{SCAPIS: Viktigt steg mot visionen}

Nr 1 2022

Forskning FÖR hälsa



60 miljarder kostar hjärtsjukdomarna varje år

Räddaren i nöden

SID 10

COVID-19:

Pandemin försvårar arbetet för hjärt- och lungforskarna

SID 4

ANSLAG:

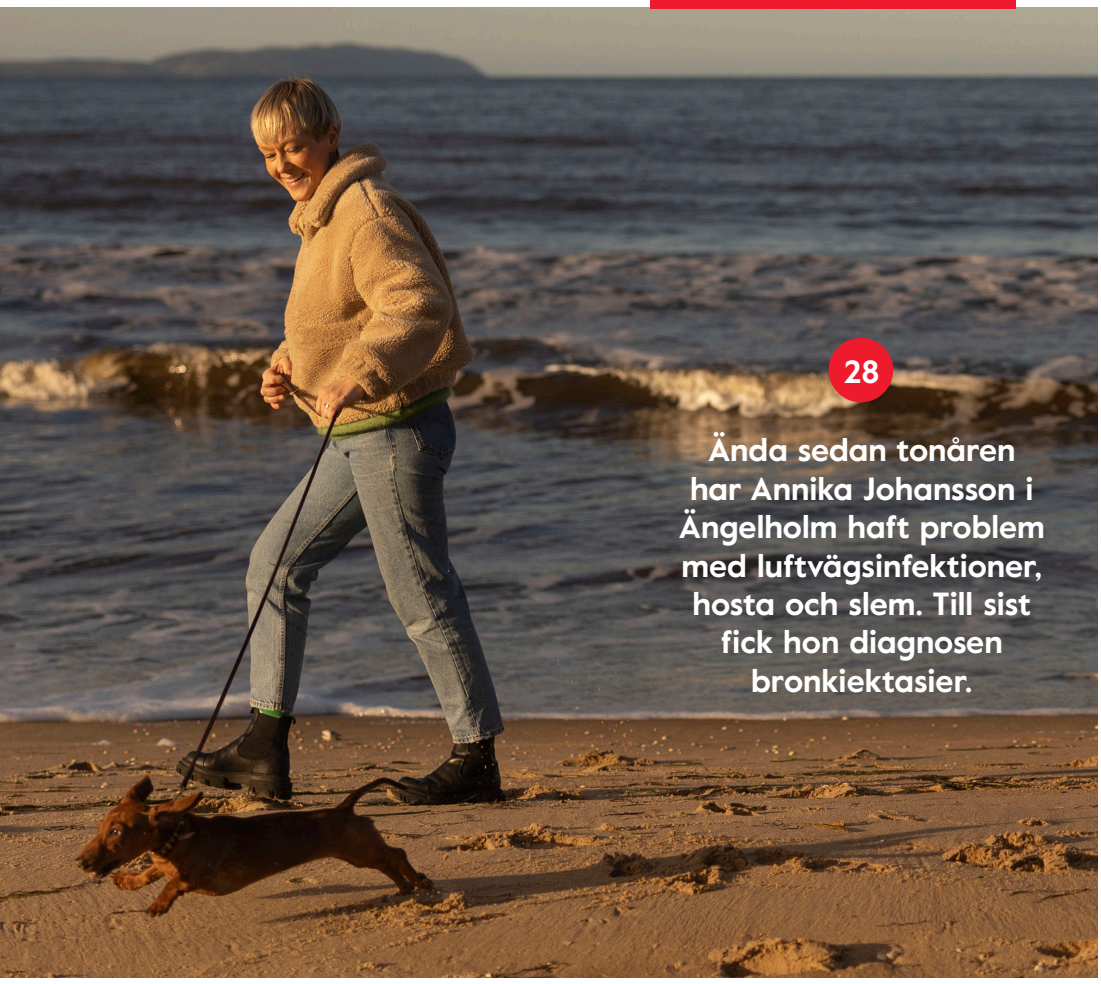
333 miljoner delades ut till forskningen under fjolåret

SID 24

Hjärt-Lungfonden

INNEHÅLL

Nr 1 2022



28

Ända sedan tonåren har Annika Johansson i Ängelholm haft problem med luftvägsinfektioner, hosta och slem. Till sist fick hon diagnosen bronkiektasier.

Nu finns Forskning för hälsa som blädderbar e-tidning och mobil-app! Alla utgåvor finns samlade i ett tidningsarkiv.

22





16

Möt professor John Pernow, ny ordförande i Hjärt-Lungfondens forskningsråd.

AKTUELLT 4

Nytt och nyttigt om forskning och annat från Hjärt-Lungfonden.

MIN HISTORIA 10

Sjuksköterskan Johan blev Ronnys räddare i nöden.

LIVSVIKTIG KUNSKAP 18

HLR vid plötsligt hjärtstopp – så gör du!

KORSORDET 20

Lös korsordet och vinn en prisbelönt kokbok!

FRÅGA FORSKAREN 21

Lynn Butler forskar om viktiga proteiner i blodkärlens endotel.

ANSLAG 24

Hela 333 miljoner delades ut till forskningen 2021.

FÖRETAGSSAMARBETE 27

Lloyds Apotek är fondens nya kampanjpartner.

FORSKNING 31

Pia Ghosh är första doktoranden i Sverige inom bronkoektasier.

EGEN INSAMLING 34

Bandyklubben Villa Lidköping samlar pengar till forskningen.

TRE FRÅGOR 36

Möt lungforskaren Erik Melén.

Stort tack för alla gåvor 2021!



ORDET PANDEMITRÖTTHET fångar min känsla för stunden. I skrivande stund fortsätter covid-19, nu i form av omikron-varianten, att spridas i samhället med oförminskad styrka. Jag tror att jag talar för många av oss när jag säger att jag börjar bli ganska less.

Samhället är kanske inte lamslaget men påverkat i grunden. Många av oss har blivit sjuka, haft anhöriga som drabbats hårt eller som rentav gått bort. Vissa har drabbats av kvardröjande symtom, postcovid. Nu har många av oss tack och lov fått en tredje vaccindos och andra står på tur.

Hjärt-Lungfonden grundades 1904 och hette då Svenska Nationalföreningen mot tuberkulos. Det är lätt att se paralleller mellan den tiden med dagens läge. Nu som då har vi påmints om vikten av att tvätta händerna, hålla avstånd till varandra och vaccinera oss när möjlighet ges.

Och nu som då är det tålmodighet och uthållighet som gäller. Det gäller även forskningen om covid-19 och andra sjukdomar – nya genombrott kommer inte över en natt. Därför är det viktigt att forskarna får ett kontinuerligt och starkt finansiellt stöd.

Jag vill också passa på att välkomna vår nya ordförande i forskningsrådet, professor John Pernow, som du möter i intervjun på sidan 16. Och läs gärna om vår fantastiska anslagsutdelning under fjolåret på sidan 24 – vi delade ut hela 333 miljoner till forskningen 2021.

Stort tack för att du deltar i kampen mot hjärt- och lungsjukdomarna!

Kristina Sparreljung

Kristina Sparreljung
Generalsekreterare, Hjärt-Lungfonden

Forskning för hälsa
ges ut av Hjärt-Lungfonden

Adress: Stora Nygatan 27, Box 2167, 103 14 Stockholm
Telefon: 08-566 24 200
E-post: tidningsredaktionen@hjart-lungfonden.se
Hemsida: www.hjart-lungfonden.se
Org nr: 802006-0763
Issn: 1653-9753

Ansvarig utgivare: Kristina Sparreljung
Chefredaktör: Nils Bergeå
Produktion: Hjärt-Lungfonden
Skribenter: Nils Bergeå, Malin Byström-Sjödin, Karin Strand, Johanna Lejon och Kristofer Kebbon.
Art Director: Pia Albinsson
Omslagsfoto: Andreas Olsson
Tryck: Åtta.45 Tryckeri AB

90 KONTO SVENSK INSAMLINGS KONTROLL

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

ClimateCalc
Denna trycksak är koldioxidkompenserad i enlighet med ClimateCalc.
Kompensationen är köpt hos: South Pole
www.climatecalc.eu CC-000093/SE

Insamlingskonton
Pg 90 91 92-7
Bg 909-1927

Swish: 90 91 92 7

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

Hjärt-Lungfonden

TEXT **NILS BERGEÅ**

Anmäl dig till medlemsmötet!

Hjärt-Lungfonden är en ideell förening med omkring 1 600 medlemmar. Vid det årliga medlemsmötet utser medlemmarna organisationens 50 huvudmän, som i sin tur utser Hjärt-Lungfondens styrelse.

Hjärt-Lungfondens medlemsmöte kommer i år att genomföras den 8 juni kl 16-17 på Hjärt-Lungfondens kansli, Stora Nygatan 27, Stockholm. Mötet kommer även att kunna följas digitalt. Anmälan görs senast den 24 maj till Margareta Öberg via e-post margareta.oberg@hjart-lungfonden.se eller telefon 08-566 24 201. Välkommen!

10,5 procent

som drabbades av plötsligt hjärtstopp i Sverige 2020 levde 30 dagar efter händelsen. Forskningens mål är att fler ska överleva!

Missa inte vår blodtrycksskola!

Du får bland annat forskningsbaserade råd via e-post från Hjärt-Lungfondens dietist.

Anmäl dig på hjart-lungfonden.se/halsa/hjart-lungskolan/blodtryck



Pandemin slår mot forskningen

Covid-19-pandemin har kraftigt försvårat arbetet för Sveriges hjärt- och lungforskare. Det visar en enkätundersökning från Hjärt-Lungfonden.

ENKÄTEN, SOM GICK ut till alla forskare som har pågående anslag från Hjärt-Lungfonden under fjolåret, har kartlagt hur covid-pandemin påverkat forskningens villkor och förutsättningar. Svaren vittnar om att pandemin satt djupa avtryck i verksamheten.

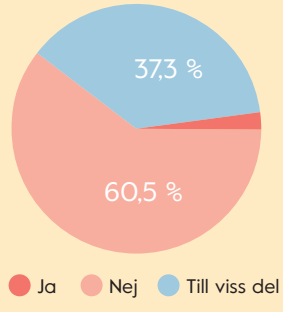
Av de 334 forskare som fick enkäten svarade 177, vilket innebär en svarsfrekvens på 53 procent. Hela 96 procent av de som svarade angav att pandemin påverkat forskningen på något sätt.

Svårighet att rekrytera patienter, att forskningspersonal tvingats arbeta i sjukvården samt att hemarbete gör det svårt att driva forskningen framåt var de vanligaste angivna förklaringarna.

– Enkäten visar väldigt klart att pandemin har påverkat forskningen inom hjärt-, kärl- och lungsjukdomar. Särskilt tydligt är att forskning och resultat försenats på grund av pandemin. Det är kopplat till en lång rad faktorer. Förutom ökade krav på klinisk tjänstgöring, hemarbete och svårigheter att rekrytera till studier handlar det om uteblivna eller försenade leveranser av material, förlängda svarstider från register och etikkommittéer och mycket annat. Svårigheterna illustrerar vikten av att vi ger forskningen ett fortsatt starkt stöd i en utmanande tid, säger Mira Ernkvist, forskningschef på Hjärt-Lungfonden.

Hela 39 procent av forskarna angav att pandemin fått dem att helt eller delvis ändra inriktning på sin forskning.

