

Vejen ud af anoreksi

Louise var ved at sulte sig ihjel

På et år gik Louise fra at være Jyllands dygtigste student til anoreksipatient. De næste 17 år kredsede hendes liv om kontrol og kalorier. I dag er hun ude af sygdommen og gider ikke spille mere tid på sit kropsideal.

Louise bliver vækket af sin mor. Moren græder, mens hun trygler sin 20-årige datter om at spise noget. Louise bor på sin fasters loft i København, vejer 32 kilo og lever af én gul Gajol om dagen. Hendes mor er taget hele vejen fra Aalborg for at råbe sin datter op.

– Min mor er kærlig og omsorgsfuld, og det var frygteligt, at hun var så ked af det, husker Louise.

– Det var min skyld, og det var næsten ikke til at bære. Jeg ønskede bare, at hun skulle gå igen.

Et år før denne skæbnesvangre nat på fasterens loft er Louise Juhl Dalsgaard blevet student. Hun forlader Aalborghus Gymnasium med et gennemsnit på 11,4 efter den gamle skala, hvilket er Jyllands højeste. Hun har gode venner og en sød kæreste, der spiller saxofon, og verden ligger åben. Hun skal bare lige lære lidt fransk, før hun kan begynde at læse litteraturvidenskab. Samtidig skal hun tabe et par kilo.

24. august 1992 skriver hun en seddel til sig selv: "Fra dags dato vil jeg leve sundt, dyrke motion og tabe mig."

TABTE 40 KILO

– Jeg havde reddet på en bølge, hvor jeg klarede mig godt i skolen, havde gode venner og var populær. Nu var mine venner

rejst væk, jeg arbejdede i en skolefritidsordning, jeg følte mig ensom, og det blev et projekt at tabe sig, fortæller Louise, der i dag er 44 år og bor i Skanderborg med sin mand, Michael, og hunden Mumrik.

Efter gymnasiet bliver Brugsens Slankebøger hendes bibel, og selv om kuren gør hende sulten, træt og deprimeret, begynder hun at skære yderligere i sin kost.

Det var kun min skyld, hvis min kur ikke lykkedes, og jeg havde ikke brug for mere skyld i mit liv

Hvorfor spise en skive brød med pålæg og agurk, når man kan nøjes med agurken?

Da hun mødes med sine gamle gymnasievenner til julefrokost fire måneder senere, har hun tabt sig næsten 15 kilo og medbringer sine egne dampede grøntsager i en plastikbøtte. Vennerne er imponerede over hendes viljestyrke.

– Jeg var meget stålsat, ligesom da jeg fik gode karakterer i skolen. Det var kun min skyld, hvis min kur ikke lykkedes, og jeg havde ikke brug for mere skyld i mit liv, forklarer Louise.

På ni måneder taber hun sig i alt 40 kilo og bliver efterfølgende indlagt første gang.

DEN BRØLENDE LØVE

Louise voksede op i en forstad til Aalborg som den yngste af tre børn. Hun klarede sig godt i skolen og har ingen traumer i bagagen, som kan forklare hendes sygdom.

– Jeg tænkte bare rigtig meget over tingene, og når jeg prøvede at forklare mig, følte jeg mig misforstået, fortæller hun.

– Jeg følte, at jeg fyldte for meget.

Måske var sygdommen et forsøg på ikke at fylde så meget, men det havde den modsatte effekt – når du vejer 30 kilo, kommer du og din sygdom til at fylde rigtig meget. Anoreksi er ekstremt selvcentreret.

Louise har mentalt taget turen tilbage til barndommen, da hun skrev romanen *Det dér og det dér*, som ikke er en direkte skildring af hendes barndom og anoreksi, men som ligner og rummer uddrag af hendes journaler. Journalerne rekvirerede hun fra de steder, hun har været indlagt, og et af stederne fyldte den så meget, at sekretæren mente, at det ville overskride portobudgettet at sende den.

– Det har været voldsom læsning, siger Louise.

– Mange af tingene har jeg glemt, for eksempel at jeg fik sondemad og holdt øje med, at jeg ikke fik en dråbe for meget.



Louise holder foredrag om anoreksi og bliver vred, når hun ser, hvordan unge piger udstiller deres udsultede kroppe på nettet og roser hinanden for vægttab. "De ved ikke, hvor farligt det er," siger Louise.



Louise elsker hunden Mumrik. Børn har hun ikke kunnet få, for hendes krop er ødelagt af flere års udsultning.

Det har også været pinlig læsning, for mine tanker var syge. Jeg snød og bedrog dem, der skulle passe på mig.

Under indlæggelserne står hun op om natten og løfter i timevis den lænestol, der står på hendes værelse, op og ned, mens sveden hagler af hende. Alt sammen for at forbrænde kalorier.

