



JON SJØTVEIT
Forandringer

Leve videre etter hjerneslag

Jon Sjøtveit

FORANDRINGER
Leve videre etter hjerneslag

Jon Sjøtveit

FORANDRINGER

Leve videre etter hjerneslag

Tilrettelagt for publisering av
Randi Lund

Illustrert av Unni-Lise Jonsmoen

Om illustrasjonene

Illustrasjonene i dette heftet er Unni-Lise Jonsmoens tolkninger av Jon Sjøtveits tekst. Illustratøren kjente ikke Sjøtveit mens han levde, og det er ikke lagt an på å oppnå bildelighet med hovedpersonen eller andre personer som forekommer i teksten.

Sunnaas 12/00

1. utgave, 1. opplag, 8000 eks

Layout: Øyvind Brustad

Trykk: GAN Grafisk AS

ISBN: 82-91841-14-4

Innhold

Forord	7
Sommersol og hjerneslag	11
Rehabiliteringsopphold og utvida horisonter	23
To reiser og nitten brev	40
Ett år etter hjerneslaget	55
Byråkrati og sympati	66
Brannen	72
Nederlag og ny giv på jobben	76
Betrakteren	85
Etterord	91

Forord

Da Jon Sjøtveit døde i oktober 1999, 47 år gammel, etterlot han seg et uferdig bokmanuskript. Prosjektet hans var å beskrive livet og tilværelsen slik den hadde blitt etter at han ble rammet av hjerneslag sommeren 1996.

Som mange slagpasienter mistet også Sjøtveit evnen til å snakke og skrive da han ble rammet av slag. Før det hadde han vært en språkets og skriftens mann. Da han begynte å skrive på dette bokmanuskriptet, to år etter slaget, hadde han fremdeles problemer med språket. Selv beskrev han det slik:

”Sommeren 1998, når det var lite å gjøre på jobben, greidde jeg å begynne på [et bokmanus]. Jeg konsentrerte meg voldsomt om skrivearbeidet. Det var et lite under, jeg som ikke var i stand til å konsentrere meg. Men når jeg fikk til det jeg prøvde på, var det omvendt. Ikke minst språket mitt var blitt mye bedre. Fremdeles tenkte jeg på ett ord og skreiv noe anna. Når jeg skreiv galt ord oppdaga jeg det umiddelbart og retta på det. Jeg hadde også problem med fantasien og assosiasjonene. Men det gikk framover.”

Det etterlatte manuskriptet er redigert ned til litt over halvparten av det opprinnelige formatet. I redigeringsarbeidet er det lagt vekt på å få fram det som har å gjøre med hjerne-slaget og mestringsen av det. Stoffet er kuttet ned på er reiseskildringer, passasjer som bærer mer preg av å være dagboksnotater, samt enkelte av fagforeningsmannen Jon Sjøtveits refleksjoner og betraktninger. Inndelingen i kapitler og avsnitt, og valg av overskrifter er delvis gjort av redigeringen. Det er gjort få språklige forandringer.

Forfatterens tittel på bokprosjektet var ”Mitt annerledes liv”. Når vi har valgt å utgi dette under en annen tittel, er det for å markere at denne utgivelsen består av redigerte utdrag av et ufullført manuskript, og dermed er noe annet enn det opprinnelige utkastet. Og ettersom Jon Sjøtveits historie framfor alt handler om å mestre de store livsforandringene som inntreffer når man rammes av hjerneslag, var tittelen ”Forandringer” nærliggende. Ordet forandringer kan dessuten være et nøkkelord for mennesker som opplever at plutselig skade snur opp ned på livet fra en dag til en annen: Når man ligger i en seng og er nyskadd – som for eksempel etter hjerneslag – er man ikke bare i en tilstand der kroppen, hodet og hele tilværelsen er endret. De fleste står også foran en positiv prosess av forandringer som skal føre til at de sakte men sikkert skal bli bedre og bedre og mestre mer og mer.

Jon Sjøtveit arbeidet som miljøsekretær i AOF (Arbeidernes Opplysningsforbund) da han ble syk. Før det hadde han bred erfaring som tillitsvalgt og verneombud fra de arbeidsplassene og institusjonene han hadde vært innom. Han hadde hovedfag i sosiologi og hadde utgitt bøkene ”Når

veven rakner – om samhold og mobbing på arbeidsplassen”
og ”Hovedverneombudet”.

Det finnes mange historier om det å få hjerneslag eller å oppleve at noen av ens nærmeste får det. Bare i Norge er det hvert år 15 000 nye slagtilfeller. I Jon Sjøtveits historie er livsglede og livsmot to trekk som går igjen. Med lun selvironi tegner han et raust og ærlig portrett av seg selv og tilværelsen slik den ble etter slaget, og som leser er det vanskelig å ikke bli betatt av hans uforstyrrete evne til å ta for seg av livet, selv etter at det har blitt forandret.

Randi Lund

Sunnaas sykehus, oktober 2000

Sommersol og hjerneslag

Mandag 15. juli 1996 skulle Øystein, min 11-årige sønn, og jeg starte på ferien. Søndagen diskuterte vi hvor vi skulle dra. Første etappe var at vi skulle sykle og overnatte i Nordmarka. Både Øystein og jeg gleda oss veldig. Det var første gangen vi to skulle overnatte aleine i telt. Øystein la seg og jeg blei sittende med Internett til to om natta, seinere enn jeg var vant til. Jeg la meg til å sove snart etter.

Klokka åtte neste morra var jeg på do. Da hadde Øystein alt stått opp. Jeg sovna like etterpå og våkna ikke før klokka



tolv, seint når det gjelder meg. Da ramla jeg ut i stua, satte meg i sofaen og begynte å snakke.

“Ba-ba-ba.” Jeg snakka bare uforståelig babbel! Øystein kikka skremt på meg. Han begynte å grine. Med det samme ringte telefonen. Øystein tok den, det var Bente, ekskona mi. “Snakk med Jon, han er så rar,” sa Øystein. Jeg tok telefonen og fortsatte det samme babbelet. Bente blei fortvila og gikk med én gang opp i leiligheten min. Ho tenkte at det var en eller annen form for slag og ringte til legevakta. Etter en time kom legen og undersøkte meg. Han ringte til Lovisenberg sykehus, og de sa de kunne ta hånd om meg.

Jeg visste at jeg hadde mista språket og at jeg fryktelig gjerne skulle hatt det igjen. Gikk ustøtt, men var ellers i fin form. Jeg smilte, for det var det eneste positive uttrykket jeg hadde igjen. Øystein smilte også, tappert, men ulykkelig. Jeg trur han skulle vise meg at han var glad i meg, samme hva som hendte.

Plutselig slagpasient

Vi kom til ambulanseinngangen og måtte vente lang tid der. Så kom det en lege, jeg tror ho var østeuropeisk, og undersøkte meg. Sannsynligvis sa ho at ho trudde det var hjerneslag, men jeg oppfatta ikke det før etter to måneder. Jeg blei plassert i ei sjukeseng.

Sjukesenga og jeg kom på et femmannsrom i sjettestasje. Bente og Øystein snakka med meg og jeg svarte ”ja” og ”okei” eller rista på hue.

Kristen, den yngste bror min, kom bleik og nedslått til sjukehuset. Han sa at hvis det var noe han kunne gjøre så måtte jeg si ifra. Da sa jeg ”nei”.

Senga var gruelig vond, men jeg klarte å sovne.

Neste dag, etter legevisitten, kom jeg meg fra senga, ganske skeiv, og begynte å gå i korridorene. Seinere tok jeg heisen til første etasje. Der var det en kiosk. Så kom Torstein, den yngre bror min. Han omfavna meg. Det var tårer i øya hans. Jeg var like blid. Det var jo så katastrofalt, så det eneste jeg kunne gjøre var å smile og le.

Jeg sa “ut”, og Torstein og jeg fikk tillatelse til å gå ut på parkeringsplassen. Der var bilen hans og Torstein spurte om

vi skulle kjøre bil. Jeg sa “ja”. På Torshov spurte jeg “heim?”. Torstein nølte litt, men så kjørte han meg heim. Oppover trappa så han at jeg var noe skeiv på høyresida. Leiligheten min var i tredje etasje. Da vi kom inn begynte jeg å ringe til kontofonen, men da den automatiske telefonsvareren spurte etter koden, huska jeg den ikke. Jeg huska at det var postnummeret der vi var født, men nummeret var borte. Jeg sa i stedet “mamma” til Torstein, men det var ubegripelig for han. Etter ei lang stund kom jeg på det, tasta nummeret og fikk høre beløpet som var på kontoen.

På bordet på kjøkkenet lå det ei Cecil røykpakke som jeg stappa i lomma. Da vi kom tilbake til Lovisenberg parkerte vi på sjukehuset uten at pleierne merka det. Vi hadde sjølsagt hatt forbud mot å forlate sjukehusområdet.

Jeg hadde ikke røyka siden søndagskvelden, men jeg hadde ikke lyst på røyk den kvelden. Men røykpakka lå i lomma. Til slutt gikk jeg på røykerommet og tente opp en røyk. Jeg hosta og sneipa og syntes det var direkte vondt.

Neste dag kom søstera til den tidligere kona mi. Ho smilte nervøst og ga meg blomster. Ho hadde dårlig tid og forsvant. Så kom Terje, en kollega fra jobben i AOF. Vi satt ute i

nydelig vær, han prata, jeg nikka. Terje og jeg smilte, det var godt å ha kamerater, når først så ille skulle skje.

Jeg røykte en halv røyk. Hvorfor ikke slutte nå? Jeg bestemte meg for å slutte bare jeg hadde røykt opp pakka.

Bente måtte i hui og hast overta Øystein. En dag inviterte de meg heim til gamleleiligheten, to år etter at jeg hadde flytta ut. Jeg satte meg i sofaen og begynte å bla i ei avis. Jeg kunne forstå overskriftene og ingressene, men jeg hadde problem med brødteksten. Det vil si; jeg kunne alle orda, men desto tettere ting sto skrevet, desto mer problemer hadde jeg med å forstå hva journalisten egentlig hadde ment.