Fråga: Har du valt att byta inriktning på din forskning till covid-19-relaterad forskning under pandemin?



Vanligt vatten utvärderas som förebyggande behandling

Forskning med stöd av Hjärt-Lungfonden har funnit att en markörprotein i blodet ökar risken att utveckla hjärtsvikt. Forskarnas hypotes är att ökat vattenintag kan minska risken att drabbas för personer med förhöjda nivåer av proteinet.

Cirka 250 000 personer i Sverige lider av hjärtsvikt. Sjukdomen uppkommer ofta som en följd av andra hjärtsjukdomar som hjärtinfarkt eller klaffsjukdom.

Nu visar en forskningsstudie med stöd av Hjärt-Lungfonden på ett signifikant samband mellan höga nivåer av ett specifikt protein i blodet och senare utveckling av hjärtsvikt hos personer i övre medelåldern.

– Våra fynd kan öka möjligheterna till att sätta in förebyggande behandlingar i ett tidigare skede hos personer som riskerar att utveckla hjärtsvikt, säger Sofia Enhörning, läkare och docent vid Lunds universitet och en av forskarna bakom studien.

Men förutom att konventionell behandling kan sättas in tidigare hoppas forskarna på nya behandlingsmöjligheter – av ett enklare slag. Det har nämligen visat sig att nivåerna av proteinet i blodet enkelt kan sänkas genom att man dricker vanligt vatten. Forskarna har därför hypotesen att ökat vattenintag ska kunna minska risken för utveckling av hjärt-kärlsjukdom.

De har därför startat en annan studie som ska utvärdera om en och en halv liter ökat vattenintag per dag i ett års tid, hos individer som vanligtvis har lågt vattenintag, kan ha en positiv inverkan på risken för hjärt-kärlsjukdom.



Fonden arrangerade stort läkarmöte

Tack vare Hjärt-Lungfonden lever ett stort årligt utbildningsmöte om hjärt- och kärlsjukdom för landets läkare vidare.

Under två dagar i slutet av januari hölls den 20:e upplagan av den stora årliga konferensen ”Kardiovaskulär sjukdom i ett brett perspektiv”. Målgruppen är allmänläkare, kardiologer och andra specialister med intresse för hjärt-kärlsjukdom.

Efter att den tidigare arrangören, ett läkemedelsföretag, hoppat av gick Hjärt-Lungfonden i fjol för första gången in som huvudarrangör och säkrade därmed det uppskattade mötets fortlevnad. Precis som i fjol genomfördes mötet digitalt på grund av smittspridningen i samhället.

Nu finns tidningen som mobil-app

Från och med denna utgåva finns Forskning för hälsa som en användarvänlig, bläddrbar e-tidning – se sidorna 22-23.

Tidningen finns nu också i form av en app för smartphone. Ladda ned appen, som finns där appar finns, och läs det senaste numret eller äldre utgåvor direkt i mobilen!

TEXT **NILS BERGEÅ**

Under vintermånaderna blir vi ofta stillasittande. Men en stol kan användas till annat. Föreläsaren och inspiratören LEILA SÖDERHOLM, känd från TV4, ger några träningstips.

Använd stolen som träningsredskap!



Ligg på rygg med hälarna på stolen. Lyft rumpan tills kroppen är rak. Sänk kroppen och vänd upp igen innan du nuddar underlaget. Spänn till i rumpan när du når toppläget.



Sätt dig ner som på en stol med fötterna höftbrett och överkroppen rakt upp. Pressa dig upp igen till stående. Tänk dig att du har ett äpple på huvudet som inte får ramla av.



Stå brett isär med knän och tår pekande utåt. Ha överkroppen rakt upp och sätt dig rakt ner, pressa dina knän utåt. Tryck dig upp till stående igen. Låt överkropp och höft sjunka rakt ner.

Placera händerna bakom dig, sänk kroppen genom att böja armarna och låt armbågarna sträva bakåt. Vänd vid 90 graders vinkel i armbågsleden och pressa dig upp igen.



Hjärt-Lungfonden

SVENSK INSAMLINGSKONTROLL 90 KONTO

Hallå där...

...Annika Hallman Wennberg

i Viksta, Björklinge, som tillsammans med anhöriga, släkt och vänner bidragit med nästan 100 000 kronor till hjärt- och lungforskningen via minnesgåvor.

Stort tack för era gåvor! Kan du berätta om bakgrunden till de här fina gåvorna?

– Mamma kämpade med lungfibros i många år och dog på Alla hjärtans dag 2020. Hon var länge pigg i övrigt, men kämpade med andningen som försämrades successivt. De sista åren levde hon med syrgas dygnet runt. Lungfibros är en grym sjukdom där det finns få behandlingsmetoder.



– I somras gick min bror Johan bort efter ett plötsligt hjärtstopp under en joggingtur. Han träffade en bekant och segnade plötsligt ned när de stod och pratade. Trots intensiv hjärt-lungräddning och defibrillering med hjärtstartare gick hans liv inte att rädda. Han var 53 år.

Varför valde ni att uppmana till att ge minnesgåvor till Hjärt-Lungfonden?

– Mamma älskade blommor, men såg hellre att man skänkte pengar till ett gott ändamål än kostade på dyra blommor vid begravningar. Johan var av samma åsikt. Det är forskningen som kan ge oss nya behandlingar, så i vårt fall var det självklart att skänka pengar till Hjärt-Lungfonden. För att hedra mamma och Johans minne vill vi bidra med nya gåvor på deras födelsedagar framöver, säger Annika Hallman Wennberg.

Att ge en minnesgåva är ett fint sätt att hedra minnet av någon som stått dig nära. Minnesgåvan hjälper forskningen mot nya genombrott, och finns kvar och gör skillnad när blommor och kransar blommat ut. Läs mer på hjart-lungfonden.se/stod-oss/minnesgava.



Välkommen till vår testamentskola!

HJÄRT-LUNGFONDENS testamentskola, som finns tillgänglig på hjart-lungfonden.se i åtta delar, är en kostnadsfri resurs som lär ut hur man går tillväga för att upprätta ett testamente. Och beställ gärna vår testamentshandledning, även den kostnadsfri, via vår hemsida.

TACK ALLA FÖRETAGS-HJÄLTAR!

Vi vill rikta ett varmt tack till alla företag för ert stöd till livsviktig forskning under 2021. Nu kan vi fortsätta vår forskning med oförminskad kraft.

BESAB · RIDE FOR LIFE · Lesley Cosmetics AB Finland • Norway • Sweden AUTHORIZED DISTRIBUTOR OF MARY KAY · CHALLENGIZE CHALLENGE YOUR COLLEAGUES. ENERGIZE YOURSELF · if... · ViTri Medical · DAHL · tukan förlag · AIK FOTBOLL · Villa Lidköping BK 1934 Glädje Engagemang Framåtanda · akut hjälpen · SVENSKA TENNISFÖRBUNDET · prizma consulting · Handelsavdelningen BOHUS AB · Pareto Securities · OBERON FAMILY OFFICE · PARNASS JULKORTSFÖRLAGET · HSBC · sverek BEMANNING INOM VÅRD & OMSORG · PAN RENTAL TRADING · trawell sports & recreations · PHILIPS · LloydsApotek · SVENSKA POSTKOD LOTTERIET · sgbmedia · VINGMED

AB Alrik Hedlund · Bifa Visby AB · Björn och Inger Savéns Stiftelse · Bröderna Berner AB · BST Brandskyddsteamet AB · Bärgningsservice J A Malmquist AB · Cejn AB · Dellaqua foundation · DP Ekonomikonsult AB · Ellevio Ab (publ) · Euro Accident Livförsäkring AB · Familjen Janne Elgqvists Stiftelse · Fatfish AB · Formbound AB · Fresh Air Ventilation i Uppsala AB · Fyrkantens Ventilation AB · Förening Hjärtlung Arvidsjaur · Föreningen Övertorneå Hjärtlung · HealthCap VIIi Advisor AB · Hemavans Fjällflygklubb · Hemvärnets Hus i Hässleholm · Henrik Anderssons Byggnads AB · Hjärt-Lungföreningen i Västerdala · Hygiene Of Sweden AB · Johan & Jakob Söderberg Stiftelse · Jörgen och Vivan Ericsons Stiftelse · KA Olsson & Gems AB · Krone Trailer Sverige AB · Larix Förvaltning AB · Margareta & John Berlidens Stiftelse · Margareta Trägårdh stiftelse för vetenskaplig forskning · Margit Rydströms stiftelse · Märta Christina & Magnus Vahlquists Stiftelse · Novi-Express AB · Odd Fellow Logen 18 Ank Stiftelse · Olof Peterssons Stiftelse · Per Marbys Stiftelse För Kulturvård · Respons Arkitekter AB · RG Bergkonsult AB · Rögle Tröskeln AB · Sagaform AB · Steplock · Stiftelsen Anna och Edwin Bergers fond · Stiftelsen Bygg-Göta För Vetenskaplig Forskning · Stiftelsen Einar Johanssons Fond · Syskonen Inger och Sixten Norheds Stiftelse · Vera och Gunnar Sundmans Stiftelse · Vifor Pharma Nordiska AB

Tipsa oss!

Vad vill du läsa om i Forskning för Hälsa? Skicka dina tips till tidningsredaktionen@hjart-lungfonden.se



Kreativa konstnärer möttes i Bålsta

Den 25 november lämnade konstnären bakom 2021 års gåvokalender från Hjärt-Lungfonden, Lasse Åberg, 81, över stafettpinnen till årets dito Maxi Svensson, 16. Statyettutdelning, tal och signering skedde på Lasse Åbergs museum i Bålsta. Vill du ha kalendern, skänk en gåva på minst 300 kronor via konstnärens egen insamling på hjart-lungfonden.se/Egen-Insamling/insamling/gavokalendern-2022.

TEXT **NILS BERGEÅ**

Statistik om hjärta och lunga i ny rapport

Hjärt-Lungfonden lanserar i mitten av februari rapporten ”Hjärta och lunga i siffror 2022” med särskilt fokus på utvecklingen inom hjärtinfarkt och stroke.



Idén är att via aktuell statistik lyfta vidden av hjärt- och lungsjukdomarna och på så sätt illustrera forskningens betydelse.

Rapporten är tänkt att vara återkommande och varje gång vara inriktad på några specifika sjukdomsområden. Den första gången är fokus särskilt på hjärtinfarkt och stroke. Men här finns också övergripande statistik kring alla Hjärt-Lungfondens 11 särskilt prioriterade sjukdomsområden.

Allt färre dör idag av hjärtinfarkt och stroke – men mycket talar för att vi nu nått taket för vad som kan uppnås med dagens behandlingsmetoder. Och våra förändrade levnadsvanor med ökat stillasittande och övervikt gör att den positiva utvecklingen riskerar att vända.

– Våra levnadsvanor riskerar på lite längre sikt att bryta den positiva trenden för hjärt-kärlsjukdomar. Därför är det enormt viktigt att samhället satsar på att förebygga hjärt-kärlsjukdom, och att forskningen kan fortsätta med oförminskad styrka, säger John Pernow, ordförande i Hjärt-Lungfondens forskningsråd.

Jämfört med tidigare rapporter kommer den nya rapporten att vara tunnare, cirka 36 sidor. Från slutet av februari finns den att beställa och ladda ned på Hjärt-Lungfondens hemsida.

