

FÖRSTA KAPITLET UR BOKEN "VÄNDPUNKTER" AV AGNETA SJÖDIN

EN SMÄRTSAM VÄG SOM LEDDE TILL OS-GULD

01 ANDERS OLSSON

Jag fick först höra talas om Anders Olsson genom Jonas Jacobsson, som vunnit 13 guld i skytte i Paralympics. Jonas och jag träffades när jag jobbade med *Bingolotto*. När jag berättade för honom att jag höll på att skriva en bok om vändpunkter föreslog han genast att jag skulle tala med Anders. Det är kallt och snöigt i Stockholm när jag till slut får träffa honom. Han är i Stockholm för att gå på middag på Rosenbad för alla som var med i OS och Paralympics i Aten. Anders är trettionio år och rullstolsburen. Han slog världsrekord och tog guld och två brons i handikappsimning i Aten. När vi träffas är hans fru Annika med och jag förstår att hon har varit ett stort stöd för honom.

När jag var tio år lyfte jag en skivstång och bröt sönder flera diskar i ryggen. Jag lyfte skivstången rakt upp, och ryggen vek sig som en fällkniv, rakt bakåt. Det small till som ett gevärsskott och det gjorde fruktansvärt ont. Efter det fick jag förstås väldiga problem med ryggen, men jag var för ung för att bli opererad. På grund av skadan fick jag inte vara med på gymnastiken i skolan, men jag började ändå träna lite simning och cykel på egen hand. Jag har ju alltid varit en väldigt aktiv och fysisk person och höll länge på med till exempel hockey, simning och triathlon.

Åren mellan 1987 och 1992 satsade jag speciellt mycket på triathlon. Då tränade jag ungefär fyra timmar om dagen, och när det var tävlingar i Sverige brukade jag hamna på runt 15:e plats. 1990 började jag få lite mer problem med ryggen. Jag fick inflammationer och tvingades äta inflammationshämmande medel. Det hjälpte för stunden, men problemen återkom alltid. Eftersom diskarna i ryggen var av rörde sig ryggen för mycket. Dessutom hade bäckenbenet rasat ned två centimeter, så 1995 valde läkarna att steloperera mig. De lade alla benen rätt och fixerade dem med långa skruvar. Operationen gick bra och jag kunde komma hem ganska fort. Jag fick låna en sorts hög skrivbordsstol, som jag stod satt och gjorde allt i, eftersom jag inte fick sitta helt efter operationen. En dag när jag svarade i telefon och satte mig lite lätt på stolskanten gick den sönder. Jag föll rätt ned i golvet. Det small till i ryggen och jag insåg genast att något hade gått riktigt snett. Vi ringde till sjukstugan och jag berättade vad som hade hänt. Själv var jag ju helt säker på att något hade gått sönder, men på sjukstugan sa de att det inte var någon fara. "Vi har skruvat fast med långa skruvar och det

kan inte ha hänt något”, sa de. Jag stod på mig och sa att något var fel, det visste jag. Men det var ingen som ville lyssna på det. Senare visade det sig att jag hade haft rätt. Min ryggmuskel hade gått av.

I sju månader blev jag sängliggande hemma. Den enda platsen jag tog mig till förutom sängen var toaletten. Jag proppade i mig morfin och hade vansinnigt ont. Det var aldrig någon från sjukhuset som gjorde någon ordentlig koll på mig för att se vad som hade hänt, ingen röntgen gjordes, ingenting. Man skrev bara ut mer morfin. De var så övertygade om att det inte kunde ha hänt något. Jag visste ju att med den smärtan som jag hade var det helt säkert något som var fel. Men jag hamnade i något slags dimma av alla tabletterna och slutade bry mig. Jag bara låg där i sängen i månader och tänkte väl egentligen inte på något speciellt mer än att det gjorde så förbannat ont. Jag bara låg där, svarade inte i telefonen, ringde det på dörren öppnade jag inte. När min fru gick så fick hon låsa, sedan låg jag bara där och tog mig till toaletten när jag behövde. Jag ville absolut inte prata med eller träffa någon. Jag bara låg där helt passiv fram till det att jag besökte sjukstugan igen.

