



Foto: Björn Larsson Ask/TT

## ▶ Det här är vi mest oroliga för att ångra på vår dödsbädd

1:34 min [+](#) [Min lista](#) [➔](#) [18](#)

Publicerat fredag 2 november kl 06.00

En undersökning som Fonus låtit göra visar att vi är mest rädda för att på dödsbädden inse att vi inte gjorde det vi drömde om i vårt liv. Och det kan göra den sista tiden besvärlig.

Lena Ehnberg jobbar som sjuksköterska på Mellannorrlands Hospice i Sundsvall och säger att hon ibland möter människor som är närmare 90 år gamla eller till och med över men som inte känner att de är redo att dö. De tycker att de inte har levt sitt liv som de ville och därför är det svårt att acceptera att det är dags att dö.

Ofta känner man en större acceptans för att dö när man är äldre för man kan känna sig ganska nöjd med sitt liv.

– Men alla har inte levt som de egentligen ville och man kan bli ledsen för att de inte känner den här acceptansen, säger Lena Ehnberg.

---

Fonus lät Kantar-Sifo i början av året fråga 1000 svenskar vad de var mest oroliga för att behöva ångra på sin dödsbädd.

Resultatet blev:

Att jag inte vågade göra det jag drömde om 52%

Att jag slarvade bort mina vänner 27%

Att jag jobbade för mycket 23%

Att jag inte skrattade mer 21%

Att jag gjorde för få goda gärningar 15%

Att jag tränade för lite 9%

Att jag inte åt tillräckligt nyttigt 5%

Att jag inte skrev ett testamente i tid 4%

Att jag jobbade för lite 1%

Att jag tränade för mycket 1%

Inget av ovanstående 15%

Vet ej 5%

---

**Ulla Öhman**  
**P4 Västernorrland**  
**[ulla.ohman@sverigesradio.se](mailto:ulla.ohman@sverigesradio.se)**