

ANES ANFALD

EN FORTÆLLING OM
FUNKTIONELLE KRAMPER



AF LENE H. S. TOSCANO, ILLUSTRERET AF ERIK PETRI



Komiteen for Sundhedsoplysning

REDAKTIONSGRUPPE:

CENE H. S. TOSCANO, OVERLÆGE, JOURNALIST OG FORFATTER.
ANSAT SOM LEDER AF CENTER FOR FUNKTIONELLE LIDELSER, VEJLE SYGEHUS.
HAR GENNEM FLERE ÅR ARBEJDET MED FORMIDLING, UDDANNELSE OG UNDERVISNING
AF FAGFOLK SAMT BEHANDLING AF PATIENTER MED FUNKTIONELLE LIDELSER.

MAI BJØRNSKOV MIKKELSEN, PSYKOLOG, FORSKER, PH.D. ANSAT VED PSYKOLOGISK
INSTITUT, AARHUS UNIVERSITET. BEVILLINGSHAVER OG PROJEKTANSVARLIG FOR "ANES
ANFALD" OG HAR VÆRET MED TIL AT UDVIKLE HJEMMESIDEN WWW.PNES.AU.DK.

ANNE SOFIE HANSEN, LÆGE, FORSKER, PH.D. ANSAT VED BØRNE- OG UNGDOMS-
PSYKIATRIEN, AALBORG UNIVERSITETSHOSPITAL. HAR LAVET EN PH.D. AFHANDLING OM
BØRN OG UNGE MED FUNKTIONELLE ANFALD I DANMARK SAMT VÆRET MED TIL AT
UDVIKLE HJEMMESIDEN WWW.PNES.AU.DK.

CHARLOTTE ULRIKKA RASK, OVERLÆGE OG KLINISK PROFESSOR. ANSAT PÅ BØRNE- OG
UNGDOMSPSYKIATRISK AFDELING, SKEJBY, AARHUS UNIVERSITETSHOSPITAL. HAR
GENNEM FLERE ÅR KLINISK OG FORSKNINGSMÆSSIGT BESKÆFTIGET SIG MED BØRN OG
UNGE MED FUNKTIONELLE LIDELSER. HAR VÆRET MED TIL AT UDVIKLE HJEMMESIDEN
WWW.PNES.AU.DK.

LISBETH FROSTHOLM, LEDENDE PSYKOLOG, PH.D., LEKTOR OG SPECIALIST I PSYKO-
TERAPI. ANSAT PÅ FUNKTIONELLE LIDELSER, AARHUS UNIVERSITETSHOSPITAL. HAR
IGENNEM MANGE ÅR ARBEJDET MED BEHANDLING AF OG FORSKNING OM FUNKTIONELLE
LIDELSER. HAR VÆRET MED TIL AT UDVIKLE HJEMMESIDEN WWW.PNES.AU.DK

BOGEN ER UDVIKLET I SAMARBEJDE MED BØRN OG UNGE, SOM HAR ERFARING MED
FUNKTIONELLE ANFALD, SAMT DERES FORÆLDRE.

DESUDEN HAR VI FÅET HJÆLP OG SPARRING FRA BØRNELÆGERNE:
GRETE KATRINE TEILMANN, OVERLÆGE, PH.D., BØRNE- OG UNGEAFDELINGEN,
NORDSJÆLLANDS HOSPITAL, NANETTE MOL DEBES, AFDELINGSLÆGE, PH.D., BØRN OG
UNGE, HERLEV HOSPITAL, OG GITTE HESTHAVEN JØRGENSEN, OVERLÆGE, BØRN OG UNGE,
AARHUS UNIVERSITETS HOSPITAL, SKEJBY. ENDVIDERE HAR ET PANEL AF
SUNDHEDSPROFESSIONELLE (LÆGER, PSYKOLOGER OG SYGEPLEJERSKER) BIDRAGET MED
FEEDBACK PÅ BOGEN.

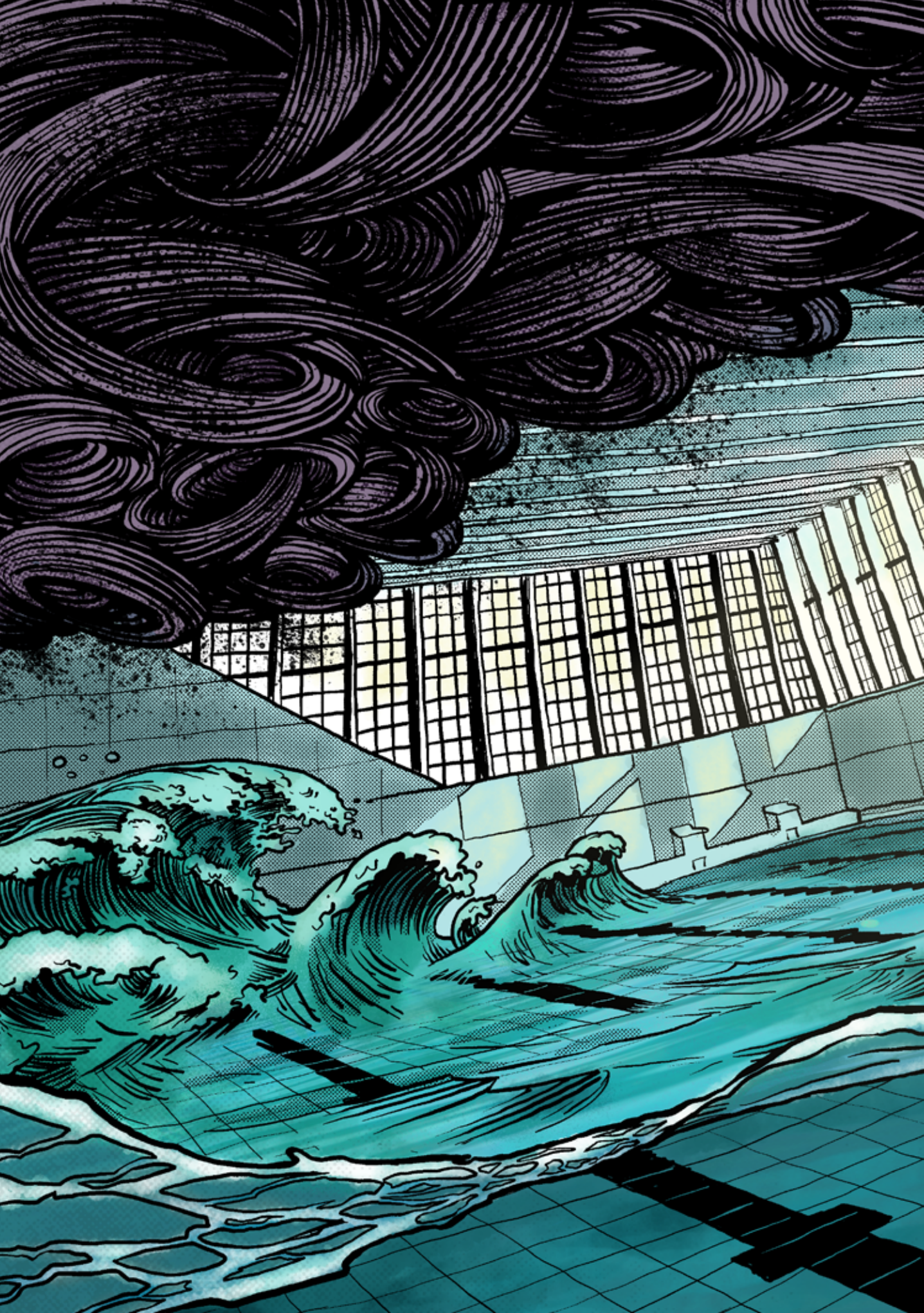
TAK TIL ALLE SOM HAR MEDVIRKET OG BIDRAGET. UDEN JER HAVDE DENNE BOG IKKE
KUNNET LADE SIG GØRE.