LloydsApotek

Tillsammans för ett friskare Sverige

Just nu får du som givare till Hjärt-Lungfonden **10% rabatt** på ett helt köp hos oss.

Gäller 1 februari–30 april 2022 på valfritt LloydsApotek mot uppvisande av denna kupong eller på lloydsapotek.se med koden **HLF1022**. Gäller ej receptbelagda läkemedel och går ej att kombinera med andra erbjudanden.

Glöm inte!
14 februari
Alla hjärtans dag!

Njut av en vintersallad!

Visst är det gott med sallad även på vintern? Med säsongens råvaror smakar salladen som bäst. Frossa i kål, citrus och rotfrukter!



Ingredienser:

2 gulbetor, skalade och grovrivna

2 polkabetor, skalade och tunt skivade

I stor klyfta rödkål, grovriven

100 g grönkål, riven i bitar, mittsträng borttagen

2 apelsiner, skalade och skivade

100 g fetaost, gärna mager

2 msk rostad, flagad mandel

I krm salt och nymald svartpeppar efter smak

Apelsinvinägrett

I apelsin, pressad saft

I dl mild olivolja

I tsk flytande honung

I msk fransk senap

I krm salt och nymald svartpeppar efter smak

Gör så här:

Vispa ihop vinägretten i en stor skål.

Tillsätt riven rödkål och grönkål i bitar och massera med rena händer så att kålsorterna blir mjuka och blanka av vinägretten.

Vänd i skivad polkabeta samt apelsinskivor.

Lägg upp salladen på ett fat, smula över fetaost och strö på flagad, rostad mandel. Salta och peppra.

Receptet är hämtat från faktabasen Sundkurs, som tagits fram av professor Mai-Lis Hellénius och andra experter vid Karolinska institutet. Fler recept hittar du på sundkurs.se.

Stöder forskning om covid-19

Den segdragna covid-pandemin fortsätter att påverka tillvaron för oss alla. Under 2020 och 2021 delade Hjärt-Lungfonden ut totalt nära 25 miljoner kronor i ett nyinstiftat anslag avsett för covid-19-forskning. Läs mer om de projekt som vi stöder i vår rapport ”Vår kraftsamling mot covid-19” som kan laddas ned från vår hemsida.

50,3 procent

av forskarna som besvarade en enkät från Hjärt-Lungfonden angav att finansieringen av deras forskning påverkats av pandemin.

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 58 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 320 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.

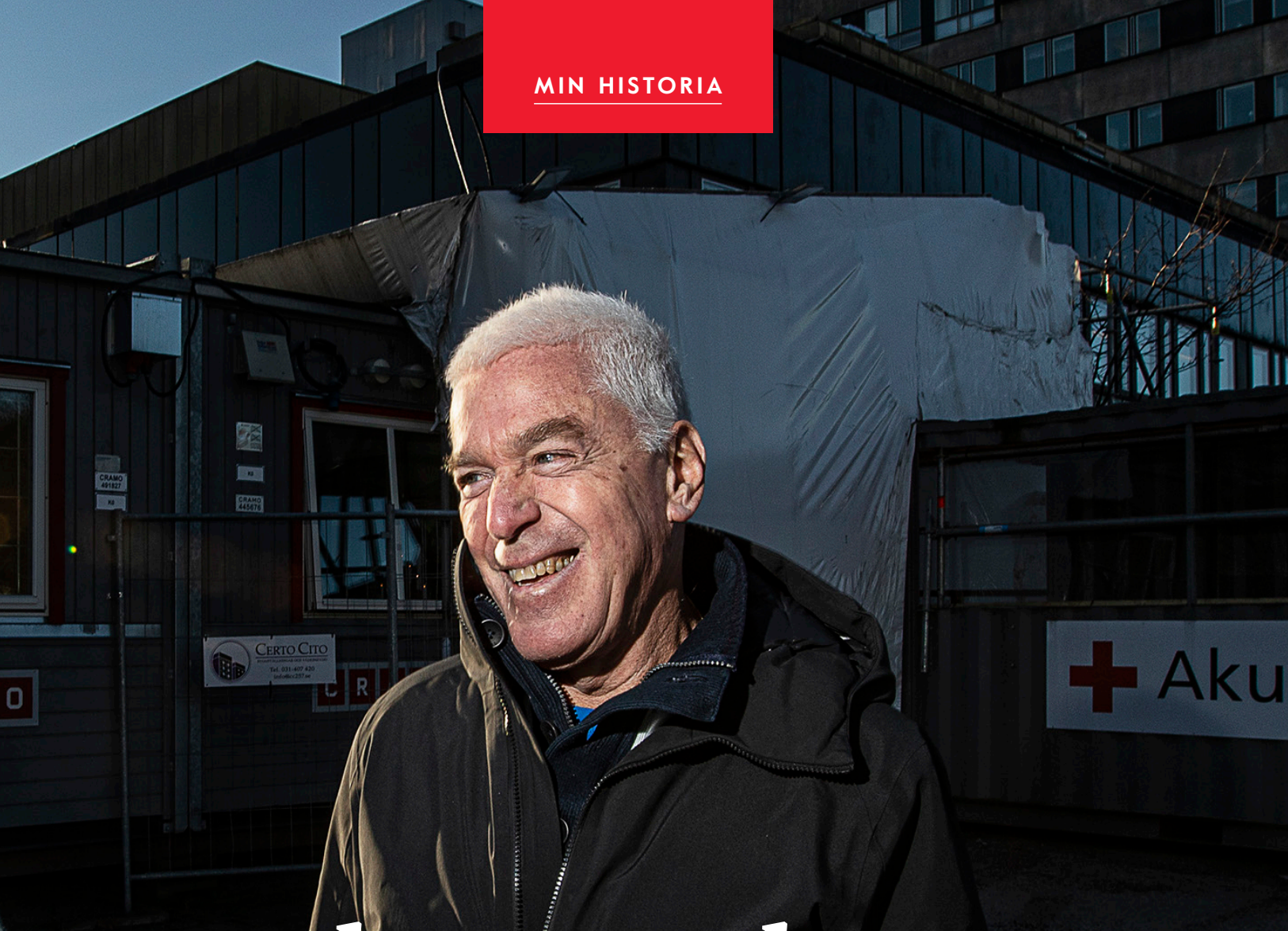


Köp lott eller läs mer på postkodlotteriet.se

SVENSKA POSTKOD LOTTERIET

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





Sköterskan räddade Ronny

För två år sedan drabbades RONNY FREY av en svår hjärtinfarkt. Under den mest kritiska fasen var det sjuksköterskan Johan som fanns vid hans sida.
– Tack vare honom lever jag, säger Ronny Frey.

TEXT **MALIN BYSTRÖM SJÖDIN** FOTO **ANDREAS OLSSON**

UTÅT SER RONNY Frey, 69 år, pigg och frisk ut. Men i bröstkorgen är det ett sargat hjärta som bultar. Den hjärtinfarkt som han fick strax innan julen 2019 har skadat hjärtat på många vis. Ronny har en bestående hjärtmuskelskada och svår kärlkramp, till och med i sittande läge. Men han lever också med en oro att det kan hända igen, en rädsla att det inte ska gå bra nästa gång. Med fru och sex barn och sex barnbarn vill han, som alla andra, leva.

– Min yngsta dotter Greta bor hemma. Hon har sett mig få ett hjärtstopp på intensiven. Det enda jag vill är att få leva och vara med länge till. Men jag är rädd. Jag har åkt in och ut på sjukhus lite för många gånger, säger han.

DEN DÄR DECEMBERDAGEN 2019 var Ronny som vanligt ute på promenad med hunden Fluffi när det plötsligt kändes konstigt i bröstet. Smärtan satt på vänster sida, som en ömmande punkt.

– Jag tog mig till vårdcentralen och de skickade mig vidare till sjukhuset i Varberg. Där stegrades mitt troponinvärde inom loppet av ett par timmar. Trots att det tyder på hjärtinfarkt menade läkarna att jag hade en propp i lungan och ansåg att jag skulle röntgas för det.

För att komma till röntgen var en transport genom sjukhusets kulvertar nödvändig. Det var sjuksköterskan Johan Jensen, 29, som skulle köra Ronny dit.

– Jag tänkte direkt att det här är inte en propp i lungan och jag förstod aldrig varför vi skulle slösa tid med att ta Ronny dit. Min värsta tanke var att han skulle drabbas av hjärtstopp på vägen dit, berättar Johan.

MED SINA DÅ fem års erfarenhet av akut hjärtsjukvård insåg Johan allvaret och tog ett beslut som gick emot läkarens. Han påskyndade en kranskärlsröntgen på labbet i Halmstad och ambulanstransport dit. På så vis fanns den på plats när Ronny kom från röntgen där hans hälsa snabbt hade förvärrats.

– Efteråt har jag förstått vilken enorm tur jag hade att det var just Johan som råkade jobba den natten. Utan hans initiativ hade jag kanske varit död.

JOHAN, SOM NU har slutat i Varberg och arbetar vid hjärtintensiven på Östra sjukhuset i Göteborg, är glad över att han stod på sig.

– Det är inte alltid lätt inom vården med alla beslut som ska tas. Men jag vet hur en hjärtinfarkt yttrar sig och jag är tacksam över att jag stod på mig, säger han.

Nu, två år senare, möts de båda för att Ronny vill säga tack.

– Jag är oändligt tacksam, säger Ronny och tittar på Johan.

”Det enda jag vill är att få leva och vara med länge till. Men jag är rädd. Jag har åkt in och ut på sjukhus lite för många gånger”

Personligt

Ronny Frey
Ålder: 69 år.
Bor: Kullavik.
Familj: Hustrun Christina med de gemensamma barnen Lisa och Greta, samt Patrik, Andreas, Henrik och Caroline från ett tidigare äktenskap.
Gör: Pensionär efter att ha drivit egen firma inom IT.

Johan Jensen
Ålder: 29 år.
Bor: Göteborg.
Familj: I Småland och Stockholm.
Gör: Sjuksköterska på hjärtintensiven vid Östra sjukhuset i Göteborg.

MIN HISTORIA





Ronny Frey och Johan Jensen träffades två år efter den dramatiska decembernatten på Varbergs sjukhus.

– Det är underbart att se dig sitta här och vara pigg. Det var du ju inte direkt förra gången vi sågs, minns Johan.

Under de sju år som Johan har jobbat inom hjärtsjukvården har många människor passerat. Självklart är det omöjligt att minnas alla men Ronny och hans natt i Varberg finns kvar.

– Han var väldigt dålig, med en pågående infarkt. Jag minns att jag var irriterad på dem som ville slösa tid på att dra ned honom på röntgen. Det trodde inte jag på, hans värden talade för infarkt. Ronny behövde komma i väg och öppna kärlen, säger Johan.

Och tack vare det beslutet sitter Ronny och Johan två år senare och fikar tillsammans.

– Under den där natten fick jag fyra hjärtstopp och läkarna hade svårt att sätta in stent i mina kärl. Kärlen var väldigt igentäppta. Någon propp i lungorna var det med andra ord inte. Jag har dessutom en permanent skada i hjärtat som aldrig kommer att läka och svår kärlkramp. Jag tror att en snabbare diagnostik hade hjälpt mig men jag har ändå forskningen att tacka för mycket.

