



DBObladet

Medlemsblad for
Dansk Brystkræft Organisation (DBO)
Nr. 64 | Oktober 2021 | 20. årgang

Sådan føles det... at have brystkræft

**STRÆK
OG BØJ**
Træning
virker mod
kræft

**25 ÅR MED
FREMSKRIDT**
Her er behandlingen
i dag

Læs medlemmernes egne historier – om BRCA, mammografier, fyringer og meget andet

Sådan føles det... at være alt for ung til at få brystkræft

FORTALT TIL ELISABETH HAMERIK SCHWARZ · FOTO: JEPPE CARLSEN

Sarah Walther Øyrabø var 31 år, da hun første gang blev diagnosticeret med en aggressiv HER2-positiv brystkræft. I dag er hun 36 og har gjort sig erfaringer nok til et helt liv.

“Da jeg gik i folkeskole, faldt jeg over en kampagne om vigtigheden af at selvundersøge sine bryster. Jeg var overhovedet ikke i målgruppen, men af en eller anden årsag hang kampagnens budskab fast, og hver tredje måned år efter år undersøgte jeg mine bryster.

I dag føles det så skæbnebestemt. For det endte med at redde mit liv.

I november 2016 var jeg 31 år gammel. Jeg var gift, mor til en treårig datter og arbejdede som sekretariatsleder for Dansk Iværksætterforening. Mit liv var godt, meningsfyldt og altid gang i den, da det igen var tid til min kvartårige selvundersøgelse af brystet.

Jeg stod i badet og undersøgte mit ene bryst, da det pludselig gibbede i mig. Jeg kunne mærke en knude, men jeg slog koldt vand i blodet, for come on, man får jo ikke brystkræft som 31-årig. Desuden var det virkelig ømt, og jeg har altid hørt, at kræft ikke gør ondt.

Jeg fortalte det til min mand Christian og bad ham hjælpe mig med at undersøge det. Jeg havde store naturlige bryster, og man kunne ikke se noget, når jeg var oprejst, så jeg lagde mig på ryggen og trak brystet lidt til siden. Og der var den. Knuden. Christian bad mig ringe til lægen.

VENTETID

Jeg røg lynhurtigt i kræftpakke og fik foretaget mammografi og ultralyd på et privathospital, fordi Herlev ikke havde tid inden for fristen. Røntgenlægen snakkede nonstop, da han lavede ultralyden på mig. Han scannede det ene bryst og snakkede, og så det andet. Snakke snakke. Men med ét blev han stille. Da han havde fattet sig, sagde han, at der skulle tages en biopsi. Jeg spurgte, hvad det var. Han ville først ikke svare, men da jeg insisterede, sagde han: ‘Jeg kan ikke sige det 100 procent, men Sarah, jeg tror, at du skal forberede dig på, at du har brystkræft.’

Jeg kan huske, hvordan jeg rejste mig og gik chokeret ud i venteværelset. Jeg brød totalt sammen og lagde mig hulkende på gulvet midt iblandt en masse patienter, der ventede på alle mulige ikke nødvendigvis kræftrelaterede undersøgelser. En sygeplejerske hev mig med ud i tekøkkenet. Hun talte mig til ro, og tilfældet ville, at hun selv havde haft brystkræft. Det beroligede mig. For der stod hun, i live, på arbejde og glad.

Det her skete en fredag eftermiddag, så vi aflyste alt, hvad vi havde planlagt den

**DU KAN BOOKE
ET FOREDRAG
MED SARAH WALTHER
ØYRABØ – OM AT VÆRE
UNG OG KRÆFTSYG,
RÅT FOR USØDET.**

Kontakt hende på swo@oono.dk

‘Vi bliver siddende, til du siger ja. Så det er op til dig, hvor længe det skal tage,’ sagde min veninde så. Og sådan fik jeg en Pet CT.

weekend og var bare sammen os tre. Min mand Christian var i chok, ligesom jeg, og fortalte det kun til ganske få. Og så ventede jeg. Om mandagen, efter den længste weekend nogensinde, lå der endelig en besked i e-boks. Men det var en indkaldelse til svar ugen efter, og jeg gik i panik og ringede til hospitalet og bad om at komme på afbudsliste. Sekretæren svarede, at det altså var meget usandsynligt, at der skulle komme et afbud, men jeg insisterede. Og torsdag kom der et afbud.

HER2-POSITIV

Udover Christian havde jeg allieret mig med min bedste veninde, som er sygeplejerske, og vi havde talt alt igennem om, hvad vi skulle gøre rent praktisk, hvis det var kræft. Jeg er udlært kok og havde lavet mad på Børneonkologisk afdeling på Rigshospitalet og havde i baghovedet, hvad forældrene på børneonkologisk havde sagt igen og igen: ‘Hvis du kommer ud for noget som mit barn, kræver en Pet CT-scanning!’

