

## Hur man reduceras till en ond nacke och får livet åter

Historien börjar med en ridolycka 1986, jag var då 26. Trauma mot bakhuvudet, medvetlöshet, kramper och efterföljande minnesförlust.

Tretton år senare, år 1999, akut fruktansvärda nacksmärtor som långsamt avklingade efter några veckor. Efteråt har jag känt igen den smärtan och slutit mej till att jag fick mitt första diskbrock då.

Efter två år var det dags igen; akut fruktansvärda nacksmärtor som blev bättre efter en tid, men molande, brännande smärta kvarstod länge efteråt. Efter ytterligare ett par månader upprepades allt igen och sedan återigen i en evig cirkel. Min första magnetröntgen gav mej svaret att jag hade akut pågående diskbråck och att nacken dessutom var instabil och uppvisade onormala förslitningar samt att inget fanns att göra åt något av det. En second opinion gav samma svar. Det blev ett sätt att leva; lägga livet på vänt när jag fick ett nytt diskbråck och sedan lägga allt krut på att glömma när smärtan var uthärdlig. Jag hade småbarn och arbetade heltid, men tack och lov har jag en mycket bra man och vi arbetade i eget företag under den här tiden. Så gick några år med ständigt återkommande symptom och dessemellan förnekelse; Visst var jag frisk och mitt i livet; det fanns inget alternativ.

En frontalkrock mot telefonstolpe år 2004 och efterföljande minnesförlust knäckte min motståndskraft. Jag erkände för mej själv att jag inte stod ut med min nacksmärta och mina regelbundet återkommande diskbråck. Jag hade dessutom ständigt intensivt ont i armar och händer, utan att något fel hittades. Successivt tog jag mer och mer medicin, alla piller min läkare ville skriva ut, Citodon, Stesolid och antidepressiva. Här började mina sjukskrivningar. Det blev värre och jag föll in i allt mörkare depression. Jag slutade vara jag och blev en ond nacke med vidhängande allt mer oanvändbara armar och händer. Till slut blev jag sjukpensionerad. Då var jag 49 år. Jag ansåg själv att jag bara var till besvär för familjen och samhället.

Nu är vi framme vid år 2009. Min man ställde ultimatum hos min husläkare. Därifrån kom jag med remiss till ortopederna för mina händer. Nu börjar det riktigt jobbiga i och med specialistläkarens besked; Att eftersom jag hade sådan akut nacksmärta (som man inte kan göra något åt) så berodde sannolikt min smärta i händerna på nacksmärtan och därför kunde man inget göra åt mina händer... Hade jag varit ensam på det läkarbesöket så hade jag inte levt idag. Det är jag rätt säker på. Men nu var min man med, och medan jag kastades mellan omåttlig vrede och krampaktig gråt, så rev han i princip ner ortopedavdelningen, tills han fick en ny remiss med sig därifrån. En månad senare opererades min första handled på vinst och förlust och smärtan avtog markant i handen. Därefter opererades andra handen med samma goda resultat.

När händerna började fungera, så fungerade även mitt huvud lite bättre. Jag började läsa allt jag kom över om nackskador. Jag lärde mej att svensk sjukvård inte kan / inte får behandla nackskador. Jag lärde mej att man visst kan. Att man opererar vissa nackskador utomlands. Med goda resultat. Hela mitt inre var i och med detta i uppror. Alla dessa år, Jag hade velat krossa /förgöra/ ta hämnd. På vem visste jag inte. Svensk sjukvård? Så kom jag i kontakt med Nackskadeförbundet. Som satte mej i kontakt med Anopic och Dr Olof Andrén. Som i sin tur skickade mej till Dr Mikkonen i Helsingfors och som utförde en Funktionsröntgen.

Den 9 november 2009 opererades min nacke av Olof Andrén på privatsjukhus i Spanien. Två nivåer steloopererades (C5/C4 samt C4/C3) och en ytterligare disk (C3/C2) ersattes av ett "gångjärn". Redan dagen efter kändes min nacke stabil. Den dagen glömmet jag inte. Någonsin.

Ja, så var det ju den parallella fighten med Försäkringskassan. Funktionsröntgen ansågs inte ge någon ytterligare information än den som svenska metoder ger, så den fick jag själv bekosta. Men själva operationen i Spanien fick jag faktiskt betald. I efterskott. I förhandsbeskedet från Försäkringskassan fick jag avslag. Jag fick alltså kallt räkna med att betala nästan 400.000 kr själv. (Vi lever sannerligen i ett ojämnt samhälle. Tänk den som inte kan låna till sin operation. Men, det är ju några år sedan, jag hoppas innerligt att det fungerar bättre nu!)

Ett år efter operationen hade jag fortfarande rätt ont, men säkert mindre än 50% av den smärta jag haft innan operationen. Och jag var stabil i nacken, det i sig var obetalbart. Inga fler diskbräck. Någonsin. Olof Andrén förberedde mej inför operationen på att jag kunde komma att ha kvarstående nervverk. Han förberedde mej också på att beroende på hur länge man gått med smärtan så tar det ett antal år för kroppen att återhämta sig. Så jag var beredd. Jag insåg att mycket av den smärta jag hade skulle gå att arbeta bort eftersom den var muskelrelaterad. I denna veva bestämde jag mig för att återta makten över mitt liv. Det innebar att sluta med alla mediciner.

Sluta med starka mediciner. Det är ett kapitel i sig. Det tar tid. Det är en emotionell berg- och dalbana. Man behöver professionell hjälp. Jag skulle kunna skriva hur mycket som helst om den kampen. Även där är svensk sjukvård ett svart hål. Men till slut fick jag kontakt med Smärtkliniken på Nyköpings lasarett. Dom har hjälpt mej genom alla stadier. Jag går där fortfarande och får alternativ behandling för min kvarvarande nervsmärta.

Nu, 5 år efter operationen, har jag börjat arbetsträna. Jag har fått tryggheten och självförtroendet tillbaka. Huvudet och kroppen fungerar. Jag accepterar att jag inte kan göra allt. Men jag kan göra mycket. Jag ÄR någon igen. Inte bara en ond nacke. Livet är roligt igen.

Yvonne Knuutinen