

Cecilia Bergh: "Det är ju bara hårt arbete som krävs"

Efter drygt 25 års envist kämpande för att sprida sin framgångsrika behandlingsmetod mot ätstörningar vill Cecilia Bergh växla upp. Målet är att digitalisera metoden och utveckla hjälpmedlet Mandometer till en konsumentprodukt.

Den första patienten var en svårt anorektisk 17-årig kvinna som kom till Karolinska Universitetssjukhusets akutmottagning 1993. Jourläkaren överförde henne till den psykiatriska kliniken men där ansågs hon för somatiskt sjuk för behandling. Den villrådiga läkaren kom då ihåg att han hört om en forskargrupp på sjukhuset som arbetade med ätstörningar.

– Då knackade läkaren på vår dörr och frågade om jag kunde ta mig an patienten. Jag svarade ja, och följde med till akutmottagningen för att träffa min första patient, säger Cecilia Bergh.

Search



Latest news

- > [Ny kommunal gymnasieskola i Flemingsberg](#) 29 juni, 2017

- > [Cecilia Bergh: "Det är ju bara hårt arbete som krävs"](#) 27 juni, 2017

- > [KCC stärker patientsäkerhet inom avancerade terapiläkemedel](#) 26 juni, 2017

- > [Publikrekord för CoLab Flemingsbergs inspirationsföreläsning med "Börshajen"](#) 26 juni, 2017

- > [Trevlig sommar!](#) 26 juni, 2017

- > [Möt Campus Flemingsberg i Almedalen](#) 21 juni, 2017

- > [Inflyttningen har börjat på Nobelus](#) ^

I USA. Den 17-åriga kvinnan skrevs in för behandling med det som i dag kallas Mandometermetoden.

[Campusutveckling](#) [Bli en del av klustret](#) [Idéer blir affärer](#) [Fokusområden](#)

[Om oss](#) [Kontakt](#) 

Mandometermetoden baseras på mer än 20 års forskning. Sedan 1993 har fler än 12300 patienter friskskrivits. Cirka 75 procent av patienterna blir symtomfria och 90 procent av dessa håller sig friska fem år efter behandlingen. Mando är ensamma om att visa upp liknande behandlingsresultat, menar Cecilia Bergh.

– Resultat är viktiga. Det finns ingen annan behandlingsenhet i Sverige som publicerat behandlingsresultat i internationella tidskrifter. Vi är dessutom ensamma i världen om att följa våra patienter i fem år efter behandling, säger hon.

Men det är inte det enda som skiljer Mando från andra behandlingskliniker. Medan övriga vården svängt mellan olika förklaringsmodeller till ätstörning har Cecilia Bergh med kollegor envist hävdad samma sak.

– Patienterna kan helt enkelt inte äta. De vet inte hur det känns att vara mätt, hur en normalportion ser ut, eller när man ska börja eller sluta att äta, säger hon.

Deras forskning visade tidigt att både anorektiker och bulemiker äter med samma hastighet genom hela måltiden. Tvärt emot det normala där vi äter i snabb takt i början och sedan minskar ättakten mot slutet av måltiden.

– På senare tid har vi även funnit att detsamma gäller för överviktiga patienter: de äter också i samma takt under hela måltiden, det kallar vi linjärt ätande, säger Cecilia Bergh.

Behandlingsmetoden går ut på att lära patienterna att äta rätt. Något som de en gång kunde men sedan förlorat kontrollen över.

– De två riskfaktorerna för anorexi och bulimi är minskat matintag, det vi kallar bantning, och hög fysisk aktivitet. När patienterna går ned i vikt, eller ökar sin fysiska aktivitet, så upplevs det som belönande. Dessutom uppmuntras de av omgivningen, såväl av media som vänner och bekanta, säger Cecilia Bergh.

