

Løgne og skyklapper

59-årige Karin Jensen røg sig til sin KOL-diagnose over en lang årrække, og hun vil til enhver tid skrive under på, at det var en sej og ynkelig kamp, da hun skoddede de 20-25 daglige cigaretter. For kampen var ikke blot en kamp mod tobakken, men også mod hendes egen psyke, som kørte om hjørner med hende - og drev hende ud i løgne og situationer, som hun i dag ryster på hovedet af.

Kampen begyndte så småt i 1995, da hun udrædede sig over, at hun måtte holde pauser, når hun skulle til sin lejlighed på 2. sal.

- Jeg blev meget forpustet, men blev glad, da lægen sagde astma og gav mig medicin, siger Karin Jensen, som glad røg videre og tænkte, at hun jo nok skulle løbe en lille tur i ny og næ. Det skete dog ikke, og i 1998 måtte hun konstatere, at situationen var forværret.

- Jeg fik konstateret rygerlunger, og at min lungekapalet var på 38 pct., siger Karin Jensen, som valgte at ryge videre. Og bildte lægen ind, at hun kun røg 8 til 10 cigaretter om dagen.

- Jeg bildte mig selv ind, at en stor del af cigaretterne jo røg sig selv i askebægeret, og at så

kunne jeg jo egentlig godt fortsætte. 8 til 10 om dagen var jo ikke så galt, siger hun.

Et liv med løgne

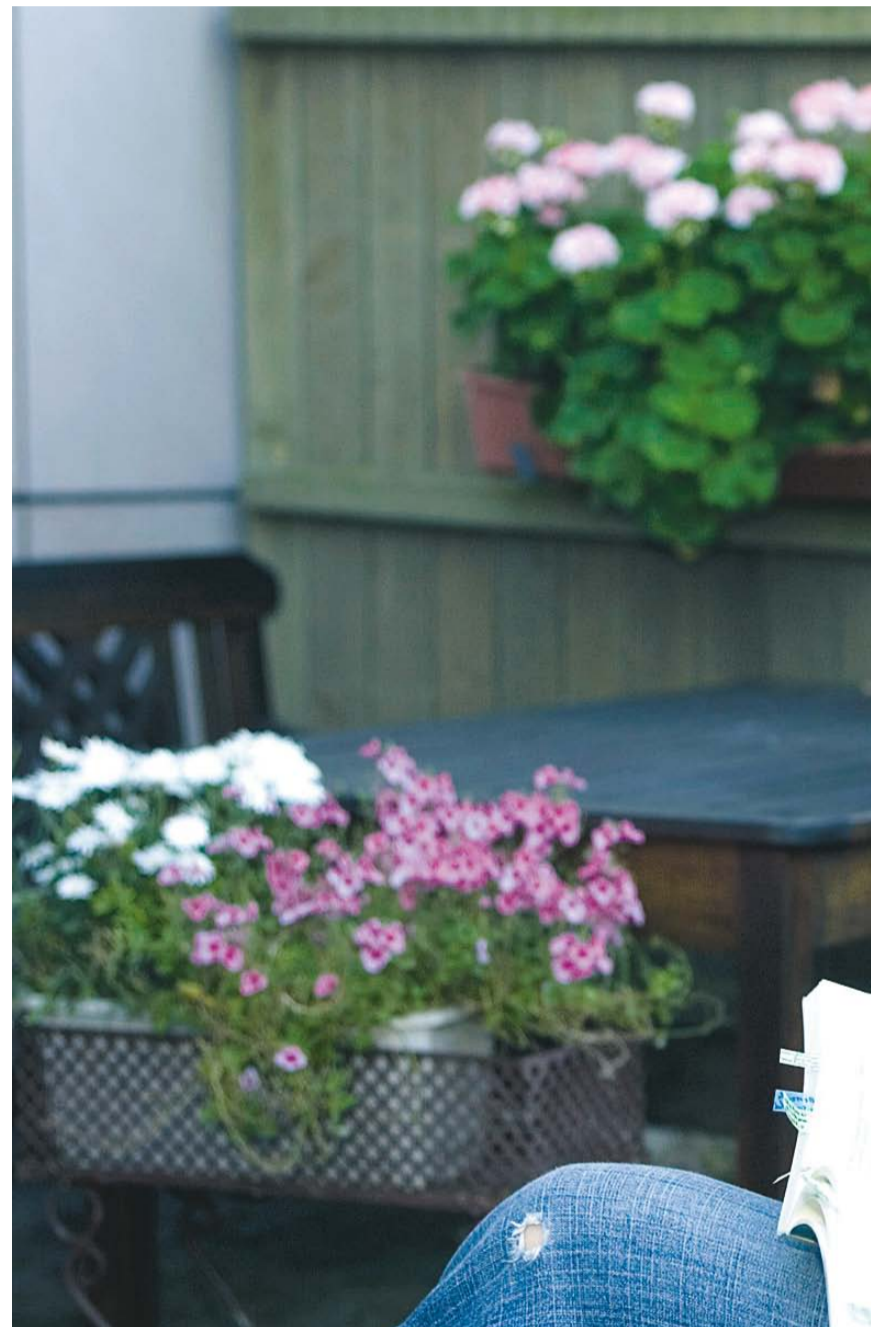
I 2000 blev hendes vejrtrækning endnu mere besværet, og hun besluttede sammen med gemalen, Ole, at det skulle være slut.