TROTS ALLT DETTA menar Ronny att han mår bra. Sedan ett par år tillbaka är han pensionär efter ett minst sagt hektiskt och roligt arbetsliv som IT-konsult. Först som anställd men de sista åren som egen företagare.



Fakta om hjärtinfarkt

- 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, det vill säga de kärl som förser själva hjärtmuskeln med syrerikt blod. Blodet kan inte passera och den del av hjärtat som skulle ha tagit emot blodet drabbas av syrebrist.
- 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.
- År 2020 fick cirka 22 200 personer en akut hjärtinfarkt i Sverige och drygt 4 800 personer avled på grund av hjärtinfarkt. Männen stod 2020 för cirka 64 procent av alla fall av akut hjärtinfarkt.

KÄLLOR: HJÄRT-LUNGFONDEN OCH 1177

DINA GÅVOR gör denna forskning möjlig

– Under många år pendlade jag dagligen mellan Göteborg och Stockholm. Senare reste jag över hela världen. Ofta blev det både långa arbetsdagar och veckor. Men det var roligt, säger han.

Stress och oregelbundna tider var vardag. Motion och bra mat var ibland svårt att få till.

– Jag tror att min kropp och mitt hjärta har tagit lite stryk av allt flackande och stress, konstaterar han.

Men trots allt tycker Ronny att han idag mår bra, han tar vara på stunden och har börjat med sjukgymnastik.

– På årsdagen av min infarkt firar vi livet med tårta och god mat. Nu hoppas jag att jag ska bli så pass pigg att jag kan börja dansa igen. Det vore fantastiskt, säger han.

FÖR JOHAN BÖRJAR snart ytterligare ett nattpass på hjärtintensiven där nya hjärtan ska tas om hand. Att han blev just sjuksköterska i hjärtvården beror på en ingift faster som arbetar som pacemaker-sjuksköterska. Hennes berättelser från sin vardag inspirerade.

– Mitt jobb ger mig mycket glädje, varje dag. Även sorg kan jag hitta något meningsfullt. Jag finns till för mina patienter och jag är sjuksköterska för att hjälpa människor. Det känns fint, säger han och ler.

Mångsidig forskning om hjärtinfarkt

Hjärt-Lungfonden stöder en lång rad forskningsprojekt om hjärtinfarkt. Bara inom detta område finansierar Hjärt-Lungfonden 24 pågående forskningsprojekt i hela landet.

Ett exempel är hjärtäkaren Alexandru Schiopus lovande projekt i Malmö som syftar till att ta fram en ny läkemedelsbehandling. Läs mer om hans forskning i Forskning för Hälsa 4/20.

Hjärt-Lungfondens betydelse som samhällsaktör har vuxit på senare år. Det anser JOHN PERNOW, 61, som vid årsskiftet fattade ordförandeklubban i forskningsrådet. Forskning för hälsa bad honom berätta i vilken riktning han vill leda Hjärt-Lungfonden som forskningsfinansiär.

Brinner för de unga forskar-talangerna



DET VAR LÄNGE sedan sist. Men vid årsskiftet var det dags för vaktavlösning på ordförandeposten i Hjärt-Lungfondens forskningsråd.

Jan Nilsson lämnade över till John Pernow, överläkare och kardiologiprofessor vid Karolinska institutet. Han tar över vad han beskriver som ett väloljat maskineri.

– Forskningsrådet fungerar mycket bra på många sätt och Hjärt-Lungfondens betydelse som samhällsaktör har vuxit på senare år. Vi är idag en viktig spelare i Sverige i frågor om forskning och folkhälsa. Den här utvecklingen har varit imponerande att följa, säger John Pernow, som har lång erfarenhet av arbete som ledamot i forskningsrådet i bagaget.

Hur vill du utveckla forskningsrådets arbete?

– Mycket fungerar som sagt utmärkt, men jag tror att vi behöver bli bättre på att identifiera de unga, lovande forskare som ska bli nästa generations forskningsledare. De befinner sig i en svår del av livet där de förutom forskningen ofta ska få ihop sin specialistutbildning och dessutom bilda familj. Vi måste ge de här personerna kraftfullt stöd! Kanske kan särskilda postdoc-tjänster finansierade av Hjärt-Lungfonden vara en väg framåt.

– En annan hjärtefråga är att försöka intressera våra kliniska forskare för att studera sjukdomsmekanismer, och omvänt med de som bedriver preklinisk forskning. Vi måste få ihop de här världarna.

Berätta lite om din bakgrund.

– Jag är uppväxt i Stockholmstrakten och gick läkarutbildningen på Karolinska institutet. Jag disputerade på en preklinisk avhandling under studietiden men ville sedan bli kliniker, så jag sökte mig till kardiologkliniken på Karolinska och forskningen blev då mer klinisk inriktad. Mitt forskningsområde har alltid varit kranskärlssjukdom och hjärtinfarkt. Att förstå orsaker till sjukdom och finna nya behandlingar har alltid varit en stark drivkraft.

Personligt

John Pernow

Aktuell: Ny ordförande i Hjärt-Lungfondens forskningsråd.
Gör: I skrivande stund professor vid Karolinska institutet, överläkare, FoU-chef, avdelningschef och biträdande prefekt. Har varit ledamot i forskningsrådet 2005-10 och 2016-21.
Ålder: 61.
Bor: Stockholm, sommarhus i Båstad.
Familj: Fru och två utflugna barn.
Fritid: Lite tennis men desto mer golf, handicap 8,5.
Drivkraft: Frågeordet ”Varför?”. Det är otillfredställande att bara konstatera hur något är, jag vill alltid ta reda på varför.

Hur ser du på SCAPIS-studien, Hjärt-Lungfondens största enskilda forskningssatsning genom tiderna?

– Det är en unik, otroligt bra resurs för framtida forskning, som det nu gäller att vi använder för att besvara viktiga frågeställningar. Vi har redan sett att plack i kranskärlen är vanligt förekommande bland människor i en frisk, medelålders population och en viktig fråga, som jag faktiskt stött på i kliniken, är hur dessa symtomfria individer ska hanteras av vården.

Du är i skrivande stund professor vid Karolinska institutet, överläkare, FoU-chef, avdelningschef och biträdande prefekt. Det låter som ett överfullt bord. Hur ska du hinna med ännu ett tungt uppdrag?

– Jag kommer att sluta som biträdande prefekt och FoU-chef, främst för att undvika jäv men också för att frigöra tid till det nya uppdraget. Men jag vill fortsätta att leda min forskargrupp och även jobba kliniskt i viss utsträckning.

Berätta lite kort om din pågående forskning.

– I korthet vill vi bättre förstå utvecklingen av ateroskleros och hjärtinfarkt, i synnerhet hos personer med diabetes. Vi har sett att röda blodkroppar, via minskad aktivitet av molekylen kväveoxid, kan mediera kärlskador vid diabetes och förhoppningen är att ta fram behandling som skyddar mot dessa kärlskador, säger John Pernow.

TEXT **NILS BERGEÅ** FOTO **OLA HEDIN**

HLR vid plötsligt hjärt

Hjärt-lungräddning (HLR) ser till att blodet syresätts och cirkulationen upprätthålls i väntan på defibrillering med hjärtstartare.

HLR består av två moment – dels bröstkompressioner som ges med händerna och som hjälper det syresatta blodet att cirkulera i kroppen, dels mun mot mun-metoden där man blåser in luft i den medvetslöses lungor.

Instruktionerna här intill avser plötsligt hjärtstopp hos en vuxen person.

Ta gärna loss mittuppslaget och sätt upp det där det kan komma till användning!



1. Livstecken

- Är personen vid medvetande?
- Andas personen normalt?
- Ropa på hjälp.





2. Larma 112

- Larma 112 om personen andas onormalt eller inte andas alls.
- Aktivera mobilens högtalar-funktion.

NYHET: Undvik stabilt sidoläge

Europeiska rådet för hjärt-lungräddning, ERC, publicerade nya rekommendationer under 2021 som även svenska HLR-rådet följer. ERC valde att ta bort den tidigare rekommendationen om att individer som har återfått cirkulationen efter ett hjärtstopp, men fortsatt är medvetslösa, ska läggas i stabilt sidoläge. Orsaken är att det kan vara svårt att observera andningen och upptäcka om individen åter drabbas av hjärtstopp vid stabilt sidoläge. Förändringen återspeglas i grafiken på detta uppslag.

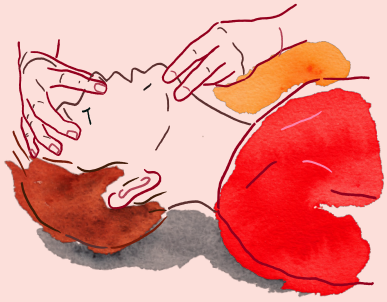
Ta lasr och spara!

stopp – så gör du!



3. Gör bröstkompressioner

- Placera båda händerna mitt på bröstkorgen.
- Tryck ner bröstkorgen minst 5 cm, men inte mer än 6 cm.
- Tryck 30 gånger.
- Håll en takt på 100-120 kompressioner per minut.
- Släpp upp bröstkorgen helt mellan kompressionerna.





4. Inblåsningar steg I

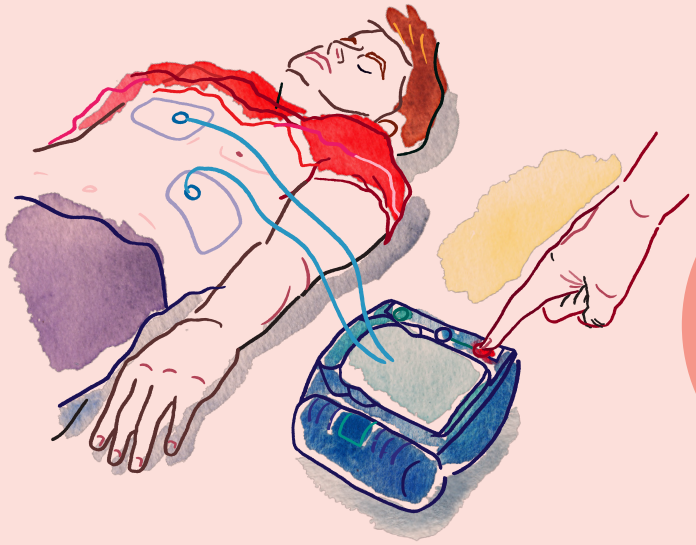
- Öppna luftvägarna genom att böja huvudet bakåt med en hand på pannan, knip om personens näsa och sätt två fingrar under hakan.

5. Inblåsningar steg II

- Ge två inblåsningar.
- Blås tills bröstkorgen höjer sig.
- Fortsätt varva 30 kompressioner med 2 inblåsningar tills du blir avlöst.

6. Hjärtstartare

- Använd hjärtstartare om sådan finns och följ dess instruktioner.
- Fortsätt med hjärt-lungräddning tills du får professionel hjälp eller personen börjar andas själv.
- Hitta närmaste hjärtstartare på hjärtstartarregistret.se



VILL DU VETA MER? Beställ gärna vårt faktablad om ”Plötsligt hjärtstopp” på hjart-lungfonden.se/om-oss

Det går även att ladda ner våra HLR-instruktioner som pdf-fil i utskriftsvänligt format. Besök hjart-lungfonden.se/om-oss/bestall-material (under rubriken Affischer).