> [Vesna Jovic redo för nästa steg i invånarnas tjänst](#) 29 maj, 2017

> [Studieresa till Berlin inspirerar utvecklingen av Campus Flemingsberg](#) 29 maj, 2017


> [Nationell konferens om kliniska studier 2017](#) 24 april, 2017



dar patienten placerar sin tallrik. Hjälpmedlet kallas Mandometer och

gör det möjligt för patienten att samtidigt som de äter jämföra och
 Campusutveckling Bli en del av klustret Ideer blir affärer Fokusområden Nyheter och event
 anpassa sin ättakt efter vad som är normalt.

– Det är beteendeförändringen som är det viktiga i behandlingen.

Också Kontakt 
 Samtal och analyser är mindre viktiga och kan tvärtom göra att
 sjukdomen vidmakthålls, säger hon.

Under åren har hon upplevt hur vården förändrat synen på anorexi.

Bland förklaringarna har funnits sexuella övergrepp, schizofreni,
 depressionssjukdomar eller bipolär sjukdom.

– I dag ses det som ett tvångssyndrom – men även det är fel.

Tvångsmässig blir du när ätandet inte fungerar och du svälter dig. Vi
 har visat att när man tränar ätbeteendet så förändras tankarna.
 Kognitionerna drivs av beteendet, inte tvärtom.

En slutsats som inte accepteras av den traditionella vården, menar
 hon.

– När ätbeendet blir normalt börjar också patienterna må allt
 bättre, de blir mindre tvångsmässiga och depressionen släpper. Det
 blir en väldigt tydlig effekt på tankarna när vi ändrar på beteendet.

Även den ofta kraftigt överdrivna fysiska aktiviteten hos patienterna
 försvinner.

– Tillför vi dessutom värme så avstår de från fysisk aktivitet, och på
 köpet dämpar värmen ångesten.

MANDO

*Mando Group AB startades av medicine doktor
 Cecilia Bergh och professor Per Södersten, efter
 många års forskning om ätbeteende och mättnad
 vid sektionen för tillämpad neuroendokrinologi vid
 Karolinska Institutet.*

Resan fram till i dag med tre kliniker i Sverige, en i USA och en i
 Australien, har varit motig. Trots publicerade resultat tog det lång tid
 innan företaget kunde träffa vårdavtal och ta emot patienter på
 remiss.



Det är inget mindre än ett paradigmskifte som krävs för förändring, Campusutveckling, Bli en del av klustret, Ideer blir affärer, Fokusområden, Nyheter och event menar hon. Inom vården går det väldigt långsamt.

– Nu har vi avverkat 25 år av den långa resan och lagt grunden för ett nytt synsätt på vårdstörningar. Men genombrottet kommer kanske inte att ske under min livstid, trögheten i våra vårdssystem är en mycket stark motkraft.

Hennes egen drivkraft har dock inte mattats av.

– När du forskat fram något som är effektivt har du en skyldighet att se till att så många patienter som möjligt får del av det. Dessutom kommer jag från en familj som betonade vikten av att stå fast vid vad som visats sig vara riktigt.

Cecilia Bergh far var läkare och även syskonen slog in på den medicinska banan. Självisade hon tidigt entreprenöriella fingrar. Syskonen fick bli de första kunderna när hon köpte salta godisar för ett öre styck, och sålde vidare dem för två.

– Det var inte svårt att sälja slut på lagret eftersom det var en bra bit till affären, säger hon.

Att det är viktigt att kunna klara sig själv fick hon också lära sig tidigt. Efter att hennes far gått bort bodde familjen kvar på gården i Visingsö, i södra delen av Vättern, där hjälptes de åt med sysslorna. Som elvaåring plockade hon ihop nog många jordgubbar, som såldes för 25 öre litern, för att köpa en elektrisk symaskin. En inspirationskälla fanns nära: hennes mor var textilkonstnär och hade redan vid 27 års ålder etthundra väverskor anställda.

