

En fest i farver på vej tilbage fra afgrundens rand

Interview med Jette, Aarhus d. 7. oktober 2025.

Jette har blandt andet være med til at implementere Kræftens Bekæmpelses Navigator-tilbud i Århus, et tilbud der giver socialt udsatte kræftramte mulighed for at få støtte fra frivillige i deres kræftforløb. Jette deler her ud af sin egen historie som kræftpatient for at give håb og gode råd til andre i samme situation.

Interviewet er udført og redigeret af Laura Munk Christensen i samarbejde med Jette.

For at visualisere tekstlige skift mellem dyk og håb, eller det vi i fællesskab har identificeret som eksempler på afmagt og handlekraft, har vi farvelagt interviewet.

De blå markeringer udtrykker handlekraft og de orange markeringer er eksempler på afmagt. Samtalen bølger mellem afmagt og handlekraft.

De bragte fotos er Jettes egne.

Hvordan det startede.

L: Vil du starte med at fortælle lidt om dit kræftforløb? Hvordan det startede, og hvordan du oplevede det?

J: Ja. 19. oktober 2010 fik jeg beskeden om, jeg havde endetarmskræft, og det var med spredning til alle segmenter af leveren. Og efterfølgende fik jeg at vide, at det, de kunne tilbyde mig, var kemo som livsforlængende behandling. Og det var jo et kæmpe chok. Jeg troede, jeg skulle dø inden for den første uge, efter jeg havde fået den besked, så den første aften turde jeg ikke gå i seng og lægge mig til at sove, fordi jeg var bange for, jeg ikke vågnede op igen. Det gjorde jeg så, og så samlede jeg hele min familie om søndagen, hvor vi fik snakket om det. Og jeg valgte fra starten at være meget åben omkring mit kræftforløb. Jeg har en mor, der er død af lungekræft, og hun var ikke åben omkring det. Og der besluttede jeg, at hvis jeg en dag blev alvorligt syg, så ville jeg være åben omkring det. Både af hensyn til mig selv og af hensyn til mine pårørende. Og det har jeg holdt fast i. Og der er mange venner, der har givet udtryk for, at det var faktisk rart, jeg var så åben. Ikke fordi det hele handlede om mig og min sygdom, men at de behøvede ikke være bange for at spørge mig om tingene. Så det har været godt. Så startede jeg på kemobehandlinger, efter de første fire kemobehandlinger blev jeg scannet, og der viste det sig, at det i leveren havde skrumpet godt 50%, og det havde svulsten også i endetarmen. Jeg havde tænkt, når jeg engang er på den anden side af det her, så skal jeg holde mit livs fest, men da jeg så responderer så godt

på de første fire kemobehandlinger, så tænkte jeg, jeg skal holde en fest nu for at fejre livet. En fest i farver. Så jeg brugte nogle af de penge, jeg fik fra Kritisk Sygdom til at holde den her fest. Og jeg havde mine kollegaer med, familie og venner, jeg tror, vi var omkring 80 mennesker. Min tvillingsøster og hendes mand lavede medaljer, for jeg døbte jo mit sygdomsforløb til Projekt Jette, så den 2. april 2011 holdt jeg min sølvfest, og der fik alle gæsterne sådan en sølvmedalje (foto). Og så for lige at gøre det lidt kort, så i august får jeg spredning til lungerne, og der får jeg lige et dyk, fordi jeg tænker, nu spreder det sig til hele kroppen. Jeg fik spredning til begge lunger, og der var jeg så igennem to åbne lungeoperationer med 14 dages mellemrum. Så fik jeg et tilbagefald til leveren, det har jeg fået i alt syv gange, og til lungerne syv gange. Og d. 23. maj '11 fik jeg en permanent stomi. Og så kører det jo ellers bare slag i slag. Og jeg tror, det var uvant for sygehuset, i hvert fald nede på onkologisk afdeling, at jeg havde alle de spørgsmål, jeg havde. Men de vænnede sig så til, at det er Jette med logbogen og de mange spørgsmål. Og når jeg sidder og kigger på nogle af spørgsmålene i dag, så kan jeg jo godt grine lidt af det, men det var jo uvidenhed. Jeg anede jo ikke noget om tarmkræft eller noget som helst, så det var jo en helt ny verden for mig at komme ind i, at skulle være patient på den måde.



L: Så sundhedssystemet og den her type organisation, det var ikke noget, der var på din radar, inden det her skete? I dit arbejdsliv?