På fredagen kjørte Torstein meg til Borggården ved Rådhuset. Vi satte oss på en utekafé og kelneren spurte hva vi skulle ha. Jeg tenkte at det kunne være godt med en pils, men tørte ikke å spørre. Dessuten fant jeg ikke ordet. Jeg sa i stedet “softice”, for det var det eneste jeg kunne komme på. Torstein reagerte, han trudde ikke på meg, så han spurte igjen. Svaret var det samme. Torstein rista på hue og stilte spørsmålet for tredje gang. Da spurte kelneren meg om det var pils jeg skulle ha. “Ja, pils!” sa jeg, opprømt.



Språket som blei borte

Fysioterapeuten på Lovisenberg prøvde ut styrken i armene, og den var nesten som før slaget. Det vil si, jeg hadde naturligvis den samme styrken i venstrehanda, som ikke var berørt. Men også høyrehanda var sterk, tre dager etter slaget.

Jeg hadde venstresidig hjerneslag, noe som først og fremst går ut over språksenteret, det vil si at jeg ikke kunne snakke, skrive eller lese vanskelige bøker. Folk som kom på besøk var ivrige etter å forsikre seg om alt var i orden i hjernen min. Jeg svarte ja, for det var sånn det føltes. Seinere skjønnte jeg at det var visse ting som ikke stemte allikevel...

Det var som om hele hjernen ikke kunne fatte hva som skjedde med meg, til det var skaden altfor omfattende. Det vil si, hjernen var mottagelig for visse impulser, men resten forblei i mørket. Som vel var så var jeg blid nesten hele tida. Jeg trur at fordi jeg har vokst opp i en harmonisk heim så er optimismen en helt grunnleggende egenskap hos meg, enda så mye rart jeg hadde rota meg bort i.

En kamerat av meg, Bjørn, kom og helsa på. Vi satt bak sjukehusbygningen og kosa oss i sola. Han skulle reise på ferie sammen med familien og snakka om det. Jeg nikka og

smilte. Han var fin som alltid, men da jeg snakka med en venn av han seinere, fortalte han at Bjørn hadde syntes at jeg var veldig dårlig på det som jeg hadde vært bra på, nemlig å snakke.

Det var grusomt å ha så store språkvansker. Før slaget var språket det jeg var best til. Jeg hadde skrevet to bøker og var i ferd med den tredje. Og nå kunne jeg ikke si en setning, kunne ikke skrive og hadde store problemer med å lese. Det var det verste som kunne skje meg.

Seinere fikk jeg høre at det med språkvanskene kalles afasi. På Lovisenberg hadde de ikke logoped, men de hadde en ålreit ergoterapeut som hjalp til med afasien. Ho hadde nøkler, trådsneller, saks, nål og andre ting som ho skulle ha meg til å si navnet på. Jeg kom ikke på navnet på en eneste. Først etter hjelp kunne jeg si det.

Jeg blei kjent med Per, en kar som jeg delte rom med. Per snakka bra, men han hadde så store hukommelsesproblem at han kunne ikke forlate posten. Han huska ikke åssen han kom dit, ikke hvor han var og ikke åssen han kunne komme tilbake. Vi røykte og hadde det moro, trass i det som hadde råka oss.

Jeg hadde flere turer bort fra sjukehuset, først til Ullevålsveien, så til Tannlegehøyskolen og endelig til Colletts gate med Sankthanshaugen. Det var ikke tillatt, men jeg holdt munn. Det var i grunnen lett å holde munn, skaden tatt i betraktning.

De gamle naboene mine, Randi og Per, kom på besøk. Vi satt ute i det strålende været. Jeg kunne som sagt ikke snakke noe særlig. Randi hadde hørt at sjøl om du ikke kan snakke, så kan du muligens synge. Ho ba meg synge et stev. Jeg klarte det! I ettertid har jeg kommet til at det må ha sammenheng med det at ordene henger så sammen med tonen at man slipper å ”finne opp teksten”.

Besøk av gamlekjæresten

To venner av meg, Bjarne og Grethe, kom på fredagen og jeg blei med dem til Herregårdskroa i Frognerparken. Jeg kunne se på Bjarne at han var skremt. Vi kosa oss med deilig mat og øl. Det var fint vær, som det hadde vært siden begynnelsen av juli. Bjarne snakka og jeg svarte med enstavelsesord. Men det var en ting jeg ville at Bjarne skulle ordne. Til

slutt fikk jeg forklart at de måtte selge billettene som jeg hadde kjøpt til Bluesfestivalen på Notodden.

Så skreiv jeg ned navnet og telefonnummeret til gamlekjæresten min og forklarte Bjarne at han skulle ringe til ho og si hva som hadde hendt. Bjarne ringte og fortalte at jeg hadde fått hjerneslag og ikke kunne snakke. Ho trudde først ikke det var sant, og så blei ho fortvila. Ho sa at ho skulle ta fly og besøke meg på søndag. Jeg gleda meg.

Søndag var det praktfullt vær. Jeg satt på benken utafor sjukehuset og nøyt sola. Plutselig var det ei jente som satte seg på fanget mitt. Det var gamlekjæresten min. Vi klemte hverandre inderlig og jeg smilte. Vi gikk opp på posten og jeg stotra til en sjukepleier at vi blei borte til natta. Ho sa det var greit og ønska oss lykke til. Så tok vi bussen og trikken til leiligheten min. Gamlekjæresten min kommenterte på at jeg ikke greide å prate, bare le, og at ho ikke visste hvor ferden gikk. Seinere gikk vi på tur langs Ola Narr og slo oss ned ved den raserte hoppbakken. Ho snakka og jeg svarte med enstavelserord. Så prøvde jeg å snakke, ganske mislykka. Men vi kosa oss i varmen.

Ho sa at jeg som er så flink til å skrive, kunne skrive om hva som skjedde med meg. Jeg tente et øyeblikk, men resignerte. Jeg kunne hverken snakke eller skrive.

Klokka tolv om natta ringte telefonen og gamlekjæresten min tok den. Det var fra sjukehuset og de lurte på hvor jeg var. De hadde ikke fått beskjed om at jeg skulle være borte og jeg hadde værstågo' å ta drosje til sjukehuset igjen! Da stramma jenta seg opp, og ho greide å presse dem til å vente til dagen etter.

Et par dager etterpå fikk jeg et nydelig brev fra henne. Jeg ringte til henne, språket stotra seg, men ho skjønnte i hvert fall at det var meg og ba meg komme på besøk på hennes kant av landet.

Rehabiliteringsopphold og utvida horisonter

Lovisenberg hadde søkt om å få meg overført til Sunnaas og hadde fått til svar at jeg kunne regne med å komme inn i månedsskiftet august/september. Jeg syntes det var seint. Jeg var ferdig med øyeblikkelig hjelp-fasen, det var kjedelig å være på Lovisenberg og nå ville jeg videre. Men så kom beskjeden, jeg kunne komme til Sunnaas allerede torsdag første august, sotten dager etter slaget.

Dagen etter at jeg kom var jeg og hilste på en av overlegene. Han snakka mye og friskt og han sa at jeg hadde kjøreforbud, men skulle få sertifikatet igjen til høsten, hvis jeg var frisk nok. Han sa også at jeg måtte slutte å røyke, fordi det var ekstra farlig for meg nå. Han hadde rett, naturligvis. Han masa hele august, og hadde ikke tid til å høre på språklig dårlige meg. Jeg bestemte meg for at jeg skulle slutte å røyke, men ikke under hans kommando. Jeg greide ikke å stumpe røyken akkurat da.

Dager på Sunnaas

På 3-posten på Sunnaas var det koselige og varme pleiere. Og de hadde tid til å høre på stotrende deg. De andre pasientene var stort sett folk som hadde vært utsatt for hjerne-slag, både venstresidig og høyresidig. Noen få hadde andre hjernesker. Stort sett var det folk i 50-60-åra, men det var også folk som var yngre enn meg.

Første gangen hos logopeden skulle jeg svare på enkle spørsmål om meg sjøl. Logopeder er egentlig lærere med spesialpedagogikk. Men sjøl en måned etter slaget kunne jeg

ikke si hva det var når logopeden viste meg et bilde av en appelsin og spurte hva det var. Jeg visste det inderlig vel, men huska ikke navnet på det. «Det begynner på a,» sa logopeden, «a-a-a-appelsin». For meg så var det til stor hjelp å bli minnet på første bokstav.

Etter hvert bytta jeg logoped og kom til en av de fremste. Ho var ålreit og fin, men ho snakka hele tida. Det var ikke stort jeg sa. Ho misoppfatta oppgava si, fordi det var jeg og ikke henne som måtte trenes opp til å snakke, men jeg likte henne.

Logopedien var det som jeg hadde mest bruk for. Men også andre sider måtte jeg trenes opp til. Blant annet ergoterapi. Jeg hadde en fin ergoterapeut som lærte meg dagligdagse ting. Blant annet å lage god mat. En dag hadde jeg som oppgave å kjøpe og lage middag og invitere ergoterapeuten. Jeg tok meg god tid, gikk opp til Mega og handla poteter, grønnsaker og karbonadedeig for penger som jeg hadde fått fra Sunnaas. Jeg lagde middagen på et utmerka prøvekjøkken og inviterte ergoterapeuten på treningskjøkket. Jeg hadde bra med krydder i og ho syns det var mesterlig. Jeg hadde ikke glømt å lage mat.



Jeg hadde fysioterapi og det var jo bra, for jeg var i dårlig form før slaget, og etter slaget var den elendig. Først så hadde jeg ei dame på cirka femti. Vi likte å gå i skogen. Ho var blid og fornøyd og jeg likte henne umiddelbart. Seinere var jeg med ei ung svensk fysioterapeut. Ho hadde flere å behandle så vi var ei gruppe som dreiv med spill og kasta svære baller til hverandre. Artig. Jeg blei i fin form, spesielt av skogsturene.

Best av alt var det at jeg hadde en bra psykolog. Ho snakka til meg som voksen og gjennomførte tester både av synet og hjernen og datatester. Ho var lett å forstå.