Det blev torsdag, og det var tid til svar. Jeg havde forberedt mig på at jeg ville få kræftdiagnosen. Men da jeg fik svaret, fattede jeg alligevel ingenting. Jeg var ung, jeg var sund, jeg følte mig ikke syg, og nu havde jeg en HER2-diagnose. Det var stadie tre, og knuden var hurtigvoksende, så min behandling lød: Fem måneder med kemoterapi, 25 strålebehandlinger og yderligere otte booststrålinger direkte på knuden. Dertil skulle jeg også have et år med Herceptin-behandling, en brystbevarende operation samt at få opereret min ene æggestok ud og frosset ned til senere brug.

Jeg svarede bare, at vi måtte gøre, hvad der skulle gøres. Men at jeg også ville have en Pet CT-scanning.

Lægen kiggede forbløffet på mig og svarede, at det brugte de ikke. Christian gentog det og blev afvist.

‘Det kan godt være, men vi bliver siddende, til du siger ja. Så det er op til dig, hvor længe det skal tage,’ sagde min veninde så. Og sådan fik jeg en Pet CT.

Man skal være meget stærk for at få sin vilje igennem, men min insisteren og helt utrolige stædighed, og dét, at jeg nok ikke er fuldstændig autoritetstro, har været definerende for mit forløb og min behandling. Så hvis man overhovedet orker det, vil jeg altid opfordre til, at man kræver sin ret med de her ting. Des bedre du bliver undersøgt, des bedre er dine chancer for at overleve. Længere er den ikke.

Det var det værste at fortælle mine nærmeste, at jeg var syg. Der var ikke kræft i familien, så det var bare sort uheld. Men lægen sagde, at selvom HER2 var aggressiv, ville jeg ikke dø af det her.

Jeg inviterede 20 veninder til kronragningsfest, hvor vi spiste pizza og drak bobler.

KRONRAGNINGSFEST

Selvom jeg havde foretrukket, at de fjernede begge bryster, fjernede de i stedet alle lymfeknuderne under højre arm og

Jeg var så sur på mine bryster. Jeg ville bare have dem væk og valgte ikke at få proteser.

lavede en brystbevarende operation på mig. Min kemoterapi fik jeg udskudt til slutningen af december fremfor midt i julen, så vi kunne hygge os lidt. Jeg havde ikke lyst til at opleve mit lange lyse hår falde af i totter, så jeg inviterede 20 veninder til kronragningsfest, hvor vi spiste pizza og drak bobler. Jeg ville gerne donere mit lange hår, så min frisør kom også til festen og klippede det af, så det blev bevaret. Nu var jeg klar. Som en anden G.I. Jane. For første gang følte jeg, at jeg kunne kontrollere noget af alt det her. Det var en vidunderlig aften. Rørende og sjov og vigtig. Herefter valgte jeg bare at være skaldet. Hvem narrede jeg anyway, man kunne jo godt se det, og gloede folk, ja, så måtte de glo. Det var egentlig ret befriende.

KEMO

Den røde og meget giftige kemo jeg fik de første tre gange, slog mig fuldkom-

men ud i de første fire dage hver gang. Jeg kan stadig ikke drikke noget, der har den farve. Jeg fik også Herceptin fra starten og tog ellers imod, hvad lægerne gav mig. Det handlede bare om at blive rask. Efterfølgende blev stråler et hverdagsjob. Fordi jeg skulle have 33 omgange, tog det hårdt på mig, og huden begyndte at falde af, men de søde sygeplejersker smurte mig med cremer, som gjorde det hele lidt bedre.

I sommeren 2017 var jeg færdigbehandlet. Og på nær den detalje at jeg præsterede i at skvatte i Sommerland Sjælland og brække mit knæ meget uheldigt fire dage efter, hvilket længe gjorde mig pænt handicappet, gik det egentlig meget godt. Jeg sagde op i Dansk Iværksætter Forening og blev i stedet en del af min mands hurtigvoksende start-up, som han formåede at bygge op, mens jeg var syg, og som vi stadig har i dag.

TILBAGEFALD

Men i 2018 mærkede jeg noget igen. Vi skulle på vej på ferie til Færøerne, hvor mine bedsteforældre er fra og jeg sagde ikke noget til nogen udover Christian, der gik i totalt benægtelses-mode. Inderst inde vidste jeg godt, at den var gal, og det ville den kontrol, jeg skulle til lige efter ferien, nok også vise.

Jeg havde desværre ret, og det gik lynhurtigt med at komme ind i møllen igen. Jeg skulle have en anden slags kemoterapi, for det var præcis de samme kræftceller én gang til. Denne gang ville de også fjerne begge bryster, hvilket jeg var lettet over. Jeg var så sur på mine bryster. Jeg ville bare have dem væk og valgte ikke at få proteser. Jeg var stolt af mine ar, og jeg gik gerne nedringet som før.

