



*Gästforskaren Catherine Trask
från Vancouver, Kanada,
har upptäckt finessen med
svenska fikaraster.
– Det är ett informellt sätt att
få nya idéer, tycker hon.*





I Vancouver är vintrarna regniga, medeltemperaturen brukar inte gå under fryspunkten. Catherine Trask och hennes make är aktiva idrottare som ser fram emot att få åka skidor.

– Fikarasten skapar kreativitet

Text Carin Mannberg-Zackari | Foto Jan Lindmark

Catherine Trask är lång, smal, osminkad och många har charmats av hennes rättframma sätt. "Ni kanske vill se hur jag ser ut", sa hon och reste sig upp när hon skulle presenteras för nya kolleger vid Centrum för belastningsskadeforskning, CBF, i Gävle.

Hon uppskattar det rena vattnet, den friska luften i Sverige. Det är lätt för en kanadensare att trivas här.

Granskade mätmetoder

Catherine Trask växte upp i en förort till Vancouver. Föräldrarna hade skog, mamma jobbade med hälsovård.

Efter en grundexamen i kinesologi, som studerar människans anatomi, fysiologi och kroppsrörelser, fortsatte hon med epidemiologi, vilket är läran om utbredningen av olika sjukdomstillstånd.

Avhandlingen vid University of British Columbia 2008 var en granskning av olika metoder för att mäta risken för ryggskador inom tung industri. Hon använde en inklinometer för att registrera vinkeln på ryggböjningar, EMG för att mäta ryggmuskelnns aktivitet och vibrationsmätare för att dokumentera hur kroppen påverkas av arbetsfordonens skakningar. Observationer av arbetsställningar gjordes också.

Catherine Trask följde 126 försökspersoner under sammanlagt 200 mättdagar i både snö och regn. Även utrustningen påverkades ibland av vädret.

– Det gav mig också en uppfattning om säkerheten på arbetsplatserna. Många gånger var jag tvungen att ta ett steg tillbaka för att tänka på min egen säkerhet, berättar hon.

Resultatet bekräftar tidigare forskning om ryggskador, men det var just undersökningsmetoderna som var intressanta.

– De mest användbara metoderna är de dyraste. Observationer och intervjuer är relativt billiga men inte så exakta. Inklinometrar, EMG och vibratorer mäter rätt men de är dyra. Det innebär att vi inte kan göra så många mätningar för en viss budget, förklarar Cathrine Trask.

Men epidemiologi kräver stora underlag. Därför behövs metoder som är både billiga och tillförlitliga då forskarna vill undersöka hundratal eller tusentals personer.

Stimulerad av samarbete

Alla uppgifter kom inte till användning i avhandlingen. Cathrine Trask har tagit med sig obearbetade data som hon analyserar under sitt år som gästforskare på CBF.

– Jag kommer att fokusera på ryggskador och ser fram emot att få lära mig mer om den musku-





loskeletala forskningen här. Jag är också intresserad av de histologiska studier som bedrivs vid CBF i Umeå. Jag skulle vilja täcka hela vägen från fynden på laboratoriet till de förändringar som behöver göras ute i fält för att åstadkomma en bättre arbetsmiljö, säger hon.

I samarbete med sina nya kolleger vid CBF arbetar Catherine Trask nu på en artikel där priset på undersökningar vägs upp mot den information man får.

– Mina tidigare analyser har varit naiva i ekonomiska termer. Här får jag en mer detaljerad och sofistikerad syn på kostnad och effektivitet. Det är fint med kolleger med olika bakgrund. Alla är också så trevliga. Det är en väldigt samarbetsinriktad miljö.

En av hennes bästa upptäckter i Sverige är fikarasterna.

– De bidrar till kreativiteten. Vi tjänar på att samarbeta. Det tar längre tid men ger högre kvalitet, säger hon.

Hon är imponerad av den problemorienterade inriktningen vid CBF, som granskar allt från mätmetoder till rehabilitering. Kontakterna med samhället tilltalar henne också. Forskarna lyssnar både på fackliga organisationer och arbetsgivare när de undersöker ett arbetsmiljöproblem.

– CBF ser till att alla parter får vara med. De hjälper oss att ställa frågor som är relevanta.

Jämställdheten i Sverige är något annat som imponerar på Catherine Trask. Att män deltar i hushållsarbetet och tar föräldraledigt, och att barn på mellanstadiet kan diskutera hur leksaker bidrar till att skapa könsroller.

Paddlar för Kanada

Catherine Trask har alltid gillat idrott och tävlade i kajak när hon var yngre.

– Jag började på lokal nivå som tonåring och

tävlade på riksplanet ett tiotal år. Men jag blev inte tillräckligt bra för att få en plats i landslaget.

Numera håller hon på med drakbåtsävling, som kräver ett tjugotal paddlare i en lång och smäcker kanot. Sporten, som har utövats i Kina i ett par tusen år, är mycket populär i Vancouver, där det finns många kinesiska invandrare.

Innan Catherine Trask och hennes man kom till Sverige hösten 2009 hade de varit i Tjeckien för att tävla.

– Vi vann 500 m i ett blandat lag med både män och kvinnor. Det var kul att börja ett år utomlands med att vinna en landskamp för Kanada.

I Gävle har paret hyrt en lägenhet, där maken sitter hemma och sköter sina uppdrag som dataingenjör på långdistans. De trivs med att bo i en liten stad, där det är lugnt och tyst jämfört med miljonstaden Vancouver.

– En av fördelarna är att vi kan turista. Förra veckan var vi i Stockholm, och vi ser fram emot att kunna resa mer när det blir sommar. Och vilken tur att svenskarna pratar så bra engelska. Samtidigt gör det att vi inte lär oss svenska!

För två aktiva idrottare känns det naturligtvis trist att missa de olympiska vinterspelen i sin hemstad i februari 2010. I stället hoppas de få njuta av en riktig vinter.

Klimatet i Vancouver är milt med varma somrar och regniga vintrar. Medeltemperaturen går aldrig under fryspunkten.

– Här har vi större chanser att få åka skidor, säger Catherine Trask. ■

NAMN: Catherine Trask

YRKE: Gästforskare på Centrum för belastningsskadeforskning i Gävle

FAMILJ: Gift med Graham Smith

OKÄND TALANG: Amatörkonstnär som målar mest i akryl. Har ställt ut på Simon Fraser University Art Gallery.