

# NYHETER



Sofia Göth

Nyhetschef Sofia Göth, 0660-29 55 50, oaredaktion@allehanda.se

# Birgitta kämpar för

**ÖRNSKÖLDSVIK**  
För tretton år sedan drabbades Birgitta Andersson av kroniskt trötthetsyndrom.

Det började med en lunginflammation, fortsatta med värk i rygg och ben. Sedan blev Birgitta sängliggandes i en vecka och har i dag ännu inte återhämtat sig.

– Jag trodde inte att jag var sjuk utan att jag bara var lite utmattad, med lite vila skulle jag vara tillbaka.

Det var så Birgitta Andersson tänkte när hon för tretton år sedan blev ME-sjuk. Hon försökte, men kroppen lydde inte hennes vilja. Efter en hel vecka i sängen var hon på benen igen och påbörjade sin rehabilitering.

Men bara den var tuff nog att ta sig igenom.

**Sex månader senare** fick Andersson sin diagnos efter ett flertal olika undersökningar. En stor utredning i Tranås visade att Birgitta Andersson var ME-sjuk. Men efter diagnosen kom varken uppföljning eller information om hur hon skulle bete sig för att underlätta i vardagen.

– Jag var totalt knäckt både fysiskt och psykiskt. Jag tänkte, vad ska jag göra nu?

– Jag fick inte med mig något efter utredningen, när jag kom hem fick jag hjälp av en sjukgymnast, men inte mycket mer.

**Relativt snabbt** fick Andersson kontakt med ME-föreningen och sedan dess har hon fått information som hjälpt henne genom sin sjukdom.

I dag lever Andersson som hon säger, ett bra liv, trots att hon inte kan göra en bråkdel av vad hon kunde innan sjukdomen.

– Tidigare levde jag ett aktivt liv med styrketräning, promenader och arbetade som undersköterska på sjukhuset. Dessutom var jag

aktiv som frälsningssoldat. Nu kan jag varken styrketräna eller motionera, då skulle jag bli helt knäckt. Jag skulle tömma mig på all kraft och det sätter sig även i tanken, på minnet och i koncentrationen.

**I dag ställer** Andersson väckaren när hon kliver upp om morgnarna för att inte vända på dygnet. Att bara duscha och tvätta håret är ett projekt som tar upp en stor del av förmiddagen, både tids- och energimässigt.

– Därefter måste jag vila en stund, sedan brukar jag ta en kortpromenad under eftermiddagen på mellan 15 och 30 minuter.

Somliga dagar är bättre än andra.

– Vissa dagar kan jag vara ute längre än andra och orka mer, men då får jag samtidigt räkna med att bli liggandes i sängen dagen därpå. Tar jag ut mig för mycket så blir det konsekvenser, men det är något jag väljer att ta.

**Själva arbetet därhemma** klarar heller inte Andersson av i samma grad som tidigare, där tackar hon sin familj för stödet och hjälpen i vardagen.

– När jag har familjen klarar jag av det här och jag vet inte hur jag skulle klara mig utan dem, min man sköter till exempel städningen hemma, för det klarar jag inte nu.

Sjukdomen har även fört med sig något positivt enligt Andersson själv.

– Jag har fått många nya vänner, och sedan har min tro blivit starkare. Tack vare den har jag aldrig varit orolig utan haft en enorm trygghet.

MIKAEL  
NORDSTRAND  
0660-29 55 31



mikael.nordstrand@allehanda.se

LEIF  
WIKBERG  
Fotograf



leif.wikberg@allehanda.se

## FAKTA

### Kroniskt trötthetsyndrom

■ ME/CFS (Myalgisk encefalomyelit, Kroniskt trötthetsyndrom) är en neurologisk sjukdom, och pågående forskning har bland annat funnit avvikelser i nervsystem, immunförsvar och hormonsystem. Sjukdomen är kronisk, men pågående biomedicinsk forskning ger hopp om bättre och effektivare behandlingar i framtiden.

### RME Västernorrland

■ RME (Riksföreningen för ME-patienter) Västernorrland är en regionalt förankrad, ideell patientförening. De arbetar för att stödja pa-

tienter som lider av ME/CFS och deras anhöriga.

■ RME strävar också efter att följa den internationella forskningen på området för att kunna delge sina medlemmar om vad som sker på det området världen över.

■ En annan viktig uppgift är att genom en förtroendefull dialog med vårdgivare och myndigheter öka medvetenheten hos dessa om vilken svår och handikappande sjukdom ME/CFS är.

■ RME:s arbete är mycket långsiktigt och de hoppas att den internationella synen på sjukdomen ska få ligga till grund för hur de ser på den även här i Sverige.



Birgitta Andersson blev ME-sjuk för tretton år sedan, i dag har hon lärt

## 11 procent fler sjukskrivna i Västernorrland jämfört med förra året

Efter att ha minskat de senaste åren och nått botten ökar sjukskrivningarna nu i nästan samtliga län.

Undantagen är Gävleborg, Blekinge och Gotland.

Ökningen i Västernorrland är 11,1 procent, klart över riksgenomsnittet.

Sjukskrivningsdagarna för sjukfall kortare än två år har i snitt ökat med sju procent under perioden juli-oktober, jämfört med mot-

svarande period i fjol.

Försäkringskassan förklarar ökningen med att många som utförsäkrats kommer tillbaka till sjukförsäkringen igen.

– Rensar vi bort de som återvänt efter att ha utför-

säkrats från sjukförsäkringen har vi en nedgång i alla län utom Västra Götaland, som haft en liten uppgång, säger Mathias Johansson, analytiker på Försäkringskassan.

Att det ökar i Västra Gö-

taland kan vara en slumpmässig ökning.

På Försäkringskassan följer man ökningen, men är inte särskilt oroade. Prognosen för hur stor andel som återvänder till sjukförsäkringen har nu

höjts till 45 procent.

– Det har blivit lite fler som återvänt till sjukförsäkringen än vad vi hade räknat med, och de har kommit tillbaka lite tidigare. Men det är inte så stora förändringar, säger Mathias Johansson. (TT)