

Sommaren värsta tiden för många

ÅTSTÖRNINGAR

Fokuseringen på vikt och kropp ökar samtidigt som många vårdenheter har semesterstängt. Sommaren är den värsta tiden för många med åtstörningar.

Sociala medier fylls av strandbilder och tidningarna visar upp perfekta bikinikroppar. Om man har ett problematiskt förhållande till kropp och mat kan det lätt förstärkas under sommarmånaderna.

– Under de varma månaderna förväntas man exponera sin kropp och det kan vara stressande för många. Det blir mer fokus på hur man ska se ut, säger Friida Jakobsson från Frisk och Fri, riksföreningen mot åtstörningar.

UNDER SOMMAREN HAR Frisk och Fri en stödtelefon dit man kan vända sig med frågor. De ordnar också öppna träffar för drabbade och anhöriga, där man kan träffa andra som varit i samma situation. – Flera personer som får hjälp under terminerna mejlar oss med frågor om var de kan vända sig under sommaren, säger Friida Jakobsson.

Fakta: Åtstörningar

- Åtstörningar börjar ofta i tonåren.
- Anorexi förekommer hos en procent av alla kvinnor mellan 13 och 30 år. Bulimi är något vanligare med två procent.
- Numer finns också diagnosen UNS som innebär att man inte lever upp till alla kriterier för anorexi eller bulimi, men ändå har ett problematiskt förhållande till mat och kropp. Det beräknas vara minst lika vanligt som de två övriga diagnoserna tillsammans.
- Av alla psykiska sjukdomar har åtstörningar högst dödlighet, antingen genom att kroppen inte klarar av undernäring eller genom självmord. Var tionde vuxen med åtstörning har någon gång försökt ta sitt liv.

För samtidigt som kroppshetsen ökar, minskar möjligheterna att få hjälp. Göteborgs-Posten har varit i kontakt med fem åtstörningsavdelningar i regionen och samtliga har lägre kapacitet än vanligt under sommaren. I Uddevalla går verksamheten på halvfart eftersom personalen har semester. På Södra Älvsborgs sjukhus är öppenvården öppen hela sommaren men slutenvården stänger ner en vecka. På Drottning Silvias barn- och ungdomssjukhus har slutenvården sommarstängt i fyra veckor.

– Det är synd för ju fortare man får hjälp, desto lättare har man att bryta sitt beteende. Många drar sig för att söka hjälp så när man väl gör det är det tufft att höra att man är välkommen tillbaka till hösten, säger Friida Jakobsson.

MARIE CARLSSON är verksamhetschef på Barn- och ungdomspsykiatri på Sahlgrenska. Hon upplever att deras patienter tycker det är okej att vara utan vård några sommarveckor.

– Våra patienter är i skolldern och de vill ofta göra andra saker på sommaren, säger hon.

Patienterna på slutenvården skrivs ut när avdelningen stänger, men det finns andra möjligheter för de som verkligen behöver.

– Man kan alltid besöka dagvården. Och är man väldigt avmagrad kan man bli inlagd på vår akutavdelning eller hänvisad till vuxenpsykiatri, säger Marie Carlsson.

FÖR ATT FÅ bukt med åtstörningar tror Friida Jakobsson att det behövs mer resurser inom vården. Hon menar också att vi behöver ändra vår människosyn.

– Vi lever i ett prestationsinriktat samhälle där man ska vara snygg, duktig och ha många fritidsintressen. Jag tror att vi måste uppmärksamma att en människas värde inte ligger i vad hon gör utan vad hon är.

SANNA ARBMAN HANSING

031-62 40 00 sanna.arbmanhansing@gp.se



PÅFRESTANDE. Sjukdomen tärde inte bara på Fridas psykiska och fysiska hälsa utan också på relationen till hennes pappa.

”Anorexi är en

ÅTSTÖRNINGAR: MATEN BLEV DET ENDA FRIDA KUNDE KONTROLLERA

Efter många varv i vårdkarusellen har Frida Johansson äntligen blivit kvitt sin anorexi.

– Jag trodde att sjukdomen var min bästa vän. Men den är en riktigt dålig kompis, säger hon.

När Frida Johansson var i tolvårsåldern tyckte hon att livet var jobbigt. För att hantera det började hon att utveckla tvångstankar som med tiden blev till regler för vad hon fick äta och inte äta.