J: Nej, det var det ikke. Altså, der sker noget med en, når man får sådan en dødsdom og står helt ude over kanten, som jeg gjorde. Jeg trak stikket 100% arbejdsmæssigt, og det havde jeg ikke troet. Hvis nogen havde spurgt mig, inde jeg blev syg; Jette, hvis du bliver alvorligt syg en dag, hvad så? Ja, så vil jeg arbejde, så vidt det er muligt. Men da jeg stod der og havde fået den dødsdom, der tænkte jeg, jeg er bare nødt til at gøre noget andet. Og så trak jeg stikket for simpelthen at have fokus på mig selv. Og der fandt jeg ud af, jeg skulle ikke tilbage til det. Der sker noget med en ubevidst. Jeg havde et fantastisk job og brændte for det, men der skete bare noget med mig, at det var lige pludselig ikke så vigtigt, det job, det gav ikke så meget mening for mig. Det var i oktober måned, jeg blev ramt af tarmkræft, og alt var lyserødt. Og jeg fik at vide, at jeg var ung til at blive ramt af tarmkræft, så jeg havde en følelse af at stå meget alene, og alt handlede om brystkræft. Og så tænkte jeg, det må jeg gøre noget ved, og så har jeg startet et netværk op for tarmkræft, og så var der et netværk i

København, som jeg også fik et samarbejde med, og så blev det så Tarmkræftforeningen. Jeg tror, det var i '14, hvor jeg så sad som formand i 3-4 år. For mig handlede det om, at jeg skulle finde noget, der gav mening, og jeg syntes med det forløb, jeg havde været igennem, så kunne jeg i hvert fald godt bidrage med noget til andre og give andre noget, som jeg selv savnede i mit forløb. For eksempel at møde ligesindede. Møde nogen, der var kommet på den anden side, der kunne være med til at give håbet. Da jeg var på privathospital hernede, så kommer lægen ind efter en halv time, og så siger han: Jette, har du nogen spørgsmål? Så siger jeg: Nej, det har jeg ikke. Og så siger jeg: Men jeg er født tre måneder for tidligt, jeg er tvilling, jeg overlevede, det her overlever jeg også. Jeg laver min egen statistik. Og det har jeg sådan prøvet at holde fast i, når jeg har fået de der tilbagefald, for så får du jo et dyk. Men jeg blev efterhånden lidt hærdet på den gode måde, og tænkte, du klarede den sidste lungeoperation, den her klarer du også. Med den erfaring jeg har, så blev jeg mere tryk i sygdomsforløbet. Og det er noget af det, jeg gerne har ville give, og derfor jeg også tager ud og fortæller min historie. Det er at være med til at give håb til andre, fordi selvfølgelig skal man være realistisk, men man skal også bevare håbet. Hvis man først mister håbet, så tror jeg bare, det går kun en vej.

L: Det vil nok være naturligt for mange at tænke, at hvis man får en kræftsygdom, så kan man lige så godt smide hænderne op og bare gøre som lægen siger, fordi der er ikke noget at gøre. Havde du det nogle gange sådan, at det hele var ude af dine hænder?

J: Første gang hvor jeg fik brændt metastaserne i lungen, der var min søn i Afghanistan, og min datter var også ude at rejse, og så om natten bliver jeg syg og får megahøj feber og tror, at jeg skal dø. Der sidder en SOSU-assistent og holder mig i hånden, og der tænkte jeg bare, skal jeg virkelig dø her uden nogen af mine kære? Der troede jeg virkelig, jeg skulle dø, og der sagde jeg på et tidspunkt, at hvis jeg får det sådan igen, så vil jeg hellere dø. Og der blev mine børn jo forskrækkede, men det var virkelig en forfærdelig oplevelse. Og det er jo det der med usikkerheden og uvisheden. Ja, du bliver afmægtig. Jeg havde det også, lige da jeg fik meldingen om kemo som livsforlængende. Den der følelse af, at benene bliver slået fuldstændig væk under dig, og du mister fuldstændig kontrol over dit liv. Og det er jo der, hvor du er i chokfasen. Og så kan man så sige, at det er jo en gave, at jeg er født med nogle hand-lekompetencer og tager action. Men det var hårdt på den måde, at det var ikke noget, du lige kunne gå ind og fikse. Og du skulle virkelig ind og mærke efter med dig selv. Jeg havde meget fokus på, hvad får jeg energi af, hvad dræner dig for energi? Fordi jeg skulle have noget energi til at kunne være med til at helbrede mig. Så det havde jeg meget fokus på og var bevidst om. I en periode skrev jeg rundt til folk, det kan godt være, I synes, jeg har ændret mig og trækker mig lidt, men det er bevidst, jeg gør det. Altså, hvor jeg havde brug for at trække mig. Jeg var så også den type patient, der begyndte at ringe, når jeg syntes, nu måtte der være et svar på den scanning. Så ringede jeg, og der ringede jeg her til Århus på et

