

Kropp och skäl

av Gustaf Eppens

Gustaf Eppens, 34, är från Stockholm och är läkarstudent på Karolinska Institutet. Efter ett längre studieuppehåll är han snart redo att återta studierna och slutföra de tre resterande terminerna. Det mesta av sin fritid spenderar han på en båt på havet eller med en ryggsäck på fjället. Följande text är hans självbiografiska historia om stressrelaterad ohälsa. Det är också en berättelse om sorg och en hönör till det kliniska och mellanmänskliga samtalet.

Ratsch! Blixtlåset går upp på bårens röda plastbeklädnad. Hej då mamma! Ett par minuter lämnas bara huvudet synligt så att vi kan säga adjö för sista gången. Jag tittar på min treåriga lillasyster, sjalarna som hon beklätt kroppen med de sista dagarna ligger kvar i soffan. Hon har smyckat sin mamma med sjalar och halsband för att på sitt sätt visa sin kärlek och ge värdighet till den cancerhärjade kropp som vi knappt kände igen längre. Hur ska vi kunna ersätta henne?

Ljudet av röster penetrerar min tankebobbla.

”Hallå?” Turen är min att presentera mig. ”Mitt namn är Gustaf, jag är läkarstudent som gjort åtta terminer”. Jag tittar runt mig, är jag den enda mannen här? Ah, tur, det finns en till. Han presenterar sig: ”Jag heter Olof, jag är psykolog och går den här kursen i utbildningssyfte”. Jag sneglar på dörren och tänker att jag vill ut härifrån. Men vart? Jag är på psykiatrins hus som har hand om sjukvårdspersonal; det här är ju den sista instansen. Jag vill hem, men den möjligheten försvann för längesedan. En kvinna i gruppen känner jag igen, hon är överläkare och var min handledare på förra kursen. Vi spenderade en hel förmiddag ihop, så jag tänker att vi känner varandra. Jag söker kontakt och hon nickar som om hon vet vem jag är, men vill sedan vara osynlig.

Hon leker med peruken i vardagsrummet. Vet hon att mamma är död? Lekarna tvingar motvilligt tiden framåt. En familjevän lagar mat i köket. Jag hämtar på dagis, min bror byter blöjorna. Jag måste bli fotbollsproffs nu, tänker jag. Jag måste försörja familjen på något sätt. Satsar man när man är tretton så kan man nog lyckas.

Jag rullar på golvet och får syn på en köttbulle i periferin. Hon som rullar bredvid mig är lika bred som hon är lång. Hon rullar liksom lika bra på alla sidor. Från elitidrott till det här? Är det ett skämt eller? Jag gör rörelserna korrekt men ansträngt och tittar upp. Ingen bryr sig. Någon har lagt sig för att sova, att lyfta armen blev för jobbigt. Vi får i uppgift att göra spontana rörelser. Jag har inte gjort något tontigare, tänker

jag, och vandrar med fingrarna på golvet. Frihet i det lilla. Mina fingrar vandrar stillsamt.

Jag ser att luften har gått ur oss. När kroppen är ute ur lägenheten är det ofattbart ensamt. Släktingar och vänner kommer, sitter och gråter och lämnar sedan. Jag hade önskat att jag också kunde lämna. Mamma hade i praktiken lämnat för några månader sedan när metastaserna i hjärnan skapat oreda både för henne och för oss. En vecka går och min bror fyller sjutton. Grattis! Hösten har precis kommit och vi fortsätter livet med mamma levandes inuti istället för utanpå.

Jag vaknar till, ser mina fingrar och skäms för mig själv. Det är ingen ordning i rummet. Någon tittar åt mitt håll så jag anpassar rörelserna. Jag försöker vara bäst på att inte prestera. Det är dags att ta paus. Mitt blodtryck sjunker när jag reser mig så jag måste hålla ner huvudet i tio sekunder för att inte svimma. Jag kämpar mig till tekannan i ett tappert försök att justera en homeostas som inte fungerar. Som läkarstudent trivdes jag med att vara på rätt sida av behandlingsalgoritmen, man är pilarna och inte resultatet. Någonstans tror man att rollfördelningen är permanent för att man har en namnskylt på sig, men många är de läkare som behöver ta av sig den skylten och få en annan stämplad i pannan.