Legen sa at jeg burde slanke meg. Jeg var enig og fikk diett fra kjøkkenet. Jeg gikk ned ti kilo da jeg var på Sunnaas og ytterligere tolv kilo etter det. Slankinga gikk greit, jeg hadde ikke lyst på mat. Jeg regner det som sjukdomstegn, men jeg var glad og følte meg i god form.

Det var fine medpasienter. Jeg fikk god kontakt med de fleste. Fjorten dager etter traff jeg igjen Per, romkameraten min fra Lovisenberg, sjølsagt i følge med noen. Det blei et gledelig gjensyn. Han var som alltid blid og hyggelig. Han

bodde på 5-posten. Per satt nesten hele tida ute på verandaen, sammen med de andre pasientene.

Stein, en hyggelig kar fra Rjukan kom flere ganger på besøk. Første gangen reiste vi til Drøbak. Jeg kunne ikke komme på hva det heter når man låser én dør i bilen og samtlige dører blir låst. “Det heter sentrallås!” sa Stein og lovte meg at han skulle minne meg på det neste gang vi snaktes.

“Tjuvperm” for å besøke gamlekjæresten

Jeg hadde bestemt meg for å reise å besøke gamlekjæresten min. Overlegen var skeptisk, men han gikk med på det hvis broren min, Torstein, hadde ansvaret for å få meg til og fra flyet. Jeg var fullstendig umyndiggjort. Torstein forsikra seg om at gamlekjæresten min kom til Værnes flyplass og venta på meg der. Jeg sa ja, på tross av at gamlekjæresten hadde sagt at det var ikke sikkert ho kunne møte meg på flyplassen, men på busstasjonen, ettersom ho ikke var helt bra.

Jeg var lykkelig da jeg satt fastspent i Braathen-flyet. Nå skulle jeg virkelig oppleve verden. Flyvertinna tilbøy meg kaffe, men med det samme jeg hadde fått nok trakk jeg kaffekoppen til meg med det som resultat at flyvertinna sølte kaffe på ho som satt ved siden av meg. Jeg blei forfjamsa og unnskyldte meg med mitt dårlige språk. Men flyvertinna og medpassasjereren trøsta meg og sa det var i orden.

Gamlekjæresten min kom ikke for å møte meg på flyplassen, men jeg klarte å ta bussen inn til byen, og der sto ho og venta på meg med bilen sin.

Skamslått "i fylla"

I begynnelsen av september hadde jeg helgepermisjon og jeg var i leiligheten min i Oslo. Jeg gikk på restaurant om kvelden og blei passe berusa. Jeg forlot restauranten og gikk til en annen restaurant. Jeg prøvde å snakke, men med mitt helt utilstrekkelige språk blei jeg nekta adgang, fordi "dem kunne jo høre at jeg var full". Jeg prøvde å protestere, men dørvakta vinka til to anabole stereoider som gjøyv løs på meg og dunka meg ned trappa hardt og brutalt. Jeg lå svimeslått



utafor restauranten. Heldigvis kom en kar bort til meg for å hjelpe. Jeg forklarte at jeg hadde blitt kasta ut fordi dørvakta trudde jeg var full, men at det var språkproblema som var forklaringen. Han kapra ei drosje og sendte meg heim.

Dagen etter verka det fryktelig i kroppen. Jeg kom til at det ganske sannsynligvis var brist i ribbeina. Så kom Torstein og ville ha meg ned til hytta. Jeg sa ikke at jeg var skada, fordi jeg var engstelig for at jeg hadde vært berusa dagen før. Jeg avslo fordi jeg var skamslått, men tørte ikke å si det. Neste dag var jeg ganske frisk igjen.

Fjorten dagers tid etter skaden kom smertene veldig sterkt tilbake. Jeg måtte ha doktor og legen gjorde en grundig undersøkelse og kom til at det var brist i ribbeina. “Har du detti ut av senga di i søvne?” sa legen. Jeg svarte ja. Egentlig tenkte jeg at jeg skulle si sannheten, at jeg hadde vært ute på restaurant og var blitt passe berusa. Men leger liker ikke sånne svar og hvis han hadde svar på det som hadde skjedd, så hvorfor ikke?...

Misforståelse

En tirsdag i september sa jeg til sjukepleieren at jeg skulle på Rjukan-kveld. Rjukan-kvelden er en institusjon som Stein og Jørn, to kamerater av meg, og jeg fikk i gang. Vi møtes første tirsdagen i måneden på Stortorvets Gjæstgiveri. “Jeg kommer igjen enten seint i kveld eller i morra tidlig,” sa jeg.

Sjukepleieren ønska meg lykke til, og jeg tok båten inn til Oslo og gikk til Stortorvet Gjæstgiveri, der vi pleide å møtes. De andre fra Rjukan var forferda over det som hadde hendt meg. Jeg var munter og blid, men kunne nesten ikke snakke. Det var en hyggelig kveld, men jeg var trøtt og reiste tilbake med båten. Klokka 12 var jeg framme på Sunnaas og ringte på døra. Ut kom en pleier som var sjokkert og letta over at jeg var framme. Ho sa at de ikke hadde visst noenting og at ho først hadde ringt heim til meg, men der var ingen heime, og så til bror min, Torstein, i Bærum. Han visste ingen ting, men bestemte seg for å reise til sønnen min for å få nøklene til leiligheten min. Han tenkte at kanskje jeg hadde fått et nytt slag og lå bevisstløs. Pleieren ringte til Torstein og fortalte at jeg hadde dukka opp.

Jeg fortalte stotrende at jeg hadde gjort avtale med sjukepleieren, men jeg trur pleieren trudde det var korttidshukommelsen som var så svekka at jeg tulla med avtala.

Ut i det fri

Endelig var dagen der, 25. september, da jeg kunne forlate Sunnaas. Det var høytidelig. Jeg takka brukerne på mi avdeling og alle som var involvert i å få meg frisk igjen. Så kom Bente og Øystein med bilen min og vi reiste hele veien rundt til E18. Vi stoppa opp på Vinterbro Shoppingsenter, jeg måtte ha mat.

Annenhver helg den høsten var Øystein hos meg. Jeg var ikke stort til far den tida, men Øystein var grei.

På Tøyensenteret ligger Tøyen Psykiatriske Senter. Jeg hadde med meg rekvisisjon fra psykologen på Sunnaas. En ung, uerfaren psykolog hadde første time, antagelig hadde ho nettopp tatt eksamen. Jeg snakka og ho var stille. Men hva skulle ho lære meg? Ho hadde ikke greie på hva som var vanskelig for meg. Dessuten var jeg utålmodig og hadde ikke tid til å høre på psykologiske teorier. På slutten av timen

bladde ho i sjuendesansen sin og foreslo en neste time. Jeg sa takk for det, men jeg trudde ikke at jeg hadde bruk for flere timer. Ho prøvde å stå på sitt, men jeg vinka farvel.

Jeg trente på Hans og Olav Fysioterapi og på Tøyenbadet. På Hans og Olav var det en fysioterapeut som viste meg åssen jeg skulle trene. Ho var fin. På Tøyenbadet måtte jeg betale sjøl. Jeg svømte saktere enn de andre, men jeg kosa meg både med svømminga, badstua og solariet. Jeg blei i god form.

Dikting og røykkutt

Første oktober bestemte jeg meg for at jeg skulle slutte å røyke første november. Jeg røykte av full hals og gleda meg til å slutte å røyke, men jeg skulle delta på skriveverksted i AOF i månedsskiftet, og dagen før første november skulle det være fest. “Skal jeg slutte å røyke klokka tolv eller skal jeg slutte å røyke først dagen etter?” Det var problemstillinga i hue mitt. Jeg slutta å røyke på prikken klokka tolv om natta, etter å ha røyka mer eller mindre sammenhengende i tredve år!



Sjølve skriveverkstedet blei holdt på Dovrefjell Hotell. Det var tolv personer på kurset, inkludert meg. Jeg hadde fortsatt svære problemer med å snakke. Roar S., som holdt kurset, var rolig og fin, det samme var medveilederen. Vi blei kjent med en lyriker som jeg likte godt. Jeg strevde med tekstene og fikk til noen dikt som lyrikeren syns var bra.

Dette var to av dikta som jeg skreiv:

TVIL

Ho gjekk i mot meg

tvilande

Men når vi elska sa ho

- Eg er glad i deg

Når eg ringjer

med stotrande stemme

ler ho

Eg seier

- Når ser eg deg?

- Du ser meg til hausten!

TYNGDA

I

Vatn er tungt, høyr berre tunge båten som sur-
klar

Luft er tungt, høyr berre tunge flyet som høgdar

Stein er tungt, høyr berre stein

II

Vatn er tungt, høyr berre tunge båten som sur-
klar

Lufta er tungt, høyr berre tunge flyet som gvin

Stein er lett, høyr berre lette steinen som flyt

III

Vatn er tungt, tungt båt som flyt

Luft er tungt, tungt fly som gvin

Tungt vatn, tungt fly.

Du verden som

det lettar

Jeg strøyk ut de to første strofene, men lyrikeren på kurset syntes jeg burde ha med alle tre strofene.

Få språket tilbake

Jeg var også hos logoped den høsten. Logopedtimene var det jeg hadde mest bruk for. Men i desember beslutta logopeden at nå måtte jeg klare meg på egen hånd. Ho kunne ikke lære meg noe mer. Jeg var overraska, men jeg måtte slutte.

I midten i februar skjønnte jeg at jeg måtte få logopeden tilbake på grunn av at jeg langt fra var bra nok språklig. Jeg ringte til logopeden min og sa at enten måtte ho forsøke eller ho måtte anbefale meg en annen som kunne være læreren min. Ho sa at ho måtte tenke seg om. Uka etter ringte ho meg og sa at ho kunne være logopeden min, men ”på min bekostning”, det vil si at det var mitt ansvar å få noe ut av undervisninga. Seinere fikk vi gruppeundervisning, det likte jeg godt.

Jeg skreiv på ei bok da jeg blei ramma av hjerneslaget. Foreløpig tittel var ”Verneombudsboka”. Men nå etter slaget var det umulig å skrive bøker, og forlaget, det vil si redaktøren, utsatte boka på ubestemt tid. Bjørn Willadsen, en tidligere kollega av meg, tok på seg arbeidet med å fullføre boka. Det tok litt tid, for han var i full

jobb. Bjørn skreiv og jeg prøvde å rette. Han lurte på om jeg kunne si noe om helheten, men det kunne jeg ikke. I begynnelsen greide jeg bare å rette korrektur, men det var det forfatteren hadde minst bruk for i det momentet.