tidspunkt, hvor de så havde glemt at vende tilbage til mig. Og så siger hun, jeg kan høre, at du godt selv kan ringe og har ressourcerne til det, og så gav hun mig telefonnummeret, og efter den tid så ringede jeg altid selv. Så på den måde har det været godt for mig at have det samspil med sundhedspersonalet. Også at jeg blev mødt som det menneske, jeg nu er. Hvor jeg også tænker, nu hvor jeg arbejder med Navigator-tilbuddet, det er jo ikke sådan nogle som mig, man skal bruge ressourcerne på, det er dem, der ikke har ressourcerne. Fordi jeg skal nok klare mig. Og derfor gav det også så meget mening for mig, da det der Navigator-projekt blev sat i søen, jeg tænkte, det skal jeg bare være en del af, fordi jeg havde mødt mange mennesker på min vej, som ikke havde de ressourcer.

L: Og da du så begyndte at arbejde her i Kræftens Bekæmpelse, hvordan synes du det var at skulle arbejde med noget, som også var så personligt?

J: Det gav rigtig god mening for mig. Og rådgiveren har også brugt mig meget, hvis der kommer en tarmkræftpatient, de sidder med, hvor de tænker, her er brug for noget håb, og at de møder en, der er kommet på den anden side, selvom jeg fik en dødsdom. Så på den måde bruger de mig, og det gør Kræftlinjen også, og det giver rigtig god mening for mig, fordi jeg kan sætte mig ind i, hvordan de har det og der, hvor de er. Så det er vigtigt for mig at blive brugt på den måde også. Jeg har brugt min erfaring med kendskab til sundhedsvæsenet, fordi når man har været igennem sådan et langt forløb og behandling på tre hospitaler, så får man rimelig godt kendskab til sundhedsvæsenet. Og jeg synes, der, hvor jeg også kan bruge det, det er at støtte patienten i at forberede sig til lægesamtale. Jeg møder tit nogle, som ikke har forberedt sig. Og jeg synes både af hensyn til en selv, men også af hensyn til lægen, man sidder overfor, at det er vigtigt, man som patient også selv tager et ansvar. Og så ved jeg godt, at jeg har været den, der har sat mig meget ind i tarmkræft og min sygdom, og det har været vigtig for mig, fordi det har givet mig en føling af, at jeg er med. At jeg ikke bare er ude på sidelinjen på en eller anden måde. Og der er vi jo forskellige, og der siger jeg også nogle gange, at man skal finde sin egen vej igennem et kræftforløb. Og det er hårdt arbejde, fordi man er nødt til at gøre noget andet, end man plejer. Livet bliver jo forandret for altid, og det skal man så finde en vej i, det nye liv. Så jeg tror, det, der er vigtigt, når jeg kigger på det nu, er, at man også selv tager ansvar for sit liv. At du ikke bare kan lægge det over i hænderne på sundhedsvæsenet, lægerne. Det var i hvert fald der, hvor jeg følte mig magtesløs. Da jeg fik at vide, det, vi kan tilbyde, det er kemo som livsforlængende, og der følte jeg bare, at jeg stod der og ikke kunne gøre noget. Og det kunne mine pårørende heller ikke. Og den der magtesløshed var virkelig ubehagelig at være i. Og jeg kunne bare vente på at finde ud af, om den her kemobehandling virkede. Nej, du må også selv gøre noget. Så det er et samspil mellem patienter og læger, sygeplejersker og hvem, der nu ellers er.

Projektvæg



L: Hvad bestod din verden af, da du var syg? Hvad kom klart i fokus for dig, og hvad trådte meget i baggrunden?

J: Altså, mit arbejde trådte meget i baggrunden. Mit helbred fyldte, men også hvad kan jeg selv gøre? Motion og kost og det psykiske, de tre fokusområder. Og så prøvede jeg at lave nogle milepæle, så jeg havde et mål at gå henimod. Min datter var lige startet på lægestudiet, og det var lange udsigter, det turde jeg slet ikke at tænke frem til. Mit ældste barnebarn var i vente, og det havde stor betydning for mig. Hun bliver født i februar '11, hvor jeg bliver syg i oktober '10, så det havde jeg som en milepæl, at jeg skulle nå at se, at hun blev født. Det var den første milepæl at kigge ind i. Og sådan havde jeg små milepæle, små skridt, tænkte jeg. Og det havde jeg jo på den her projektvæg, hvor jeg havde en stor kalender, hvor jeg så alle de der billeder og tegninger også. Jeg fik også tegninger fra nogle af mine venners børn, som kom op på væggen, og alle de kort, jeg havde fået, kom også op på væggen, og det gav mig meget energi. Jeg gik forbi den flere gange om dagen, den her projektvæg, og det mindede mig om, det er derfor, jeg kæmper og vil overleve. Jeg har så meget godt i mit liv.