– När jag fyllde femton hade jag sytt upp nog med kläder för att starta en egen affär. Och jag förhandlade med prästen om att få använda sockenstugan som affärslokal.

Affären drevs vidare i flera år och hon producerade kläder under vinterhalvåret för att ha butiken öppen under somrarna.

– Där sålde jag också krus från Höganäs, silverarbeten och hantverk samt bigarrår. Och jag gick ut på vägen och stoppade remmalagen* för att resenärerna skulle komma in i min affär och handla, säger hon och skrattar.



hamnade på sparkontot intor studierna. Aven om karriären blev en

annan finns intresset kvar.

Campusutveckling Bli en del av klustret Idéer blir affärer Fokusområden Nyheter och event

– När jag är i New York går jag alltid förbi Fabric district för att titta på den oändliga mängd tyger som finns där. Det är gigantiskt, och överväldigande att se. Och jag köper mycket tyger men har ingen tid att sy längre.

Efter att ha disputerat inom ätstörningar och avvikande beteenden fick hon i uppdrag av Socialstyrelsen att skriva en bok. Men hon ville tillbaka till forskningen och när en tjänst öppnade sig på Karolinska Institutet tog hon chansen att återvända till labbet.

Mando startades i en tid då avknoppningar från sjukvården starkt uppmuntrades.

– Vi har dock hela tiden varit mycket måna om att det är forskningen som driver kliniken och att de två ska vara starkt integrerade. Mando har aldrig gjort någon aktieutdelning, all vinst återinvesteras i forskning och klinisk utveckling. Något som varit en självklarhet för oss, säger hon.

Ungefär tio procent av omsättningen går till forskning och teknisk utveckling.

– Vi har nio världspatent men egendomligt nog är det tyvärr heller inte något positivt inom vården. Trots att vi borde se det som fantastiskt att kunskapen stannar i Sverige, ser många det istället bara som ett sätt att tjäna pengar. Det är helt fel för vi har skyldighet att skydda svenska innovationer, eftersom de har skapats med skattemedel. Det finns kända exempel på att andra istället tjänat pengar på uppfinningar och innovationer gjorda av naiva forskare som finansierats av offentliga medel.

Cecilia Bergh

Född: 1955 (62 år)

Familj: Sambo

Karriär: Disputerade med en doktorsavhandling om bulimia nervosa, 1995-1988. Utredare på

ovriga uppdrag: Styrelseledamot i

Entreprenörsskapsforum.

Campusutveckling

Bli en del av klustret

Idéer blir affärer

Fokusområden

Nyheter och event

Intressen: Färg och form, inredning.

Om oss

Kontakt



I dag är de mitt i arbetet med att digitalisera behandlingen – allt för att fler ska få nytta av dem.

– Det är inget litet arbete men det kommer vi att lyckas med – det är ju bara hårt arbete som krävs. Och jag har väldigt duktiga medarbetare.

Dessutom är siktet inställt på att utveckla Mandometern till en konsumentprodukt som man ska kunna köpa på närmaste apotek.

– Vi ska sälja 250 000 mandometrar per år! Jag vill att vi förebygger ätstörningar och allvarlig övervikt så vi slipper behandla patienter i specialistkliniker. Vår produkt skall bli del av den utvecklingen, säger Cecilia Bergh.

Hur gick det då med den första patienten? Visst tillfrisknade hon och arbetar i dag som jurist inom EU.

– Varje år kommer hennes pappa till kliniken i Flemingsberg med den största chokladkartong han kan hitta – det är alldeles underbart.

Foto: Daniel Roos

**Remmalagen är hästdragna vagnar, Visingsös "lokaltrafik" på 1800-talet och i flera hundra år framöver.*

juni 27th, 2017



Related Posts



Flemingsberg – Where you share knowledge, innovation and success.

Läs mer om Flemingsberg:
flemingsberg.se



Copyright 2015 Stiftelsen Flemingsberg Science