Men jeg blei bedre og bedre til å snakke og skrive, sjøl om det tok uendelig med tid. Til slutt greide jeg bedre å se helheten i boka. Boka blei utgitt i september 1998 under tittelen “Verneombudet – problemløsninger og utfordringer i miljøarbeidet”. Boka går bra.

To reiser og nitten brev

Puerto de la Cruix, Tenerife

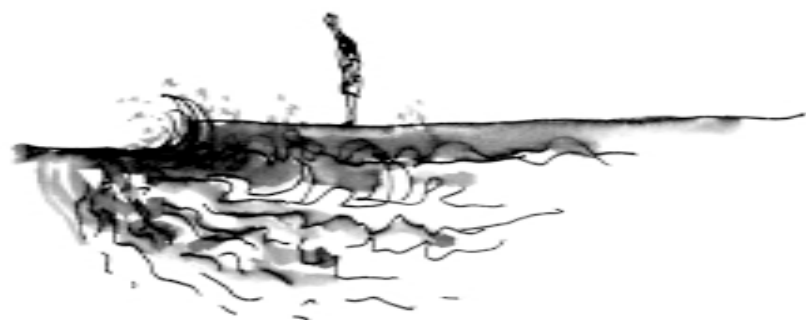
I januar strevde jeg med å få til en reise til Syden. Jeg måtte ha tillatelse fra trygdekontoret for å kunne reise utenlands. Jeg hadde egentlig lyst til å reise fra sted til sted, uten pakketur. Men jeg innså at jeg var ikke frisk nok til å klare det.

Jeg hadde ikke råd til å booke rom aleine, derfor måtte jeg dele med noen jeg ikke kjente. Først var det en ung og ålreit, norsk kar som jeg trives bra med. Men han skulle bare være der ei uke. Så blei det bestemt at jeg skulle bo sammen med

en danske. Jeg var nysgjerrig på hvordan han var, for tidligere hadde jeg trivdes bra med danskene. Men så kom kontrabeskjeden: Jeg skulle bo hos en finne. Jeg var redd for at det var finnen som var døddrukken dagen før. Og det var det. Jeg fór ned i foajéen og ringte til reisebyrået og på dårlig norsk prøvde jeg å forklare at jeg ikke ville bo sammen med han. Dama på reisebyrået sa at det var ikke kommet klage på han, så hvis jeg ville bo aleine så måtte jeg ut med det rommet kostet. Jeg hadde ikke råd til eget rom og slang på røret.

Jeg tusla opp på rommet igjen. Finnen snakka ikke svensk så vi måtte klare oss på dårlig engelsk. Jeg snakka bra engelsk før slaget, men nå var det så som så med fremmedspråk, og finnen var klart dårligere enn jeg. Men han snakka ikke mye, han satt stum i lenestolen sin, drakk Koskenkorva og leste ikke.

På nettene snakka han til meg og jeg forsto at han var sorgtung. Han viste meg bilde av ei flott kone og ungene sine.



Til slutt blei han beordra til å reise til et annet hotell. Han beklaga det, for han likte å bo sammen med meg. Jeg fikk rommet aleine de tre siste dagene. Det var herlig.

Hver morra gikk jeg ned på den lange moloen og så havet bruse over den tjukke murkolossen. Havet kommer helt fra Sør-Amerika. Sola kommer opp, og den molo-turen er den beste jeg hadde på Kanariøyene. Og så var det varmt, og det var jo derfor jeg hadde reist den lange veien dit ned.

Jeg hadde kjøpt med meg nesten dobbelt så mye vin og brennevin som det var tillatt å innføre til Norge. På Torp flyplass sto tollerne på utkikk etter syndere. Jeg var skikkelig nervøs og prøvde å passere uten å bli oppdaga. Men tolleren vinka meg inn for å sjekke bagasjen min. Jeg var så nervøs at jeg tukla med svaret. Han fant sjølsagt “varene” mine. Han sa at jeg kunne regne med bot, men da han så at jeg ikke hadde sigaretter eller øl, så lot han meg passere med brennevinet og vinen. Jeg fortalte at jeg hadde hatt slag, og han syntes antakeligvis synd på meg.

Masse jenter

I løpet av desember -96 fikk jeg inn en annonse i “Noen som passer for meg” i Dagbladet. Det var et brev jeg hadde formulert om sommeren, like før slaget. Jeg hadde bare omformulert det en smule før jeg sendte det av gårde. Ifølge Dagbladet tar det et halvt år før man får svar. Derfor trudde jeg at svarene først ville komme i juni, da jeg regna med at språket mitt ville være mye bedre.

I begynnelsen av februar fikk jeg en diger konvolutt i posten. Jeg lurte på hva i all verden det var, åpna den og ut tøyte masse brev. Først skjønnte jeg ingenting. Etter en stund forsto jeg at det var jenter som hadde svart på annonsen som jeg hadde inne. Det var i alt nitten jenter som hadde skrevet.

Først blei jeg fortvila, jeg hadde ikke ment at det skulle komme så fort, at et halvt år plutselig skulle minska til en og en halv måned. Og så var det det at jeg ennå ikke hadde synderlig med språk, og det var noe jeg ikke hadde fortalt noe om i annonsa. Men så neste dag bestemte jeg meg for å ringe.

Første jente var ei som budde like ved. Jeg ringte og sa at jeg var ramma av hjerneslag. Vi møttes på en kafé like i





nærheten. Ho var hjelpepleier. Første kikk overbeviste meg om at ho ikke var noe for meg. Og så snakka ho en dialekt som jeg hadde vanskelig for å forstå. Og jeg som hadde skrytt av at jeg kunne forstå alle dialekter. Og dessuten snakka jeg utvanna Tinn-dialekt sjøl. Men vi hadde en koselig prat, og jeg klemte ho når vi gikk fra hverandre og vi gjorde avtale om å treffes igjen, for høflighets skyld. Men ho trudde at jeg var interessert. Jeg fikk et kort ut på våren der ho skreiv at ho ikke kunne gløkke meg. Jeg svarte ikke.

Andre jenta var 35 år gammel og styrer i en barnehage. Jeg syntes ho var ålreit og vi avtalte at ho skulle komme heim til meg. Jeg stekte og brasa, men plutselig gikk strømmen i hele leiligheten. Hvor var nøkkelen til sikringsskapet? Jeg leita og leita, men uten å finne det. Så kom jenta. Jeg var så forstyrra så jeg ba henne til nærmeste restaurant. Så gikk vi tilbake til den mørke leiligheten, tente stearinlys og kosa oss. Dagen etter viste det seg at nøkkelen hang på sin vante plass, det var jeg som var forvirra.

Seinere blei jeg invitert til hennes leilighet, men det blei mislykka. Først nå forsto jeg at ho var naiv og kosete og ikke passa for meg.

At mange ville være sammen med meg var fint, men sprøtt. Jeg forsto at når du sjøl setter inn ei annonse så har du taket på ganske mange jenter. Men til slutt skjønnte jeg at jeg ikke var frisk nok til å ha kjæreste, men jeg hadde mange fine samtaler og det hjalp på språket.

Mot slutten av lista, det vil si i begynnelsen av mars, traff jeg ei artig jente og vi var fra og til sammen til i midten av juni. Ho var udogmatisk kristen. Når jeg tilsto at jeg var uforbederlig ateist, lo vi av det. Vi var ikke forelska, men jeg hadde det bra. Jeg gikk til og med i Kampen kirke og hadde ikke vondt av det.

Monterrey, Mexico

Før slaget hadde jeg vært med i Kvalitetsforbedringsgruppa i Norsk Forening For Kvalitet. (Norsk Forening For Kvalitet er et kompetanseforum for økt verdiskapning og bedre ressursutnyttelse i privat og offentlig sektor.) Etter slaget var jeg fremdeles med i styret. Det var planlagt at gruppa skulle reise til Monterrey i Nord-Mexico i ei uke. Jeg skulle være med på turen sjøl om jeg ikke greide å følge med så mye som

jeg en gang kunne. Flyruta var Fornebu – København – Chicago – Houston – Monterrey.

Jeg våkna klokka halv åtte på avreisedagen, cirka to timer for seint. Da hadde allerede gruppa reist til Chicago via København. Jeg ringte til SAS og fikk høre at jeg kunne ta Fornebu – New York-flyet klokka 11. Jeg reiste til Fornebu for å oppdage at jeg hadde glømt flybillettene. Drosje fram og tilbake. Endelig satt jeg på flyet og kunne slappe av. Jeg snakka med en grei ålesundsk bilverkstedeier som var på gratis tur sammen med en god del kolleger.

Ruta tok ni timer, det vil si vi stjal dagen for åtte timer, og landa klokka tolv på Newark International Airport, nordvest for New York. Det var første gang at jeg var på amerikansk jord og det sitra i meg. Dette var landet jeg hadde sett i gode, men mest dårlige, amerikanske filmer. Jeg besøkte en bar og smakte på Budweiser, et lyst øl som jeg ikke likte. Det var en enorm flyplass. Jeg så konturene av skyskraperne i New York. Det var en by jeg hadde lyst til å besøke.

Fra flyet som tok meg til Houston Texas via Nashville så jeg virkelig hvor stort landet var, flyturen varte ca fire timer. Jeg opplyste til flyvertinna at jeg hadde fryktelig dårlig tid i

Houston, ettersom flyet til Monterrey Mexico letta like etter vi hadde landa. Ho ordna det sånn at jeg reiste med minibil rett til flygaten. Jeg entra flyet til Monterrey, og hva møtte jeg der? Bjarne, Helga, Håkon, Randi, Helene og Ketil, nesten hele Kvalitetsforbedringsgruppa, så forundra på meg. De hadde trudd at jeg hadde mista turen. Men den gang ei. Jeg måtte opprømt fortelle dem alt sammen.

