

Halve livet med MS.

Som 24-åring fikk jeg i 1990 den tunge beskjeden om MS diagnosen. Det vil si, det følte ikke så tungt på det tidspunktet. Etter det første angrepet ble jeg helt symptomfri igjen og jeg så lyst på fremtiden. Riktignok var det tøft at nevrologen sa at jeg ikke burde vurdere å få barn hvis jeg ville holde meg noenlunde frisk. Heldigvis har forskningen brakt ny kunnskap og man er i dag gått bort fra slike anbefalinger. Jeg bestemte meg tidlig for å gjøre det jeg kunne for å få gode hverdager. Det å akseptere at jeg har en kronisk sykdom som jeg ikke blir frisk av er viktig for meg. De første 15 årene fylte jeg med utdanning og mye jobb. Jeg opplevde tider med ulike symptomer som slo meg ut, men som regel gikk de over. MSen tok ikke stor plass i livet og jeg tok vel ikke særlig hensyn til den. Etter hvert meldte imidlertid symptomene seg stadig oftere og de gikk ikke over.

Fra 2005 måtte jeg trappe ned jobben og etter noen år ble jeg 100% ufør. Det tyngste ved diagnosen er uforutsigbarheten. Den sliter på i lengden og medfører dårligere livskvalitet. Man blir liksom aldri ferdig med å mestre og å finne gode strategier ettersom det med ujevne mellomrom kommer endringer. Det å ikke kunne delta i livet slik man ønsker medfører også en stor sorg og et endret selvbilde. Jeg har til tider fått god hjelp av ulike former for terapi og jeg synes det er viktig at vi som lever med MS får lett tilgang til psykologer. Jeg har også vært på flere rehabiliteringsopphold og dette har hatt stor betydning for min følelse av mestring av MSen. Gjennom trening og aktivitet har jeg blitt sterkere, kunnet være aktiv og ha mange gode hverdager. Her møter man også andre som er i samme situasjon og man lærer mye av å utveksle erfaringer. Når jeg tenker tilbake på 25 år med MS har diagnosen tatt mer og mer plass i livet mitt. Livskvaliteten er redusert, men for meg er det mulig å finne ny mening gjennom tilgang til riktig medisin, mulighet for jevnlig rehabilitering og aktiv egeninnsats.