Vinn kokboken *Leva livet!*

Vinn världens bästa kokbok!

Kokboken *Leva livet* av Maj-Lis Hellenius och Tommy Cederholm utsågs i fjol till bästa bok i världen i sin kategori i Gourmand World Cookbook Awards. Lös korsordet och skicka oss lösningen i de tonade rutorna **senast den 15 mars 2022,** så har du chansen att vinna boken.

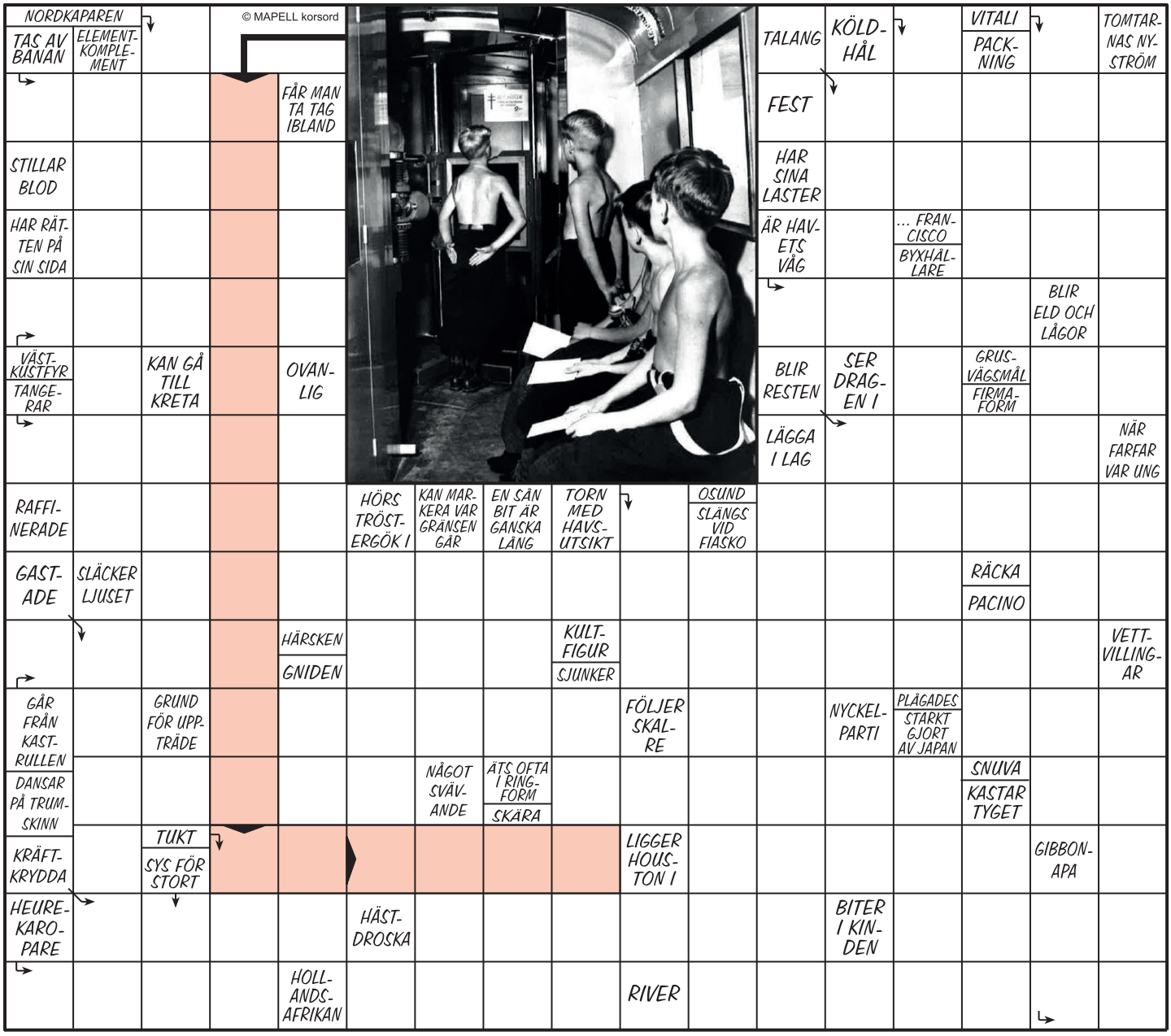
E-post: Mejla lösningen till korsord@hjart-lungfonden.se. Kom ihåg att ange namn och postadress.

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
”Bloduppsamling med precision”.

Vinnare: Eivor Johansson, Yxlan
Anna-Lisa Purra, Uppsala
Bengt Adolfsson, Arlöv
Bo Johansson, Halmstad
Bengt Hagaeus, Lindome
Ethel Sjöstedt, Skellefteå
K-G Johansson, Oskarshamn
Carlaxel Nilsson, Hässleholm
Jan Hellberg, Tullinge
Marianne Hedin, Kalmar

Priserna skickas ut under mars månad. Grattis!



En ny studie kan ses som ett viktigt steg i riktning mot SCAPIS-studiens vision: Ett enkelt blodprov som sammanfattar en persons risk för hjärtsjukdom.

ENDOTELET ÄR DET yttersta cellagret på insidan av våra blodkärl. Dessa celler har en viktig funktion för vår hjärt-kärlhälsa, de reglerar exempelvis kontrollen av blodtrycket och motverkar blodproppar. Men när endotelet utsätts för riskfaktorer som rökning, fetma och blodfettsrubbningar kan det förlora en del av sina funktioner, vilket i sin tur kan bidra till hjärt-kärlsjukdom.

I ett forskningsprojekt med stöd av Hjärt-Lungfonden har forskaren Lynn Butler och hennes kollegor vid Karolinska institutet mätt nivåerna av 216 endotelproteiner hos omkring tusen personer i medelåldern som ingick i SCAPIS-studiens pilotdel.

Det visade sig att 38 av proteinerna var associerade med kardiovaskulära riskfaktorer. En persons hjärt-kärlrisk, framräknad på konventionellt vis genom så kallad riskscore, var länkad till nivåerna av endotelproteinerna. Studien presenterades i december i den vetenskapliga tidskriften ATVB. Resultaten kan ses som ett första steg i utvecklingen av ett enkelt blodprov som kan ge en pålitlig, samlad bild av en persons hjärt-kärlhälsa och som skulle kunna användas för rutinmässig screening.



Lynn Butler tror att rutinmässig screening av personers hjärt-kärlhälsa via ett enkelt blodprov kan bli verklighet inom 5-10 år.

Hur långt borta är detta?

– Under det senaste decenniet har det skett en stark teknologisk utveckling som gjort det möjligt att upptäcka allt fler biomarkörer. Vi kan idag screena för tusentals proteiner i samma blodprov. Det är förstås svårt att förutsäga, men min känsla är att blodprov som kan användas i rutinmässig screening för personers hjärt-kärlhälsa kommer att implementeras inom 5-10 år, säger Lynn Butler.

Hur viktig är SCAPIS som resurs för den här forskningen, och specifikt för din studie?

– Antalet studiedeltagare, den stora mängden data och möjligheten att länka till sjukdomsdata i svenska kvalitetsregister gör SCAPIS till en studie som är helt unik i sitt slag. Den ger forskningen ett brett fält av möjligheter och är extremt användbar för studier av riskprediktion som vår studie.

Vad blir nästa steg i er forskning?

– Först ska vi verifiera fynden i ett större material med hjälp av ny teknologi som framöver kan implementeras i den befintliga infrastrukturen på sjukhusen. Vi har visat att våra biomarkörer speglar kardiovaskulär risk, men vi behöver också visa att de kan predicera framtida hjärt-kärlhändelser och ta reda på om de fungerar bättre än dagens riskbedömningsmodeller som risk-score. Vi är också intresserade av vilka funktioner som de här biomarkörerna har och undersöker detta i laboratoriet, säger Lynn Butler.

TEXT **NILS BERGEÅ** FOTO **PRIVAT**

Nu som e-tidning!



Nu finns Forskning för hälsa som e-tidning och app

Från och med denna utgåva finns Forskning för hälsa som en användarvänlig, blädderbar e-tidning. Du hittar den på *www.hjart-lungfonden.se/forskning-for-halsa/*

Här finns det senaste numret, ett komplett tidningsarkiv och så småningom fyller vi på med en hel del extramaterial. För dig som är synskadad går det också att få tidningen uppläst.



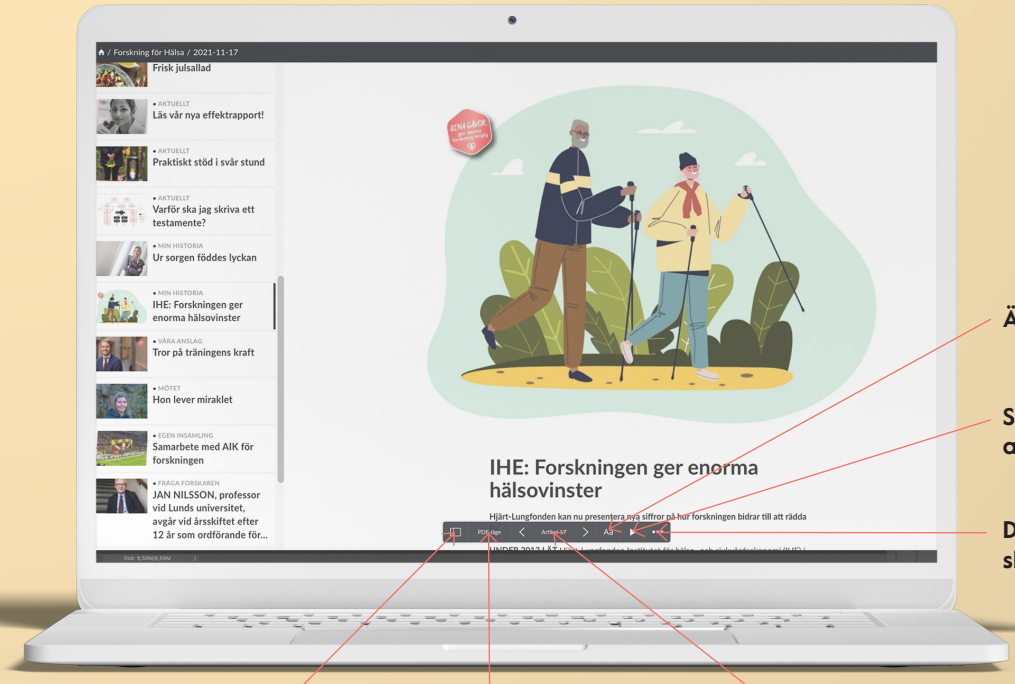
Forskning för hälsa finns nu också att läsa på din smartphone. Ladda ned vår app, som finns där appar finns, och läs det senaste numret eller äldre utgåvor direkt i mobilen!



