

Äntligen ett liv

AnnaMaria, 34, har flyttat hemifrån. Till slut. Sedan tonåren har hon vägrat äta och försökt ta sitt liv. Nu håller hon på att bli frisk och lära sig leva.

Text: Ingemo Orstadius | Bild: Bibbie Friman | [Prenumerera](#) | Artikel i [SocialPolitik nr 1 2010](#)

En härlig oktoberdag möts vi oväntat på stan. AnnaMaria i ny frisyr och tuff skinnjacka, är på väg hem till sin lägenhet efter att ha strosat runt en stund i hamnen. Dit går hon ofta för att hämta kraft. Frågan om hur hon mår känns helt överflödig. Det fullkomligt strålar om henne!

Men så har det inte alltid varit.

AnnaMaria växte upp i en trygg miljö med mamma, pappa och två bröder. Hon var tidigt mogen och började läsa redan som fyraåring. Hon var också ovanligt självständig och tog på sig ett stort ansvar. Att hon hade sömnsvårigheter och ständiga mardrömmar berättade hon inte för någon.

– Jag tyckte att mamma hade fullt upp med mina bröder och ville inte oroa henne. Att jag mådde så dåligt och kände mig värdelös var något väldigt privat. Det var som en stor svart hemlighet som jag inte riktigt kunde sätta ord på.

Med tiden mådde AnnaMaria allt sämre. Hon rörde sig mycket och slutade nästan helt att äta. Själv menar hon att ätstörningen blev lösningen på en depression. I hennes fall hade den ingenting med skönhetsideal och kroppsfixering att göra. Hon ville bara långsamt försvinna och hittade en effektiv metod att göra det.

När hon började högstadiet 1982 slog skolläkaren larm och en utredning startade. Det fanns en misstanke om leukemi och AnnaMaria nekade dessutom till att ha ätstörningar. Hon mådde väldigt dåligt både fysiskt och psykiskt och tappade orken att

upprätthålla en fasad. Hon stannade hemma med mamman på dagarna för att äta upp sig, men fick ångest och började kräkas. I ett akut skede kontaktade föräldrarna en barnpsykiater. Hans åsikt var att "flickan måste ha näring om ni så ska tvinga henne".

– Min pappa fick hålla fast mig, medan mamma försökte tvångsmata mig med näringslösning. Det blev en fruktansvärd situation hemma. Jag tyckte att jag var utsatt för ett övergrepp och slutade prata.

Våren 1989 blev hon inlagd på BUP för första gången. Hon vägde endast 25 kilo och vägrade inte bara att äta, utan också att dricka vatten. När hon blev medvetslös, kämpade pappan för att hon skulle få dropp.

– Jag hade bara en enda tanke i huvudet och det var att få dö och slet ur droppet.

Ett nytt dropp sattes, armen gipsades och AnnaMaria flyttades till en barnmedicinsk avdelning, där personalen hade ett stort tålamod. Hon började åter dricka vatten, men fick samtidigt så starka mediciner att levern sa ifrån. Efter ett halvår blev det BUP igen och restriktioner mot besök från familjen. AnnaMaria tänkte att det bara var skönt för dem att slippa henne.

I flera år pendlade hon sedan mellan BUP och barnmedicin. Hon rymde gång på gång och gjorde flera självmordsförsök. Hon hann få åtskilliga diagnoser; som borderline, autism och schizofreni. Föräldrarna fick hela tiden höra att det var deras fel. Anorexi var fortfarande en ganska okänd sjukdom och AnnaMaria var ofta ensam anorektiker på de avdelningar hon låg.

1990 flyttades hon till Sankt Lars mentalsjukhus i Lund. Där hade man en specialbehandling för anorektiker som enbart gick ut på att öka patientens vikt. AnnaMaria skulle äta sex gånger om dagen, men hon tyckte att portionerna var enorma och när hon matvägrade, blev hon sondmatad.

– Min själ klarade inte detta. Det blev totalt kaos inom mig.

Personalen fick hålla fast mig och jag försökte slå mig fri.

Femtonåriga AnnaMaria blev kataton. Hon slutade att prata, gick inte längre på toaletten och var helt onåbar. Hon fick nya starka mediciner och el-behandling. När hon vaknade upp hade hon en enorm ångest och lades i bälte. Enligt henne själv påminde hon allt mer om en zombie. Tiden gick utan att hon blev bättre.

– Det var fruktansvärda år. Allt var mitt fel; från det att det regnade till att det var krig i världen. Jag var en djävul som kommit till jorden, säger AnnaMaria.