- Vi gik til en akupunktør, og Ole stoppede efter den første behandling - han var mere bange for nåle end for at dø af rygerlunger, siger Karin Jensen.

Selv fortsatte hun med de 20-25 daglige ciga-

- Det er jo din egen skyld!

DIAGNOSE: Det er blevet ensomt at få en livsstilssygdom, fordi opfattelsen ofte er, at det er personens egen skyld



» Alene ordet "livsstilssygdom" siger det jo - at det er ens egen livsstil, der er skyld i, at man er blevet syg. Og det er en udbredt holdning i vores tid, at man selv må stå til ansvar for sine handlinger.

ANNE METTE FLENSTED, psykolog

Af Lars Høj
lars.hoej@nordjyske.dk

Det kan være ensomt at få en livstruende diagnose, der relaterer sig til en livsstilssygdom. Årsagen og skylden kan jo pege direkte på den syge. Ordet "livsstilssygdom" siger det jo - at det er ens egen livsstil, der er skyld i, at man er blevet syg. I vores tid er der en tendens til, at man selv må stå til ansvar for sine handlinger - og at det måske nok er synd for en, men alligevel ikke SÅ synd. Den syge er i vid udstrækning jo selv ude om det. Hun kunne jo have spist ordentligt, dyrket noget mere motion eller la-

det være med at ryge.

Det siger psykolog Anne Mette Flensted, som har praksis i Hjørring og bl.a. arbejder med angst.

Skyld - både ude- og indefra

- I det moderne samfund er der en tendens til, at der ikke er noget, som er større end en selv. Vi står selv til ansvar for vores handlinger, og ikke nok med at det omkringliggende samfund har en tendens til at pege anklagende på den syge - den syge kan selv have en skyldfølelse over at være blevet syg, siger hun og slår fast, at omsorgen for den syge dermed også har ændret sig.

- Når holdningen er, at man selv

har ansvar for sit liv og sit helbred, giver det sig selv, at omsorgen for den syge ikke er ubetinget. Man kan betragte sygdommen som mere eller mindre selvforskyldt, og den syge har jo vidst, at det kunne komme. Mange syge oplever skyldfølelse, siger hun.

Når identiteten skrider

Dermed er det noget af en opgave, den syge har foran sig. Ud over fornemmelsen af de løftede pegefingre udefra og den indre skyld skal den syge også forholde sig til, at livet måske er truet, at den daglige livsførelse skal ændres, og at tidligere erfaringer og reaktionsmøn-

stre på uventede ting ikke nødvendigvis kan bruges til noget konstruktivt.

- Den syge oplever at have mistet dele af kroppens funktion. Det kan føre til, at man bliver i tvivl om sin identitet eller i værste fald mister den. Og er man nået dertil, kan det nemt gå ud over de sociale relationer. Man kan ende i en krise, som griber ind i alle områder af tilværelsen, siger Anne Mette Flensted og uddyber:

- Alvorligt syge forsøger ofte at bevare deres oprindelige identitet. De har svært ved at opfatte den nye situation og den nye person som "det virkelige mig". Og det gør ondt