Välj ”Artikelläge” och läs de artiklar du är intresserad av

Bläddra enkelt i tidningen

Förstora eller förminska sidorna på skärmen



Ändra textstorlek

Spela upp artiklarna

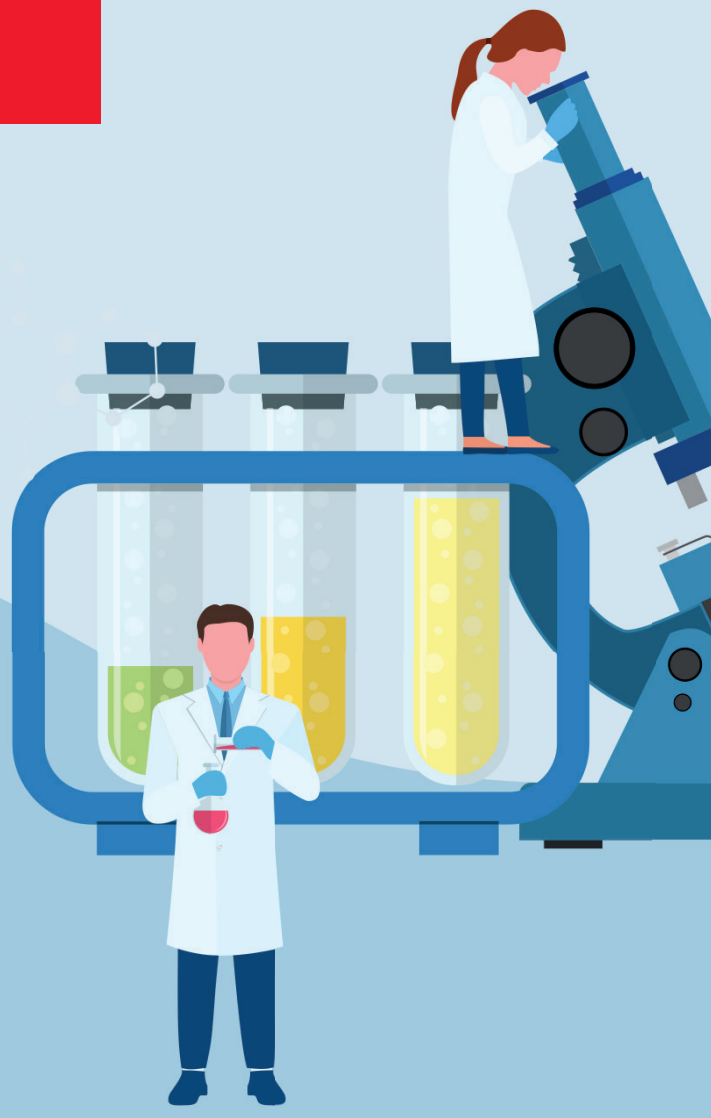
Dela eller skriv ut artikel

Visa artikellista

Gå tillbaka för att se hela tidningen

Bläddra till den förra eller nästkommande artikeln

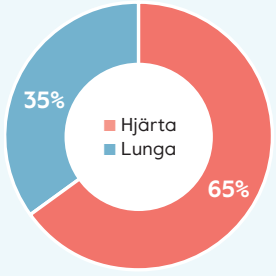
DINA GÅVOR gör denna forskning möjlig



Välkommet tillskott till forskningen

Trots ännu ett ansträngande pandemiår visade Hjärt-Lungfondens givare stor givmildhet under fjolåret. Totalt kunde fonden dela ut hela 333 miljoner kronor till forskningen 2021.





Fördelning av beviljade anslag i stora anslagsomgången 2021

Antalet ansökningar om medel från forskarsamhället var också fortsatt mycket stort. Inför den ordinarie, stora anslagsomgången i fjol inkom 454 ansökningar om projektbidrag, forskartjänst, forskarmånader och utlandsstipendium. Totalt söktes forskningsmedel för drygt 1,4 miljarder kronor i den stora anslagsomgången.

Projektbidragen är den volymmässigt klart dominerande anslagsformen. Anslagen fördelas som huvudregel till forskaren under tre år, där den lägsta summan som delas ut vanligen är 400 000 kronor per år och den högsta 1,9 miljoner kronor årligen.

Beviljningsgraden varierar något från år till år mellan lärosätena. Denna gång hade Göteborgs universitet klart högst beviljningsgrad för projektbidrag – 48 procent. Flest ansökningar, 47 stycken, beviljades dock från Karolinska institutet som har den största volymen av akademisk medicinsk forskning i Sverige.

I den stora anslagsomgången var 65 procent av de beviljade ansökningarna inriktade på hjärt-kärlforskning medan 35 procent avsåg lungforskning. Sett till forskningsområden beviljades flest projektanslag på hjärtsidan inom hjärtinfarkt, ateroskleros och hjärtsvikt, medan astma toppade på lungområdet.

Två forskare tilldelades under 2021 helt nya



Exempel på beviljade projekt



Betydelsen av bakterier och mikrobiotan i lungan vid cystisk fibros och efter lungtransplantation. Huvudansvarig: Lisa Påhlman.

Att leta efter det som inte syns. Precisionsmedicin för att identifiera karaktäristika och behandling för T2-låg astma hos vuxna. Huvudansvarig: Hannu Kankaanranta.

Randomiserad studie av långtidsanvändning av beta-blockerare vid liten hjärtinfarkt. Huvudansvarig: Thomas Jernberg.

Luftföroreningars påverkan på ungdomars hälsa. Huvudansvarig: Swapna Upadhay.

forskartjänster – lungforskaren Jenny Hallberg och hjärtforskaren Stephen Malin, båda vid Karolinska institutet. Ytterligare fem fick förlängningar av sina befintliga forskartjänster: Alexandru Schiopu, Craig Wheelock, Robin Hofmann, Peder Olofsson och Rebecka Hultgren.

Beviljningsgraden är alltjämt något högre för manliga forskare än för kvinnliga. Det gäller i synnerhet inom hjärtforskningen där 43 procent av ansökningarna från manliga sökanden beviljades 2021 jämfört med 32 procent för kvinnor. Inom lungforskningen var fördelningen jämnare med 45 procents beviljningsgrad för män och 40 för kvinnor.

En nyhet i bedömningsarbetet under fjolåret var att en utomstående observatör, Sanna Laine, medverkade vid bedömningsmötena. Hon hade uppdraget att hålla ett extra öga på att ansökningarna bedöms objektivt och att beviljningen av anslagen sker enligt riktlinjerna.

En viktig satsning under fjolåret vid sidan av den stora anslagsomgången var det extrainsatta anslaget till forskning om covid-19 kopplat till hjärt- och lungsjukdom. En del av anslagssumman öronmärktes 2021 till studier av långtidscovid med koppling till hjärta och/eller lungor. Efter ett omfattande bedömningsarbete av forskningsrådets experter beviljade styrelsen i april totalt 15,7 miljoner kronor till 30 utvalda covid-relaterade forskningsprojekt i hela landet.

Vid sidan av projekten som fått det särskilda covid-19-anslaget, beviljades 13 forskningsprojekt med koppling till covid totalt 17,5 miljoner kronor inom ramen för den ordinarie anslagsomgången.

Hjärt-Lungfondens allra största anslag, Stora forskningsanslaget och Prins Daniels anslag till särskilt lovande yngre forskare, gick 2021 till lungforskarna Gunilla Westergren Thorsson i Lund respektive André Nyberg i Umeå. Läs gärna om deras forskning i Forskning för hälsa nummer 3 respektive 4/21.

TEXT **NILS BERGEÅ**

Att få projektanslag – så går det till

April-maj: Forskarna ansöker om anslag
Sommaren: Hjärt-Lungfondens experter läser ansökningarna
September-oktober: De åtta bedömningsgrupperna träffas och diskuterar ansökningarna
November: Forskningsrådet enas om ett förslag till beslut
Slutet av november: Styrelsen beslutar om anslagsfördelningen

Läs om ett beviljat forskningsprojekt på nästa sida!



Vill rädda fler liv efter hjärtoperationer

Anders Jeppsson, professor i thoraxkirurgi i Göteborg, undersöker hur komplikationer vid hjärtkirurgi kan förebyggas och behandlas. Han är en av de forskare som nyligen fått ett stort projektanslag från Hjärt-Lungfonden.

SVENSK HJÄRTKIRURGI HÅLLER mycket hög klass, men cirka fem procent av de cirka 6 500 patienter som årligen genomgår operation drabbas ändå av allvarliga komplikationer. Det kan handla om blödningar, hjärtinfarkt eller stroke i samband med, eller efter, ingreppet. Många drabbas också av postoperativt förmaksflimmer, vilket verkar öka risken för att senare insjukna i hjärtsvikt eller stroke.

Anders Jeppssons forskningsprojekt är inriktat på att minska risken för dessa komplikationer och, i de fall de ändå uppkommer, finna det bästa sättet att behandla dem. Han beviljades nyligen ett anslag på 1,5 miljoner om året i tre år för ändamålet. Resultaten kan komma att användas direkt i behandlingen av patienter som genomgår hjärtkirurgi.

– Postoperativt förmaksflimmer är en olöst gåta. Vi vill bland annat ta reda på hur typen av operation påverkar risken för förmaksflimmer, ifall tidigt insättande av blodförtunnande medel är förknippat med minskad risk och ifall det finns en genetisk komponent som gör att vissa drabbas, säger Anders Jeppsson.

När det gäller blödning i samband med kirurgi vill Anders Jeppssons forskargrupp hitta sätt att identifiera vilka som riskerar att drabbas samt hur de bör behandlas. I ett delprojekt undersöker man vilket som är det bästa sättet att behandla barnpatienter med pågående blödning. De små patienterna lottas till en av två behandlingar och effekten utvärderas inom 30 minuter.



Anders Jeppsson

För att finna det optimala sättet att förhindra komplikationer efter bypasskirurgi har Anders Jeppsson startat en registerbaserad randomiserad kontrollerad studie där patienter i hela Norden lottas till att antingen få acetylsalicylsyra i låg dos, eller acetylsalicylsyra i kombination med ett mer potent blodproppsförebyggande medel.

– Det gäller att hitta balansen i medicineringen mellan ökad risk för blödning och ökad risk för hjärtinfarkt och stroke, säger Anders Jeppsson.

När det gäller eftervården vill han också undersöka hur behandling med blodfettssänkande, blodproppshämmande och kärlvidgande mediciner samt betablockad påverkar risken att avlida eller drabbas av allvarliga komplikationer för hjärtkirurgipatienter. En tidigare studie från forskargruppen gjord på bypasspatienter visar ett samband mellan god medicinering och minskad risk att avlida.

– Nu har vi gått vidare och tittat på hur det ser ut för de patienter som genomgår klaffkirurgi. Våra preliminära resultat tyder på ett liknande samband även för den här patientgruppen, vilket visar hur viktigt det är att inte de aktuella läkemedlen sätts ut, utan att behandlingen av patienterna fortsätter även lång tid efter operationen, säger Anders Jeppsson.

TEXT **KARIN STRAND**

– Vi hoppas att samarbetet bidrar med mer pengar till forskning men även till ett friskare och hälsosammare Sverige, säger ANNELIE SÖDERBERG, marknad- och PR-ansvarig på Lloyds Apotek.

Lloyds Apotek är ny samarbetspartner

SEDAN ÅRSSKIFTET HAR Lloyds Apotek, med 75 fysiska apotek runt om i landet samt komplett e-handel, ett samarbete med Hjärt-Lungfonden. Samarbetet innebär bland annat att apotekskedjan i omgångar driver insamlingskampanjer i sina apotek där kunder kan ”runda upp” en frivillig summa när de handlar. Överskottet går till Hjärt-Lungfonden.

