin avhandling om multiresistent tuberkulos i Stockholm. Nu har



Johanna Kuhlin,
forskare

hon flyttat till Kapstaden i Sydafrika för att forska vidare.

– **JAG VILLE FORTSÄTTA** med forskningen i ett land där multiresistent tuberkulos är ett större problem än i Sverige. Jag började läsa på om olika forskningsgrupper och universitet och hittade en stark forskningsmiljö i Kapstaden. Min sambo, som är från Storbritannien, hade redan pågående forskning på ett universitet i Sydafrika och det var också ett skäl till att jag kontaktade en forskargrupp vid UCT, University of Cape Town.

Över en halv miljon människor insjuknar i resistent tuberkulos årligen i världen. Behandlingen



Johanna Kuhlin tillbringar delar av sin arbetstid på en klinik i en av Kapstadens kåkstäder (till vänster). Universitetet, där hon också arbetar, har utsikt mot Taffelberget vid Afrikas sydspets (ovan).

är lång och förknippad med biverkningar. Johanna Kuhlin är involverad i flera studier av både nedkortade behandlingsregimer och helt nya behandlingar.

– Vi studerar bland annat om koncentrationen i blodet av tuberkulosläkemedlet lineolid kan förutsäga biverkningar och följsamhet till behandling, berättar hon.

JOHANNA KUHLIN HAR erfarenhet av att bo och jobba i utvecklingsländer. Hon har tidigare arbetat för Läkare utan gränser i både Uzbekistan och Etiopien. Dessutom jobbade hon som volontär i en sydafrikansk kåkstad under läkarprogrammet.

Trots det beskriver hon flytten och den inledande tillvaron i Kapstaden med familjen som en utmaning. När de anlände i Sydafrika i juli var det mitt i vintern.

– Det var 12 grader inomhus. Nu, i början av oktober, är det väl 15-16.

Att fixa bostad, bil och barnomsorg var några av utmaningarna.

– Den sydafrikanska byråkratin är hemsk. Att registrera sig som läkare här tog en hel evighet. Och säkerhetsläget är ansträngt. Att åka buss eller tåg är inte att rekommendera, så jag behöver använda bilen hela tiden, men att köpa en bil som utlänning var ingen enkel historia. I flera månader tvingades vi använda hyrbil.

– Allt går också i en annan takt här jämfört med hemma. Det kan vara charmigt men också väldigt frustrerande. Nyligen lamslog en buss- och taxistreck hela samhället. Då gick det överhuvudtaget inte att jobba.

– Jag har fått öva in en ny "mindset" där jag

tänker att det mesta nog löser sig med tiden, säger hon.

Universitetet ligger vackert vid det ikoniska Taffelbergets fot, nära Afrikas sydligaste punkt. Här tillbringar Johanna många arbetsdagar men nu har hon även börjat träffa studiedeltagare i kåkstaden Khayelitsha, 35 kilometer från storstaden. Här är det mindre idylliskt.

– Själva kliniken är säker mark men i övrigt är det inte säkert att gå omkring eller ens stanna bilen. Det har skett en del bilkapningar på senare tid och jag har precis gått en kurs i hur man ska agera om man råkar ut för det, berättar hon.

FORSKNINGSMÄSSIGT HAR DET gått desto smidigare att komma in i den nya tillvaron.

– Forskningens och vetenskapens språk är på ett sätt universellt, jobbmässigt har det varit ett större steg att byta land än forskargrupp. En stor skillnad är att det jag forskat om länge, tuberkulos, är ett så mycket vanligare kliniskt problem här än hemma. Det finns också en betydligt större grupp tuberkulosforskare här jämfört med hemma vilket är stimulerande. Det är en mycket större volym på tuberkulosforskningen.

Johanna Kuhlin vill i framtiden kunna kombinera klinisk tjänstgöring med forskning. Men med det sagt tycker hon att det är skönt att få en period på några år som hon verkligen kan dedikera till forskningen.

– Det är fantastiskt att få lugn och ro för att forska. Jag är oerhört tacksam för att Hjärt-Lungfondens givare har gjort detta möjligt, säger hon.

TEXT NILS BERGEÅ FOTO PRIVAT

Upp till tre år bekostas

Hjärt-Lungfondens postdoktorsstipendium delas ut till sökande "för forskning på postdoktornivå vid erkänd utländsk institution".

Forskarna kan få anslaget i högst tre år. Den sökande får ersättning för sina levnadskostnader, resekostnaden för sig själv och upp till två medföljande barn samt kostnader för skola/barnomsorg. Ingen ersättning ges till medföljande partner. För att vara behörig att söka stipendiet får högst fem år ha passerat sedan disputationsdatum.