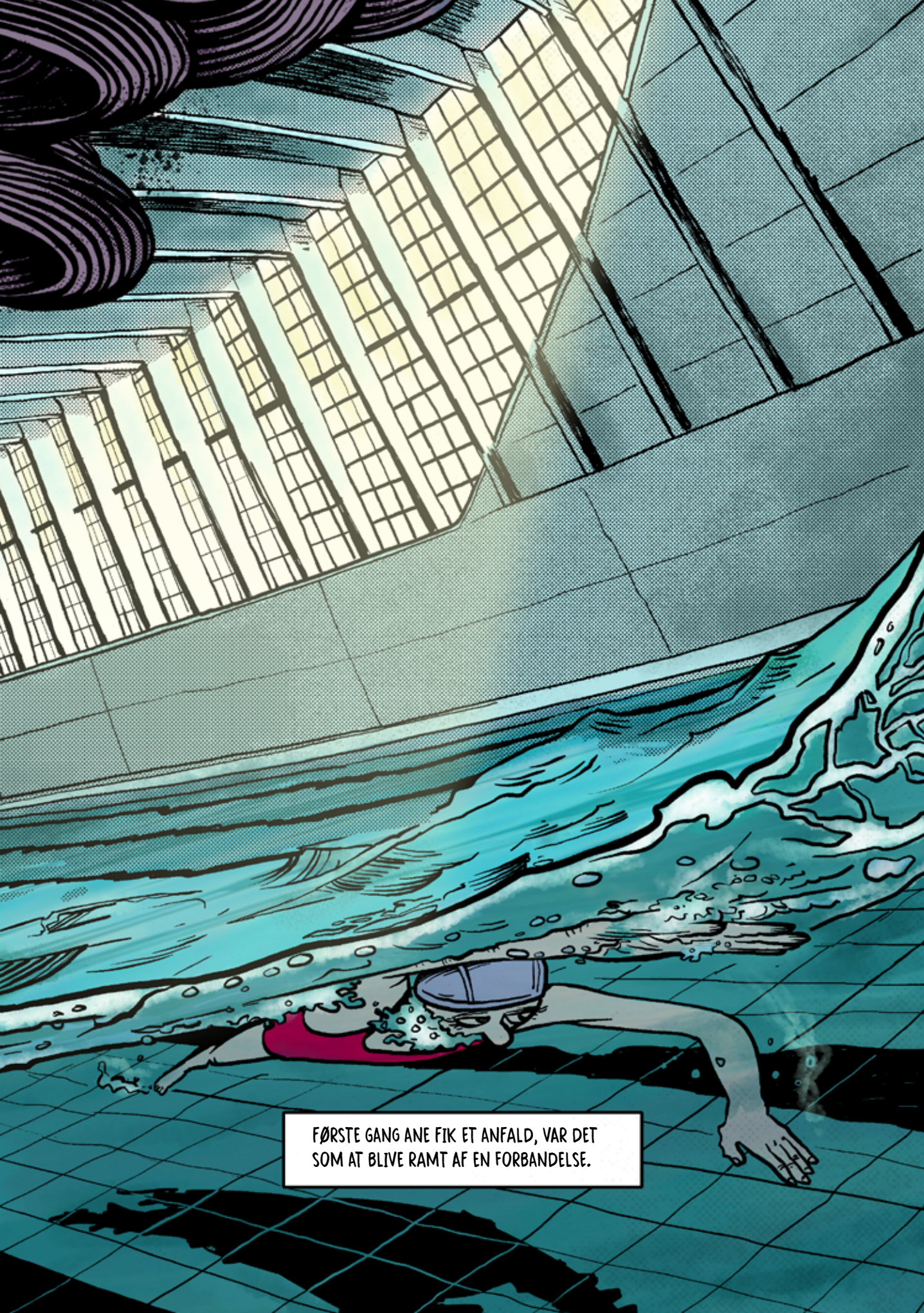
BOGEN ER UDGIVET MED STØTTE FRA TRYGFONDEN

TrygFonden

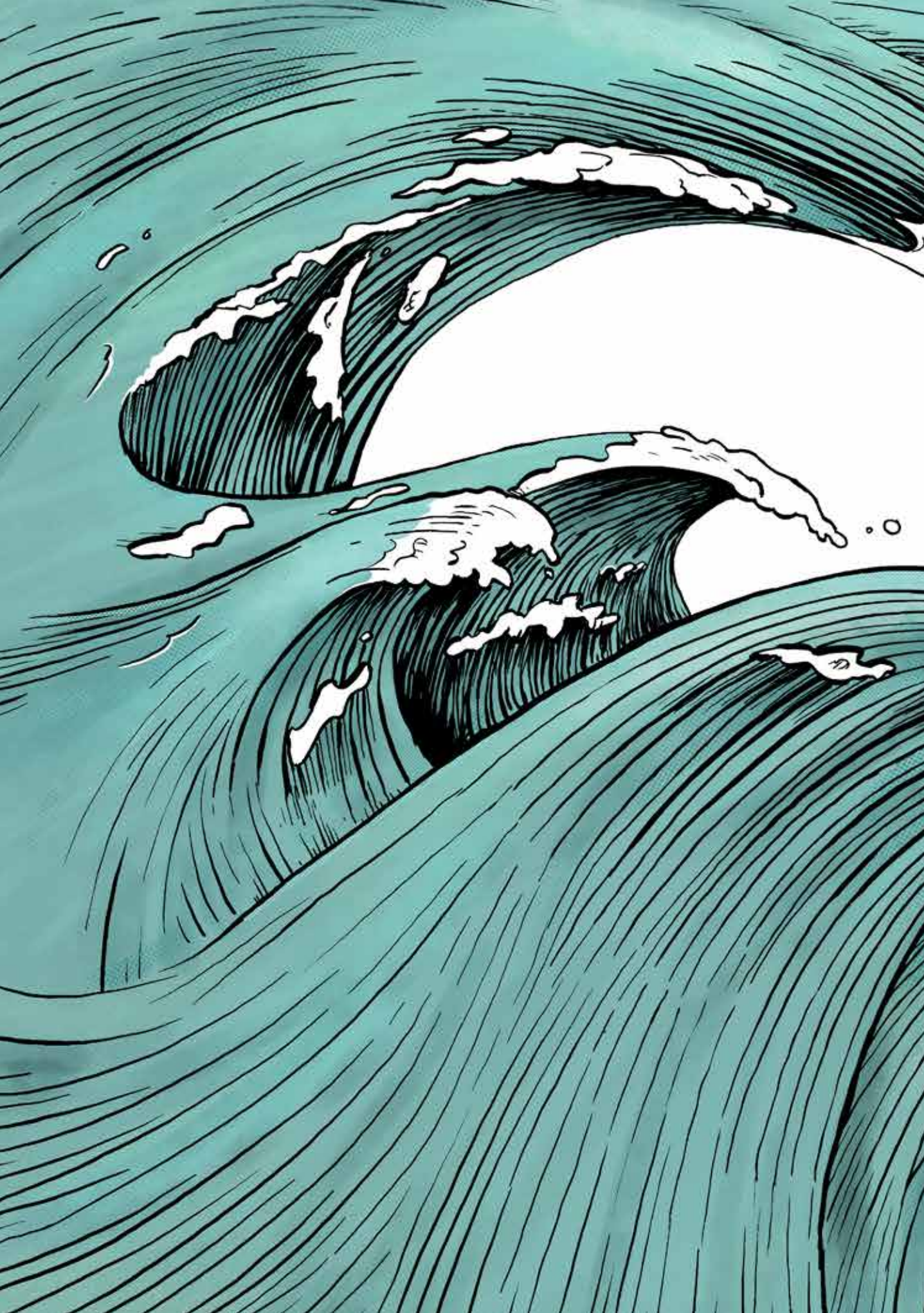


SKREVET AF LENE H. S. TOSCANO OG ILLUSTRERET AF ERIK PETRI





FØRSTE GANG ANE FIK ET ANFALD, VAR DET
SOM AT BLIVE RAMT AF EN FORBANDELSE.

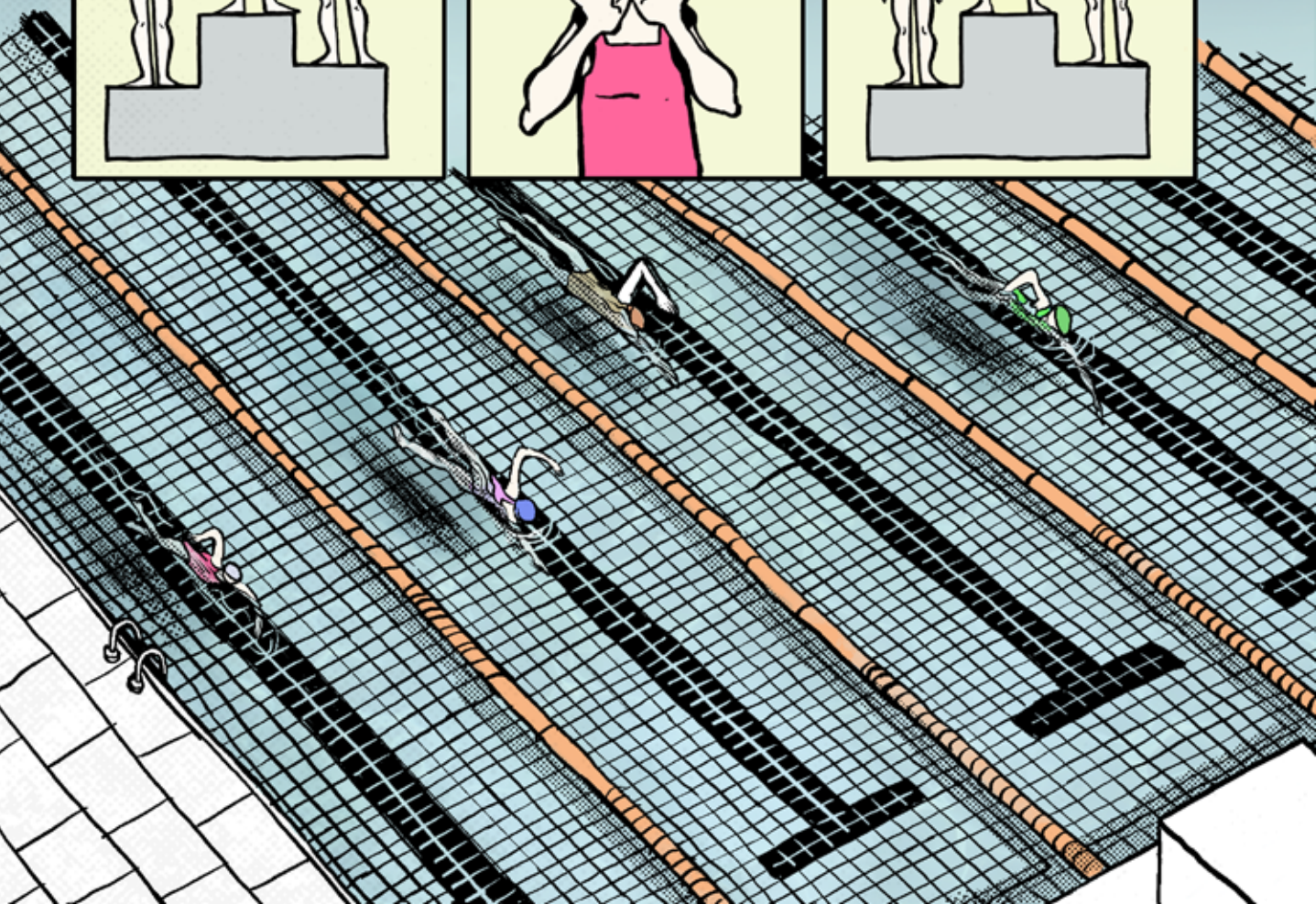
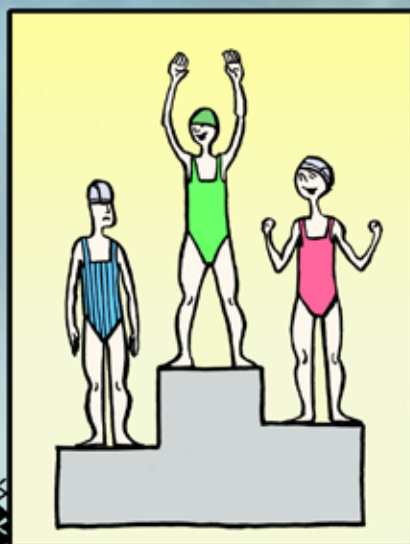
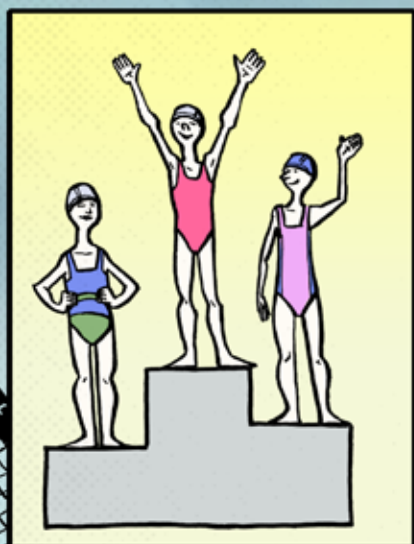