Alla månadsgivare till Hjärt-Lungfonden får också, via en kupong (se sidan 8), tio procents rabatt på ett helt köp i fysiska apotek eller via Lloyds e-handel lloydsapotek.se.

– Vi vill ge något tillbaka till alla givare för den insats de gör, säger Annelie Söderberg.

– Hjärt-lungsjukdomar är tyvärr väldigt vanligt, och kan drabba någon som står oss väldigt nära. Vi kan alla bidra och vi på Lloyds Apotek vill också vara med och göra det. Samarbetet känns fantastiskt roligt och viktigt.



Anneli Söderberg

Att Hjärt-Lungfonden och Lloyds Apotek har en snarlik värdegrund var centralt när beslutet om samarbete togs.

– Vi vill båda bidra till bättre levnadsvanor, ett friskare och hälsosammare Sverige. Att Hjärt-Lungfonden bidrar till den viktiga forskningen på området var också avgörande.

En viktig del i apotekets verksamhet är att ge kunderna råd om hur de kan leva ett hälsosammare liv. Det kan handla om att erbjuda produkter som underlättar eller en möjlighet att mäta sitt blodtryck på plats på apoteket.

– För oss är hälsa grunden i allt vi gör, att vägleda, ge råd och inspirera kring hur man via levnadsvanor kan må bättre. Hjärt-Lungfondens arbete går hand i hand med detta. Därför känns samarbetet helt naturligt och självklart. Jag tror att vi blir starkare tillsammans och kan skapa något väldigt värdefullt.

Annelie Söderberg har egna erfarenheter av hjärtsjukdom. Hennes mormor gick bort i en hjärtrelaterad sjukdom endast 42 år gammal.

– Min mamma var bara 16 år när mormor dog. Vi har tyvärr hjärtsjukdomar i släkten vilket har lett till att jag tänker extra mycket på hur jag lever. Jag lägger stor vikt vid att motionera och försöka äta bra mat. Jag vill inte att någon ska behöva uppleva det min mamma har gått igenom. Hjärt-Lungfondens arbete är extremt viktigt, för alla men också för mig personligen, konstaterar Annelie Söderberg.

TEXT **MALIN BYSTRÖM SJÖDIN**



Kunder kan ”runda upp” en frivillig summa när de handlar. Överskottet går till Hjärt-Lungfonden.

Under hela tonårstiden upp till vuxen ålder har ANNIKA JOHANSSON, 42, dragits med svåra luftrörsinfektioner, hosta och slem. Till sist fick hon diagnosen bronkiektasier.

– Jag försöker tänka positivt men är ofta orolig för att mina lungor ska bli sämre, säger hon.

TEXT **MALIN BYSTRÖM SJÖDIN** FOTO **ANDREAS HILLERGREN**

Hosta och slem var ovanlig sjukdom

ANNIKA JOHANSSON hostar till och ber om ursäkt. I pandemitider med covid-19 ständigt i fokus är det svårt att vara drabbad av en lungsjukdom. Inte bara för att Annika tillhör en riskgrupp men också för att varje hostning gör att andra tror att hon är sjuk i något annat än bronkiektasier.

– Just nu är det en jobbig fas. För sex månader sedan fick jag en ny behandling i form av ett lågdosantibiotikum. Men nu verkar det inte fungera längre. Häromdagen började jag hosta grönt slem igen. Det verkar som att bakterier har tagit sig ned lungorna, berättar hon.

SJUKDOMEN BRONKIEKTASIER, SOM inte går att bota, innebär att delar av luftrören är förstorade och att det bildas utvidgningar i luftrören, ofta på flera ställen. Det bildas även mycket slem som kan vara svårt att hosta upp. Slemmet gör också att den som är drabbad lättare får bakterieinfektioner i luftrören och lungorna.

Det var under de sena tonåren som Annikas problem började. Då drabbades hon av många bihåleinflammationer som avlöste varandra.

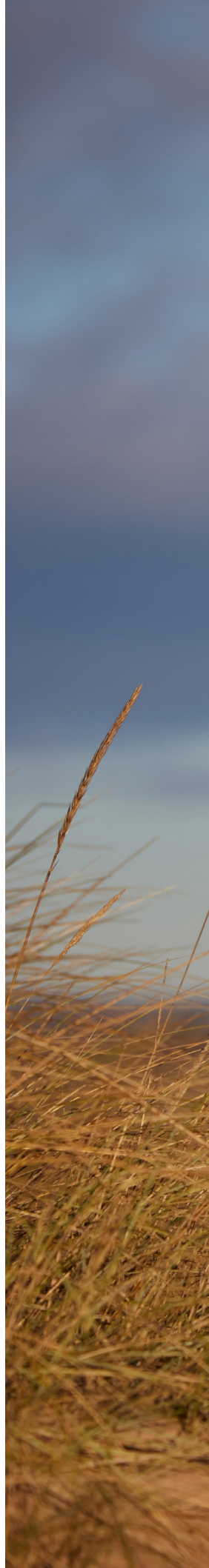
– Läkarna gav mig ofta antibiotika men det gjordes aldrig några riktiga bakterieodlingar. Det resulterade i att bakterierna letade sig ned i luftvägarna via slemhinnorna och skadade lungorna, berättar Annika.

ÅREN GICK, FLERA gånger varje år drabbades Annika av nya infektioner. Och med två små barn avlöste förkylningarna och virusinfektionerna varandra i hemmet och i Annikas luftvägar. När hon hunnit fylla 25 år och en infektion blev riktigt jobbig med mycket slemhosta tog hon sig ännu en gång till vårdcentralen. Men de ansåg att det var en förkylning. Nu började hon kriga för att få hjälp.

– Jag förstod ju att det var något mer än bara ”förkylningar”. Jag blev sämre och allt tröttare tills det en dag tog stopp, berättar hon.

Men trots en sämre hälsa, mycket tjat och otaliga läkarbesök skulle det dröja tio år innan Annika blev remitterad till en lungspecialist och fick sin diagnos.

– Då fick jag äntligen veta att jag hade en kronisk lungsjukdom. Tyvärr har åren som outredd och obehandlad skadat mina lungor helt i onödan. Det är tråkigt och jag hoppas att min historia kan hjälpa andra att få vård snabbare.







Annika Johansson tänkte ”förkylning” varje gång slemhostan kom och gick, men det visade sig vara sjukdomen bronkiektasier. Nu väntar hon på en lungoperation.

Bronkiektasier

- Bronkiektasier är en inflammatorisk sjukdom som innebär att delar av luftrören, bronkerna, är förstorade. Hosta, slembildning och återkommande luftvägsinfektioner är de vanligaste symtomen. Sjukdomen orsakas ofta av inflammatoriska processer som bryter ned bronkväggen. Ofta bildas en typ av utvidgningar i luftrören som liknar en säck eller en ficka.
- Sjukdomen är relativt ovanlig, men det saknas tillförlitliga siffror på hur utbredd den är i Sverige.
- Det finns i dagsläget ingen botande behandling. Patienterna får ofta återkommande behandling med antibiotika intravenöst.

KÄLLA: INTERNETMEDICIN.SE, 1177 VÅRDGUIDEN.

Personligt

Annika Johansson

Ålder: 42.
Bor: Ängelholm.
Familj: Maken Fredric, barnen Isabelle, 21, och Oliver, 17, samt dvärgtaxen Siri.
Gör: Jobbar som lärarassistent/elevassistent på en F-9 skola.

Orsaken till bronkiektasier är att vävnaden i eller mellan luftrören har skrumpnat. Sjukdomen kan vara medfödd eller som i Annikas fall utvecklas senare.

– Den behandling som finns är antibiotika i låga doser och motion. Träning gör att jag blir piggare och får lättare att hosta upp slemmet. Det går också att operera bort den del i lungan där problemet sitter, i mitt fall i mellanloben. Och det är det jag väntar på nu.

Annika jobbar som lärarassistent på en skola. Där så klart förkylningar och virus konstant är på tapeten.

– För mig är problemet att bakterierna kommer tillbaka hela tiden. Nu verkar inte ens antibiotika hjälpa. Har jag blivit resistent? Jag är väldigt rädd för att mina lungor ska bli sämre.

Familjen, vänner och en psykolog har hjälpt henne i vardagen för att orka.

– Jag är en sådan som lätt oroar mig och därför har samtalsstöd varit väldigt skönt att ha.

Annika har fått ta många smällar hälsomässigt och nu väntar ytterligare tunga saker runt hörnet. Tack vare att hon röntgade sina bihålor, vilket är rutin inför en eventuell operation av lungorna, gjorde läkarna ett tråkigt bifynd.

– De hittade en tumör i hjärnan. Jag väntar på besked om vad de kan göra åt den. Men den verkar godartad. Jag hoppas att jag får besked snart för jag vill ju också göra operationen av mellanloben i lungorna.

EXAKT HUR MÅNGA som drabbas av bronkiektasier är svårt att slå fast. Annika tror att mörkertalet är stort, hon var ju själv en som gick omkring och tänkte ”förkylning” varje gång slemhostan kom och gick.

– Det är därför jag vill berätta. Mitt råd till alla som går omkring med konstanta problem i luftvägarna, sök hjälp, säger hon.

Nu vill Annika fokusera framåt och en viktig sak för att må bra är att snöra på springskorna och komma ut.

– Att springa intervaller är det bästa för mig. Jag hoppas att jag snart kan komma i väg ut igen, säger hon.



Efterlängtad forskning om sjukdomen

Med Hjärt-Lungfondens hjälp har den första doktorandtjänsten i Sverige inom området bronkiektasier etablerats. Pia Ghosh forskar om sjukdomens orsaker med sikte på nya behandlingsstrategier.



Pia Ghosh

BRONKIEKTASIER SOM FORSKNINGSOMRÅDE är begränsat både i Sverige och internationellt. Men med stöd av Hjärt-Lungfonden har ett doktorandprojekt nu blivit verklighet på Karolinska institutet.

Pia Ghosh är forskaren som ska viga ett antal år åt kliniska och translationella studier av sjukdomen.

– Vi skulle inte klara det här utan stödet från Hjärt-Lungfondens bidragsgivare, vi är mycket tacksamma för det. Det här forskningsprojektet är ett viktigt steg mot målet att bättre förstå sjukdomen och korrelationen med folksjukdomar som astma och KOL. Vi hoppas att kunna bidra till en bättre hälsa för patienterna, säger Apostolos Bossios, docent och lungforskare vid Karolinska institutet.

– Bronkiektasier innebär ofta en ond cirkel av återkommande infektioner, inflammation och slembildning i luftrören. Det är i stora drag okänt vad som triggar sjukdomen och en av de studier som vi planerar fokuserar just på detta, berättar Pia Ghosh.

Bronkiektasier behandlas ofta med intravenös antibiotika på sjukhus och/eller hemma. Många patienter får hjälp på enheten för intravenös egenvård (LIVE) i Huddinge som fokuserar på patienter med svåra luftvägsinfektioner.

– I en av våra studier vill vi använda ett särskilt framtaget frågeformulär till patienterna före, under och efter behandlingen. Syftet är att kartlägga sjukdomens utveckling, säger Pia Ghosh.