Något är fel, det vet jag, jag vet bara inte vad. Yrseln kommer och går i tätare intervall. MS, arytm, hjärntumör, generaliserad ångest, Ménière's, borrelia, migrän, fobisk yrsel, jag slår och slår i böckerna. Inget fall i skolan stämmer riktigt bra överens. Jag hittar något som det kan vara, de med multipla hjärnskakningar har nämligen exakt samma symptom som jag har. Jag går en onlinekurs i behandling av commotio. Hmm, ett individualiserat förlopp. Inga direkta behandlingar som hjälper mer än att undvika fler skador. Hjärntrappan. Men jag har inte tid med någon trappa, dessutom har jag ju inte slagit i huvudet.

Hon som sitter i ögonhöjd framför mig är förvånansvärt ung för att vara dubbelspecialist. Vi ska lyssna på varandra oavbrutet i fem minuter, endast därefter får vi kommentera. Elementärt, skrockade vi när vi fick se schemat. Hon börjar. Vård av sjukt barn, orimligt med ansvar på jobbet, ensamstående. Första minuterna är kyligt rationella. Jag lyssnar. På ett par minuter har jag förstått vilka faktorer som överskridit hennes egna behov, men jag förstår inte priset hon fått betala. ”De som jobbade med min son sade upp sig, de orkade inte mer, så jag fick ta över det praktiska. Jag nämnde det på jobbet, men då fick jag höra från chefen att det var sextio sökande på min tjänst, så jag höll tyst.” Hon tystnar, som om det hon sade påminde henne om att åsidosätta sina behov igen. Jag vill avbryta henne, säga något om chefen, och om att det måste finnas någon som kan avlasta med sonen. Vad korkad jag är, som om hon inte redan tänkt på det. Mitt huvud tystnar, men någonting låter. Hon har böjt huvudet ner och gråter. Jag sitter och lyssnar

till tårarna tills tiden är ute.

”Hej Gustaf, välkommen tillbaka. Hur går det för dig?”. ”Jag har fortfarande den här yrseln som började efter att jag bröt knäskålen förra våren. Det är verkligen skumt att det inte blir bättre. Häromdagen hade jag synfältsbortfall också. Det är något med mitt blodtryck dessutom, det justerar sig mycket långsammare än vanligt. Först trodde jag att det var venpumpen på vänster sida som var lite inaktiv efter skadan, men det blir egentligen sämre, så jag börjar bli lite orolig”. ”Det är nog bara stress”, säger läkaren. Bara stress? undrar jag. Jag upplever inte att läkaren förstår vad jag menar, hur fysiskt det är. Jag fortsätter prata för att göra mig förstådd, men ju mer jag pratar, desto säkrare blir han på sin analys. Han doppar stämpeln i bläcket. Smack! ”Hypokondrisk läkarstudent”. ”Det är vanligt att man får en del symptom under utbildningen, men det är inget att oro sig över”. Han undersöker mig, men bara fysiskt. En vältränad ung man, utan några neurologiska bortfall. Rombergs negativ. Det är klart som fan att jag kan stå på två ben, tänker jag, och tycker att undersökningen är alldeles för trubbig. ”Huvudvärken då?” Drar jag till med i ett sista försök. ”Kan den ha betydelse?”. Han frågar om jag är rädd för hjärntumörer, och jag inser att hela undersökningen var tänkt att vara en så kallad terapeutisk undersökning. ”Nja, jag är inte rädd specifikt för det, men det är klart, synfältsbortfallet kunde ju vara en hypofystumör, säger jag skämtsamt”. ”Det är bara spänningshuvudvärk”. Jag synar bluffen. Jag vet ju att synfältsbortfall aldrig är på grund av spänningshuvudvärk. Migrän föreslås inte ens. Läkaren är tekniskt kompetent, men böjer diagnosen efter sitt eget tycke. Jag tar mentalt över läkarens del i konsultationen, den gemensamma delen av mötet existerar inte. ”Du, vet du vad du behöver”, avslutar han med. ”Du borde ut och resa, göra något annat.” Jag undrar för en sekund om mina förlamande fysiska symptom egentligen är uttryck för en omedveten önskan att resa, men min compliance är för dålig för att förstå den sanning som finns i det han säger. Läkaren förstår det inte ens själv.