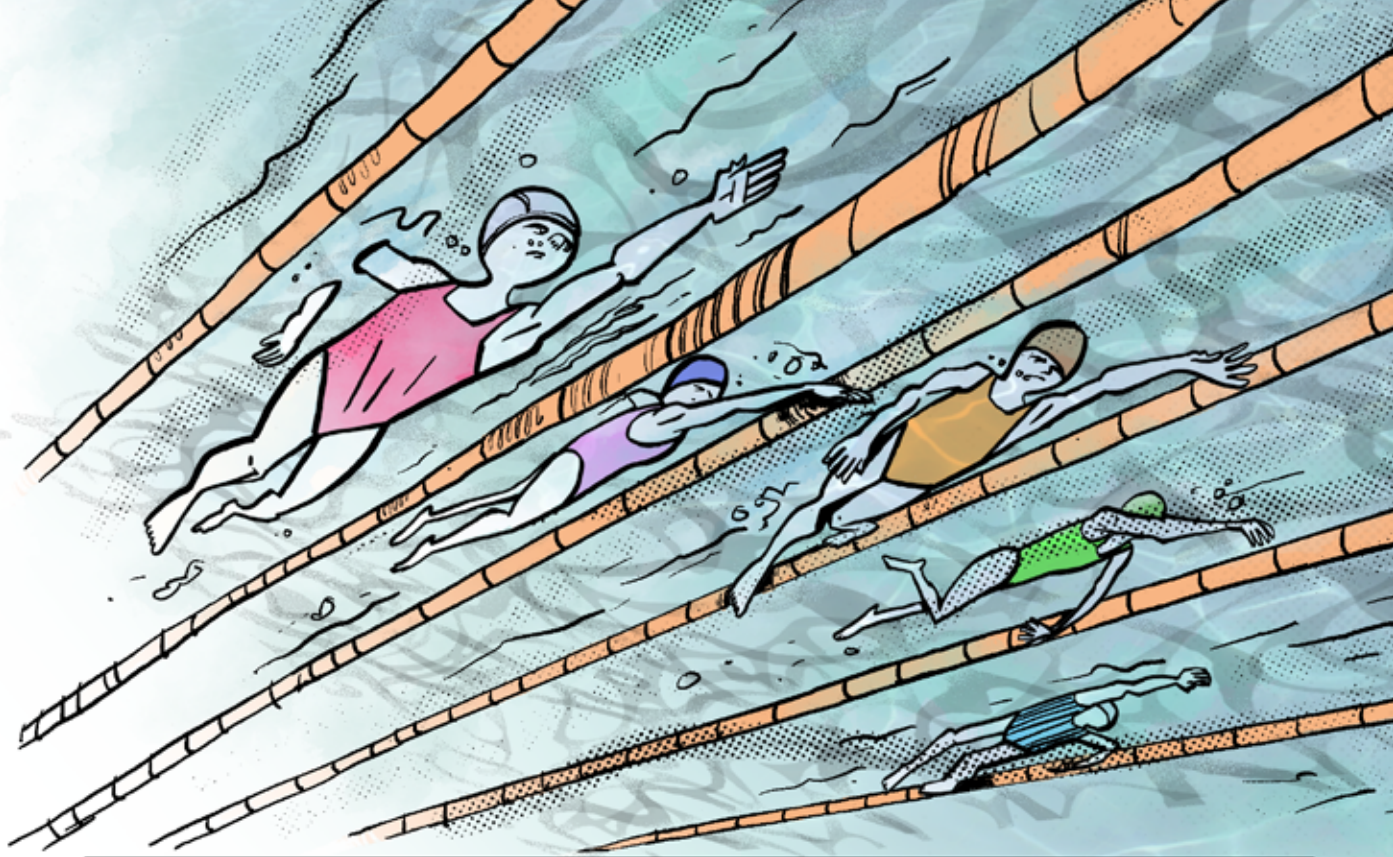


INGEN HAVDE SET DET KOMME.

DET VAR DER BARE, LIGE PLUDSELIG.

DET HAVDE ELLERS VÆRET EN OKAY DAG, EN LØRDAG, MED
BLÅ HIMMEL OG ET SVØMMESTÆVNE, HVOR HUN FØRST FIK
EN FØRSTEPLADS OG DEREFTER EN ANDENPLADS.

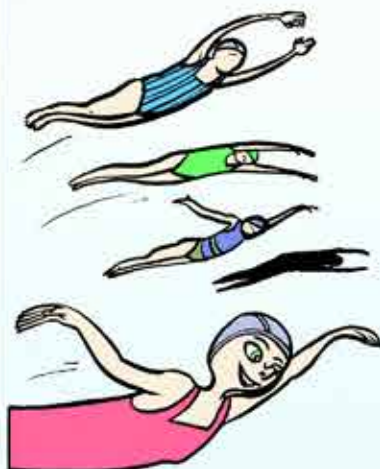
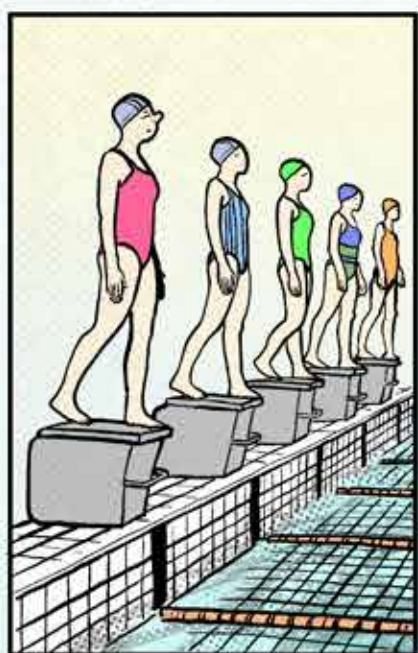




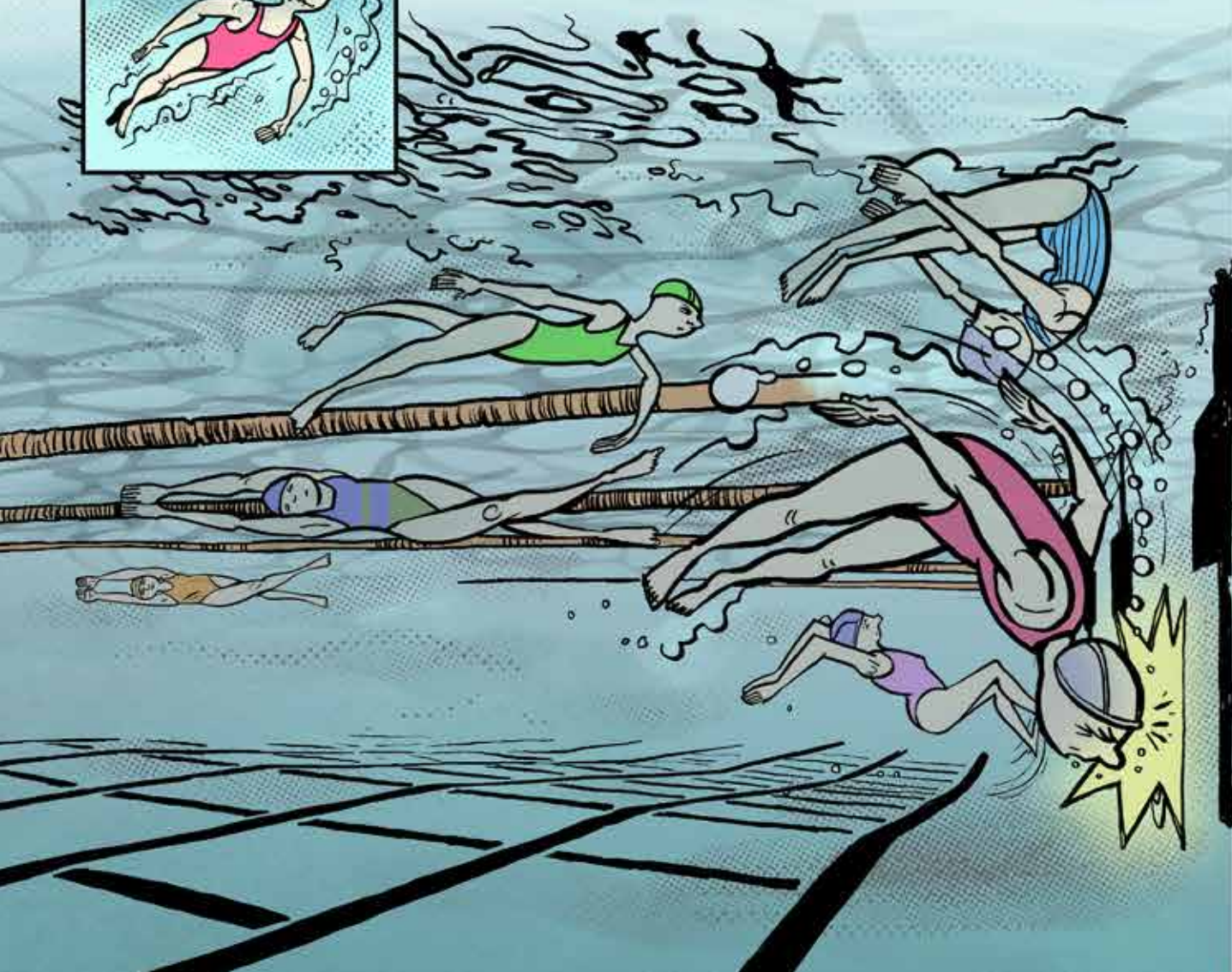
DE ANDRE SVØMMEPIGER HAVDE GIVET HENDE
KRAM. ELLER, DET VIL SIGE, NOGLE AF DEM.