Monterrey er fra gammelt av middelstandens by. De dreiv med handel, håndverk og undervisning. Men så utvikla industrien seg, og med det, stor tilflytting. Arbeideren og de fattige inntok byen. Monterrey har nå 1,2 millioner innbyggere og er den fjerde største byen i Mexico.

Vi budde på Hotel Sheraton Ambassador, dyrt og elegant. Betjeningen bukka og skrapa. Jeg likte meg ikke der. Heldigvis lå vi midt i byen, og meksikanernes hverdagsliv, som for oss var eksotisk nok, utspant seg utafor hotellet.

Vi var gjester på Monterrey Tech, et stort universitet som hadde avdelinger ellers i landet også. Det var legatene til en lokal, rik bryggerieier som hadde finansiert universitetet. Han skulle vel gjøre godt igjen de skader som han hadde plaga samfunnet med! Vi traff sjåføren og Rebekka Gonzales på



flyplassen. Vi lærte henne å kjenne som en intelligent, praktisk, morsom og omsorgsfull dame.

Vi var på en fabrikk der de produserte “boilers”, det vil si små og store dampkjeler. I verkstedhallene hadde arbeiderne plassert ut Maria-figurer. De gjorde korsets tegn når de passerte Maria-figurene om morran. De var religiøse katolikker. Rebekka fortalte oss at i USA hadde de en myte om at meksikanske arbeidere festa mye. ”Det er ikke sant,” sa hun, ”for her er arbeiderne religiøse og drikker ganske lite. Derimot er det ganske mange i middelklassa i USA som reiser på matiné og drikker seg passe berusa. Der er det ikke noe skam om man er litt på en snurr når man møter sjefen sin, for da har man bare vært på kunstutstillinger eller hos bekjente og nippa til sherry eller hvitvin eller bourbon. ”

Når de lokale sjefene og Kvalitetsforbedringsgruppa begynte å snakke om kvalitet, prøvde jeg å følge med en stund. Men delvis på grunn av engelsken og delvis på grunn av det innvikla temaet, greide ikke jeg å følge med lenge. Jeg gikk ut og kikka på verkstedene. Jeg sa ingenting, for arbeiderne snakka spansk og jeg hadde mista assosiasjonene som gjorde at jeg kunne gjøre meg enkelt forstått med spansk-



talende. Spansken var så og si utsletta. Jeg håpa på å lære meg spansk igjen, men kanskje det var for seint.

På grunn av handikappet begynte jeg i stedet å gå rundt i byen. Jeg hadde ikke kart, derfor måtte jeg huske gatekryss og bygninger. Det hendte at jeg rota meg bort, men til slutt fant jeg en kirke eller en karakteristisk bygning. En gang rota jeg meg helt bort. Da var jeg i fattigkvartera i nærheten av busstasjonen. Men da tok jeg drosje og sa at jeg skulle til Ambassador Hotel.

I et marked like ved siden av hotellet fant jeg ei statue av ei flott indiansk kvinne som bar ungen sin ved brystet. Jeg blei forelska i kvinna og kjøpte den rimelig. Men statua var ganske stor. Jeg fikk en pappeske og slo tau rundt den og merka den med “fragile”– knuselig.

Vi reiste via New York tilbake. Fra Houston til Newark kom vi inn i ett forrykende regnvær og orkan. Jeg var ganske redd når vi landa, men det enorme flyet greide seg bra.

Jeg var spent når statua kom på bagasjebåndet på Fornebu. Statua kjentes ikke hel ut. Når jeg kom heim pakka jeg ut statua. Den var knust! Jeg var skikkelig ulykkelig. Neste gang jeg har med knuselige ting heim skal jeg overtale flybetjeningen til å ta vare på det!

Ett år etter hjerneslaget

Sommeren -97 var det gått ett år siden jeg våkna opp med hjerneslag. Språklig gjorde jeg store framskritt den sommeren, men det var ennå langt, langt igjen.

Ett år var gått, og det var slutt på 100% sjukemeldingspenger. Jeg var oppsatt på å klare 60% jobb og få 40% rehabiliteringspenger. Men da sa trygdekontoret nei, ingen fikk rehabiliteringspenger hvis de jobba mindre enn 50%. Jeg blei forbanna og forbausa og klaga til saksbehandleren på trygdekontoret. Saksbehandleren skjønte reaksjonen min, men kunne bare henvise til at sånn var regelverket.

Jeg var på besøk hos Bjarne i Porsgrunn og der traff jeg Trine. Ho jobba på Hydros Rehabiliteringssenter og kunne fortelle at når det gjaldt Hydroansatte så var de livsforsikra i et forsikringsselskap som betalte forsikringspolisen når de blei skada. Det ga meg idéen om å undersøke om noe tilsvarende gjaldt oss i AOF. Jeg snakka med personalsekretæren og ho skulle undersøke nærmere. Det viste seg at jeg hadde rett på 2 100 kr brutto i måneden, pluss at hvis jeg var sjukemeldt og uføretrygda i to år, og legen ikke trudde at det var noe håp for meg å få full jobb igjen, ville de betale en ikke ubetydelig engangssum. Seinere fikk jeg 207 000 kroner som erstatning. Det brukte jeg til å betale ned gjelda mi.

Mer sykdom

På Folkemusikkfestivalen i Bø den sommeren blei det seine netter og, som nesten alltid, tidlig opp om morran, så da jeg dro heimover seint på søndag ettermiddag var jeg ganske sliten. Plutselig, etter at jeg kom heim, begynte fingrene på venstre hånd å klapre. Jeg skjønnte ingenting, tanken streifet meg at kan hende jeg var i ferd med å bli

kvitt den dårlige temperaturfølelsen i venstrehånda. Men plutselig reiste jeg meg opp ufrivillig. Kroppen var i total ubalanse og jeg kunne ikke holde armene eller beina i ro! Jeg smalt i bordet og på vei mot gulvet tenkte jeg at nå besvimer jeg. Og det gjorde jeg.

Etter ei beite kom jeg til meg sjøl. Det var blod overalt, jeg hadde høl i hue og ulidelige smerter omkring skuldrene. Trøtt som jeg var greide jeg akkurat å krabbe til senga og sovna.

Utpå kvelden våkna jeg igjen og stabla meg til sofaen. Jeg var utkjørt og hadde store smerter og hadde ikke peiling på hva det var. Bedriftslegen hadde sagt at så fort jeg hadde smerter så måtte jeg reise til doktor. Jeg visste godt at jeg trengte å komme meg på legevakta. Men jeg trudde at jeg måtte gå eller ta trikken, det falt meg ikke inn at jeg kunne ringe og få legen heim. I ettertid så trur jeg ikke at jeg hadde klart å få en lege til å komme heim til meg i alle tilfelle. Utkjørt som jeg var og med ordleitingsproblemer, og uten peiling på hva jeg hadde blitt ramma av, ville jeg antageligvis blitt avvist. Og det å gå til legevakta, det orka jeg ikke.

Jeg våkna tidlig og bestemte meg for å gå til jobben og oppsøke bedriftslegen når ho kom på jobb. Jeg ringte til bedriftslegen og jeg fikk time klokka ti. På jobben var jeg nervøs og hadde angst. Jeg fortalte kollegene historia og at jeg ikke ante hva det var. Terje sa at det muligens var epilepsi. Da demra det, jeg kom i hug at jeg en gang hadde stoppa bilen mellom Miland og Rjukan og funnet en ung gutt ramma av epilepsi. Bedriftslegen ringte tilbake og jeg fikk ordre om at jeg prompte skulle ta drosje til Lovisenberg. Jeg spurte om jeg hadde blitt utsatt for epilepsianfall. “Det finner sjukehuset ut!” sa ho. Men jeg hadde mistanke om at ho trudde det var epilepsi.

På Lovisenberg måtte jeg ta undersøkelser og til slutt konkluderte legen med at det var epilepsi. Jeg hadde gruelig vondt i brystet, legen undersøkte det og konstaterte brudd i kragebeinet, og jeg fikk moderne “bandasje”.

Nå var jeg tilbake til utgangspunktet både når det gjaldt sjukehuset og elendigheten, ett år etter hjerneslaget. Men jeg var tross alt mye bedre til å snakke enn for et år siden!

Jeg blei sjukemeldt en måned. Det hadde nå gått så lang tid at jeg hadde mista retten til 100% lønn ved sjukemelding, i

stedet fikk jeg 100 % rehabiliteringspenger, det vil si 2/3 av vanlig lønn. Mot slutten av sjukemeldinga sa bedriftslegen at ho hadde lyst på å sjukemelde meg fjorten dager til. Men jeg ba på mine knær om at ho skulle friskmelde meg 50 %, og det gjorde ho. Jeg lengta etter jobben. Jeg syntes jeg fungerte fint på jobben, sjøl om jeg ikke fungerte maksimalt. Men jeg hadde mye å gjøre der.

Lys i tunnelen og batikk i metervis

Den høsten gjorde jeg meg fryktelig isolert. Jeg slukte epilepsitabletter, Tegretol Retard, og blei sløv. Bare på jobben fungerte ting normalt, jeg hadde nok å gjøre.

Jeg følte meg ikke direkte knekt, men jeg gjennomlevde litt av en nedtur. Det var først og fremst det at jeg ufrivillig hadde kommet i en helt ny situasjon etter hjerneslaget. Jeg tørte ikke å gå ut på byen, av frykt for at folk ikke skulle forstå meg på grunn av språkproblema mine. Hele høsten var et mareritt, unntatt Rjukan-kveldene. Når skulle lyspunktene komme?

I begynnelsen av november 1997 skulle noen fra Kvalitetsforbedringsgruppa pluss en gruppe fra Hydro Rafsnes som hadde vunnet en pris, reise til Singapore. Jeg hadde lyst til å bli med, for det kunne få meg ut av det tunge stedet jeg hadde greid å få Oslo til å virke som da.

Jeg fikk lov(!) av legen og trygdekontoret å reise, og da forandra ting seg. Jeg planla at jeg skulle reise til Malaysia, Indonesia, Thailand og Singapore, en hel måned.

