



” Så jag tänker så här, varför inte ta chansen att hjälpas åt!

KRÖNIKA
Tina Persson

Osynliga resor

Det är nu 6 år sedan allt hände för min del och i våras kan jag väl säga att min resa skulle kunna ses som avslutad, eftersom sista kontrollen var gjord och sista tabletten var tagen.

Men om sanningen ska fram, så kommer det alltid finnas en oro att vem vet, det kan hända igen.

Ingen går säker, men många väljer att mörka sina resor

Det kanske låter konstigt att mörka sin resa, men jag har hört att det är många som faktiskt inte talar om att dom går igenom en resa och det gäller inte bara cancer utan även på andra tillstånd. Jag förstår dom som gör det, för jag hade själv tänkt mörka om jag inte hade behövt fara till Umeå på strålning.

Jag tänker på dom som passar på att ta en långlunch eller smita tidigare från jobbet, för att dom i hemlighet ska iväg på behandling. Det finns tom dom som inget säger hemma, utan bestämmer sig för att ingen ska få veta, det här är min hemlighet.

Så sorgligt? Varför gör vi så?

Tänkt dig bara själv, vad som händer när någon blir sjuk i din närhet eller när du själv blir sjuk? Vad händer i våra tankar och hur blir vårt beteende? Det finns väl ingen som börjar fira och jubla, tjojo vad roligt nu ska vi fira! Utan nu blir det jobbigt och många tänker att kanske kan jag smita undan och sen återkomma när allt är över? Det finns så otroligt många konstiga beteende hos oss människor när något händer och så stoppar vi huvudet i sanden.

Jag undrar vart det kommer ifrån?

För egen del kände jag mig skämmig, jag kände skuld och jag var besviken på mig själv. Vad har jag nu gjort? Hur kunde jag låta detta hända mig, jag som är Hälsoinspiratören Tina? På något sätt så skyldde jag på mig själva och jag kände att jag svek inte bara mig själv, utan många omkring mig. Se hur jag ställer till det och sen vem kommer att stå där vid min sida? Det är inte lätt och vi lär oss att vi måste vara starka. Så mycket starkare än vi egentligen orkar, för något annat val finns oftast inte.

Så jag kan förstå att många vill mörka och inte berätta.

Jag tänker på alla kändisar, se hur det går för dom i situationer som dessa. Om dom talar om att dom är sjuka, då hamnar dom på förstasidan så klart! Mitt liv hamnade inte på någons första sida, men ändå se hur jag ställer till det. Det var en av alla känslor jag kände när allt hände, men så insåg jag att livet hade gett mig en uppgift. En uppgift jag helst av allt inte hade velat ha, men så var det bara ”face it” Tina!

Så nu gällde det att göra något bra av detta, även om jag protesterade inombords. Varför ska jag hela tiden hålla på att kliva på som jag gör, men jag gjorde ett val. Ett riktigt viktigt val och det var att med min resa inspirera andra människor att våga återta livet. Det låter enkelt, men att återta livet är inte enkelt eller självklart, vi vill helst skynda oss vidare och sopar gärna erfarenheterna under mattan. Men det jag upptäckte med min resa var, att tack vare den så blev jag något mer, något mer och bättre än den jag var före.

Rosa oktober

Det är oktober månad och det är en rosa månad, mitt i allt som händer just nu. Jag tänker på alla som är mitt i sin rosa resa just nu, hur känns det för dom just nu? Hur får dom det stödet dom behöver just nu? Jag tänker på oron att tänkt om jag även får Corona, mitt i min rosa resa? Just nu kan någon sitta med dubbla Cn på sin agenda, men även andra kombinationer. Det finns så många olika resor, men ingen resa ska behöva vara osynlig.

Rosa oktober utmaning!

Så jag tänker så här, varför inte ta chansen att hjälpas åt! Jag tror faktiskt att vi tillsammans kan göra stora förändringar inom den psykiska ohälsan, som nu växer allt större. Jag tänker varför inte avsätta tid på arbetsplatsen, i skolan, i din förening, med din familj och dina vänner. Där vi får snurra fart på tankar för att släppa den rädsla som finns hos många. Jo, jag förstår det är en rejäl utmaning, men varför inte ta chansen till att bli något mer än vi var förut? Vem vill inte det?

Det börjar med mig! Alla kan göra något!

Äntligen en ny hemsida!

Stärk ditt hälsokonto med Hälsoinspiratören Tina Persson