När hon var 18, flyttade hon hem till föräldrarna efter långa perioder på institution. Hon var underviktig och åt många mediciner, men lyckades ändå läsa in högstadiet på en folkhögskola. Hon var väldigt ensam, hade inget socialt liv och var totalt beroende av föräldrarna. Efter nya självmordsförsök blev hon återigen inlagd på psykiatrisk klinik, med sondmatning, dropp och el-behandling.

– De såg till att jag överlevde. Jag kunde varken svälta mig till döds eller ta en överdos när jag var där.

1997 tillbringade hon ett år på Varbergs behandlingshem. Vården var helt inriktad på anorexin med sjukgymnastik, kognitiv terapi och massage. AnnaMaria deltog i regelbundna samtal och fick strategier för att klara av nuet. Hon hade ett eget rum och beskriver behandlingen som lyxig. Men när hon skrevs ut rasade hon i vikt direkt. Grundproblemet fanns ju kvar, menar hon.

Vändpunkten i AnnaMarias liv kom när hon ett par år senare läste boken *Ätstörningarnas hemliga språk* av Peggy Claude-Pierre.

– Jag fick en fantastisk aha-upplevelse. Äntligen något som stämde på mig, tänkte jag. Jag gav boken till mina föräldrar och sa till dem att läsa den och de fick samma känsla.

AnnaMarias mamma kontaktade psykoterapeuten **Mia Andersson** som skrivit förordet till boken. Hon arbetar med patienter som har ätstörningar och tar emot fall som betraktas som hopplösa.

– Det var underbart att träffa Mia första gången. Hon ville inte se några journaler utan bara prata med oss. Hon var så positiv och kärleksfull.

Varannan vecka åkte AnnaMaria till Anorexiamottagningen i Stockholm. Först var båda föräldrarna med, sedan bara mamman och på slutet åkte AnnaMaria själv.

Mia Andersson såg föräldrarna som en resurs i stället för ett problem och hon menade att bandet mellan mor och dotter skulle hela AnnaMaria. Detta synsätt var nytt för familjen. Sedan AnnaMaria blev vuxen hade föräldrarna hela tiden fått höra att de skulle hålla sig undan och dottern klara sig själv.

Trots bra terapi blev AnnaMaria inte fri från sina ätstörningar och efter ett nytt självmordsförsök slutade hon behandlingen. I dag tror hon att det långa avståndet i kombination med att hon träffade Mia Andersson så sällan är förklaringen till att terapin inte lyckades.

– Jag fick en injektion av värme varje gång jag var där, men det räckte inte. Jag är inte besviken på Mia. Hon höll mig vid liv i fyra år!

Efter ett par år på psykiatrisk klinik med panikångestattacker och bältesläggning, kom AnnaMaria 2006 till MHE-kliniken i Mora. De arbetar enligt en annorlunda pedagogik och vänder sig särskilt till personer med ätstörningar. AnnaMaria var inlagd en vecka och hemma tre. Hon hade dagliga samtal med en terapeut, tränade avslappning och fick massage, "vaggning" och hypnos i grupp. Ett stort ansvar lades på patienterna. De skulle exempelvis själva göra upp ett matschema. Vid 31 års ålder var AnnaMaria för första gången själv involverad i behandlingen och hon kände sig mycket motiverad.

– Det funkade jättebra för vissa. Jag ville gärna, men jag var för sjuk för att själv ta itu med mina problem, säger hon om varför behandlingen inte lyckades. Den här gången heller.

AnnaMaria kom sedan i kontakt med en läkare som tyckte att hon borde läggas in på en medicinsk avdelning på Sahlgrenska sjukhuset i Göteborg. Där hade man just börjat ta emot vuxna

anorexipatienter, oftast bara en i taget. När AnnaMaria kom till medicinavdelningen hade hon ett BMI under 14 och var i mycket dålig fysisk form.

– Där behandlades jag som de andra patienterna; som om jag var sjuk, inte som om jag var anorektiker. Ansvaret lyftes från mig när jag fick höra att sjukdomen inte var mitt fel. Trots att jag var en hopplös patient som rymde och drog ur sonden flera gånger var de så otroligt snälla mot mig.

Liksom många gånger tidigare fick AnnaMaria nu vak vid sin sida för att hon inte skulle kunna göra sig själv illa.

– Det är jättejobbigt att ständigt vara övervakad. Varje gång jag sluppit det, har det känts som en lättnad. Efter långa vakperioder har jag tänkt att "nu måste jag passa på att göra mig illa". Men extravak fungerar också som en trygghet. Jag kan koppla av och tänka att "nu kan jag inte skada mig", säger AnnaMaria.