Jeg maila til min venninne Chan Lean Heng og ho fiksa hotell. Lean var en kvinnelig arbeidslivsforsker fra Malaysia som jeg hadde blitt kjent med på Thorsrud-symposiet. Jeg reiste nedover aleine. På flyet blei jeg sittende sammen med en danske og prate med han. Jeg viste han e-posten jeg hadde fått fra Lean, og sa at jeg var ganske forundra over hotellene ho hadde oppgitt. Han leste brevet, så fikk jeg forklaringen. Ho skreiv bare med små bokstaver. Der jeg hadde oppfatta at det var flere hoteller, var det bare ett hotell.

Jeg traff de andre fra den norske gruppa i Singapore. Vi deltok på kvalitetsforbedringskonferansen med grupper fra



Singapore, Malaysia, Filippinene, Indonesia, India, Mauritius og Seychellene.

Etterpå reiste vi til Bali i Indonesia. Der var vi blant annet i en batikbutikk i nærheten av Ubud. Unge, nydelige Bali-jenter tok i mot oss. De kniste og lo og hadde moro med meg, muligens på grunn av at jeg er så stor. Den vakreste jenta tok meg med i bakgården. Der var det damer som vevde vakre batikkmønstre. De knisa også, men på grunn av damene studerte jeg batikken så langt det lot seg gjøre. Plutselig var jeg gifteklar! Jeg kjøpte en hel del batik.

De andre reiste hjem, og jeg fortsatte å reise rundt aleine.

På den store flyplassen i Bangkok gikk jeg til hotellformidleren og fikk rom på Royal Hotel, midt i Bangkok sentrum. Bussen stampa i køene og tok fire timer, enda det bare var to mil. Jeg fikk virkelig føle hva trafikkaos er i en sju millioners by. Det var ingen trikk eller T-bane, delvis på grunn av elvene som rant overalt i byen, delvis på grunn av elendig byregulering.

Bangkok var ”a mezz”, en kaotisk storby. Like ved hotellet var det fantastiske kongeslott og buddhistiske templer som var fulle av gull og edelsteiner. Jeg blei fascinert av byen, men

det var godt å komme ut. Jeg fikk nok av eksos og trafikkaos. Pulau Tioman, ”Øya Tioman”, i Malaysia var rette stedet for meg.

Jeg tok derfor bussen til Johur Bahru, en stor by på malayisk side, og videre med buss til Mersing, en liten fiskerby. Det høleregna da vi kom fram. Jeg fant fram til et båtkontor. Ei flott lita dama spurte meg om hva ho kunne hjelpe meg med. Dessverre var båten reist denne dagen, men jeg kunne ta båten dagen etter. Wann, som ho het, anbefalte meg et rimelig hotell og tilbøy meg å hente og bringe meg til båten. Jeg takket ja.

Tioman er den nest største øya på Malakka-halvøya, etter Penang. Men den var ikke stor. Jeg var der utenom turistseongen, så mesteparten av turiststedene var stengt, men Ayer Batang var åpen. Jeg kom til jettyen, en lang, smal og vaklevoren brygge. Jeg leide meg en bungalow på Nazri's Place for bare 30 kroner natta. På øya var det jungel og utafor den nydelige stranda lå Sør-Kinahavet.

Om kveldene samla vi oss, backpackerne, og sang og fortalte historier. De kom fra mange land, blant annet Australia, USA, Tyskland, England, Sverige og Danmark. Jeg kunne ikke fortelle historier, men jeg kosa meg virkelig.



Jeg bada hver dag, det var omtrent 30 grader. En dag mens jeg svømte kom det regn. Jeg fortsatte å bade fordi regnet hadde samme temperatur som vannet. Men dagen etter fortsatte det å regne. Alt var gjennomvått. Monsunen var kommet.

Da jeg mellomlanda på Kastrup på hjemveien, støtte jeg på Arvid, en kar jeg kjenner gjennom jobben. Det blei et hjertelig møte. Han måpa da jeg fortalte at jeg kom igjen fra en måneds reising i Sørøst-Asia. Han spurte åssen jeg hadde klart det, med hjerneslag og språkproblemer. Jeg måtte tenke meg om.

Jo, det hadde vært strevsomt. Jeg hadde måttet klare meg sjøl, fordi det ikke var noen andre som kunne ta ansvar. Mange asiater hadde hjulpet meg. Det hadde også vært til hjelp at jeg fra før av var vant til å reise alene uten reiseselskap og forhåndsbooka hoteller. Problemet hadde vært språket, men det hjalp meg å snakke engelsk. Sjølsagt kan jeg bedre norsk enn engelsk, men når jeg snakker norsk engster jeg meg for at jeg ikke snakker godt nok. Derfor snakker jeg stakkato. I Sørøst-Asia snakker folk like dårlig engelsk som jeg, drosjesjåførene stort sett dårligere. Derfor hadde jeg ikke gått rundt og følt på at jeg ikke snakka bra nok.

Byråkrati og sympati

Mye ståk for liten lapp

Endelig, to år etter hjerneslaget, og ett år etter epilepsi-anfallet, skulle jeg få tilbake førerkortet. Jeg hadde forberedt meg bra og var til nevrolog på Ullevål sjukehus fjorten dager før det inndratte førerkortet skulle utleveres. Ho undersøkte meg grundig og ga grønt lys for fornya førerkort. Ho skulle straks skrive anbefalingen og poste den. Så snakka jeg med den faste legen min og han skulle straks skrive ut anbefalingen. Mandag 3. august skulle jeg få igjen lappen. Men så

kommer trøbbelet. Nevrologen hadde glømt å sende anbefalingen. Nå måtte det ordnes opp øyeblikkelig. Jeg måtte ha lappen tirsdag eller onsdag for Øystein og jeg hadde ferie og skulle kjøre til Ål.

Jeg stolte ikke på postvesenet. Jeg ringte til Nevrologisk poliklinikk på Ullevål, og etter lang tid fikk jeg snakka meg nevrologen, og ho lovte meg å levere anbefalingen til meg. Jeg tok trikken til Ullevål sykehus og gikk til nevrologen. Heisen var ødelagt og jeg slepte meg både opp og ned. På vei til trikken oppdaga jeg at det var feil brev. Jeg måtte slepe meg opp til fjerde etasje på nytt og ned igjen før jeg satt på trikken. Så var det å hente anbefalingen hos A-Med (Arbeiderbevegelsens bedriftshelsetjeneste) på toppen av Folke-teaterbygningen. Så gikk jeg til Førerkortavdelingen. Jeg sa hva som var hendt og damene bak skranken fikk fart på seg. På under en time var alle papirene mine i orden.

Neste formiddag tok jeg T-banen til Biltilsynet oppe i Groruddalen. Jeg trakk lapp og fant ut at de effektive fotoapparatene rett utenfor hver skranke ikke fungerte. Men de hadde en alminnelig fotoautomat. “Du får ikke førerkortet ditt før om fjorten dager,” sa dama. Da raste det fullstendig



for meg jeg stotra at jeg måtte ha lappen nå. Dama smilte og sa at jeg skulle sjølsagt få midlertidig førerkort.

Etter fjorten dager kom lappen, det var et lite bankkort. Men det sto at førerkortet kun var gyldig ett år. Så måtte jeg kjøre hele runden en gang til. Men da skal jeg forsikre meg om at nevrologen ikke glømmer å sende anbefalingen.

Du må være frisk, skal du ha hjerneslag!

Brevveksling med Ingelin

Etter hjerneslaget gjorde politiet vedtak om å inndra kjørekortet mitt. Jeg har full forståelse for at politiet har som oppgave å passe på at folk som sitter bak rattet, også er i stand til å reagere sånn de skal, men det brevet jeg fikk fra politiet var skrevet i en så arrogant og hoven tone at jeg følte meg utafør og trist i flere dager etterpå.

Jeg skrev derfor et nytt brev til Politimester Killengreen:

Ingelin Killengreen
Politimester i Oslo
Grønlandsleiret 44
0190 Oslo

Oslo 17.08.98

Klage på formuleringene i brev vedrørende inndragning av førerkort

Jeg har hatt hjerneslag for to år siden og kunne ikke snakke. For ett år siden fikk jeg epilepsi pga hjerneslaget. Jeg visste at jeg mista førerkortet for, i heldigste fall, ett år og det godtok jeg.

Stor var derfor skuffelsen med vedtaket som fulgte med brevet fra førerkortavdelingen Oslo Politikammer. Det var veldig byråkratisk og hovmodig formulert.

Jeg kunne ikke noe for hverken hjerneslaget eller epilepsianfallet, det kom som lyn fra klar himmel. Det ser ut for meg som førerkortavdelingen har det samme vedtaket, enten det er promillekjøring eller epilepsi. Vedtaket må være det samme, men formuleringen må gjøres om.

Jeg er klar over at Politiet må være en smule byråkratiske, men brevet svei. For ettertiden vil jeg anbefale at brevet begynner med en helt annen tonefall, nemlig: "Vi beklager, men vi ser oss nødt til å frata deres førerkort i minimum ett år" eller ett eller annet høflig formet brev.

Jeg ser fram til å få svar på brevet.

Hilsen
Jon Sjøtveit

PS. Jeg må takke førerkortavdelingen/forvaltningsavdelingen for utmerket og ubyråkratisk hjelp når jeg skulle få tilbake førerkortet i august. J.S

Oslo politidistrikt
Politimesteren

Jon Sjøtveit
Monradsgate 21
0564 OSLO

Vedr. ordlyd i politiets førerkortvedtak

Jeg viser til Deres brev av 17. august 1998 hvor De beskriver hvorledes det føltes å få vedtak om at førerkortet Deres var inndradd på grunn av ettervirkning av hjerneslag. Det er riktig at politiet ved skriving av vedtaket ikke skiller mellom de ulike årsaker til inndragningen. Begrunnelsen fremgår av teksten, som også gir redegjørelse for hvilken praktisk konsekvens vedtaket har for mottakere, og hvilken klageadgang med mer som finnes. Selve teksten er en standard tekst som er felles for hele landet. Det er utformet i samsvar med forvaltningslovens krav til et forvaltningsvedtak. Oslo politidistrikt må forholde seg til dette standardkravet.