EMMA HAVDE KUN LIGE SAGT TILLYKKE.

HUN KUNNE GODT HAVE GIVET ET ORDENTLIGT
KRAM OGSÅ, MEN DET GJORDE HUN IKKE.



I DEN TREDJE KONKURRENCE GIK DET IKKE SÅ GODT.
ANE SLOG HOVEDET IMOD KANTEN I EN VENDING.

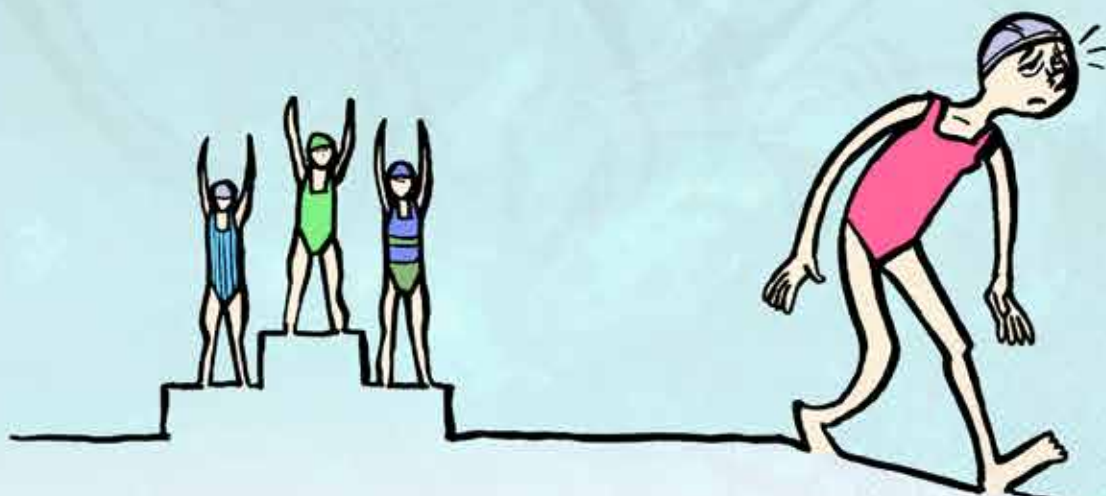


DET VAR SOM ET BLØDT BUMP
MOD PANDEN, I ET KORT ØJEBLIK
MISTEDE HUN FORNEMMELSEN
AF RETNINGEN.



HUN FIK SMAGEN AF KLORVAND IND GENNEM
NÆSEN OG HOSTEDE, DA HUN FIK HOVEDET OP
OVER VANDET.

HUN KOM IND PÅ EN FJERDEPLADS.



ANE KUNNE GODT MÆRKE, AT HUN VAR LIDT SVIMMEL, DA HUN STOD I OMKLÆDNINGSRUMMET SAMMEN MED DE ANDRE PIGER. MEN HUN TENKTE IKKE NÆRMERE OVER DET.



"Hvad skete der egentlig i den der vending?" spurgte Birgitte.

"Det ved jeg faktisk ikke," sagde Ane, "men jeg slog hovedet."



"Du har da fået en lille bule," sagde Birgitte, "er du okay?"

Ane smilede, der var da ikke sket noget, sagde hun, hun var bare lidt træt og lidt svimmel og trængte til at komme hjem.



"Du må vist hellere tage den lidt med ro resten af dagen," sagde Birgitte,

"Men du har svømmet rigtig godt. Jeg er stolt af at have dig på mit hold. Men ærgerligt med den fjerdeplads, du kunne godt have vundet."

Så gav hun Ane et kram.





DA ANE KOM HJEM, HAVDE HUN IKKE LYST TIL AT SPISE NOGET, HUN PLEJDE ELLERS ALTID AT VÆRE SULTEN, NÅR HUN HAVDE SVØMMET.



HUN LAGDE SIG FØRST I SOFAEN MED SIN TELEFON. DER VAR KOMMET ET PAR BESKEDER, MEN HUN ORKEDE IKKE AT ÅBNE DEM. DER VAR INGEN BESKED FRA EMMA.

PÅ SNAPPEN KUNNE HUN SE, AT EMMA VAR TAGET MED JOSEFINE HJEM.

DE PLEJDE ELLERS ALDRIG AT VÆRE SAMMEN.



ANE GIK IND PÅ SIT VÆRELSE, HUN FØLTE SIG
UNDERLIGT TRÆT, OG DET VAR SOM OM, DET
PRIKKEDE LIDT I FINGRENE.



FØRST PÅ DEN ENE HÅND OG SÅ BREDTE DET SIG TIL
DEN ANDEN.

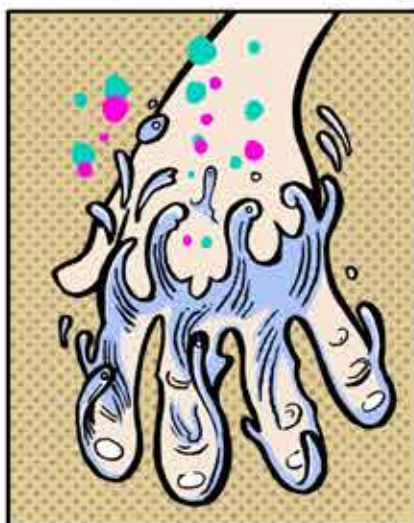
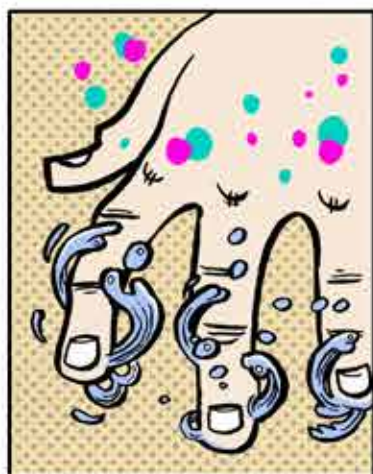


HUN LAGDE SIG PÅ SENGEN.