Den här gången träffade jag en läkare från Karlstad. Han sa att jag måste ta fler tabletter, för han tyckte att jag åt för få tabletter med den smärta jag hade. Jag skulle äta åtta Alvedon om dagen plus alla morfintabletterna. Det hade gått ungefär sex månader när han ökade mitt medicinintag, och då jag hade ätit den här nya mängden tabletter under ett par veckor gav kroppen upp och slutade fungera. Njurarna lade av och levern var i ett otroligt dåligt skick. Jag hade blivit totalt tablettförgiftad. En dag fick min fru ingen kontakt med mig och ringde efter ambulans. När jag kom in till sjukstugan fick jag en spruta mot smärtan och sedan var jag helt borta, i två veckor. Det här är två veckor som är helt raderade ur mitt liv. Jag var vid medvetande men totalt frånvarande. Det gick inte att få kontakt med mig, och jag kände varken igen Annika eller vår son Andreas. Läkarna berättade för Annika att om jag tagit en enda tablett till så hade jag dött. Kroppen hade totalt gett upp.

När jag kvicknade till fick jag ångest och ville bara därifrån. Om jag så skulle hoppa ut genom fönstret skulle jag bort därifrån. Eftersom ingen kunde hindra mig, skrev jag helt sonika ut mig själv och åkte hem. Min fru och son skulle på semester dagen efter, så det blev lite kaos och min svärmor fick rycka in och ta hand om mig medan de var borta. Mina värden var fortfarande riktigt dåliga och jag var inte helt medveten om saker som hände omkring mig. När min fru kom hem igen lade min urinblåsa av och vi fick åka ambulans in till sjukhuset igen. Idag undrar jag naturligtvis varför de bara gav mig morfin istället för att försöka hitta orsaken till smärtan. Dessutom förstod jag att man hade inställningen att jag bara kom tillbaka för att få mer morfin och det gjorde mig upprörd. Jag ville inte bli stämplad som

morfinmissbrukare. Jag hade ont och ville veta varför. Till slut hotade vi med att åka till ett annat sjukhus och då ändrade sig läkaren helt plötsligt och föreslog en operation redan morgonen efter. De skulle öppna ryggen för att se om de kunde hitta felet. Det tog alltså åtta månader innan de ens ville undersöka var smärtan kom ifrån.

När jag vaknade efter operationen kom läkaren in och tog mig i handen och bad om ursäkt för att han inte trodde mig. När de öppnade ryggen såg de att ryggmuskeln gått av och att det bildats en svulst som var tolv centimeter lång och fyra centimeter tjock. Den hade lagt sig över nervbanorna och orsakat smärtan. Det var så skönt, så skönt att äntligen bli trodd. Jag hade ju verkligen haft ont.

Jag fick åka på rehabilitering direkt. Smärtan fanns kvar, men kroppen började ändå fungera bättre när svulsten försvann. Jag kunde till exempel kissa ordentligt. Under de tre veckorna på rehabiliteringen försökte jag träna, men det gick inte. Jag fick fruktansvärt ont och jag fick problem med urinblåsan igen. Till slut blev läget så akut att de tvingades köra mig till sjukhuset ännu en gång. Istället för att köra mig till det närmsta sjukhuset som låg 300 meter bort bestämde de sig för att köra mig till sjukhuset där jag fått min tidigare behandling. Det tog mer än två timmar att köra och dessutom skulle vi släppa av en gammal dam på vägen. När jag väl kom fram tappade de mig på nästan två liter urin, och läkaren blev helt vansinnig och sa åt mig att inte göra om det igen eftersom jag kunde ha dött. Vad skulle jag svara på det? Jag hade ju inte känt någonting.

Här började man återigen mata mig full med tabletter. Jag var tvungen att äta tabletter för att kunna träna. Jag hade ju gått upp en hel del i vikt medan jag varit sängliggande, så det var viktigt att komma i form igen. Läkarna bestämde sig för att göra en bantningsoperation så att jag skulle gå ned fortare i vikt. Jag förutsatte att de visste vad de gjorde, och i januari 1997 gjorde de operationen. Jag vaknade upp först efter två veckor. Det visade sig att en sond som de skulle sätta i magen hamnat fel och att jag fått magsyra i lungorna. Syran frätte sönder lungorna och de tvingades flyga in en lungspecialist från Oslo som räddade mitt liv. Jag låg i respirator i sju dygn. Under den här tiden ser de också i sina papper att jag har problem med ryggen och bestämmer sig för att ge mig en ryggmärgsbedövning. Problemet är att de inte tänker på att jag är stelopererad och att man inte kommer åt att ge en normal ryggmärgsbedövning då. De försökte i alla fall och stack hål i min ryggmärg tio gånger.

