

når hun er utendørs og beveger seg. På jobb prøver hun ut høreapparat for å høre bedre, men mest for å eliminere øresuset.

Det mest krevende er kanskje den mentale trøttheten som hun stadig plages av.

– Den mentale kapasiteten har gått ned. Jeg tåler ikke mye stress, og jeg blir ofte sliten etter jobb. Det har vært vanskelig. I en periode var jeg var deprimeret og syntes livet var veldig tungt, forteller Lise.

– I tillegg er smertene i kroppen til daglig utfordrende å leve med. Men det nytter ikke å bli sur og lei. Det får du ikke et bedre liv av. Galgenhumor og åpenhet er utrolig helsebringende for meg.

#### FRILUFTSLIV OG FAMILIE

For Lise Amundsen har kreften hun fikk for seks år siden satt livet på spill. Hun er i dag erklært frisk, men den første tiden var det vanskelig å leve med usikkerhet og utrygghet om behandlingen hadde virket og om livet var til å redde.

– Jeg er blitt veldig klar over hva som betyr mest i livet mitt. Det er de menneskene som er meg nærmest, og det er natur og

*«Jeg er blitt veldig klar over hva som betyr mest for meg. Det er de nærmeste, og det er natur og friluftsliv.»*

friluftsliv – det å komme seg ut på tur, eller i kajakk, forteller Lise.

– Tanken på å miste dette er ganske skremmende, og en påminnelse om at livet ikke er noen selvfølge.

I dag lever hun sterkere enn før hun fikk kreft. Hun er blitt mer bevisst på hva som gir glede i livet. Lise går for eksempel gjerne over Ulrikken – det høyeste av de sju fjellene rundt Bergen sentrum – når hun skal hjem fra jobb. Det er en tur på opp til to og en halv time.

– Friluftslivet har tatt litt av hos meg. Jeg elsker det. Det gir sånn glede, og det styrker meg veldig å være ute.

Spesielt det enkle utelivet



**NO WALK IN THE PARK:** Lisa Amundsen sliter fortsatt med senskader etter kreftbehandlingen. Hun er mer sliten og fikk både nerveskader og stråleskader i tykktarmen, i tillegg til tinnitus.

## Senskader er svært vanlig

Alle tre behandlingstypene ved kreft – kirurgi, strålebehandling og cellegift – kan gi bivirkninger og seneffekter. Dette gjelder ikke minst gynekologisk kreft.

Line Bjørge, seksjonsoverlege og professor ved Kvinneklinikken på Haukeland Universitetssjukehus, forteller at det er blir stadig mer fokus på seneffekter av kreftbehandling:

– Det er en pris å betale i forhold til alle tre behandlingstyper. Alle kan se friske ut etter behandling selv om de har betydelige plager, konstaterer hun.

Hvordan senskadene oppleves, varierer fra kvinne til kvinne og også hvor de er i livsforløpet. Det er for eksempel betydelig verre å få livmorhalskreft som ung, fordi en mister evnen til å få barn.

#### FÅR EN ANNEN KROPP

– Mange kvinner føler at de får en annen kropp. De føler at de mister seg selv. Og behandlingen fører til betydelig trøtthet. Jeg pleier å si at vi tar racergiret fra dem. Det handler ikke om vilje; det er rent fysisk.

Line Bjørge understreker at mange av pasientene som blir behandlet for gynekologisk kreft, lever mange år med god livskvalitet, selv om de kan ha mange plager. Hun peker på at kvinner har ulik mestringssevne og forskjellige strategier for å håndtere hverdagslivet. Noen har en veldig vanskelig sykdom, men lever likevel godt. Og omvendt.

#### BEST I VERDEN

Når det gjelder livmorhalskreft blir omtrent halvparten operert, mens resten behandles med stråling. De fleste tilfellene av livmorkreft blir operert, mens eggstokkreft blir behandlet med både kirurgi og cellegift.

– Norge er best i verden på behandling av livmorhalskreft. Utsiktene til å bli frisk igjen er veldig gode. Eggstokkreft har høyest dødelighet. 50 prosent blir ikke friske.

#### SCREENINGPROGRAM

Det viktigste alle kvinner kan gjøre er ifølge Bjørge



**EKSPERTEN:** Line Bjørge ved Haukeland Universitetssykehus.

å følge screeningprogrammene, altså møte opp til anbefalte undersøkelser, og å bli vaksinert.

– Og du skal aldri være redd for å gå til legen din med diffuse symptomer.

Line Bjørge har jobbet med kreft i snart 30 år, og er optimist med tanke på fremtiden. Det skjer en utrolig rask utvikling innen kreftbehandling, med både økt kunnskap og økt tilgjengelighet av nye medikamenter.