DEN MÆRKEIGE PRIKKENDE FORNEMMELSE I FINGRENE BREDTE SIG



SOM SKVULPENDE KOLDT VAND OP IGENNEM ARMENE,

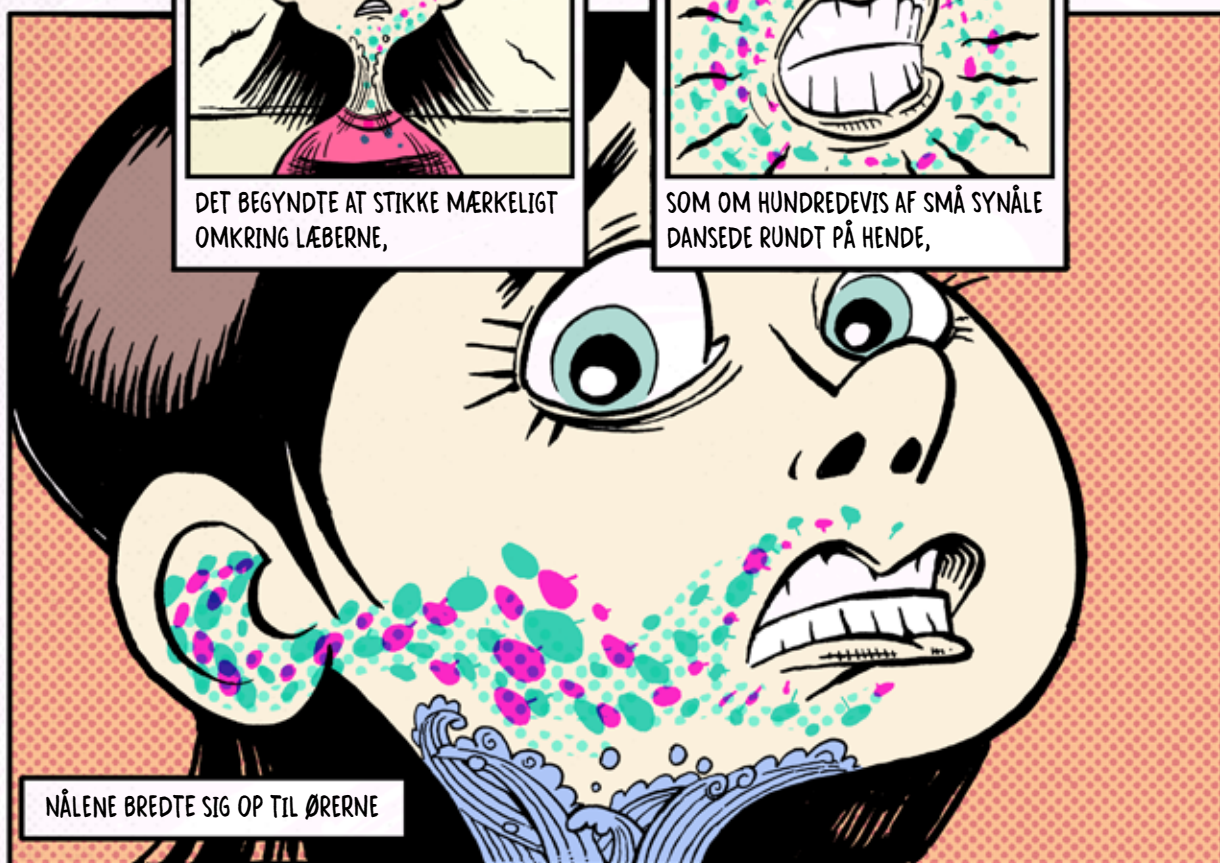




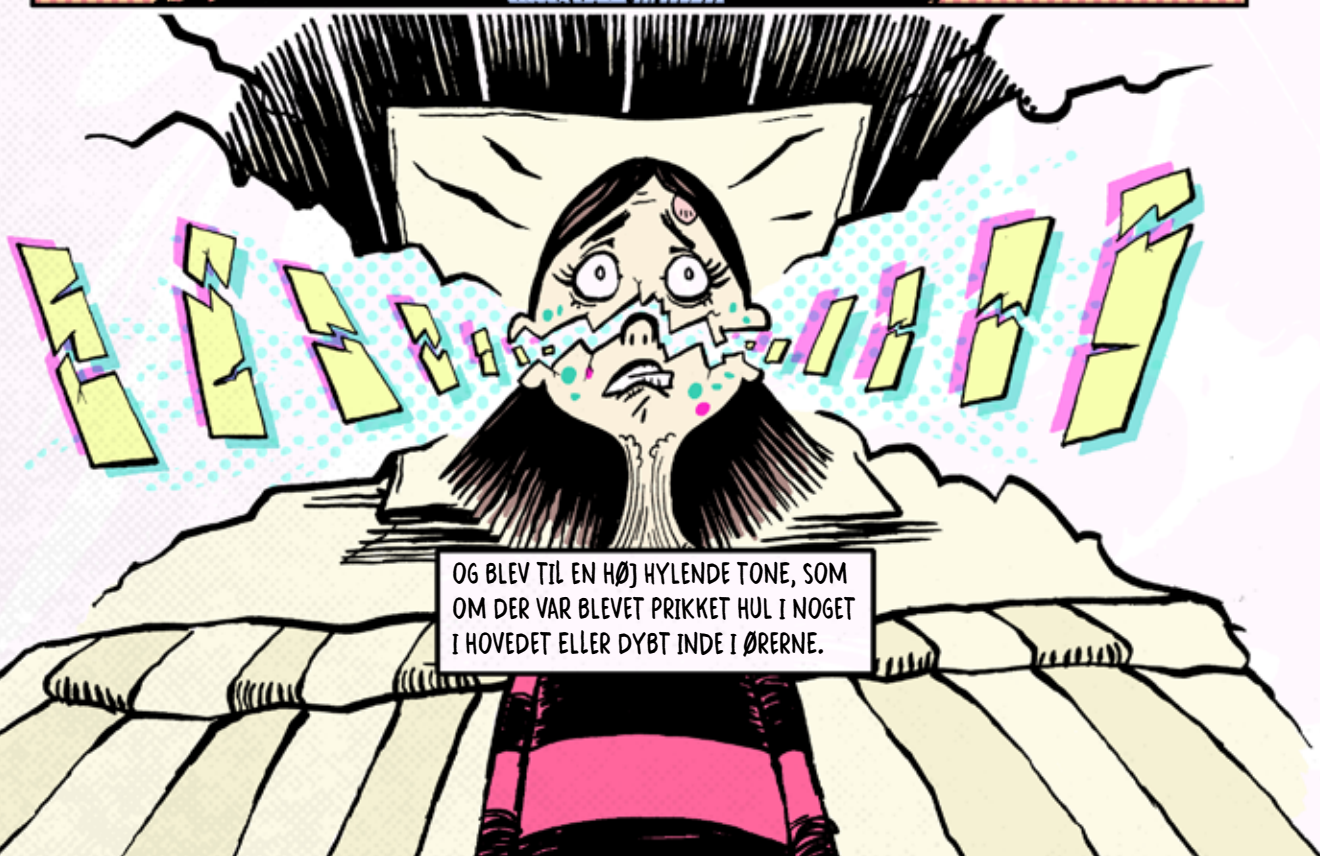
DET BEGYNDTE AT STIKKE MÆRKE-
LIGT OMKRING LÆBERNE,



SOM OM HUNDREDEVIS AF SMÅ SYNÅLE
DANSEDE RUNDT PÅ HENDE,



NÅLENE BREDTE SIG OP TIL ØRERNE

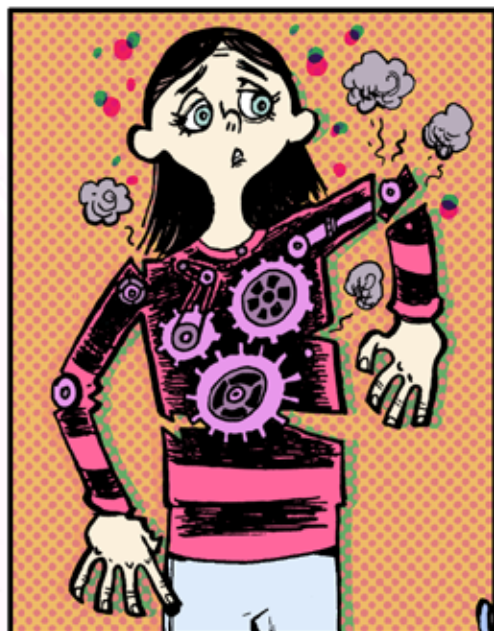


OG BLEV TIL EN HØJ HYLENDE TONE, SOM
OM DER VAR BLEVET PRIKKET HUL I NOGET
I HOVEDET ELLER DYBT INDE I ØRERNE.

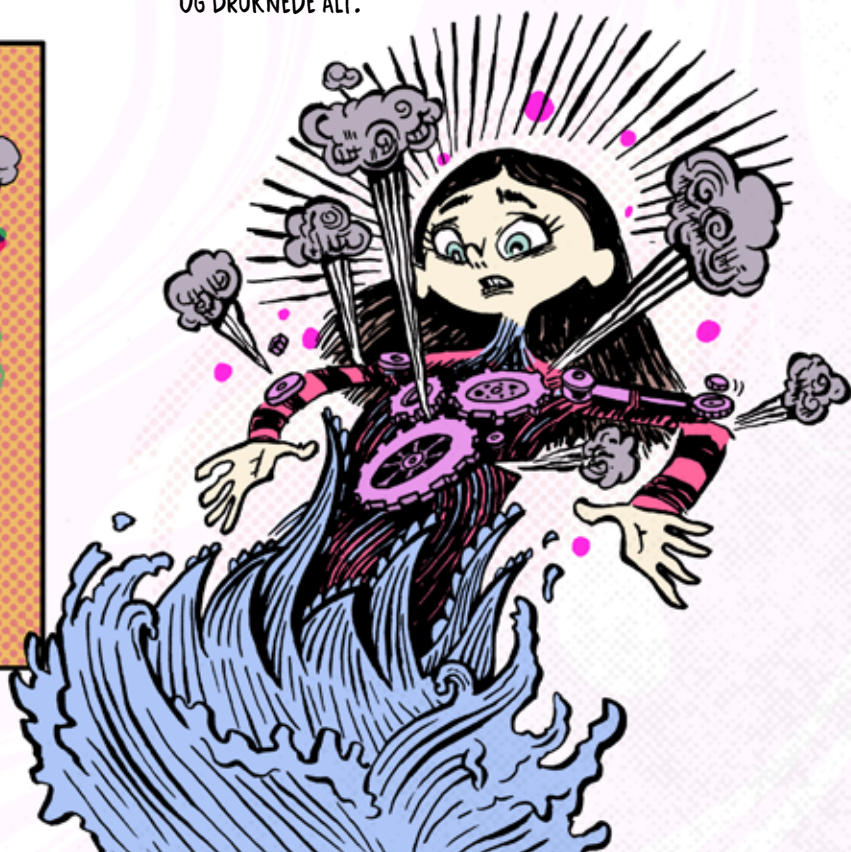
OG SÅ VAR DET, AT ANES FØRSTE ANFALD SLOG
NED OG KORTSLUTTEDE HENDES KROP.



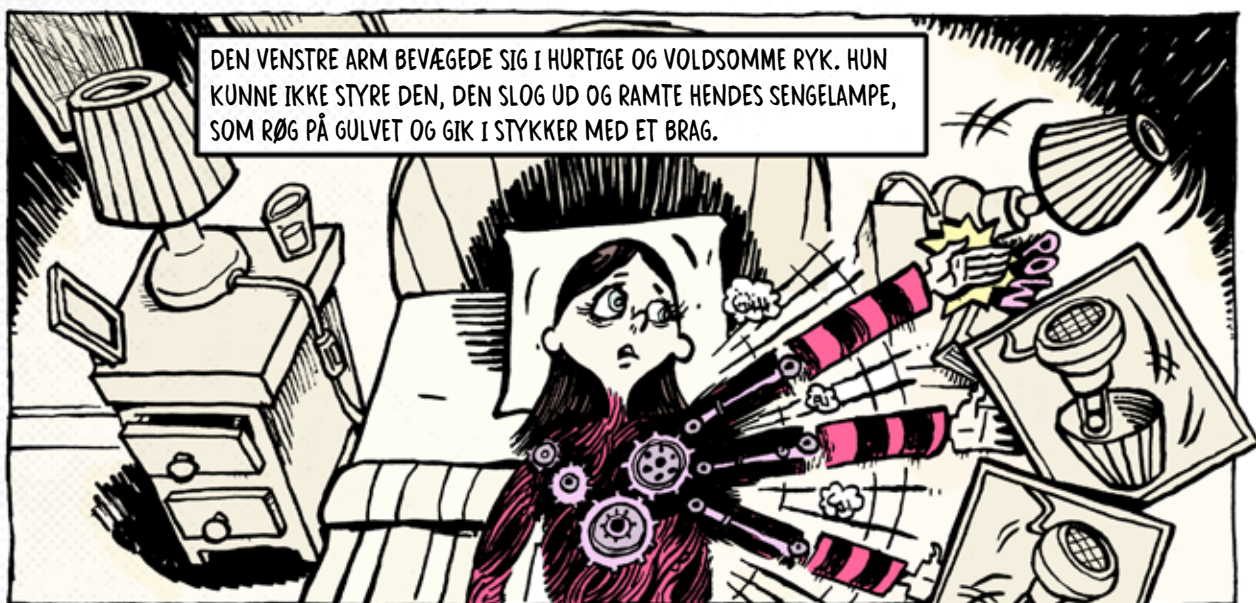
HUN FORSTOD IKKE, HVAD DET VAR DER SKETE.
DET VAR SOM OM, KROPPENS STYRESYSTEM BLEV
OVERTAGET AF NOGET ANDET.