Kön ringlade lång till röntgenundersökningen när Svenska Nationalföreningen mot tuberkulos skärmbildsbuss besökte Ovanåker i Hälsingland 1944.

Nationalföreningens bussar körde land och rike runt

Hjärt-Lungfondens föregångare Nationalföreningen startade dispensärer och fyllde bussar med röntgenutrustning i kampen mot tuberkulosen.

HJÄRT-LUNGFONDEN GRUNDADES den 28 februari 1904 under namnet Svenska Nationalföreningen mot tuberkulos. Målet var att bekämpa dåtidens stora folksjukdom tuberkulos.

Den första dispensären, en sorts sjukvårdsinrättning med uppgift att spåra tuberkulos, startades i Uppsala 1905 med stöd från föreningen. Snart öppnades fler i hela landet.

Men bland de konkreta åtgärder som Nationalföreningen var ansvariga för är nog skärmbildsbussen den mest kända. Dessa specialbyggda fordon introducerades 1942 som ett sätt att genomföra massundersökningar och därmed identifiera smittade personer.

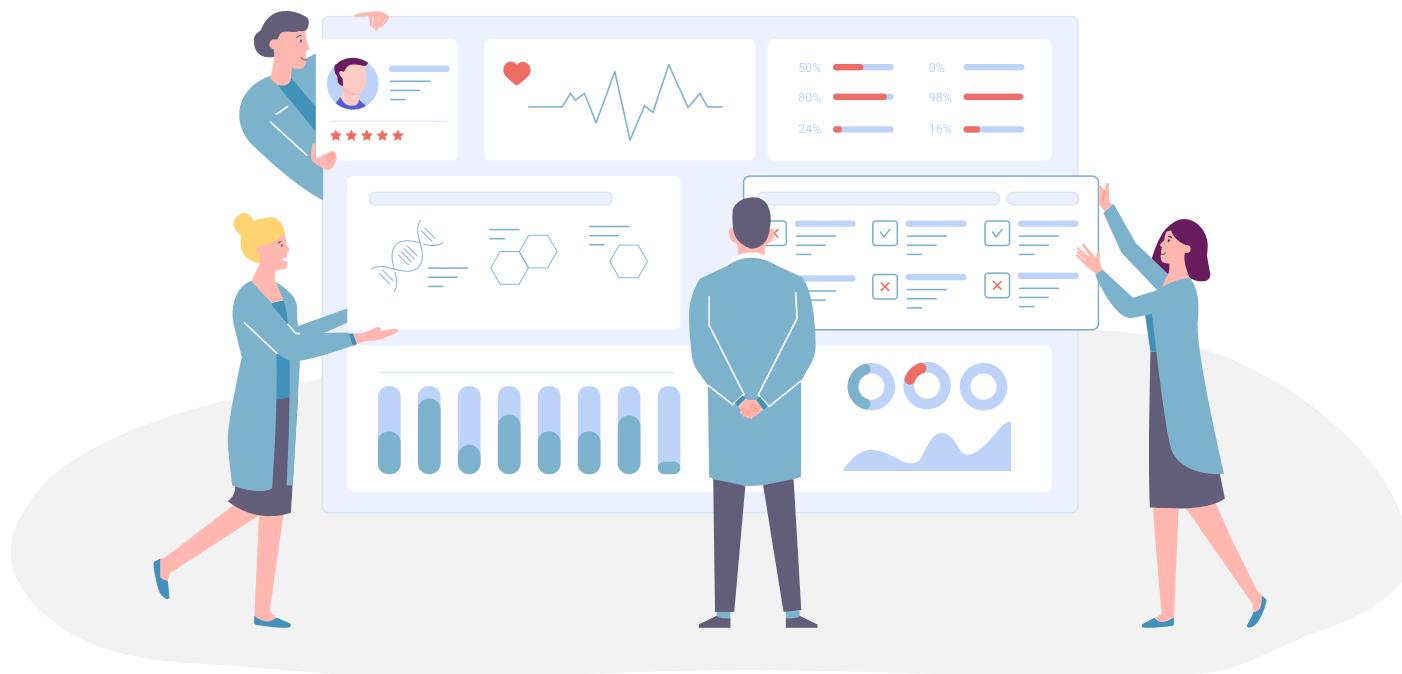
Bussarna, som hade köpts in av Nationalföreningen, fylldes med röntgenutrustning och åkte omkring i städer och byar över hela landet. Målet var att undersöka alla svenskar. Detta försök att utföra screening på en hel be-

folkning var unikt för Sverige. Undersökningen var frivillig, men Nationalföreningen använde sig av omfattande kampanjer där man vädjade till svenskarnas medborgaransvar och föräldraomsorg för att uppmuntra till deltagande.