En av sjuksköterskorna bad min fru att skriva ned allt som hände, så att jag skulle kunna få veta det om jag vaknade upp igen. Det var ju inte säkert att jag skulle överleva. Jag hade bara 47 % lungkapacitet, ryggmuskeln var av och min magmuskel hade blivit delad under operationen. Dessutom var det helt säkert att jag, om jag vaknade upp, skulle få tillbringa

resten av mitt liv i rullstol, vilket jag själv också förstod i samma ögonblick som jag öppnade ögonen.

Jag hade kramp i benen. Jag kunde röra dem, men jag hade liksom ingen styrka i dem. Mot bättre vetande tvingade läkarna mig ändå att försöka gå med en gåstol. De visste fortfarande inte att de stuckit hål i min benmärg och att jag var förlamad. När jag ställde mig upp pressades ryggmärgsvätskan ut. Jag kände på mig att något var fel, men det var ju så mycket som känts fel under så lång tid att jag hade vant mig. Det var ingen överraskning att det blev fel på sjukhuset, att de skickade hem mig med en massa tabletter och utan rullstol.

Efter några veckor hemma med smärta och morfin tog jag kontakt med en läkare på smärtkliniken i Karlstad. Jag berättade om min smärta och att benen liksom inte hängde med. Jag kunde fortfarande stödja lite på benen och det vänstra benet var lite bättre än det högra. Så fort läkaren såg mig sa han att de stuckit hål på min ryggmärg och att jag skulle direkt in på magnetröntgen. Efter att ha sett bilderna blev läkaren fly förbannad. Han pekade på bilderna och visade att de stuckit tio hål rakt in i min ryggmärg. Självtänkt drog jag inte riktigt reagerade på vad han sa. Den här gången fick jag en rullstol med mig hem så att jag kunde förflytta mig på egen hand. Vi avvaktade för att se om det blev någon förbättring, men jag blev bara sämre och sämre. Till slut tappade jag helt känseln i benen. Så småningom kom den tillbaka, men jag kunde inte röra benen. Nu har jag ingen känsel alls på vissa ställen, men är överkänslig på andra.

Jag blev naturligtvis väldigt nedslagen av att behöva sitta i rullstol. Jag tror att jag hamnade i något slags chock och det satt i närmare fem år. Jag gav bara upp. Jag tänkte på hur det skulle gå med min träning. Jag hade ju tränat i hela mitt liv, men nu då? Jag fick svårt att engagera mig i min sons hockeyspelande. Allt sådant som betytt något för mig rasade omkring mig. Hoppet rann ur mig i samma takt som jag matade mig morfin för att stå ut med smärtorna i ryggen. Jag stängde in mig, svarade inte i telefon och struntade i att öppna om det ringde på dörren. Mitt förhållande med familjen var bra, men jag ville inte att någon utifrån skulle komma nära. Jag ville inte prata om mina problem och dolde nog ganska väl vad jag egentligen kände. När jag väl träffade andra människor pratade jag alltid om en massa annat, inte om att jag satt i rullstol. Jag ville inte prata om det. Mitt problem var ju egentligen inte att jag satt i rullstol utan att jag hade så ont.

Smärtan var hela tiden det största problemet. 1998 opererade de in en TNS, en nervstimulator. Det är en dosa som de opererar in vid sidan av magen. Den skickar ut elektriska impulser i en sladd som ligger längs med ryggraden. Tanken är att impulserna ska slå ut smärtan, och det fungerar till viss del, men jag var ändå tvungen att fortsätta äta en hel

del morfin. Dessutom hade jag ju förlorat halva min lungkapacitet. En normal person använder bara drygt 30–40 % av sin lungkapacitet så det borde i sig inte vara något problem, men jag fick ofta lunginflammationer. Jag har inte kollat vilken lungkapacitet jag har idag. Det sägs att det inte går att träna upp den, men det känns faktiskt bättre idag. Det var inte längre några problem att få ut morfin. Jag behövde inte ens gå till läkaren, jag gick bara till apoteket och fick vad jag ville ha. Vissa gånger hade jag nog klarat mig utan morfin, men då skulle jag ha mått sämre och det ville jag inte.

I december 1999 utbröt det mer eller mindre kaos hemma när min fru bröt benet. Men det kom ändå att bli en positiv vändpunkt för hela familjen. Eftersom Annika inte kunde hjälpa mig som hon brukade fick jag en personlig assistent. Jag valde en gammal arbetskamrat som jag kände mig trygg med, och han tvingade ut mig på en massa saker hela tiden. Jag hade fortfarande ont, men han såg till att jag kom ut i alla fall. Något år senare började jag hjälpa till med hockeyn igen och blev ungdomsansvarig för klubben. Eftersom jag hade ett ansvar att uppfylla tvingade jag mig ut.