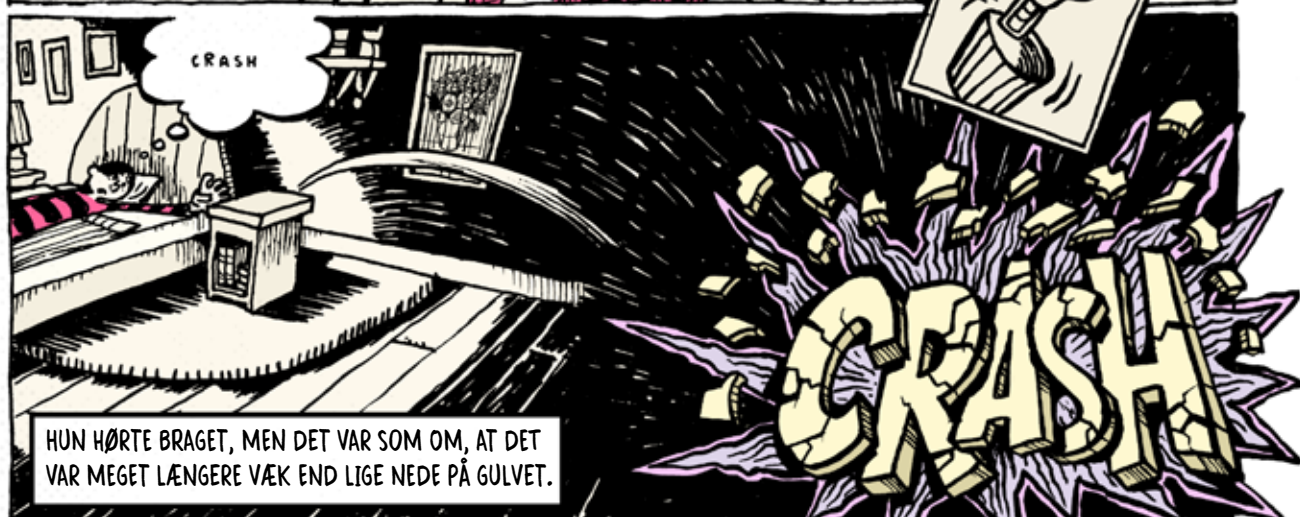
SOM OM EN FLODBØLGE UDEN RETNING REJSTE SIG,
ØDELAGDE KROPPENS ELEKTRISKE INSTALLATIONER
OG DRUKNEDE ALT.



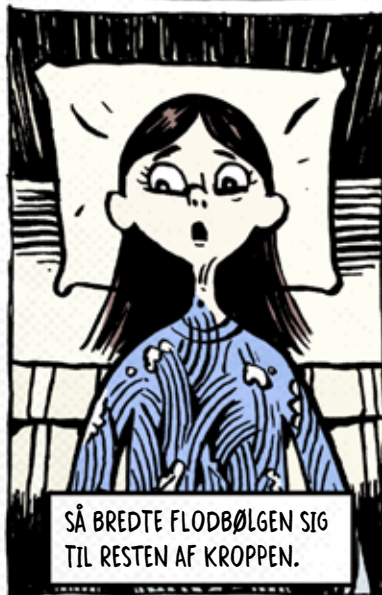
DEN VENSTRE ARM BEVÆGEDE SIG I HURTIGE OG VOLDSOMME RYK. HUN KUNNE IKKE STYRE DEN, DEN SLOG UD OG RAMTE HENDES SENGELAMPE, SOM RØG PÅ GULVET OG GIK I STYKKER MED ET BRAG.



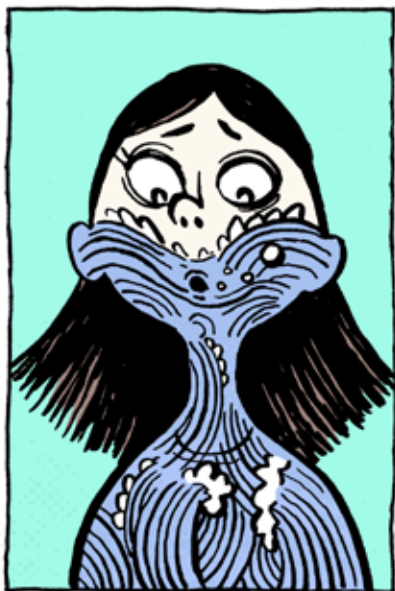
CRASH

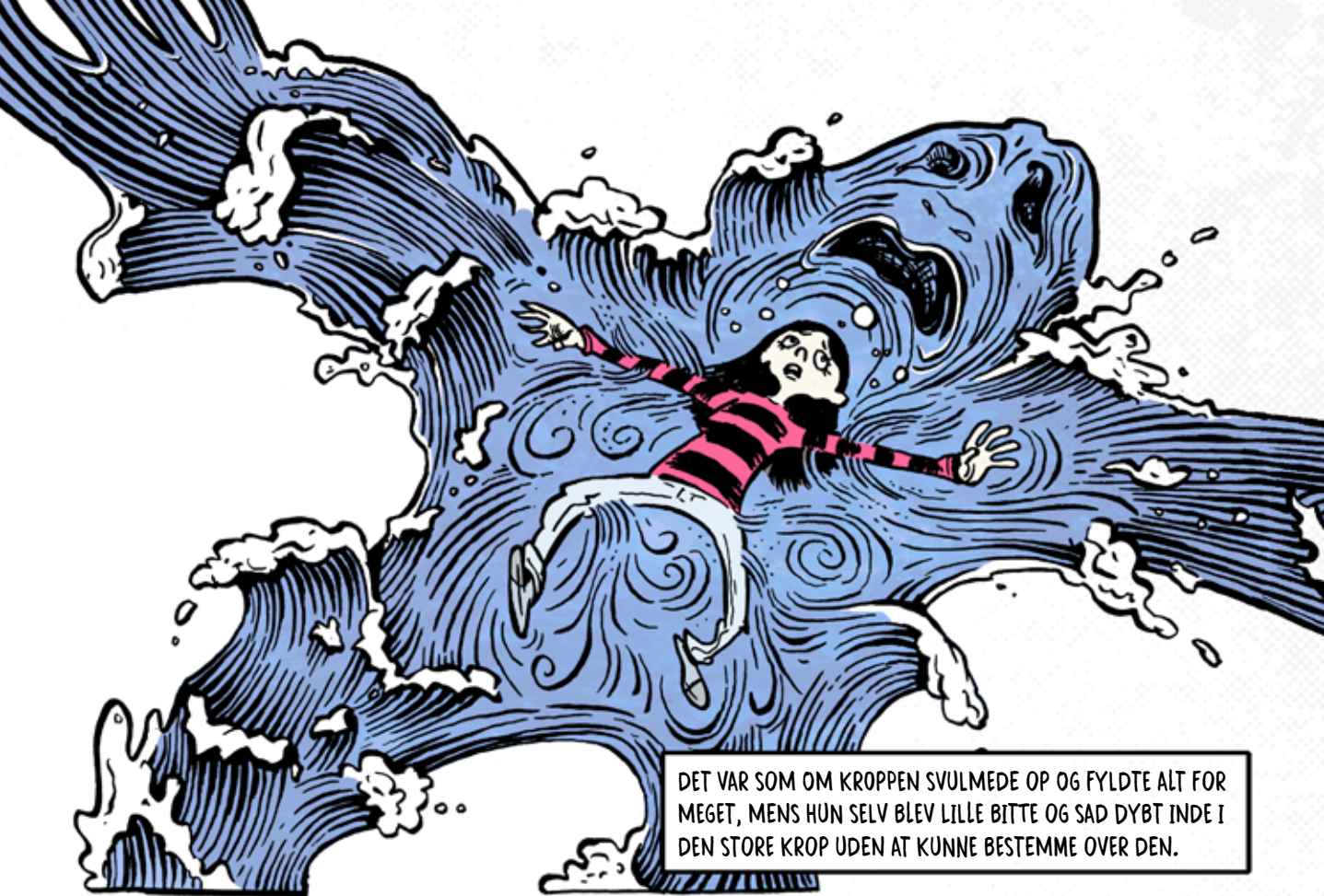


HUN HØRTE BRAGET, MEN DET VAR SOM OM, AT DET VAR MEGET LÆNGERE VÆK END LIGE NEDE PÅ GULVET.



SÅ BREDTE FLODBØLGEN SIG TIL RESTEN AF KROPPEN.