Totalt utfördes mer än tre miljoner skärmbildsundersökningar under fem år. Skärmbildsbussarna med tillhörande utrustning överlämnades som gåva till Medicinalstyrelsen 1947, då myndigheten inledde allmänna folkundersökningar. Även dispensärorganisationen som Nationalföreningen hade startat överlämnades till staten.

Med anledning av Hjärt-Lungfondens 120-årsjubileum nästa år ersätts nästa nummer av Forskning för hälsa med en jubileumsskrift. Där kan du läsa mer om fondens färgstarka historia.

TEXT HELENA EK, NILS BERGEÅ FOTO DN/TT



Jubileumsår kröns med nytt stort forskningsanslag

Nästa år fyller Hjärt-Lungfonden 120 år – något som kommer att märkas i stort och smått. Fondens styrelse har beslutat att inrätta ett särskilt jubileumsanslag.

UNDER JUBILEUMSÅRET 2024 gör fonden en stor satsning på att samla in ännu mer pengar till forskningen.

– När vi satsar så stort på insamling vill vi också öka utdelningen av medel till forskarna. Vi har därför bestämt oss för att införa ett särskilt jubileumsanslag. Det här ligger helt i linje med vår nya forskningsstrategi som anger att vi utifrån en aktiv omvärldsbevakning ska kunna vara flexibla att göra riktade behovsanpassade satsningar, säger Mira Ernkvist, forskningschef på Hjärt-Lungfonden.

Hjärt-Lungfondens forskningsråd har identifierat att forskare i mellankarriärstadiet ofta har svårt att få anslag. Därför är det nya anslaget riktat till denna grupp. Forskare som har disputerat för 7-15 år sedan är kvalificerade att söka.

– Det här är ofta ett tufft läge i karriären där många kämpar med näbbar och klor för att finansiera sin forskning. Vi har tyvärr sett att



Mira Ernkvist,
forskningschef på
Hjärt-Lungfonden.

Med translationell forskning menas ungefär att basala upptäckter på cellnivå fångas upp och förs vidare i forskningsprojekt som har en konkret nytta för stora patientgrupper.

många, särskilt kvinnor, lämnar forskningen i 40-årsåldern.

Ett annat krav är att projekten ska omfatta minst en klinisk och en translationell forskare. Satsningen är bred och anslaget är tänkt att fördelas till forskare vid flera universitet. Varje beviljat anslag består av fem miljoner kronor som fördelas under en treårsperiod.

– Ambitionen är att minst fyra projekt från olika medicinska universitet ska beviljas anslaget. Men beroende på kvaliteten på ansökningarna kan det både bli färre och något fler, säger Mira Ernkvist.

Ansökningarna ska bedömas av en nyskapad internationell bedömargrupp. De bästa sökandena kommer att kallas till intervjuer.

Det nya anslaget kommer att utlysas i januari eller februari 2024.

TEXT NILS BERGEÅ

Sextonåriga Theo och hans pappa Jonas har cyklat 275 mil, från Uppsala till Kebnekaise och tillbaka. Under parollen **KEB MOT KOL** samlade de pengar till forskningen om lungsjukdomen **KOL** som Theos farmor levde med.

Far och son cyklade till Kebnekaise – för farmor



DET HELA BÖRJADE som ett roligt cykelprojekt. Theo blev inspirerad när pappa Jonas berättade om Göran Kropps cykling till Mount Everest. Samtidigt ville Theo och Jonas bidra till forskningen om lungsjukdomen **KOL**, en sjukdom som Theos farmor hade drabbats av. Då föddes idén om att kombinera äventyret med en insamling till förmån för Hjärt-Lungfonden.

Resultatet blev en fyra veckor lång cykeltur, där far och son cyklade ungefär 10 mil om dagen. Planen var att cykla hela vägen till Sveriges högsta bergsmassiv, Kebnekaise, för att därefter bestiga berget – och sedan cykla hela vägen tillbaka till Uppsala.

Insamlingen fick en extra skjuts när den lokala handlaren Folkes Livs gick in meddelade

**STARTA EN
EGEN INSAMLING
DU OCKSÅ!**

Läs mer och dra igång
på egeninsamling.
hjart-lungfonden.se

att man skulle dubblera alla gåvor som kom in från startskottet och fram till att Theo och Jonas nådde toppen av Kebnekaise. Detta bidrog till att målet på 50 000 kronor hade överträffats redan innan de hade nått toppen. Efter bestigningen var insamlingen uppe i 57 800 kronor, och fortsatte att växa under resan hem.