– I början kändes det skönt. Det var mycket i skolan, jag bytte kompisgäng och hela livet snurrade. Maten var det enda jag kunde kontrollera, säger hon.

HON HADE STENKOLL på vad hon åt och efter ett tag började hon – som tidigare inte varit så sportintresserad – att löpträna. Ivrigt påhejad av sin pappa sprang hon varv efter varv i en motionsslinga.

– Jag tyckte det var kul med en dotter som tränade och levde hälsosamt så jag peppade henne. Då hade jag ingen tanke på vad det kunde leda till, säger Roger Johansson.

SOMMARLOVET INNAN NIONDE klass åkte Frida med sin pappa till Paris. Där noterade en familjevän, som själv hade en son med anorexi, att Frida hittade på ursäkter för att inte äta och tog långa omvägar för att bränna kalorier. Han sa åt hennes pappa att kontakta barn- och ungdomspsykiatri så fort de kom hem.

På BUP fick Frida diagnosen anorexi, men eftersom det var

lång väntetid skulle föräldrarna behandla sin dotter i hemmet.

– Plötsligt förvandlades mina föräldrar till monster som ville ta ifrån mig det enda jag hade kontroll över. De försökte vara föräldrar och samtidigt läkare, dietister och psykologer, säger Frida.

UNDER HÖSTEN VAR familjen på samtal på BUP en timme i veckan, men Frida blev bara sjukare. Hon blev också skickligare på att dölja att hon inte åt. Hemma gömde hon mat på rummet eller sa att hon ätit hos kompisar.

– Till slut försvann min empati som förälder. En gång skrek jag



BILD: BJÖRN OLSSON

MATFOKUS. Sommaren är den värsta tiden för många med åtstörningar.



BILD: BJÖRN OLSSON

dålig kompis”

och slog kastrullen i köksbordet eftersom jag var så frustrerad över att se min dotter ta kål på sig själv, säger Roger.

ANOREXI ÄR EN svårbehandlad sjukdom eftersom patienterna vanligtvis inte vill bli friska. Framåt vintern hade Fridas sjukdom gått så långt att familjen var på väg att gå i spillror. Det blev ständiga diskussioner kring mat och motion och föräldrarna kände sig otillräckliga eftersom de förväntades behandla en sjukdom de inte hade någon utbildning för.

En dag fick hennes pappa nog och ringde till den privata Mandometerkliniken. Frida fick börja på deras dagvård i Alingsås men eftersom hon varken åt eller ville bli frisk blev hon snart inlagd för heldygnsvård på deras klinik i Stockholm.

Först där upplevde hon att vården gjorde henne friskare. Vårdpersonalen tog över ansvaret och föräldrarna kunde återgå till att vara just föräldrar.

Fakta: Råd till anhöriga

■ **Var uppmärksam.** Ju tidigare ätstörningen stoppas desto lättare är det. Har personen slutat äta saker de förut åt eller börjat träna mycket mer?

■ **Konfrontera.** Du kan tala om att du vet om problemet. Försök att säga det på ett kärleksfullt sätt utan att skuldbelägga. Personen kan bli arg men du kan ändå ha sagt ett frö.

■ **Visa att du bryr dig.** Fråga hur personen mår, känner och tankar utan att prata om maten eller träningen.

■ **Bli inte terapeut.** Du kan oftast inte hjälpa en person ur en ätstörning. Men du kan hjälpa den drabbade att hitta professionell vård.

■ **Tassa inte på tå.** Bete dig som vanligt och var så ärlig du kan.

Källa: ätstörningar.se

Efter sju månader flyttades Frida tillbaka till Alingsås och fortsatte sin behandling på dagvården.

I DAG HAR det gått fem år sedan dess. Frida är frisk men går fortfarande på uppföljningssamtal på kliniken för att minska risken för återfall.

Nu försöker ta igen allting hon missat. Hon reser och gör saker som hon inte kunde göra som tonåring. I höst ska hon läsa en sjuöfilsutbildning som en revansch för att hon var för sjuk för att gå den seglande gymnasieskolan. Familjrelationerna som var knackiga under sjukdomsperioden har också blivit bättre.

– Jag såg ett foto på min pappa som var taget precis innan jag blev sjuk. Det såg ut som om han åldrats femton år sedan dess. Sjukdomen har tagit hårt på oss allihop men det har också gjort att vi kommit närmare varandra, säger Frida.