– Jeg flygtede fra mine egne behov, og af angst får man kræfter, man normalt ikke har – ligesom hvis der står en løve og brøler dig ind i hovedet, forklarer Louise.

Hun ryger ud og ind af hospitaler i otte år og ender i et ambulant forløb på Center for Spiseforstyrrelser i Aarhus.

– Jeg følte mig som fange i en krig. Jeg var ikke længere Louise, men en anorektiker – alt, hvad jeg gjorde, blev set i det lys, husker hun og fortsætter:

– Jeg har stadig svært ved at finde ud af mine følelser. Hvis jeg er ked af det, er

Om formiddagen kan jeg bedst undertrykke mine behov, mens jeg er mere forsvarsløs om natten

det så bare, fordi jeg vil have opmærksomhed?

Hun bøjer sig ned for at klappe Mumrik, og hendes stemme bliver lys og blød.

– Ja, undskyld, jeg er helt pjattet med den hund, siger hun, atter med sin normale stemme. Louise har aldrig fået børn,

for hendes krop er ødelagt af mange års udsultning, og hun har kroniske nervesmerter.

ELSKER DELLERNE

Louise kæmpede sig ud af sin spiseforstyrrelse, men der er stadig elementer tilbage. Hun spiser ikke før klokken 14, men står tit op om natten og gør det. Det handler ikke om kalorier, men om kontrol.

Jeg har faktisk taget røven på mig selv og er blevet lidt småbuttet

– Jeg gider ikke spille mere tid på mig selv og mit kropsideal, men alligevel kan jeg ikke tillade mig selv mine behov. Om formiddagen kan jeg bedst undertrykke dem, mens jeg er mere forsvarsløs om natten, forklarer Louise.

I 17 år styrede kalorierne hendes liv, men i dag husker hun ikke, hvornår hun sidst har vejlet sig.

– Jeg har faktisk taget røven på mig selv og er blevet lidt småbuttet. Det troede jeg aldrig ville ske, men heldigvis har jeg en mand, der elsker mine deller, siger hun.

Hun er gift med Michael, som hun mødte på en datingside, da hun var på vej ud af sygdommen.

– Han er den totale livsnnyder, og han sagde fra begyndelsen, at han ikke gik op i min sygdom. Ikke fordi han var ligeglad, men af respekt. Han stegte sin bøf og

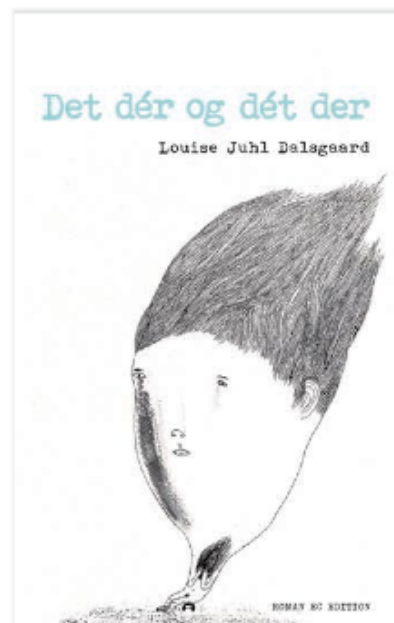
ANOREKSI – NÅR SULT BLIVER SYGELIG

Anoreksi, eller nervøs spisevægring, er en spiseforstyrrelse, der primært rammer piger i 12-20-års-alderen. Sygdommen er karakteriseret ved et forstyrret forhold til mad, krop og vægt, som ofte har dybe-religgende årsager end blot ønsket om at være slank og ofte er et råb om hjælp. Anorektikeren sultner sig, dyrker overdreven motion eller opsætter strenge regler for kalorieindtag, ofte som et forsøg på at kontrollere sig selv og sine behov og undgå at mærke sine følelser. Anoreksi er svær at behandle, da den syge er splittet i ønsket om at blive rask og trangen til at fastholde sygdommen. Anoreksi rammer cirka en procent af teenagepiger og kan i værste fald medføre døden.

Kilde: Wikipedia & Netdoktor.

lod mig lave min mad i fred, konstaterer Louise, som efterhånden droppede sin egen mad og ikke længere tæller kalorier.

– Livet er ikke et regnestykke, hvor du kun kan tillade dig at spise otte pomfritter, hvis du løber otte kilometer bagefter. Jeg levede i alt for mange år efter "du skal yde, før du kan nyde" – jeg nåede bare aldrig til at nyde. Det gør jeg nu. ♦



Det dér og det dér af Louise Juhl Dahlsgaard, forlaget EC Edition, 249 kr.