Sorgligt nog gick Theos farmor bort under cykelresan, bara 36 timmar innan Theo och Jonas gick i mål. Men hon hann följa större delen av resan via sociala medier, och Jonas berättar att hon var väldigt stolt över sin son och sonson.

– Hon ville verkligen att vi skulle fullfölja det här. Hon var stolt.

TEXT KRISTOFER KEBBON FOTO PRIVAT

Efter många år i
den politiska hetluften
drabbades ELVY

SÖDERSTRÖM av två hjärt-
infarkter, en stroke
och ett blodtrycksfall
som ledde till en
höftoperation.

– I dag är jag nyreno-
verad och mår otroligt
bra, säger hon.

Toppolitikern Elvy drabbad av både hjärtinfarkt och stroke

TEXT MALIN BYSTRÖM SJÖDIN FOTO LEIF WIKBERG

E

LVY SÖDERSTRÖM, nyss fyllda 70, har bott i Örnsköldsvik i stort sett hela sitt liv. Kärleken till kommunen är påtaglig på fler än ett vis. En tavla med ångermanländska ord, ortstidningen på köksbordet och en fika-

bricka med kända Örnsköldsviksmotiv. Här bor hon med maken Christer och hunden Milou.

– Vi trivs fantastiskt bra här och skolan mitt emot, där har jag arbetat som lärare i några år, berättar hon.

MEN DET ÄR kanske för sina politiska gärningar hon är mest känd. En stor del av sitt vuxenliv har hon vigat åt politiken. Elvy Söderström har i många år varit kommunstyrelsens ordförande och kommunalråd i Örnsköldsvik. Men kanske den tyngsta meriten är som ledamot i Socialdemokraternas verkställande utskott i 20 år och riksdagsledamot. Ett intensivt och stressigt liv, med få ledigheter och ständig jour. Elvy berättar om mördande tidiga mornar med flyget från Örnsköldsvik, transport till Stockholms central och sedan en rask promenad till partiets lokaler på Sveavägen eller till riksdagen.

– Ganska många gånger upplevde jag ett tryck över bröstet, att det spände och drog. Jag upplevde en tung känsla i fötterna. Då stannade jag till, vilade och tänkte ”jag har nog bara en otroligt dålig kondition”. Att det skulle vara fel på mitt hjärta fanns aldrig i mina tankar, berättar hon.

DET VAR KÄRLKRAMP och Elvy fick medicinering med nitroglycerin och Trombyl att alltid ha med sig i handväskan. Hon drabbades också av diabetes typ 2. Samtidigt rusade karriären på.

Nattmangling och mediebevakning var ofta naturliga inslag i Elvys pressade politiska vardag. Kärlekskrampen kom och gick. Livet rullade på men för ungefär två år sedan blev problemen i Elvys hjärta mer påtagliga. Till sist gick inte kännningarna över bröstet att ignorera längre. Elvy bokade tid på hälsocentralen. De skrev en remiss till kranskärlsröntgen.

VÅL DÄR UPPTÄCKTES inget akut men de satte in ett stent, Elvy fick åka hem. Men bara några veckor senare kom den första infarkten. Det var första advent 2021 och Elvy och Christer hade bjudit sina vänner på dopp-i-grytan. Elvy kände sig plötsligt trött och illamående.

– När de hade gått hem sa jag till Christer, jag mår inte bra. Det gjorde mer ont än kärlekskramp. Vi kontaktade 1177, sedan kom ambulansen. På sjukhuset konstaterade de att jag hade fått en hjärtinfarkt. Sedan fick jag en till inne på akuten. Ärligt talat var det inte alls som på film, med extrem smärta ut i armen. Jag mätte mest illa och upplevde en konstig känsla i kroppen.

HON BLEV INTE rädd men många tankar rusade runt.

– Varför hade jag inte tagit signalerna på allvar? Hur dum får man bli?

Elvy håller upp sin ena hand med fyra fingrar.

– Jag har rökt, varit för stor, inte motionerat och stressat jättemycket, säger hon och håller upp fyra fingrar i luften innan hon fortsätter:

– Det är ju bara dumt, säger hon pekar tummen nedåt. Jag borde ha tagit hand om mig bättre. Ändå tog det tid innan jag slutade röka. Dumt, konstaterar hon.

Efter hjärtinfarkterna gjorde Elvy en bypassoperation vid Norrlands universitetssjukhus i Umeå.