Vi har varit hemma och vilat utan att vara ett dugg piggare. ”Göra ingenting” är mer sant, eftersom kroppens vilofunktion är slagen ur spel. En ny kvinna sitter framför mig, våra ögon möts. Innan jag ens har börjat prata känner jag medkänslan hon bär på. Jag berättar om sjukvårdsekonomi och hur läkaren antagligen inte hade tillräckligt med tid. Jag ursäktar min omgivning med någon slags skenhelighet men egentligen är jag rasande. Hon är tyst. Jag mjuknar av hur hon tittar på mig, känner mig trygg. Samhällets ideal är svåra att uppfylla, fortsätter jag. Det verkar inte som att hon lyssnar till orden per se, hon tittar på hur jag mår, varifrån de kommer. Jag nämner att jag inte kan ta vissa saker för givet, att jag är rädd att min flickvän ska lämna mig om jag förlorar vissa attribut. I hennes ansikte ser jag att hon förstår att jag har det tufft. Inget ifrågasättande, ingen jämförelse, inga förhastade synpunkter, bara ett par mjuka ögon. Jag torkar mina blöta ögon. Tiden är ute. Hon reser sig från pallen mittemot mig och jag skäms. Det är

hon som har en sfärisk form. Jag känner i bröstfickan efter min penna för att skriva ner något, men bläcket som kommer på fingret är samma som det hon hade i pannan. ”Lat metabolt syndrom”.

Vi fortsätter att lyssna och prata, prata och lyssna. Någon älskade sitt jobb och ville för mycket. Vem kunde tro att man kan bli sjuk av entusiasm. En tredje fick en sjuk man och två sjuka föräldrar samtidigt. En sjunde har tagit allt känslomässigt ansvar hemma. Jag får höra på radion att Försäkringskassan talar om sekundära sjukdomsvinster. Jag hör slagord om bidragstagare. Vilket hån. Jag vill försvara mina medpatienter. Ingen här har ett incitament att överge sina barn, sabotera sin karriär, offra drömmarna, säga upp kärleksrelationer, sluta idrotta, inte kunna lyssna på musik eller läsa en bok, förlora bostaden eller bli förtidspensionär. Alla, utan undantag, vill arbeta. Jag vill ta någon i kragen och förklara att det är en fysisk sjukdom. Vi vill göra något på samhällsnivå, skriva något. Vi talar om det i fikarummet, men ingen orkar. Självtänkt kan jag inte sitta upp mer än en timme utan att tappa blodtrycket och en annan ser dubbelt när hon vrider huvudet. En kirurg säger att det näst värsta med hela upplevelsen är att bli misstrodd av sin egen profession. ”Neurotisk kvinna”. Det värsta, säger hon, är att hon själv validerade den misstron. Jag sitter kvar i fikarummet när de andra har gått ut.

Vi är på Madeira. Solen och mamma skiner. Min syster och jag övar poolhopp. Mamma skojar om tjejen från Skottland som hon ser att jag tittar på. ”Gå fram och hälsa, vetja!”. ”Sluta vara så störig”, ryter jag tillbaka. Jag fortsätter öva poolhopp lite närmre det skotska lägret. På kvällen ligger jag och tänker på allt roligt vi ska göra dagen efter. Min syster är så gullig när hon springer omkring. Jag slappnar av för en stund, har nästan glömt. Några timmar senare vaknar jag till. Pappa har väckt min bror. ”Ni får ha hand om Loppa, jag måste skjutsa in mamma till sjukhuset, hon har svårt att andas”. Min bror är trygg och snäll men jag ser att han är den enda av oss tre som förstår att det är allvarligt. Pappa ringer. Klockan är mitt i natten. ”De har tömt hjärtsäcken på vätska och hon mår bättre” hör jag från telefonen.

Jag är tillbaka med de andra. Det är nästan stilla i salen, vi går medvetet i tystnad. Jag försöker hålla tankarna borta men varje gång jag stannar upp kommer de tillbaka. Ett steg, paus, två steg, paus. Jag är van att springa. Det här går inte.

Cancern har spridit sig till huvudet. Hon känner tiden rinna ifrån henne och lämnaeftersigidéerna blir maniska. Pappa följer hennes önskemål så tålmodigt. Det här är kärlek, tänker jag, men jag ser också att han är trött. Pappa går med henne i rullstol, hon har ett sådant där rufs i bakhuvudet som patienter som ligger mycket på rygg får. Hon kissar på sig. Han vinklar rullstolen framåt och låter kisset rinna av rullstolens platsäte som om ingenting har hänt.

Vi äter lunch i tystnad och utan ögonkontakt. Det är omväxlande skönt och olidligt. Jag håller mig själv sällskap, men känner mig ändå ensam. Jag längtar tillbaka till utbildningen som jag älskar. Till rollen som lyckad. Jag vill vara med mina fina klasskamrater som nu är på sjukhuset där jag en gång föddes, det är där jag hör hemma. Jag blir uppgiven och ilsken. Om någon bara hade sagt till mig att... ähh jag vet inte om det hade hjälpt. Det kanske är mig det är fel på, jag kanske inte klarade av det man ska klara av helt enkelt. Det kanske är det enda skälet. Jag jämför mig med mina framgångsrika vänner i syftet att förlora den jämförelsen, sedan tar jag en tugga av den färdiga lasagnen som jag inte orkat laga.

