



Store påkjenninger

Hanne og ektemannen Jonas har tre barn. Den ene datteren strever på skolen fordi hun har ADHD og lærevansker, og som følge av mange jenteintriger i klassen. Etter solid innsats fra foreldrene og med støtte i undervisningen går det nå noe bedre med datteren.

For litt over et halvt år siden oppsøkte Jonas lege på grunn ustøhet og nedsatt kraft i den venstre armen. En stund fryktet Hanne og Jonas at han hadde en hjernesvulst. Da han fikk påvist multipel sklerose var det nesten en lettelse, fordi de hadde forventet noe enda verre.

De siste fire årene har Hannes far vært enkemann. Han er i slutten av 80-årene og har begynnende aldersdemens. Etersom Hanne er enebarn er hun alene om ansvaret for faren. Nå var hun åpenbart svært medtatt.

Pasient: Jeg vet ikke om jeg orker mer!

Lege: Jeg skjønner at du er sliten. Du har hatt store belastninger gjennom lang tid nå!

Pasient: Ja, jeg tror jeg kanskje ikke jeg makter mer av dette.

Hanne brast i gråt. Hun hadde et tilnærmet aleneansvar for tre barn, en syk ektemann og en dement far i tillegg til full jobb.

Pasient: Jonas er forståelig nok deprimert, og han er ofte sliten fordi han har MS.

Hanne føler at hun må skåne ham for belastninger og samtidig være den sterke klippen i familien. Hun forsøker å lage en god stemning hjemme, for å kompensere for at barna har en syk far. Mannens depresjon er noe av det hun syntes er vanskeligst å forholde seg til. Han er irritabel og mener at hun ikke bryr seg nok om han. Hanne merker at hun selv blir nedstemt av alle familiens vanskeligheter. Hun synes det er godt å ta seg en løpetur alene, men det minner Jonas om at han ikke har helse til dette lenger. Derfor lar hun være å løpe.

Pasient: Nå har jeg selv begynt å lure på om jeg er syk! Jeg har blitt glemsk og fjern og kan våkne opp om natten og være helt nummen i hendene. Hva tenker du om det?

Jeg spurte om hun hadde muskelsmerter i nakken, noe hun bekreftet. De samt stress kan forklare hennes symptomer, men jeg tilbød å utrede dem nærmere. Hun mente det ikke er nødvendig og av slo også å jobbe redusert til hun kom seg mer ovenpå. Jeg spurte om hun ønsket å snakke med en psykolog. Hun sa at hun ville vente med egne samtaler men ville foreslå for mannen å forsøke parterapi slik at de kunne få hjelp til å kommunisere bedre.

Jeg understreket hvor viktig det er for henne å få noen pusterom for seg selv, og at det nødvendig hvis hun skal det faste holdepunktet for de andre i familien.

Pasient: Ja, det er vel denne klippefølelsen jeg føler litt for sterkt selv også, og det er vel kanskje derfor begynner å tolke stressymptomer som sykdom!