”Jag borde ha tagit hand om mig bättre.
Jag är ju en klok person och nog fattar
jag att man inte ska röka. Ändå tog det
tid innan jag slutade. Dumt.”



Personligt

Elvy Söderström

Bor: Örnsköldsvik

Familj: Maken Christer, hans två söner, två barnbarn och hunden Milou.

Karriär: Socialdemokratisk politiker, riksdagsledamot för Västernorrlands läns valkrets, kommunstyrelsen ordförande och kommunalråd i Örnsköldsviks kommun i närmare 20 år. Ordförande i regionfullmäktige samt ordförande i Norrtåg. Har också varit en av sju ordinarie ledamöter i Socialdemokraternas verkställande utskott och ledamot i den lokala S-föreningens styrelse.

Fritid: Umgås med familj, syskon och vänner, promenera, läsa, spela kort och se Modo Hockey spela.



Elvy har ett smycke i form av ett hjärta runt halsen. "En present från mina vänner i politiken", säger hon.

Operationen innebär att blodkärl tas från en annan del av kroppen och sys fast mellan kroppspulsådern och kranskärlen. Genom detta kan blodet ledas förbi förträngningen.

När Elvy vaknade efter operationen visade det sig också att hon hade drabbats av en stroke. Hon kunde inte röra sin högra sida alls och talet infann sig inte hos den tidigare så rappa politikern.

– Och jag som alltid har tyckt illa om högern, säger hon skrattar.

Elvy kan fortfarande känna av sin stroke även om mycket har blivit bättre utan nu blir det bättre för varje dag.

– Ibland tappar jag sammanhang och ord. Det är jobbigt men jag är ändå tacksam för att det inte blev värre.

Hunden Milou hoppar upp i Elvys knä och ger matte en blöt puss på kinden.

– Han är min medicin. Vi går på promenader flera gånger varje dag och han sprider mycket glädje. Jag har alltid levt i nuet och det har nog hjälpt mig. Nu tänker jag fortsätta leva livet så länge jag kan.

ELVY HYLLAR SPONTANT den forskning som har lett fram till alla genombrott inom både hjärt- och strokevården i Sverige och till att hon är kvar i livet.

– Det är otroligt vad läkarna kan göra och vad forskningen har lett till. Jag är helt nyrenoverad. Jag är glad och tacksam.

– Jag har redan fått nästan två år extra, och jag lovar att det kommer mera, avslutar hon.

Vad är en hjärtinfarkt?

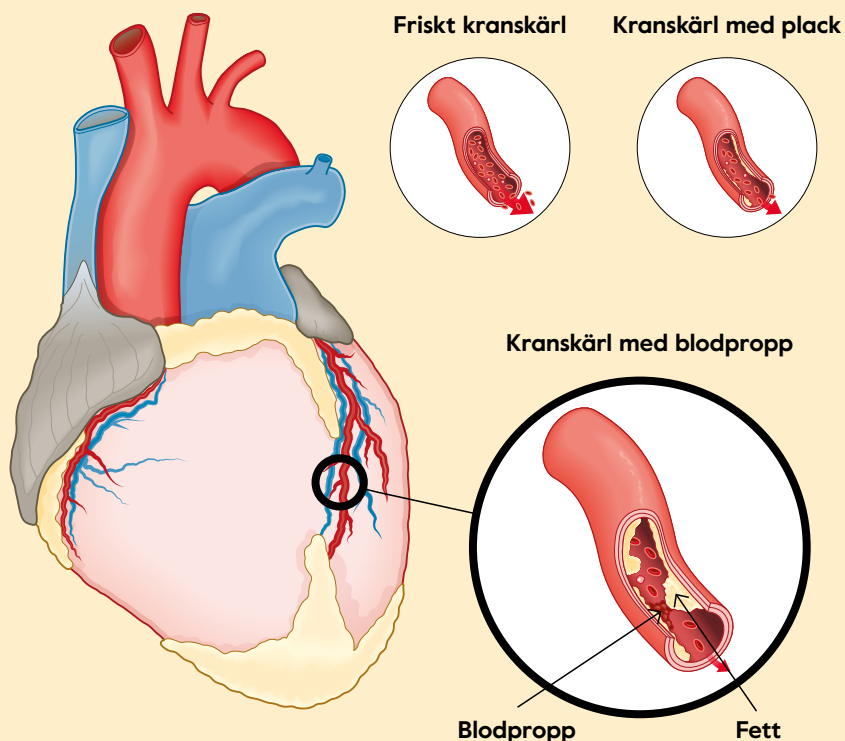
En hjärtinfarkt beror oftast på att en blodpropp har bildats och täpper igen hjärtats kranskärl, helt eller delvis. Tillståndet kan vara livshotande. Tack vare forskning överlever fler i dag än för tio år sedan.