När hon skrevs ut från medicinavdelningen hade hon en låg, men inte livshotande vikt. Hon hade för första gången i sitt liv en vilja att bli frisk, men insåg samtidigt att hon behövde mer hjälp för att klara sig. Eftersom hon var över 26 år fick hon ingen plats i Västra Götaland, utan fick vända sig till Capio Anorexi Center på Löwenströmska sjukhuset i Upplands Väsby. Att de var beredda att ta emot henne trots hennes historia väckte ett stort hopp. Behandlingen var inriktad på att patienterna först skulle komma upp i en hälsosam vikt och AnnaMaria fick både näringsdrycker och dropp.

– Jag fick veta att om kroppen mår bra så tänker man bättre, hormonerna kommer i gång och man får tillgång till sina känslor.

Efter ett par månader startade samtal med behandlingsteamet. AnnaMaria hade en kontaktperson och regelbundna samtal med en psykolog. Bältesläggning och sprutor byttes mot andningsteknik och omfamning. AnnaMaria fick jobba med motivering och ångesthantering.

– Jag fick lära mig att jag är en människa med samma rättigheter som alla andra.

Att jag måste vara förlåtande mot mig själv. Det är inte mitt ansvar att ta på mig alla problem som finns. Jag vill så gärna hjälpa andra, men det kan jag bara göra om jag först tar vara på mig själv.

AnnaMaria stannade nio månader på Löwenströmska Sjukhuset och när hon skrevs ut i juli 2008 flyttade hon hem igen. Att hon inte bodde i Stockholm var en stor nackdel för henne. I västra Götaland fanns inte den dagvård som AnnaMaria så väl behövde. Men genom Löwenströmska fick hon kontakt med en privat psykolog som jobbar på exakt samma sätt och dit går hon nu en eller två gånger i veckan.

– Min terapeut är varm och kärleksfull och vi har en jättefin kontakt. Att jag kan ringa henne när som helst innebär en stor trygghet för mig. Jag utsätts hela tiden för nya situationer och ibland känner jag mig som Bambi på hal is.

Äntligen kan AnnaMaria se framåt.

– Jag känner mig så stark nu att jag kan stå emot de negativa tankarna. Då och då återvänder jag till boken för att få kraft. Det spelar ingen roll om jag får kämpa. Livet är fantastiskt!

AnnaMaria är på väg att bli frisk och hon har mycket att glädjas åt. Det senaste året har hon fått mens för första gången i sitt liv och hon har blivit kär och fått kärleken besvarad.

– Jag har haft svårt att förstå att jag varit älskad förut. Jag har saknat den grundtryggheten. Men det är faktiskt sant att min kille tycker om mig, säger hon och ler med hela ansiktet.

Förhållandet har stärkt henne och gett henne självförtroende. Varken hennes pojkvän eller hennes terapeut vet särskilt mycket om hennes bakgrund och det känns skönt, tycker hon. De litar på henne. Det är svårare för familjen. Men vid 34 års ålder håller AnnaMaria äntligen på att frigöra sig från sina föräldrar och flytta hemifrån.

Vilka drömmar har du om framtiden?

– Jag vill gärna hjälpa andra med LNS, ge dem hopp, kanske skriva en bok om mina upplevelser. Sen hoppas jag på att få bli mamma så småningom. Men först måste jag lära mig att leva och det är ett heltidsjobb.

ingemo.orstadius[at]telia.com

Ingemo Orstadius

Läs vidare

Ytterligare artikel om AnnaMaria, [Kärlek som läker](#), SocialPolitik nr 2 2013.

Ätstörningarnas hemliga språk av Peggy Claude-Pierre använder sig i sin bok av uttrycket LNS, långvarigt negativitetssyndrom.

En person med LNS har en stark inre negativism, tar på sig världens bekymmer och blir tillintetgjord när hon upptäcker att hon inte kan rädda världen. Så här kan en anorexipatient resonera: "Att äta är att inta föda. Att inta föda är att leva. Jag borde inte leva därför att jag har svikit mänskligheten. Därför förtjänar jag ingen föda."

Anorexi handlar om själväckel och hat för att man inte lyckas vara perfekt.

Enligt Peggy Claude-Pierre utvecklas ätstörningar omedvetet. Hon tror att vissa människor är mer känslomässigt sårbara från födseln och att deras känslighet alltid gäller andras behov. "Anorektiker är livrädda för att ge upp ätstörningen, eftersom de inte känner till något annat sätt vara."

Författaren menar att ätstörningar endast är ett av flera symptom på LNS. Andra kan vara depression, panikattacker eller tvångssyndrom.

En artikel om terapeuten Mia Andersson finns i Socialpolitik nr 3/06.