L: Hvis man skal kigge lidt fremad, ikke kun for dig, men også generelt, er der noget, du håber, man kommer til at gøre anderledes i sundhedssystemet?

J: Jeg har selv savnet i mit forløb, at man kigger på det hele menneske. Jeg kunne godt have følelsen af nogle gange, at jeg var ligesom en maskine, nu skulle vi lige fikse det der, hvor man glemte at kigge på det hele menneske Jette. Og jeg ved godt, der er travlt i sundhedsvæsenet, men jeg synes også at man måske skulle kigge lidt mere på vores sårbare patienter som hele mennesker. Og jeg ved godt, de er udsat på mange fronter, ikke kun måske med sygdom, men man snakker meget om social ulighed og sådan nogle ting. Og der er bare ikke sket noget i alle de år, hvor man har arbejdet med det og snakket om det. Mange af de der sårbare kræftpatienter, de er ikke vant til at blive tilgodeset på nogen måder. Så kunne jeg godt tænke mig, at man samarbejdede på tværs omkring alle de her sårbare mennesker. Nu er det kræft, vi arbejder med, men mange af dem har jo andre sygdomme også, ikke kun kræft. Og jeg tror virkelig, der er et behov for flere til at støtte og hjælpe.

L: Hvis man skulle slå ned særligt ift. afmagtsfølelser, hvad tror du, der skal til?

J: Jamen, jeg tror, det er sådan, at de har en, der følger dem tæt. Jeg kan komme med et eksempel. Der var en patient inde og tale med en rådgiver. Hans hus ville gå på tvangsauktion, og rådgiveren tænker: Jette! Og tager fat i mig og spørger, om jeg vil snakke med ham. Jeg siger, jeg skal nok tage ham. Og jeg tager ud og besøger den her patient. Han har prostatakræft, egentlig meget ressourcestærk, men han var raget uklar med sin bankrådgiver, han havde ikke fået betalt regninger, det hele sejlede bare. Og jeg fik fat i ejendomsmægler, advokat, og rådgiveren, og det lykkedes at få den her tvangsauktion afværget. Huset blev solgt. Hvis han ikke havde haft nogen til at hjælpe sig, så var det røget på tvangsauktion. Og han var ressourcestærk, men han var også ramt. Og det er det, du oplever mange gange, når du får de her patienter, at så folder der sig mere og mere ud, og nogle gange så er det kræften, der fylder allermindst i deres liv, fordi de er så mange andre ting.

L: Hvis du sidder med nogen, som lige har fået kræftdiagnose eller er et svært sted i deres forløb, og de oplever følelser af afmagt, hvad ville så være det råd eller perspektiv, du kunne give?

J: Det, jeg ville prøve at spørge ind til, er, hvad der fylder. Det er noget af det, jeg selv har brugt i mit eget forløb; at sige, det er det her, der fylder, kan jeg gøre noget ved det? Og det, jeg ikke kan gøre noget ved, det må jeg parkere, for det skal jeg ikke bruge energi på. Og det, jeg så kan gøre noget ved, må jeg gøre noget ved. Det er den måde, jeg har arbejdet på igennem mit forløb. Men jeg oplever også nogle patienter, hvor jeg sidder og forbereder en samtale, hvor jeg siger, er der nogen ting, du gerne vil spørge lægen om? Så kommer der nogle ting, men det ved jeg ikke, om jeg kan spørge om? Så siger jeg, jamen, det kan du godt, for det er dit liv, det handler om. Jeg spurgte min leverlæge og lungelæge på et tidspunkt, hvad er den gode patient i jeres verden? Det er en, vi kan have en dialog med, der ikke kommer og sparker døren ind. De vil gerne, at man som patient også er med i det, er en

medspiller. Jeg oplevede et ældre menneske, der var indlagt samtidig med mig, og hun skulle så sendes hjem. Så sagde hun, det skal jeg bare ikke, jeg er alene, og jeg kan ikke klare mig. Så siger jeg, du er nødt til at fortælle sygeplejersken eller lægen, hvordan du har det. Jeg er slet ikke frisk, siger hun så. Det er kun dig, der kan mærke det. Hvis de ikke får det at vide, så ved de det ikke. Jeg selv prøvet det to gange, og var jeg sendt hjem de to gange, så var jeg røget ind på sygehuset igen. Jeg synes, det handler om, at man selv som patient virkelig skal sige til og fra. Og der ville sikkert også have været patienter, hvis de havde fået at vide, du skal hjem i aften, så havde de gjort det.