

Referat från eftermiddagsträff den 17 november 2021

Vi var ca 250 förväntansfulla medlemmar, som bänkade oss i röda salongen för att lyssna och lära av Fråga Lund-doktorn Henrik Widegren. När Henrik inte medverkar i Fråga Lund arbetar han som öron-, näsa- och halsläkare samt foniater (röstläkare). Han tycker om att skriva, prata och sjunga om medicin och vetenskap. Dessutom kan han kalla sig Communication Director, dvs. han kommunicerar med sina patienter, anhöriga och personal för att förklara diagnoser, ingrepp och prognoser. Som Life style coach, coachar han sina patienter, bl.a. i att leva ett mer hälsosamt liv: gå ner i vikt, sluta röka, dricka mindre och röra sig mer. När han träffar en ny patient (kund) och ställer en diagnos (produkt) och patienten accepterar den rekommenderade behandlingen (tackar ja till offerten), har han varit en framgångsrik säljare och därmed Future account manager.

Icke att förglömma är han också musiker och låtskrivare, något vi också fick ta del av.

Inledningsvis frågade Henrik om vi var covid-vaccinerade och förhoppningsvis räckte samtliga upp handen. Nästa fråga blev då vilket vaccin vi fått. Att ha fått Pfizer likställde han med Gucci, Moderna med Flippa K och Astra (vilket han själv fått) med ICA Basic!

Denna eftermiddag hade hans program rubriken "Skratt, inget man skojar bort". Det blev många glada skratt under föreläsningen, som blandades med musik..

Hur påverkar skratt hälsan? Jo, det ökar energiförbrukningen, sänker blodtrycket, minskar risk för hjärtinfarkt, förbättrar immunförsvaret, motverkar stress samt är smärtstillande. Vi fick bl.a veta att en undersökning visar, att när man t.ex sett en rolig film och skrattat, sänks blodtrycket och tvärtom om man ser en hemsk eller sorglig film. Vi ska dock inte byta ut blodtrycksmedicinen mot att se en rolig film.

På tal om skratt, fick vi också via ett videoklipp, med Henrik som försökskanin, ta en titt i halsen på hur våra stämband fungerar när vi just skrattar. Vill man göra denna koll själv och filma med en mobiltelefon går det bra, förutsatt att den inte är för stor eller att man försöker med en ipad!!!

Förlänger ett gott skratt livet? Det trodde många av oss, men tji fick vi, för det är inte vetenskapligt bevisat än, men forskning kanske kommer att bevisa det med tiden.

Avslutningsvis spelade och sjöng Henrik snuttar om hur olika artister skulle kunnat sjunga om coronaviruset, t. ex Bob Dylan, Dolly Parton, Cornelis, Oasis och slutligen hans egen version.

Det var med glada miner och skrattet bubblande inom oss som vi vandrade hemåt med ny kunskap och nya vitsar att förmedla vidare!

Tack Styrelsen, som bjöd oss på detta!