– En annan delstudie som jag redan har arbetat med i två år går ut på att titta närmare på inflammationen vid bronkiektasier. Vi studerar bland annat nivåerna av olika immunoglobuliner vilket kan ge viktiga ledtrådar. Målet är att hitta en behandling som kan dämpa den proinflammatoriska aktiviteten i bronkerna, säger Pia Ghosh.

TEXT **NILS BERGEÅ**



Ditt stöd betyder allt!

Tack vare dig och 300 000 andra hjältar kunde Hjärt-Lungfonden vara med och finansiera 300 forskningsprojekt under det gångna året. Och det vill vi fortsätta med. Varje gåva, stor som liten, för oss närmare vår vision – en värld fri från hjärt- och lungsjukdomar. På den här sidan har vi samlat flera exempel på hur du kan stödja forskningen. Tack för ditt stöd!



Gåva

Vi behöver bli fler som ger. Varje gåva till forskningen för oss ett steg närmare vårt gemensamma mål – att besegra hjärt- och lungsjukdomar.

Swisha en gåva: 90 91 92 7
Plusgiro: 90 91 92-7
Bankgiro: 909-1927

Gratulationsgåva

Det finns många anledningar att fira – födelsedagar, dop, examen och bröllop. Gratulera nära och kära med en gåva till forskningen. Den du uppvaktar får ett fint gratulationskort med en hälsning från dig.

Besök hjart-lungfonden.se/gratulationsgava

Egen insamling

Starta en egen insamling och ta hjälp av släkt och vänner för att samla in pengar till hjärt-lungforskningen. Det är lätt att komma igång och du kan själv beskriva vad just din insamling handlar om.

Besök hjart-lungfonden.se/egen-insamling

Testamente

Genom att upprätta ett testamente kommer din omtanke och ditt personliga engagemang leva vidare och komma många till del. Ett fint sätt att stödja som ger hopp efter man tänkt på sina nära och kära först. Om man vill att en del av sin kvarlåtenskap ska gå till forskning måste man upprätta ett testamente. Vill du veta mer kan du kostnadsfritt beställa vår handledning.

Välkommen att kontakta Monica Carlsson på 08-566 24 206 eller besök hjart-lungfonden.se/stod-oss/testamente

Minnesgåva

Hedra någon som har stått dig nära och visa din omtanke i samband med begravningen. Vi sänder ett minnesblad med din personliga hälsning. Gåvan går till forskningen och finns kvar när blommor och kransar har blommat ut.

Besök hjart-lungfonden.se eller ring 0200-88 24 00

Månadsgivare

Som månadsgivare är du med och stödjer över 300 forskningsprojekt, och möjliggör långsiktig forskning som i förlängningen räddar liv. Du får också vår tidning Forskning för hälsa fyra gånger per år.

Besök hjart-lungfonden.se/stod-oss/manadsgivare/ eller ring 0200-88 24 00

Företag

Många företag stödjer oss i kampen mot hjärt- och lungsjukdomar. Bli ett hjärtvänligt företag ni också, så visar ni både personal och kunder att ni stödjer livsviktig forskning.

Välkommen att kontakta Anna Nilsson på 08-586 20 276 eller besök hjart-lungfonden.se/foretag

Aktiegåva

När du ger en gåva i form av aktier eller aktieutdelning betalar varken du eller Hjärt-Lungfonden någon vinstskatt. På så sätt ökar värdet av din gåva väsentligt och det blir mer pengar till forskningen.

Välkommen att kontakta Lotta Johansson på 08-566 24 205 eller besök hjart-lungfonden.se/aktiegava

Har du frågor?

I så fall är du varmt välkommen att kontakta oss på telefon 0200-88 24 00 eller via e-post till info@hjart-lungfonden.se. Du kan också skanna QR-koden här bredvid för att läsa mer.

Villa Lidköpings välgörenhetsmatch mot Edsbyn fick två resultat. 3-3 i själva matchen – och 65 500 kronor till forskningen.

Största bandyklubben bidrar till forskningen

VILLA LIDKÖPING BK bildades 1934 och är i dag världens största bandyklubb sett till antal lag i seriespel. Den 17 november arrangerade klubben en välgörenhetsmatch i hemmahallen Sparbanken Lidköping Arena. Matchen, som denna gång spelades mot Edsbyn, är ett återkommande arrangemang där klubben samarbetar med olika välgörenhetsorganisationer – den här gången Hjärt-Lungfonden.

– Vi hade planerat för detta de senaste två åren men tyvärr varit tvungna att ställa in på grund av pandemin. Just kopplingen till covid är en del av förklaringen till att valet av välgörenhetsorganisation i år föll på Hjärt-Lungfonden, men i grunden handlar det faktiskt om att vi hade en person med hjärtfel som spelade i ett av våra ungdomslag, berättar Villa Lidköpings klubbchef Jonas Johansson.

– I en organisation av vår storlek så har vi tyvärr drabbats flera gånger av denna typ av sjukdomar, kanske inte så ofta våra aktiva spelare, men såväl inom ledargruppen som i vårt pensionärsgäng, i vår styrelse och hos familj till våra spelare har det funnits, och finns, drabbade av hjärt-, kärl- och lungsjukdom.

Förhoppningarna inför matchen var höga. Förutom att samla in pengar till forskningen ville man ta tillfället i akt att sprida information och kunskap om olika hjärt-, kärl- och lungsjukdomar och hur man snabbt kan upptäcka och förebygga dem.

Hjärt-Lungfondens Daniel Edelsvärd och Anna Nilsson fanns på plats i Lidköping under matchdagen för att möta publiken, givarna och berätta om Hjärt-Lungfondens arbete. Totalt samlade företag och privatpersoner in imponerande 65 500 kronor till forskningen.

– Vi är glada för Villa Lidköpings välgörenhetsmatch till den livsviktiga forskningen. Den här insamlingen kommer att hjälpa till att rädda liv och minska lidande, säger Kristina Sparreljung, generalsekreterare för Hjärt-Lungfonden.

Klubbchef Johansson var nöjd med utfallet, även om det sportsliga resultatet i matchen "bara" blev 3-3 för hans Villa Lidköping.

– Man blir alltid lika rörd när man ser hur många som har engagerat sig och så även den här gången. Vi som klubb vill rikta ett stort tack till alla som har varit med i den här insatsen!

TEXT **JOHANNA LEJON**

STÖTTA!

Starta en egen insamling på: egeninsamling.hjart-lungfonden.se



Villa Lidköpings klubbchef Jonas Johansson.



VI PÅ HJÄRT-LUNGFONDEN

Per Mandahl har koll på det vetenskapliga

SEDAN JANUARI 2021 jobbar Per Mandahl som medicinskt sakkunnig på Hjärt-Lungfondens kansli. Kortfattat handlar tjänsten om att ansvara för det vetenskapliga – allt från att granska pressutskick och bedöma vilken forskning som är intressant vid utskick av brev, till att svara på frågor från privatpersoner. Per ansvarar också för de expertrådsmöten som Hjärt-Lungfonden anordnar.

– Expertråden är de tillfällen då vi samlar ihop ett gäng forskare inom ett visst område. Där diskuterar vi vad som pågår inom forskningsområdet, lyfter forskningsresultat som ska kommuniceras och diskuterar var det kan vara relevant för oss att bedriva opinionsarbete. Det är fascinerande att få höra tankegångarna i ett sådant forum, säger Per.

Per är i grunden apotekare och jobbade tidigare inom läkemedelsindustrin. Att han hamnade på Hjärt-Lungfonden har han sin syster att tacka för. Det var hon som tipsade om annonsen och uppmuntrade Per att söka. Att Per känner ett starkt engagemang för forskningen går inte att ta miste på.

– Det finns fortfarande så oerhört många människor som lider och som dör, det måste finnas mer att göra. Vi har kommit en god bit på vägen, men det finns fortfarande alldeles för mycket kvar.

På fritiden ägnar Per mycket tid åt sport, inte minst som åskådare när barnen idrottar. Även frågesport är ett specialintresse, något som hänger ihop med att allmänbildning är en av Pers paradgrenar. Detta intresse har resulterat i en lite udda hobby.

– Jag tycker det är kul att skriva högskoleprovet, så det har jag gjort åtta gånger. Den sjätte gången skrev jag mitt bästa resultat, därefter har jag hållit mig på den nivån.

Välinformerade källor säger att den nivån är den högsta möjliga.

TEXT **KRISTOFER KEBBON** FOTO **TINTIN VIDHAMMER**

Följ oss gärna på Facebook

I sociala medier kan du följa senaste nytt från Hjärt-Lungfonden. Som när vi överlämnade Prins Daniels anslag för yngre lovande forskare till docent Alexandru Schiopu.



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

B Posttidning

Hjärt-Lungfonden
Box 2167, 10314 Stockholm

TRE FRÅGOR TILL ...

professor ERIK MELÉN, Karolinska institutet, som fått ett treårigt anslag från Hjärt-Lungfonden för sin forskning om precisionsmedicin för bättre karaktärisering och behandling av astma.

Grattis till anslaget! Vilket är målet med ditt forskningsprojekt?

– Astma är en vanlig kronisk sjukdom hos barn och vuxna. De flesta har lindrig sjukdom, men en del har svår astma och riskerar symtom och nedsatt livskvalitet hela livet. Det är den gruppen vi riktar in oss på. Vårt mål är att hitta biomarkörer som i kombination med kliniska data kan hjälpa oss att identifiera och karaktärisera olika typer av astma. Detta ger oss möjlighet att skräddarsy behandlingen och uppföljningen av varje patient för att minska risken för svår, kronisk sjukdom.

Hur går ni till väga?

– Inom ramen för BAMSE-studien, som omfattar drygt 4 000 barn födda 1994–96, studerar vi bland annat proteiner i blodet hos de här deltagarna som i dag är vuxna, och ser hur de överensstämmer med olika undergrupper av astma. Vi studerar också skillnader mellan pojkar och flickor med astma och vilken roll arv, miljö, för tidig födsel och livsstil spelar i sammanhanget. Nu blir det spännande att gå vidare och använda immunologiska och genetiska analyser för att bättre förstå sjukdomen.

Varför är precisionsmedicin viktig för just astmapatienter?

– Under senare år har det tillkommit flera nya biologiska läkemedel, och ännu fler är på gång. De här läkemedlen har ofta en mycket specifik behandlingsmekanism, så typen av astma avgör vilket läkemedel som ger effekt. Utmaningen för sjukvården är att hitta rätt medicin för rätt patient, vilket betyder att behovet av förbättrad diagnostik är stort. Precisionsmedicin inom olika områden är i dag föremål för mycket forskning och det är fantastiskt roligt att Hjärt-Lungfonden är med i framkant och stödjer denna typ av forskning på lungmedicinområdet.

TEXT **KARIN STRAND** FOTO **STEFAN ZIMMERMAN**



Personligt

Erik Melén

Gör: Professor i pediatrik vid Karolinska institutet, barnallergolog och överläkare vid Sachsska barnsjukhuset, SÖS, i Stockholm.
Ålder: 46.
Bor: Mälarhöjden, Stockholm.
Familj: Fru och tre barn.
Fritidsintressen: Långfärdsskridskor, friidrott (tränar sönerna), baka bröd.
Drivkraft: Jag är nyfiken och tycker att det är otroligt spännande och stimulerande att ta fram ny kunskap om sjukdom och behandling som vi kan använda i kliniken till hjälp för våra patienter.