VARJE ÅR DRABBAS omkring 24 000 personer i Sverige av hjärtinfarkt. Årligen dör runt 5 000 svenskar till följd av hjärtinfarkt. Dödstalen till följd av hjärtinfarkt har minskat med drygt 70 procent sedan 1987.

Hjärtinfarkt är en ischemisk hjärtsjukdom, det vill säga en sjukdom orsakad av syrebrist i hjärtmuskeln. En hjärtinfarkt beror oftast på att det bildats en blodpropp som täppt igen hjärtats kranskärl. Blodet kan inte passera och den del av hjärtat som skulle ha tagit emot blodet drabbas av syrebrist, vilket leder till att hjärtmuskelcellerna skadas och dör om syrebristen inte upphör tillräckligt snabbt.

Experterna skiljer på hjärtinfarkt med ST-höjning på EKG (STEMI) och hjärtinfarkt utan ST-höjning (NSTEMI). En hjärtinfarkt med ST-höjning är allvarigare i det akuta skedet och varje minut är viktig när det gäller att återställa blodflödet i kärlet.

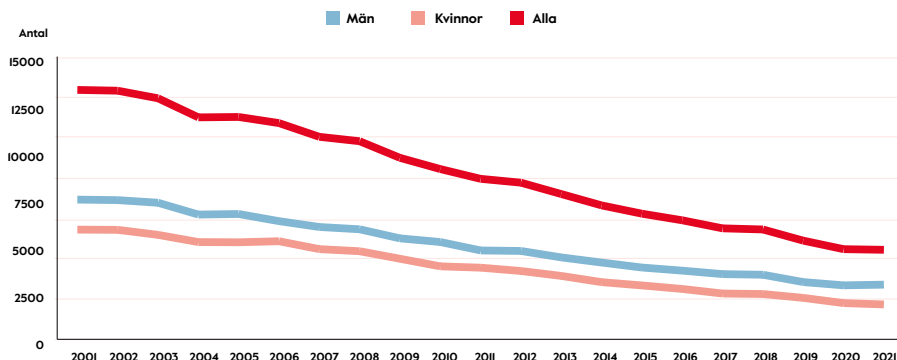
Den vanligaste rekommenderade akut-behandlingen idag är så kallad ballong-vidgning, PCI.



SUSANNE FLODIN

Allt färre dör av hjärtinfarkt

Även antalet personer som dör av hjärtinfarkt har minskat kraftigt sedan sekelskiftet. Drygt 4 700 personer avled på grund av akut hjärtinfarkt under 2021, att jämföra med drygt 13 200 år 2001.



KÄLLA: SOCIALSTYRELSENS DÖDSORSAKSREGISTER

Symtom:

- Det mest typiska symtomet hos både män och kvinnor är kraftig smärta mitt i bröstet. Ibland strålar smärtan ut till arm, nacke, hals, käkar, mage eller rygg. Smärtan är ihållande i minst 15 minuter.
- Den drabbade kan även må illa, få yrsel och känna ångest. Vissa kan få en så kallad "tyst infarkt", som inte ger någon smärta.
- Symtomen vid kärlkramp liknar dem vid hjärtinfarkt, men är lindrigare och uppkommer ofta i samband med fysisk eller psykisk ansträngning. Smärtan försvinner efter ett par minuters vila.

Malmöforskaren
ANDREAS EDSFELDT
undersöker en ny hypotes
om varför personer med
typ 2-diabetes drabbas
ofta och hårt av
åderförkalkning.

Vill minska hjärtrisken vid diabetes

TEXT NILS BERGEÅ FOTO KRISTIAN POHL





PERSONER MED folksjukdomen typ 2-diabetes – som Elvy Söderström i reportaget på föregående sidor – löper en förhöjd risk för hjärt-kärlsjukdom. Risken att dö i en sjukdom som har med åderförkalkning att göra är mer än fördubblad om man jämför gruppen typ 2-diabetiker med resten av befolkningen.

Malmöforskaren Andreas Edsfeldt, kardiolog och docent vid Lunds universitet, försöker hitta förklaringar och lösningar på problemet.

– Jag har jobbat många år i hjärtsjukvården. Under den tiden har jag träffat en lång rad patienter med diabetes. I många fall är diabetessjukdomen odiagnostiserad när patienten kommer in och vi upptäcker den i efterförloppet av en akut händelse såsom en hjärtinfarkt, berättar han.