Jeg forstår at De i en vanskelig livssituasjon har reagert på politiets formuleringer. Brevet som ledsaget vedtaket kunne vært utformet på en annen og atskillig mer imøtekommende måte. På bakgrunn av brevet Deres vil vi derfor gjennomgå rutinene våre på dette punktet. Jeg takker for henvendelsen og er glad for å høre at de fikk god hjelp og veiledning her da førerkortet skulle leveres tilbake. Jeg er også glad for at Deres helsesituasjon nå synes å være vesentlig bedret.

Med vennlig hilsen
Ingelin Killengreen

Jeg var forferdelig glad fordi Politimesteren i Oslo var enig.
Og attpåtil skreiv et brev til meg.

Brannen

Jeg hadde lest ferdig boka og la meg til å sove klokka halv ett om natta. Med ett begynte jeg å sniffe. Det var en rar røyklukt. Jeg sto opp og undersøkte på kjøkkenet, på badet og i stua. Men det var ikke der! Jeg åpna inngangsdøra mi og da slo det inn røyklukt fra gangen. Jeg kledde på meg og undersøkte hver etasje. Men jeg var ikke kar om å finne ut hvor det kom fra. Jeg gikk til leiligheten og ringte 110 til brannvesenet. Før det bestemte meg for åssen jeg skulle si det. Jeg måtte være kort og forklare veien. Jeg greide det bra og jeg ba dem



om å sende en bil. Snart så kom tre brannbiler med sirener. Jeg sa at det var jeg som hadde ringt, men at jeg hadde bedt om bare én bil. Brannsjefen lo og sa at når jeg først hadde ringt til brannvesenet så måtte de ha tre biler. Brannfolka skjønnte snart det var røyklukt og ringte på alle tolv inngangene. De hadde mye trøbbel med å få den 97-årige dama som bor like ved siden av meg, til å åpne. Jeg stilte meg opp utafor leiligheten hennes for at ho skulle kjenne meg igjen når ho åpna. Ho åpna og treiv tak i meg: “Jeg er så redd. Hva er det som skjer?” spurte ho. Jeg trøsta henne med å si at jeg hadde kjent at det var røyk i gangen, men at det ikke var farlig når vi hadde brannmenn tilstede.

Langt om lenge åpna ei dame og sa at det var fra hennes leilighet røyklukta kom! Ho skulle steike flesk og så hadde ho sovna. Når ho våkna igjen var det så røykfylt. Ho åpna vinduet på gløtt, fjerna restene av flesket og la seg til å sove, men hadde ikke tenkt på at røyklukta ville sive ut i gangen. Det var da brannfolka kom.

Til slutt måtte jeg minne brannsjefen om at det var jeg som oppdaga brannen. Han roste meg. For å si det som det er; jeg var fryktelig kry.

Dagen etter traff jeg dama. Ho sa at jeg redda livet hennes. Jeg blei litt forvirra, men jeg trur ho skjønnte hva som egentlig hadde skjedd.

Det var første gangen etter hjerneslaget at jeg plutselig hadde oppdaga en fare for så å klare å henvende meg til den utrykningsetaten som hadde ansvaret. Jeg skjønnte at trikset var at jeg måtte tenke meg kort om før jeg gjorde noe som helst. Problemet er det at når plutselig faren er der, for eksempel at jeg blir rana, så frykter jeg at jeg ikke får fram et ord.

Nederlag og ny giv på jobben

På forsommeren 1998 var jeg veldig deprimert. Jeg trudde at jeg ikke fikk til den halve jobben som jeg hadde masa meg til. Alt kretsa om jobben og tru og ikke tru.

På vårparten hadde jeg kommet i kontakt med KReSS på Sunnaas sykehus. KReSS var et prosjekt som dreiv forsøksdrift med rehabilitering av folk som hadde levd en stund med

hjerneskode. I siste halvdel av august kom jeg inn til et fem ukers opphold sammen med fire andre. Vi fem var en fin gjeng. Vi mangla det meste, men humøret og ”stå på”-viljen hadde vi ikke mista.

En del av opplegget var undervisning, og noen av forelesningene dreide seg om kognitive skader. Det jeg fikk høre der var veldig nedslående. Jeg visste at det var noe galt med språket og at jeg hadde fryktelig lyst til å få det tilbake. Men så fikk jeg høre at mangelen på språk hadde noe med kognitive skader å gjøre. Jeg blei skikkelig deprimert da jeg innså at manglende korttidshukommelse, lite initiativ og dårlig fantasi skyldtes hjerneskode. Men det var også godt å få vite det.

Rabaldermøte

I november 1998, nesten halvannet år etter slaget, ville Trygve, sjefen min, ha et møte med meg, kollegaen min, legen min og psykologen min, personalsekretæren pluss han sjøl, for å oppsummere arbeidsoppgavene mine. Jeg var glad for endelig å få diskutere arbeidet mitt. Jeg skjønnte at jeg hadde problemer med å takle det å være miljøsekretær. Men jeg

skreiv ned alle de oppgavene jeg, etter min oppfatning, kunne utføre som miljøsekretær. Dessverre kunne ikke psykologen min møte, men jeg spurte logopeden min om ho kunne være med på møtet, og det kunne ho.

Trygve leda møtet og ga ordet til “forsvarerne” mine, legen og logopeden. Spesielt logopeden forklarte hva slags skade jeg hadde. Så kom turen til meg. Jeg delte ut skrivet og sa at på grunn av språkvanskene skulle lese opp det jeg hadde skrevet. De andre var forbausa.

Så kom turen til kollegaen min. Det som jeg trudde skulle være en diskusjon om sterke og svake sider ved måten jeg gjorde jobben min på, var et sterkt angrep. Han fnyste foraktelig av det som jeg oppfatta som ting jeg klarte å gjøre, bare jeg fikk litt tid på meg, og konstaterte at det var jeg ting jeg ikke var i stand til. Trygve oppsummerte møtet, og det var tydelig at han stolte på kollegaen min, i stedet for på meg. Men han skulle ta opp i ledermøte hva slags andre arbeidsoppgaver jeg kunne utføre. Han tilføyde at det ikke var lett å samarbeide med meg, ettersom jeg var sånn en grenseløs optimist.

Etter møtet spurte jeg logopeden hva ho syntes om møtet. Ho sa at det var et av de verste møtene ho hadde opplevd, men ho skrøyt av meg fordi jeg hadde vært rolig og saklig.

Tida etter møtet var jeg skikkelig deprimert. Jeg sa til meg sjøl at hvis ikke AOF hadde bruk for meg, skulle jeg søke på full uføretrygd og reise utenlands. Kanskje til Karibia eller Tanzania. Men jeg var for ung til ikke å ha noe å gjøre. Jeg var i ubalanse. Noen ganger beskyldte jeg meg sjøl for ikke å ha streva nok med problemene, noen ganger syntes jeg synd på meg sjøl og andre ganger var jeg sjølsikker og forbanna på AOF for at de ikke hadde bruk for en ressursperson som meg.

Jeg tok kontakt med kollegaen min og beskyldte han for å komme med usakligheter. Han gjentok det han hadde sagt i store ordelag. Jeg fant ut at han ikke hadde brukt orda i et øyeblikks innskyttelse, men at han mente det oppriktig. Han fortalte meg også at ledelsen skulle tilby meg en jobb som var interessant og spennende, men han kunne ikke fortelle hva slags jobb som ventet meg. Jeg analyserte etter ganske dårlig evne hva slags arbeid som jeg kunne klare, men fant ingen, så jeg mista motet.

Nye oppgaver og ny trivsel

Truls, en annen kollega, sendte e-post til alle sentralt i AOF, der han ba om hjelp til å pakke Kanal 99-postkort. Jeg hadde ingenting å gjøre, så jeg pakka og pakka i noen uker. Jobben var kjedelig, men jeg visste at det måtte gjøres, og jeg var ganske fornøyd for endelig å kunne gjøre ting som var nyttige for AOF.

Jeg spekulerte på hva slags andre arbeidsoppgaver jeg kunne utføre. Postkortaksjonen var snart ferdig og jeg lurte på om jeg kunne overta jobben på hustrykkeriet. Men for å kunne utføre den jobben ville jeg trenge en del opplæring. Dessuten var stillingen allerede utlyst.

Kjell, som var leder på data-avdelingen, sa til meg at han hadde foreslått for ledelsen at jeg kunne ha ansvaret for en database som skulle informere samtlige ansatte om interessante fagbladartikler og Internett-adresser. Truls hadde nesten den samme arbeidsoppgava. Jeg takka for tilliten og venta spent på ledelsens beslutning. Trygve ba meg om et møte. Jeg både grua og gleda meg, og gikk til tillitsvalgte Mike og spurte om han kunne komme på kort varsel. Mike

sa at han godt kunne komme, men røpa at han hadde blitt informert på forhånd og at han trudde at jeg blei fornøyd.

På møtet fortalte Trygve om den nye arbeidsoppgava ledelsen hadde foreslått, og den var at jeg skulle ha ansvaret for den nevnte databasen. Jeg pusta skikkelig ut og berømme AOF for å ta vare på sine ansatte og kalte det solidaritet. Trygve smilte og fortalte at ledelsen ikke hadde vist meg porten, men var opptatt av at både AOF og jeg hadde nytte av arbeidsoppgavene. Jeg strålte som ei sol.

For å utføre jobben var jeg nødt til å lære meg å skanne inn artikler og å legge dem inn i databasen. Data-avdelingen på huset hjalp til så godt det lot jeg gjøre. Det var spesielt en kar som var svært imøtekommende. Men han snakka så fort og han fortalte hele tida om alle de andre tinga det var mulig å gjøre med maskina, så det blei bare tull. Han hadde ikke trening i å snakke med folk som måtte ha det inn med teskjeer. Jeg måtte nemlig lære langsomt og skrive ned nøyaktig det som jeg måtte gjøre, og ikke hele tida velge mellom tusen ting. Dessuten skjønnte jeg at for vanlige folk som ikke er dataeksperter, og det gjelder de fleste, fungerte ikke den undervisningen.



Psykolog Sveinung hadde møte med meg hver uke for å oppsummere og hjelpe til. Stor var derfor overraskelsen min da jeg oppdaga at han hadde god greie på skanning. Sveinung hadde dessuten god trening i å forklare sakte og jeg skreiv ned forklaringa. Etter to, tre ganger hadde jeg ikke bruk for notatene og blei nesten profesjonell skanner. Det vil si, jeg forsto ikke mye av det tekniske, og hvis det var nye ting var jeg avhengig av hjelp. Men det hjalp Sveinung meg med.