Jag ansökte om att få mer rehabilitering, men jag fick svaret att jag var för sjuk för att träna. Och om jag skulle få mer rehabilitering var jag i så fall tvungen att lägga in mig i åtta månader på avgiftning för att rensa alla tabletter ur kroppen. Jag blev förbannad. Det kändes som om samhället helt gett upp hoppet om mig, som om jag bara var en belastning som kostade pengar. I samma veva utmanade mig en kompis från hockeyn på Vansbrosimmet. Först sa jag nej och tänkte att han kunde få rätt när han sa att han äntligen skulle kunna slå mig nu när jag satt i rullstol, men sen ändrade jag mig. Om samhället gett upp allt hopp om mig, så skulle jag minsann visa att det hade fel, även om jag bara hade tre månader på mig att komma i form.

Första gången simmade jag tre hundra meter och trodde att jag skulle dö. Hela kroppen skakade i fjorton dagar efter det träningspasset. Jag kunde knappt sova på nätterna och trodde att jag inte hade långt kvar. Men min kompis ringde och tjatade om att vi skulle träna varje dag. Jag ville inte, så jag skylldes på allt möjligt. Sedan fick jag veta att om man äter så mycket mediciner som jag åt då, så är det viktigt att dricka riktigt mycket och få i sig salt när man tränar. Så jag försedde mig med en massa Vichyvatten och begav mig till simhallen igen och det gick mycket bättre. Det gick så bra att jag bestämde mig för att försöka dra ned på medicinerna och morfinet trots att min läkare antydde att det inte var någon bra idé. Jag ville bevisa för mig själv att jag kunde klara av det och hade bestämt mig.

Vansbrosimmet är tre kilometer långt och i ärlighetens namn hade jag inte hunnit träna så mycket men jag ställde upp i alla fall. Jag kom i mål och jag vann vadet med min kompis. Det

var ungefär 3 000 personer som deltog det året och jag kom på 98:e plats! När jag kom i mål och kravlade upp på bryggan kom det fram folk som undrade om jag var så trött att jag inte orkade stå upp. Jag svarade att jag satt i rullstol och då såg de helt chockade ut.

Jag fick en otrolig kick av den här upplevelsen och bestämde mig för att fortsätta. Jag visste att det fanns handikappsimning och bestämde mig för att titta lite närmare på det, fastän jag insåg att jag nog var i äldsta laget. Jag började träna flitigt i alla fall och var med i några tävlingar. SM var året därpå och jag beslutade mig för att satsa på det. Simningen vände hela familjens tillvaro till något bättre. De hade alltid ställt upp för mig och nu kunde jag på något sätt återgälda dem genom att bli en gladare och lyckligare människa.

Den 1 november 2002 åt jag min sista tablett. Under mer än ett halvårs tid hade jag avgiftat mig själv på egen hand. Jag sa ingenting till läkarna, eftersom jag ville se om det gick först. Jag kan inte med ord beskriva hur dålig jag blev när jag slutade med tabletterna. Jag kunde vakna badande i min egen svett om nätterna. Jag kände mig dödssjuk, men istället för att ta en tablett gick jag ut i garaget och tränade. Jag ville inte vara beroende längre. Det var nog inte alltid så roligt för Annika som var tvungen att hjälpa mig ut i garaget tidigt om mornarna, men jag fortsatte. Jag tränade och lyssnade på så hög musik att jag inte behövde tänka på något annat. Till slut byggde kroppen upp något slags försvar mot smärtan. Det var underbart att kunna åka och lämna tillbaka alla tabletter som skickats till mig under den här tiden och säga att jag inte behövde dem. Det är drygt två år sedan nu och det är min största seger.

När så till slut SM kom ställde jag upp i sju olika distanser och i ett laglopp. Jag kammade hem full pott. Sju individuella guld och ett lagguld. Dessutom blev det nya svenska rekord. Efter de framgångarna formulerade jag tanken att jag skulle vilja vara med i landslaget. Jag ville komma ut i världen, tävla och få se och uppleva saker. Mina framgångar i SM innebar att jag faktiskt kom med i landslaget. Jag blev också uttagen till OS och jag visste direkt att jag skulle vinna 400 meter frisim.