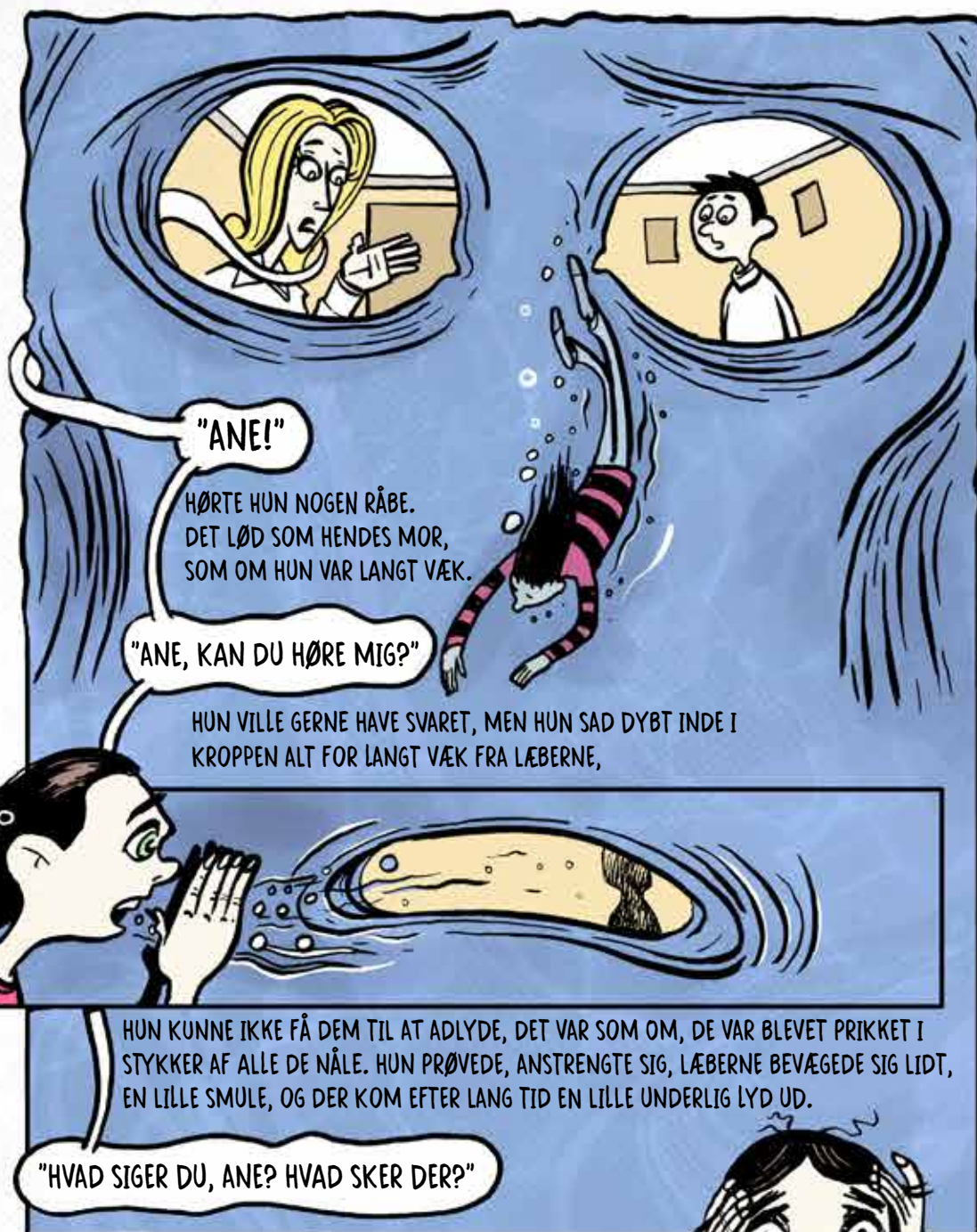
DET VAR SOM OM KROPPEN SVULMEDE OP OG FYLDTE ALT FOR MEGET, MENS HUN SELV BLEV LILLE BITTE OG SAD DYBT INDE I DEN STORE KROP UDEN AT KUNNE BESTEMME OVER DEN.



HUN KUNNE LIGE NØJAGTIG KIGGE UD GENNEM TO SMÅ HULLER, SOM SAD DER, HVOR HENDES ØJNE PLEJEDE AT SIDDE, MEN HUN VAR LANGT VÆK FRA DE HULLER.

DER TRÆNGTE EN LILLE SMULE LYD IND TIL HENDE, MEN DET VAR SOM OM LYDEN FØRST SKULLE IND IGennem DE TO HULLER I ØRERNE. OG BAGEFTER SKULLE LYDEN IND IGennem ET KÆMPE STORT RUM FYLDT MED KOLDT OG MØRKT VAND, FØR DEN KUNNE NÅ HELT IND TIL ANE.

ANE



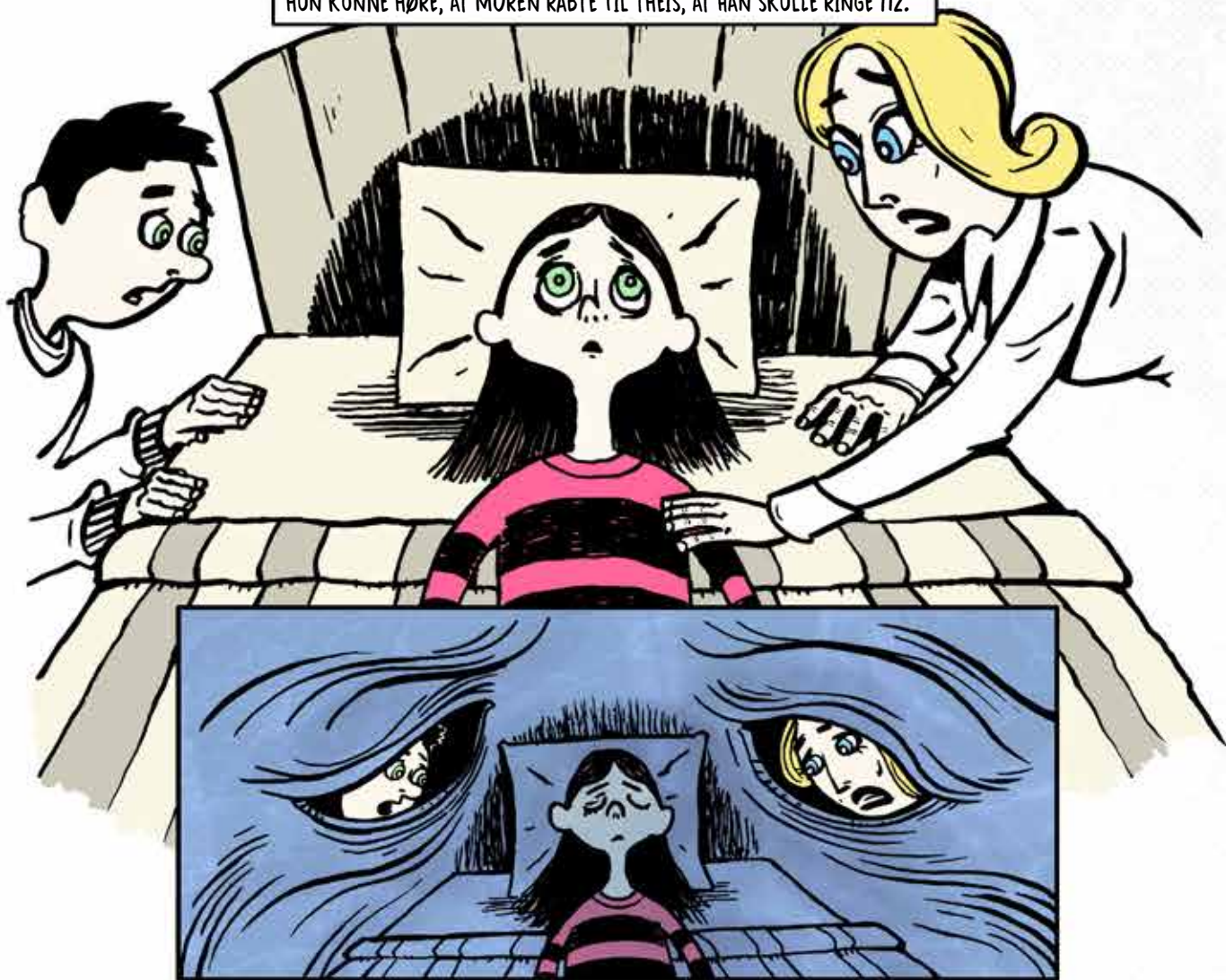
HUN VILLE GERNE HAVE SAGT TIL SIN MOR, AT DER IKKE VAR NOGET I VEJEN. MEN DET VAR SOM OM, HUN VAR HELT SPÆRRET INDE I DEN KROP. DEN BEVÆGEDE SIG I NOGLE UNDERLIGE RYK. DEN FØLTES FREMMED.

OG SÅ BLEV HUN BANGE.

"MÅSKE DØR JEG," TÆNKTE ANE, "MÅSKE ER DET SÅDAN HER DET ER, NÅR MAN DØR." HUN TÆNKTE PÅ THEIS, HENDES LILLEBROR, HAN VILLE KOMME TIL AT SAVNE HENDE, HUN BLEV NØDT TIL AT OVERLEVE, HVEM SKULLE ELLERS PASSE PÅ HAM?



ANE KUNNE HØRE, AT HENDES MOR GRÆD LANGT LANGT VÆK.
HUN KUNNE HØRE, AT MOREN RÅBTE TIL THEIS, AT HAN SKULLE RINGE 112.