Grunn til at jeg er fornøyd nå er at den nye arbeidsoppgava er konkret. Miljøsekretæroppgava innebar å organisere så mange prosjekter at jeg ga opp. Før slaget hadde jeg ikke vært særlig flink til den type arbeid heller.

AOF hadde vært snille og ikke stilt krav til meg. Derfor kunne jeg gå og slenge. Etter to og et halvt år klarte ledelsen å få ut fingeren. Det resulterte i rabaldermøte. Jeg var såra etter møtet, men endelig hadde det skjedd noe.



Betrakteren

Jeg har skjønt at jeg kan ikke bli som før. Det er tung erkjennelse. Jeg har halv jobb og halv uføretrygd, men skulle gjerne hatt bortimot full jobb. Men det er for tungt nå, jeg blir utkjørt av arbeidet, derfor er det godt å kunne hvile seg.

Håp er blanda med realisme hos meg. Jeg håper på å få meg ny kjæreste, men jeg vil at jeg skal være betatt av henne og ho av meg. Det skal være jamnlikt. Men jeg er klar over at det koster kamp. Fordi hvis kjærligheten skal spire og gro, trengs det kamp, trur jeg. Jeg er ikke sikker

på om jeg er sterk nok til å kjempe nå. Men hvis jeg får meg en kjæreste trur jeg at vi sammen skal kunne utvikle dialogen og kampen.

Jeg håper inderlig at jeg skal kunne uttrykke meg omtrent slik som før. Jeg skreiv bøker og var god til å uttrykke meg. Det er det største savnet mitt nå. Men realistisk sett er det lite som tyder på at jeg kan bli så god som før slaget. Det sier i alle fall logopeden min. Men vi får se! Det er tre år siden slaget, og sjøl om jeg synes det er fryktelig lang tid, er det, objektivt sett, ikke så lenge siden. Ting forandrer seg. I alle fall har jeg greid å skrive dette manuset som du holder i hånda.

*

I gamle dager var utbor navnet på mennesker som på grunn av små eller store skavanker blei båret ut i villmarka for å dø eller klare seg som best de kunne. Det å få hjerneslag fikk meg til å meg føle som en av Utbor-folket. Naboene, kollegaene og vennene var veldig snille og forståelsesfulle. Men sjølve prosessen, å få hjerneslag, minte meg om Utbor.

Et annet bilde jeg har av meg sjøl etter hjerneslaget, er som en fjernkulturell innvandrers som snakker dårlig norsk. Ho veit utmerka godt hvordan ho skal uttrykke seg på morsmålet. Det går fint for ho å uttrykke enkle ting på norsk, men desto mer komplisert, desto mer tid må ho bruke for å få sagt det. De mest kompliserte tinga går overhodet ikke an å få sagt på norsk. Og norsk er det språket som tales i Norge, morsmålet hennes er ingenting verd.

Jeg ligner på innvandrerens. Bortsett fra at det ikke er på grunn av fremmedspråklighet at jeg ikke får uttrykt meg, det er på grunn av språkvansker. Forhåpentligvis vil både innvandrerens og jeg trene oss opp til å bli flinke til norsk, for det er det eneste som teller i det norske samfunn.

*

Etter skaden synes jeg at jeg sosialt sett har blitt flinkere. Det vil si at jeg var sosial før også, men da likte jeg så godt å snakke, at folk, med rette, betrakta meg som pratmaker. Når jeg først skal snakke nå, tar det ganske lang tid på grunn av ordleitinga, men jeg prater ikke så mye som før. Før hadde jeg skarp hjerne. På grunn av de kognitive skadene jeg har



pådratt meg må jeg tenke meg både to og tre ganger om. Noen ganger mister jeg konsentrasjonen og får ikke med meg hva folk snakker om. Jeg føler meg litt dum, men behandlerne sier at jeg slett ikke er dum, det bare føles sånn.

Logopeden min sier at jeg er forandra, og at jeg må finne ut hva slags muligheter jeg har nå. Da jeg reiste med buss fra Tuxla til Acapulco i Mexico, var jeg en betrakter istedenfor å samtale med de reisende. Nesten alle i bussen snakket bare spansk, og den lille spansken jeg en gang kunne hadde forsvunnet med slaget. I stedet for å snakke betraktet jeg folk og natur på den et døgn lange bussturen. Jeg tente på idéen med å se meg sjøl som en betrakter og tenkte at jeg kanskje kan begynne å fotografere, og kommunisere med folk gjennom bildene.

*

Jeg har tapt mye, men jeg har også nye muligheter. Og best av alt, jeg er, og forhåpentlig blir, optimist. Like etter slaget kunne jeg ikke snakke, men jeg smilte og lo. Jeg trur det har noe med barndommen min å gjøre. Jeg hadde ikke noe værre eller bedre barndom enn de fleste, men jeg følte meg alltid

trygg på grunn av foreldra mine og naboene på Miland i Tinn. Jeg innser nå at jeg i den første tida etter hjerneslaget var urealistisk optimist, men det kan hende at jeg nettopp derfor har hatt mer bedring enn jeg ville ha hatt om jeg hadde vært realist eller pessimist.

Jeg har vært i krise før også. Etter hver krise kommer en periode med en ny, realistisk oppgang. Hjerneslaget er den verste krisa jeg har møtt. Men jeg håper og trur at det kuliminerer i en ny optimisme og oppgang.

Jeg tar en ting av gangen.

Etterord

Som Jon Sjøtveit så vidt nevner, var han høsten 1998 inne til et rehabiliteringsopphold hos KReSS på Sunnaas sykehus. En del av innholdet i dette tilbudet er at man får en kontaktperson som følger en opp etter at rehabiliteringsoppholdet er slutt og hverdagen begynner igjen. Undertegnede var Jons kontaktperson, og gjennom det ett år lange samarbeidet ble jeg relativt godt kjent med Jon.

Jon var godt i gang med dette bokmanuset første gang jeg traff ham. Vi leste og diskuterte det ved et par anledninger, og jeg forsto det slik at Jon betraktet skrivearbeidet som kanskje den viktigste delen av sin rehabiliteringsprosess. Han fortalte om tunge stunder underveis da han hadde lyst til å gi opp – det kostet for mye og hans kognitive problemer var for store. Andre ganger kunne han fortelle om hvordan dette arbeidet gav ham tro

på at han langsomt, men sikkert ble bedre.

Jon skriver en del om sine kognitive vansker etter hjerne-
slaget. Kort tid etter skaden hadde han betydelige problemer
med å produsere språk, det vil si å snakke (ekspressiv afasi).
Etter hvert som tiden gikk ble det først og fremst det å finne
sentrale ord og begreper som var det største problemet hans
(anomisk afasi). Selv sa han mange ganger at han ikke lenger
fikk til å ”snakke avansert”. En annen ting som forandret seg var
hans evne til å ha “mange baller i lufta”, og samtidig ha oversikt-
ten. Spesielt vanskelig ble det dersom det var oppgaver som var
nye for ham, som for eksempel når han skulle lære seg det å
skanne inn dokumenter. I det foregående beskriver han det slik:
“...Jeg måtte nemlig lære langsomt og skrive ned nøyaktig det
som jeg måtte gjøre, og ikke hele tida velge mellom tusen
ting...”. Og når han blir så tilfreds med arbeidssituasjonen etter
at han omplasseres, er det fordi oppgavene er enkle og oversikt-
lige: ”...Grunnen til at jeg er fornøyd nå er at den nye arbeids-
oppgava er konkret. Miljøsekretær oppgava innebar å organisere
så mange prosjekter at jeg ga opp.”

Nevropsykologisk vil man kunne beskrive dette som vansker
knyttet til planlegging, struktur, innlæring og korttidshukommelse.

Slike kognitive problemer strever mange med etter hjerneslag, og det blir ofte et “usynlig” handikap: Man kan ikke se utenpå et menneske at det har slike funksjonshemninger. En beskrev det å ha kognitive problemer som å “falle ut av samfunnets rytme”, og opplevde at andre hadde store problemer med å forstå hva dette innebar for den som er rammet. Konsekvensen av dette kan bli at man føler seg utilstrekkelig, misforstått og “dum”, og at man i større grad enn før isolerer seg. Jons kognitive problemer voldt han store problemer når han prøvde å ta opp igjen de arbeidsoppgavene han tidligere hadde hatt.

I dette heftet forteller han også om mer praktiske situasjoner der han ble tilsvarende utfordret, sånn som reisene til utlandet, brannen i bygården og problemene med byråkratiet. Den grunnleggende optimisme, kåthet på livet og det pågangsmot som skinner igjennom i det han skriver – også i perioder med motgang – blir for meg essensen av personen Jon, slik jeg ble kjent med han gjennom det året vi samarbeidet.

Før slaget hadde Jon vært en mann som behersket så vel det skrevne som talte ord. Nettopp derfor ble arbeidet med dette manuset for han et slags mål på egen framgang. Men med skrivningen som målestokk for framgang satset Jon høyt. Ikke

bare utfordret han direkte sitt største handikap etter hjerneslaget; de kognitive vanskene. Han utfordret også en viktig del av sitt eget selvbilde. Hvorvidt Jon opplevde skrivearbeidet som til slutt førte fram til denne utgivelsen, som fritt valg, eller som noe han «måtte» gjøre, er vanskelig å vite. Kanskje var det igjen et uttrykk for en velutviklet “stå-på”-vilje i samspill med hans grunnleggende optimisme i kampen mot det som hjerneslaget hadde berøvet han? Og et uttrykk for hvor viktig det å kommunisere med andre var for hans opplevelse av seg selv...

Sveinung Tornås
psykolog, KReSS

Sunnaas sykehus, oktober 2000



KReSS
Sunnaas sykehus
N-1450 Nesoddtangen

Telefon: (+47) 66 96 90 00
Telefax: (+47) 66 96 92 09
E-mail: kress@online.no
Internett: <http://kress.sunnaas.no>

ISBN 82-91841-14-4