Tävlingsdagen ett halvår senare var jag inte lika kaxig. Det var inte lätt att vara lika tuff när man stod där och kände sig tvungen att leva upp till vad man sagt. Jag kände pressen, men det sporrade mig också. När jag simmade tänkte jag på hur tråkigt jag haft när jag bara legat där i sängen och hur roligt jag hade nu. Jag kom i mål som etta och tog hem guld. Jag simmade också till mig ett nytt världsrekord och lyckan var total. Äntligen lyckades jag med någonting ordentligt och alla var där och såg det. Min fru och son satt på första parkett och var så stolta över mig. Det kändes alldeles underbart. Det var en fantastisk revansch gentemot dem som gett upp hoppet om mig. När jag återvände till smärtkliniken i Karlstad för att byta batteri i TNS-dosan hade de satt upp en stor affisch av mig och bjöd på tårta för att fira.

Mitt nästa mål blev att förbättra mina resultat i Vansbrosimmet. Jag hade tävlingssimmat tills jag var femton år och min bästa placering var 28:e plats och det ville jag slå. 2003 hamnade jag på 31:a plats. 2004 deltog 4 600 simmare. Jag kom på 17:e plats och lyckades därmed slå mitt gamla rekord. När jag satt i duschen efter loppet kom det ett par stycken och klappade mig på axeln och sa att det säkert skulle gå bättre nästa år. De trodde att jag brutit loppet, när jag i själva verket kommit i mål långt före dem. Jag log inombords men sa ingenting. När det var prisutdelning och de ropade upp mig blev de nog lite chockade när de insåg att det var jag som hamnat på 17:e plats.

Idag har jag lärt mig att leva med smärtan. TNS-dosan hjälper och eftersom jag tränar så mycket kan jag till viss del kontrollera smärtan. Vanligt folk undviker ofta att träna när de har ont, men jag gör tvärtom. Kroppen producerar egna smärthämmande ämnen, så därför mår jag bättre när jag tränar. Jag tränar sex dagar i veckan och bara i år har jag simmat 115 mil. Förut låg jag bara och tänkte på hur ont jag hade, men det har jag inte tid med längre. Det är ju dessutom bara ett hinder att tänka så och jag vill komma framåt och inte bara blicka bakåt.

Just nu siktar jag på att genomföra en Ironman- tävling. Den består av 3,8 km simning, 18 mil cykel och ett maratonlopp, i rullstol för mig så klart. Det finns bara två handikappade i världen som klarat det tidigare, så det vore härligt att genomföra det. Men min familj är ändå viktigast. Vi hade några fruktansvärda år som vi tagit oss igenom tillsammans. Egentligen är det de som skulle få guldmedaljerna.

Jag är en annan människa idag. För det första är jag mycket klarare i huvudet; jag kan tänka klart nu när alla mediciner är borta. Sedan har jag ju fått en helt ny livsgnista, jag kan känna glädje och lycka idag. Det som kändes besvärligt och jobbigt förut har jag inga som helst problem med idag. Allting blev mycket, mycket lättare. Det betydde också mycket att jag fick komma ut och träffa andra som var handikappade. Det var ofta mötena som inspirerade mig att fortsätta framåt, träna och testa nya gränser. Mitt mål idag är att se hur långt jag kan nå. Det som driver mig mest är när någon talar om för mig vad jag kan och inte kan göra. Då vill jag genast överbevisa dem. När de till exempel tog blodprover på mig och räknade ut att min maxgräns på 400 meter frisim ligger på 5,09. Dit skulle jag kunna komma, men inte längre, det var min maxgräns sa de. Men jag gick i mål på 5,03 i OS. Världsrekordet innan var på 5,20. En dag ska jag komma under fem minuter, har jag sagt, det är en magisk gräns. Jag vill bevisa att det går att göra under 4,50. Gränser är till för att tänjas.

Det är viktigt att man inte ger upp, det finns ett liv efter olyckan. Det är väl jag ett levande bevis på. Visst fanns det ofta stunder när det kändes som om allt hopp var borta. Stunder när jag trodde att jag inte skulle vakna upp dagen efter. Men så vaknade jag på morgonen, vred på

huvudet, och där var Annika, med ett leende och alltid lika glad. Utan Annika och Andreas hade det aldrig gått. Aldrig. Om jag hade legat där alldeles själv hade jag varit helt chanslös.

Sverige tog sammanlagt 21 medaljer i Paralympics i Aten 2004: 8 guld, 7 silver och 6 brons. 304 världsrekord och 448 paralympiska rekord sattes. Sjukhuset som felbehandlade Anders har anmält sig självt. Anders har också startat handikappsim för barn.