Jag vill skapa mitt eget trygga hem. Jag vill vara allt för min partner och allt för min familj. Vill att min syster ska ha det bra. Jag står inte ut med det som hänt. Ekonomin ska vara god. Jag akutopereras i knät, min flickväns pappa dör plötsligt i en STEMI, forskningen tar fart, utlandsutbytet är klart. Jag jobbar natt på sjukhuset. Allt sker samtidigt. Jag fortsätter hålla ut. Allt är inom armlängds avstånd. Tre terminer, AT, sedan specialisering, om åtta år, då, då kan jag slappna av. Jag sträcker mig och sträcker mig efter mina drömmar och vågar inte släppa taget, jag är för rädd att de ska tas ifrån mig och för vem jag är utan dem. Mycket av det jag gör tycker jag ju om så det borde gå bra. Jag är trött men pigg på samma gång. Gummisnodden som är jag sträcker sig lite till. Det som driver mig överskrider med enkelhet mitt sunda förnuft. Något går av.

iiiiiiii, mitt huvud låter. Väggen jag ser till höger är mitt badrumsgolv. Jag ligger med huvudet mot det. Jag ligger still och försöker bedöma mitt nackstatus. Jag kan röra mig. Tar på huvudet. Lite ömt där bak men annars inga skrämor, hyllan bakom mig har dämpat fallet.

Jag noterar att de andra tar på sig tröjor och skor. Just det, vi skulle ju ut på gården och gå omkring. Två timmar är kvar innan dagen är slut. De två kursledarna väntar på alla utan att möta blicken. Vi står på rad med nedsänkt blick, vilket passar mig bra på grund av blodtrycket. Det känns som ett luciatåg. Det slår mig igen att jag är den enda stjärngossen, men jag bryr mig inte, jag känner mig mer som en tomte iallafall. Vi rullar med hela fotsulan, andas, går och går, och går och går, ett steg i taget.

Vi påminner om patienterna på geriatriken där jag jobbat och jag inser att vi just nu antagligen snittar en funktionell ålder på över åttio. Vem kunde tro att rollerna vi spelat kunde gå upp i rök så fort och att vi nu själva är dem man inte ser i ett annars till synes ungt och friskt samhälle. Vi kommer ut på bakgården som inte är en bakgård alls, utan en fin, något upphöjd trädgård som vetter sydöst mot en gata som börjar med en fantastisk utsikt mot Östersjöns inlopp. Luciatåget löses upp och vi går fritt, men fortsatt långsamt och med nedsänkt blick. Jag ser någon ta snigelfart mot en bänk. Min gamla handledare står med ryggen mot

ett träd och tittar upp mot solen med slutna ögon. Höstlöven faller runt henne, hon ser harmonisk ut. Det är som om hon lånar trädets förmåga att gå vidare. Att visa att tiden fortfarande går framåt. De andra går sakta helt slumpmässigt runt på gräset. Tänk om någon ser mig här. En buss med japanska turister åker förbi.

"Hej, Agnes, jag är läkare här", "Gustaf". Jag berättar min historia och ostört tar det inte mer än tio minuter. "Du är ett solklart fall, utmattningssyndrom. Jag ser att det har gjorts en del fysiska undersökningar, vilket är bra, för att försäkra oss att de tydliga fysiska problemen inte är något vi kan behandla separat". Hon är smart och kompetent och kan hantera att det inte finns några enkla lösningar. Jag släpper läkarens del i samtalet och överlämnar mig.

En tacksamhet väller fram inom mig när jag går fram och tillbaka med de andra, och jag blir ledsen för alla patienter som blivit missförstådda. Alla som fått gå med sänkt blick av andra anledningar än att träna sig i närvaro. Jag sneglar mot psykiatrins hus och får ont i hjärtat. Jag känner i bröstfickan, bläcket har torkat något men jag har några jag bör be om förlåtelse. Mina fötter tar mig upp längs en liten kulle på gräset. Jag stannar upp. Det är tyst fastän jag hör vinden. Solen värmer kinderna. Jag står still. Mina tårar rinner.

Mamma står i dörröppningen då jag är på väg ut. Jag har redan hunnit ner för några trappsteg. "öpp öpp, krama mamma innan du går". Jag brukade alltid springa ut och ropa "sen". Denna gång hejdar jag mig. Jag vänder mig om och går mot henne. "Jag saknar dig så", säger jag.

Vi står i solen och kramas.