DET ÄR OKLART vilka faktorer på cellulär och molekylär nivå som gör att åderförkalkningsplack oftare leder till komplikationer som hjärtinfarkt och stroke hos personer med typ 2-diabetes.

– Teorin har länge varit att dessa personer har en ökad inflammation i kärlväggen. Men min forskning har pekat på att det snarare kan ha att göra med en svårighet att reparera kärlväggen. Och det verkar i sin tur bero på brist av stabiliserande proteiner och tillväxtfaktorer, säger Andreas Edsfeldt.

– Vi behöver förstå de molekylära processer som aktiveras när kärlen repareras, och hur dessa processer förändras hos personer med typ 2-diabetes. En viktig faktor verkar vara cellulär stress och detta vill vi nu studera mer i detalj, säger Andreas Edsfeldt.

Forskarna använder en av världens största åderförkalkningsbiobanker, CPIP, som innehåller blod och åderförkalkningsplack från över 1 400 personer. Biobanken ger utmärkta förutsättningar att identifiera biologiska processer i kärlväggen hos personer med typ 2-diabetes.

LÅNGSIKTIGT ÄR MÅLET med Andreas Edsfeldts forskning att bana väg för nya läkemedel som stimulerar vävnadsreparationen hos personer med diabetes.

– Vi hoppas hitta specifika måltavlor för läkemedelsbehandling som kan återställa förmågan att reparera kärlväggen hos personer med typ 2-diabetes. En behandling som får åderförkalkningsplacken att stabiliseras och minskar risken för hjärt-kärlhändelser. Då har vi äntligen en behandling av hjärt-kärlsjukdom som vi kan ge specifikt till personer med typ 2-diabetes.

I föl tilldelades Andreas Edsfeldt Prins Daniels anslag för yngre lovande forskare från Hjärt-Lungfonden. Anslagssumman är 6 miljoner kronor uppdelat på tre år.

Vad har anslaget betytt hittills, konkret, för forskningsprojektet?

– Väldigt mycket! Framförallt ger det en stor ekonomisk trygghet och möjliggör nysatsningar för att stärka projektet. Att få större anslag över en längre tidsperiod skapar stora möjligheter. Dessutom innebär anslaget att projektet har fått mycket uppmärksamhet från media. Projektet synliggörs och kunskap om de viktiga frågeställningar som vi arbetar med sprids, säger Andreas Edsfeldt.

ATEROSKLEROS

- Ateroskleros (åderförkalkning eller åderförfettning) är ett bakomliggande och bidragande tillstånd vid många sjukdomar och tillstånd på hjärt- och kärlområdet, exempelvis stroke, kärlkramp och hjärtinfarkt. Ateroskleros ansamlas ofta i form av så kallade plack i hjärtats kranskärl och/eller halspulsådern.
- En av de viktigaste orsakerna till ateroskleros är obalans i blodfetterna med för mycket LDL-kolesterol ("det onda kolesterolet") och för lite HDL-kolesterol.

KÄLLA: HJÄRT-LUNGFONDEN

Vetenskapsbaserade vardagstips i juletid

Ta hand om dig själv! Försök att låta julhelgen bli en tid för avkoppling snarare än stress. Här kommer några tips som kan få dig att må bättre.



Sov gott! Bra sömn motverkar stress. Se till att läsa något avkopplande och undvik skärmar i god tid före läggdags.



"Smygjympa" på möten, i bilen, i väntan på jultomten eller vid andra tillfällen när du blir sittande länge.



Undvik julstressen efter bästa förmåga! Exempelvis genom att sprida ut julförberedelserna i tiden och fördela uppgifter på många händer.



Ät mer vegetariskt! Komplettera med vegetariskt på julbordet. För mycket rött kött är dåligt för hälsan.



Ta vinterpromenader! Att vistas ute i naturen motverkar stress - det är vetenskapligt bevisat. Gör det regelbundet och minska risken för hjärtinfarkt.



Skaffa dig ett husdjur.



Tipsen är hämtade från faktabasen Sundkurs, som tagits fram av professor Mai-Lis Hellénus och andra experter vid Karolinska institutet, och vinjetten Din hälsa på Hjärt-Lungfondens hemsida. Fler tips och recept hittar du på hjart-lungfonden.se/sundkurs. Beställ gärna vår populära skrift Friskt liv under fliken "Beställ material" på hemsidan.