SANNA ARBMAN HANSING

031-82 40 00 sanna.arbmanhansing@gp.se



BILD: ANDERS YLANDER

Tonåring allvarligt skadad efter hugg

BRÖTT: Klockan 03.25 natten till i går larmades polisen till Avenyn där ett vittne antråffat en man i övre tonåren svårt knivhuggen. Polisen misstänker att mannen knivhöggs några minuter tidigare utanför en krog på en tvärgata till Göteborgs paradgata.

– Den förmodade brottsplatsen är någonstans vid Teatergatan/Storgatan utanför en krog. Där har vi hittat blod och det är också vid den platsen som vi har genomfört en teknisk brottsplatsundersökning, säger polisens presstalesman Peter Adlersson.

Vittnesuppgifterna om vad som skett är vaga, men man misstänker att mannen har skadats i ett bråk där åtminstone tre-fyra personer var inblandade. Polisen ska nu bland annat gå igenom övervakningskameror som finns i närheten av den förmodade brottsplatsen för att se om mordförsöket eller de misstänkta gärningsmännens flykt kan ha fångats på film.

Polisen hade i går ännu inga misstänkta för gärningen som rubriceras som mord- alternativt dråpförsök. Vittnet som antråffade mannen på Avenyn såg inget av själva händelsen.

Allt färre unga kvinnor vill idrotta

IDROT: Sedan 2008 tappat idrottsrörelsen medlemmar och den faktiska aktiviteten i idrottsklubbarna minskar, visar klubbarnas rapporter.

– Det är de äldre ungdomarna mellan 17 och 20 år som slutar i högre grad, och det är särskilt tjejerna, säger Johan Norberg, forskare vid Centrum för idrottsforskning.

Vad det beror på är osäkert. Om unga hittar roligare saker att göra, om föreningarna har fel verksamheter som inte attraherar, inget går att säga säkert. Men det har inte med minskande barnkullar att göra, konstaterar forskarna. Aven Riksidrottsförbundet har uppmärksammat den vikande trenden. (TT)

Sur grannfejld leder till polisanmälan

BRÖTT: En grannfejld i Hallabro utanför Ronneby har surnat till ordentligt över sommaren.

Ett par som kom hem från semestern hittade surströmmingsburkar utlagda i deras trädgård, och dessutom "bill salu"-skyltar på tomten, rapporterar Blekinge Läns Tidning.

Paret misstänker att grannar har placerat ut föremålen och har lämnat in en polisanmälan om ofredande.

– De har varit grannar i många år och det ligger någon gammal tvist mellan dem, säger Helena Renberg hos polisen i Ronneby, till tidningen. (TT)

Solligan klar – Göteborg sämst i Sverige

VÄDER: Är du västkustbo och sugen på sol? Då får du antingen åka utomlands eller flytta till östkusten. Det är i alla fall den enklia slutsatsen som man kan dra av SVT:s årliga undersökning "solligan" där Visby är den ort med flest antal soltimmar i år och Göteborg den stad med minst antal soltimmar.

Visby har, mellan midsommar och 12 augusti, haft 536 soltimmar i år. Ölands norra udde har haft 530 soltimmar och Luleå i nordost har haft 504 soltimmar. I botten hittar vi Göteborg som bara haft 288 soltimmar. Det är det enda området av de 14 som SVT mäter i som inte ens når upp till 300 soltimmar.

Kyrkan kritisk till brudöverlämning

SÄMHALLE: Brudöverlämning – att bruden leds till altaret av sin far – har blivit en trend. Men den senaste veckan har präster och biskopar i lokala medier uttryckt kritik mot den nykonservativa trenden och dess tvåsammas symbolik. Medan brudöverlämning knappt existerade i Sverige på 1990-talet, har den under 2010-talet blivit populär, enligt Yvonne Hallin, kyrkoherde i Djurö, Moja och Nämndö församling i Stockholms skärgård. Inspiration från amerikanska filmer och prinsessbröllop är ett par förklaringar till trenden, gissar hon, och menar att det så gott som alltid är bruden som uttrycker önskemål om att bli ledd till altaret av sin far.

– Jag har inte varit med om att det är brudgummen som vill det, säger Yvonne Hallin. (TT)