Men kemoen var for voldsom. Jeg kunne ikke tåle den og blev indlagt. Jeg lignede

døden. Jeg kunne ikke tygge mad, så ondt gjorde det. Jeg havde ondt fra kæben og ned til knæene. Så de skruede kemoen ned til 75 procent, og jeg blev tilknyttet smertelindrende sygepleje. Jeg skulle efterfølgende spise 33 piller hver dag i tre dage efter kemo, for at jeg kunne holde det ud. Men det virkede, og jeg havde mindre ondt efterfølgende. Jeg fik også lagt en port, fordi jeg var blevet så svær at stikke i. Det gjorde alting nemmere.

Jeg reagerede anderledes denne gang. Og ikke kun på behandlingen. Christian kronragede mig, mens jeg drak champagne. Denne gang fik jeg fornemmelsen af, at jeg kunne risikere at dø af det her. Det var som om, at kræften ville bo i mig. Christian havde fortsat svært ved at forstå det. Hvad fanden foregår der, var hans reaktion. Og ja, hvad fanden foregik der?

Jeg var bange, og en aften skrev jeg alt, hvad jeg godt kunne tænke mig til min begravelse, ned på min telefon. Jeg lagde noter i smykkerne, jeg planlagde, jeg fiktede alt det, jeg kunne kontrollere, og tænkte over, hvor syret det var at gøre i en alder af 33 år. Christian ville slet ikke høre på det. Men jeg havde brug for det, for hvis jeg nu mistede kontrollen helt om en uge, ville jeg som minimum selv bestemme, hvordan jeg skulle herfra.

EN NY START

Jeg startede hos en psykolog, som hjalp mig med at samle tankerne. Christian lige så. Vi gik til hver vores psykolog, for vi havde hver vores at kæmpe med. Men det var godt nok en nedtur af en omgang. Vi er dog helt klart blevet stærkere sammen

igennem al denne her sygdom. Det har virkelig styrket os. Jeg begyndte også at gå på et træningshold med andre kræfttramte kvinder, og det var virkelig godt for mig. Vi ses stadig, hvilket jeg værdsætter.

Seks omgange af den stærke kemo og herceptin gjorde tricket, så den 25. september 2019 blev jeg erklæret rask. I november 2019 gik "projekt meloner" i gang. Jeg ville igen have bryster, og de blev lavet af hud fra min mave med en såkaldt dobbelt DIEP-lap operation, der tog 14 timer. Men det er blevet så godt. Jeg får også sat mine æg retur i min tilbageværende æggestok for at udskyde overgangsalderen.

Jeg har lært meget af at få brystkræft i så tidlig en alder. Blandt andet, hvad jeg vil have ud af mit liv. For tiden er u håndgribelig. Du kan købe alt andet end mere tid, og jeg ved jo godt, at hvis det her kommer tilbage igen, vil det være grimt, selvom jeg kæmper solen sort. Nu er jeg 36 år og sygdomsfri, og min datter er otte år, og jeg er lykkeligt gift, så jeg vil fokusere på det, der betyder noget. Jeg har ingen plads til drama. Jeg har nok allerede lært det, som mange først lærer, når de bliver gamle. Det er jeg taknemmelig for, for jeg ved nu, at vi ikke er udødelige, om end jeg nok, som andre unge, troede det, dengang jeg blev syg. Men der er ikke engang en garanti for, at jeg når at blive pensionist. Det er der jo faktisk ikke for nogen af os. Så jeg gør det, livet handler om.

**YOLO blev mit motto.
You only live once.**

Husk det og lev hver dag.

SARAHS MANGE BEHANDLINGER

- PET-CT scanninger
- MR scanninger
- CT scanninger
- Røntgen
- Mammografier
- 4 ultralyd af bryst/lymfer
- 10 ultralyd af hjerte
- Uoverskueligt mange blodprøver.
- Uoverskueligt mange lægesamtaler
- Kontroller ifm. operationer
- Fjernelse af knude og alle lymfer under højre arm. Herlev.
- Fjernelse af den ene æggestok. Fryses ned. Rigshospitalet.
- 25 fysioterapeuttimer
- 10 tømninger af væske fra bryst/armhule
- Gentest
- 6 immunbooster indsprøjtninger i maven
- 18 kemobehandlinger
- 33 strålebehandlinger
- 34 Herceptin-behandlinger
- Port indopereret.
- Brysterne fjernet
- Nye bryster laves af maven.
- Fedt flyttes fra lår til regulering af bryster, brystkasse og kavalergang. Porten fjernes.
- Får sat mine æg ind i tilbageværende æggestok
- Fedtflytning igen fra lår og op omkring bryster og brystkasse
- Brystvorter.
- Tattoo af brystvorter
- 20 skylning af port
- 800 piller
- 14 dage med indlæggelser (udover operationer)
- 6 scanninger af tilbageværende æggestok
- 8 narkoser
- 2 lokalbedøvelser