”Alla fina personer
som jag har fått
möta och prata med
genom åren gör mig
varm i hjärtat”



VI PÅ HJÄRT-LUNGFONDEN

Sofia bor i Stig Wennerströms lya

KAFFEÄLSKAREN SOFIA WIRSÉN, 42, är lite av spindeln i nätet på Hjärt-Lungfonden. I arbetet som projekt- och produktionsledare är det hon som tillsammans med två kollegor arrangerar möten och håller ihop produktioner.

Hon kom till Hjärt-Lungfonden för 13 år sedan. Då som vikarie och nyfiken på vad organisationen hade att erbjuda.

– Jag trivs otroligt bra, säger Sofia.

Sofias tjänst har varierat lite genom åren, men i dag är hon alltså både projektledare och produktionsledare. Hon samordnar produktioner mellan olika avdelningar. Det kan handla om att planera trycksaker, inbjudningar eller rapporter. Men också om annonser och marknads-

föring. Hon är även den som är ansvarig för Hjärt-Lungfondens möten.

Det roligaste med jobbet är att få arbeta med viktiga frågor kring forskning och att få träffa givare:

– Alla fina personer som jag har fått möta och prata med genom åren gör mig varm i hjärtat.

Sofia älskar starkt kaffe och att köpa inredning och kläder via secondhandsajter eller i butiker.

– Vi bor i en lägenhet som spionen Stig Wennerström har bott i. Vi försöker inreda den tidstypiskt. Ett bra köp är till exempel en svart toalettstol i bakelit från 40-talet, berättar hon.

TEXT MALIN BYSTRÖM SJÖDIN FOTO TINTIN VIDHAMMER

Följ oss gärna!

I sociala medier kan du följa senaste nytt från Hjärt-Lungfonden. Som när vi överlämnade Stora forskningsanslaget till professor Maria Lerm 2022.



twitter.com/hjartlungfonden
facebook.com/hjartlungfonden
instagram.com/hjartlungfonden

TRE FRÅGOR TILL ...

omvårdnadsforskaren **TINY JAARSMÄ** som forskar om sex och samlevnad vid hjärtsjukdom.

TINY JAARSMÄ, PROFESSOR vid Linköpings universitet och ledamot i Hjärt-Lungfondens forskningsråd, forskar på hur hjärtsjuka kan få ett bättre liv efter en hjärtinfarkt eller annan hjärthändelse. Ett särskilt fokus är sexualitet och sexuell hälsa för hjärtsjuka.

Vad ska man tänka på om man är hjärtsjuk och vill ha sex med sin partner?

– Du kan ha samlag en vecka efter hjärtinfarkten, om du inte har symtom. Att ha ett samlag kräver inte så mycket av hjärtat. Pulsen är hög en relativt kort stund och det är inte en sådan svår belastning för hjärtat utan något man kan hantera. Det kan hjälpa att planera för sitt samliv, ta sina mediciner i tid, eller använda potensmedel.

Vilka problem kan en person som har eller har haft en hjärthändelse behöva tamps med sexuellt?

– De upplever ofta en rädsla för att få symtom eller drabbas av en ny hjärthändelse, få ytterligare en infarkt eller att hjärtat ska bli överbelastat. Detta med att uppleva rädslor kring att ha sex är något som vi i vården måste bli bättre på att prata om. I min forskning har jag beskrivit hjärtpatienters sexuella problem och studerat hur sjuksköterskor ger sexualrådgivning till patienterna och deras familjer. Det finns plats för att förbättra informationen och vi måste bli bättre på att prata om sex och ha rutiner för när och hur vi ska ta upp det.

Finns det några risker med sex för hjärtpatienter?

– Generellt inte. Men om man får ont över bröstet ska man avbryta och eventuellt kalla på vård. Många patienter med en inopererad ICD tror att den kan gå sönder vid samlag eller skada sin partner. Men det händer inte. Fördelarna med att ha sex är fler än nackdelarna. Forskning visar att riskerna är få. Om du kan träna, gå upp för en trappa eller ta en promenad kan du också ha sex. Att ha ett fint samliv ger många plus, inte minst för att blodtrycket och hälsan blir bättre.

TEXT MALIN BYSTRÖM SJÖDIN

FOTO PATRIK EKENBLÖM

Personligt

Tiny Jaarsmä

Bakgrund och yrke: Har arbetat som hjärtsvikts-sjuksköterska, nu professor i omvårdnad med särskilt fokus på egenvård och sex/samlevnad vid hjärtsjukdom.

Ålder: 59.

Bor: Linköping.

Familj: Man och två vuxna barn.

På fritiden: Springa, läsa, dyka.

Okänd talang: Skrivit romanen *Dun ijs* på nederländska, som handlar om en kvinna inom akademien.