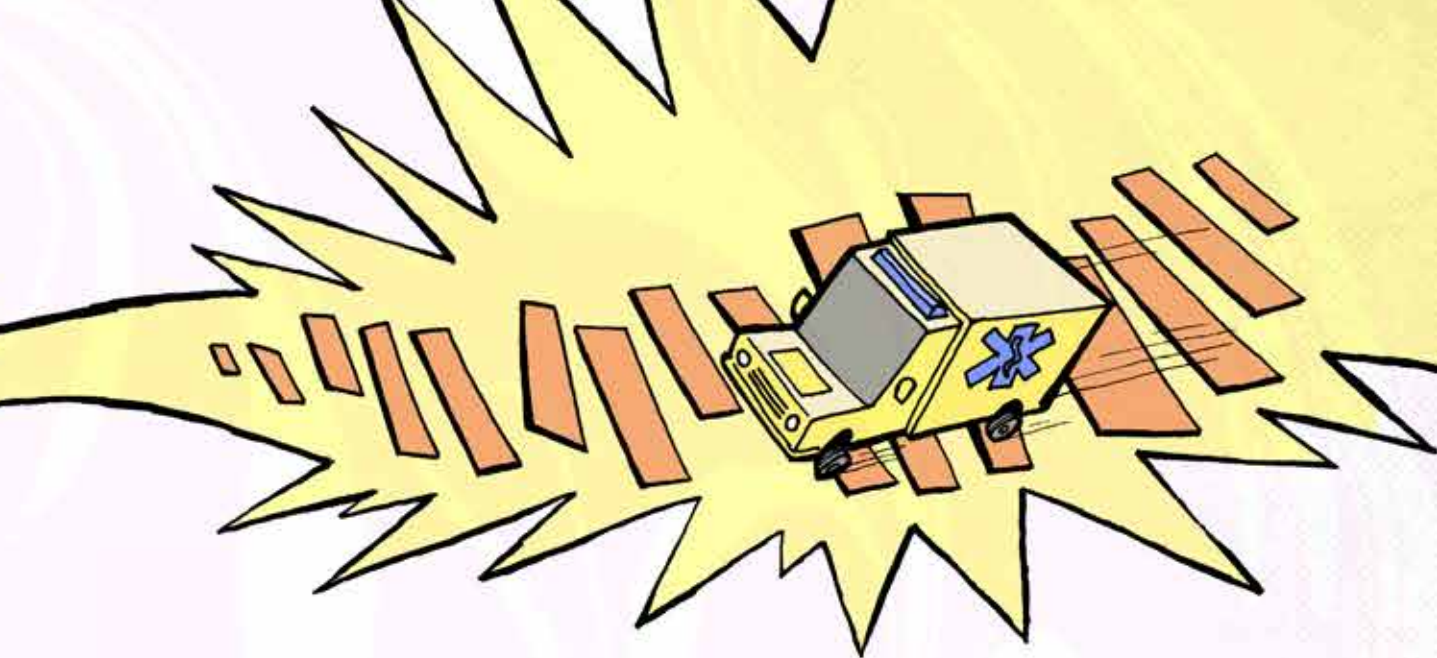


SÅ MÆRKEDE HUN, AT ØJENLÅGENE GLED NED OVER DE SMÅ ÅBNINGER,
DER VAR VED ØJNENE, OG SÅ BLEV ALTING HELT SORT INDE I DEN STORE KROP.



LYDENE FORSVANDT, DER VAR KUN EN SUMMEN,
SOM FYLDTE DET MØRKE RUM OG OVERDØVEDE ALT.





LIDT SENERE TRÆNGTE LYDEN AF EN SIRENE IND TIL ANE.

NOGEN LØFTEDE HENDES KROP OP PÅ
EN BÅRE OG IND I EN AMBULANCE.



NOGEN KØRTE VÆK MED HENDE.

SÅ BLEV ALTING STILLE IGEN.

PÅ ET TIDSPUNKT ÅBNEDE ØJENLÅGENE SIG,

OG HUN KUNNE SE EN MASSE MENNESKER, SOM STOD BØJET IND OVER HENDE.



DERES LÆBER BEVÆGEDE SIG, MEN HUN KUNNE IKKE HØRE, HVAD DE SAGDE.

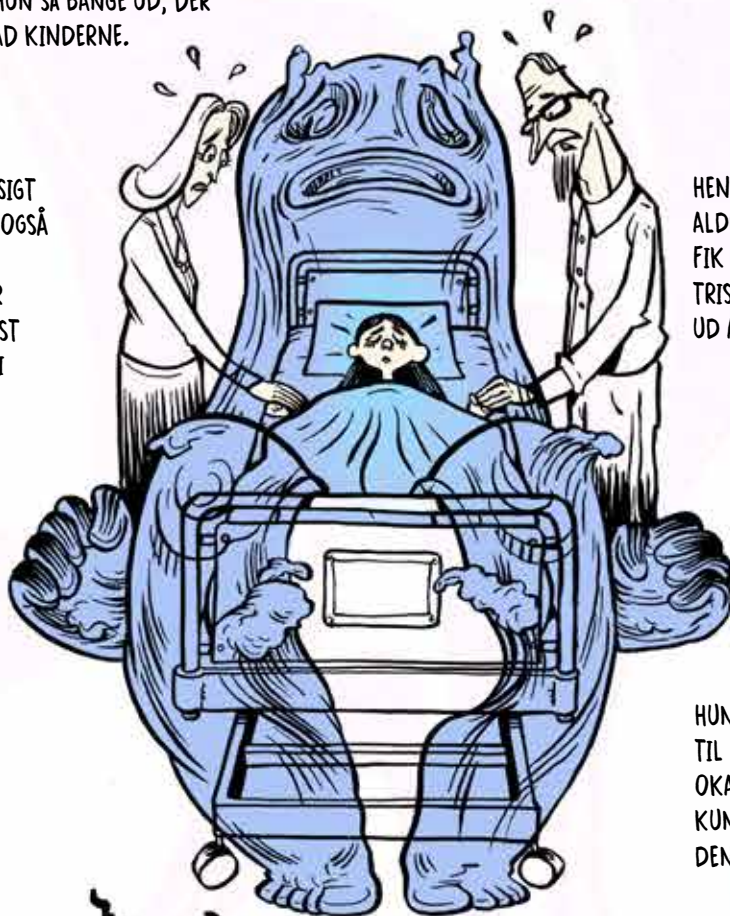


HUN KENDTE DEM IKKE.

DE HAVDE HOSPITALSTØJ
PÅ. OG SÅ ALVORLIGE UD.

HENDES MORS ANSIGT KOM PLUDSELIG MEGET TÆT PÅ. HUN SÅ BANGE UD, DER VAR TÅRER NED AD KINDERNE.

HENDES FARS ANSIGT KOM PLUDSELIG OGSÅ TÆT PÅ, DET VAR MÆRKELT, FOR HUN SKULLE FØRST HEN TIL SIN FAR I MORGEN.



HENDES MOR OG FAR PLEJEDE ALDRIG AT VÆRE SAMMEN. ANE FIK LYST TIL AT GRÆDE, DE SÅ SÅ TRISTE OG BANGE OG ALVORLIGE UD ALLE SAMMEN.

HUN HAVDE LYST TIL AT RÅBE TIL DEM, AT HUN HAVDE DET OKAY, AT HUN BARE IKKE LIGE KUNNE FINDE UD AF AT STYRE DEN HER KROP.

AT HUN PÅ EN ELLER ANDEN MÅDE VAR BLEVET LILLE BITTE. AT DET VAR SOM OM, AT KROPPEN VAR BLEVET FYLDT MED VAND.

MEN SÅ GLED ØJENLÅGENE I IGEN OG ALTING BLEV MØRKT, OG ANE VÅGNEDE FØRST OP EFTER FLERE TIMER. OG DA VAR DET HELE OVERSTÅET.

DET VAR DET FØRSTE ANFALD.

DET VAR DER, DET HELE BEGYNDTE.

ANES KROP BLEV UNDERSØGT,
IGEN OG IGEN.

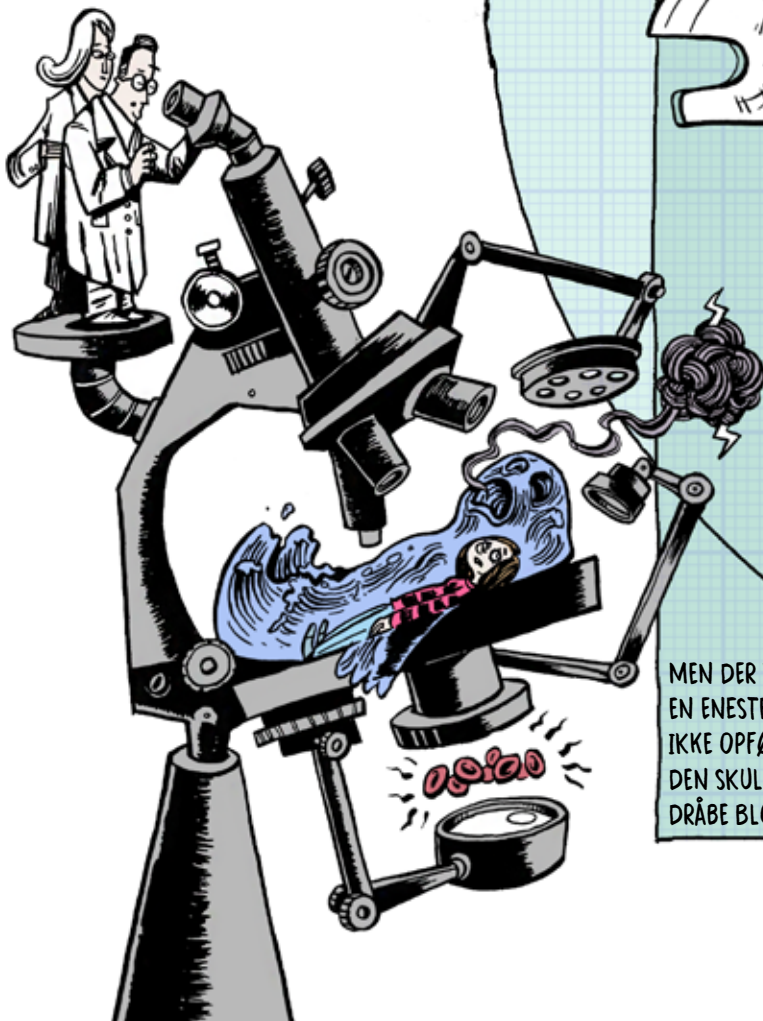
DEN BLEV KIGGET PÅ BÅDE
INDEFRA OG UDEFRA.



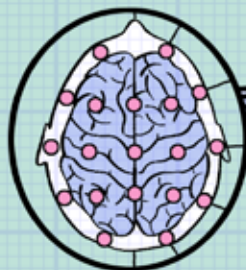
DEN BLEV SKANNET OG
RØNTGENFOTOGRAFERET,



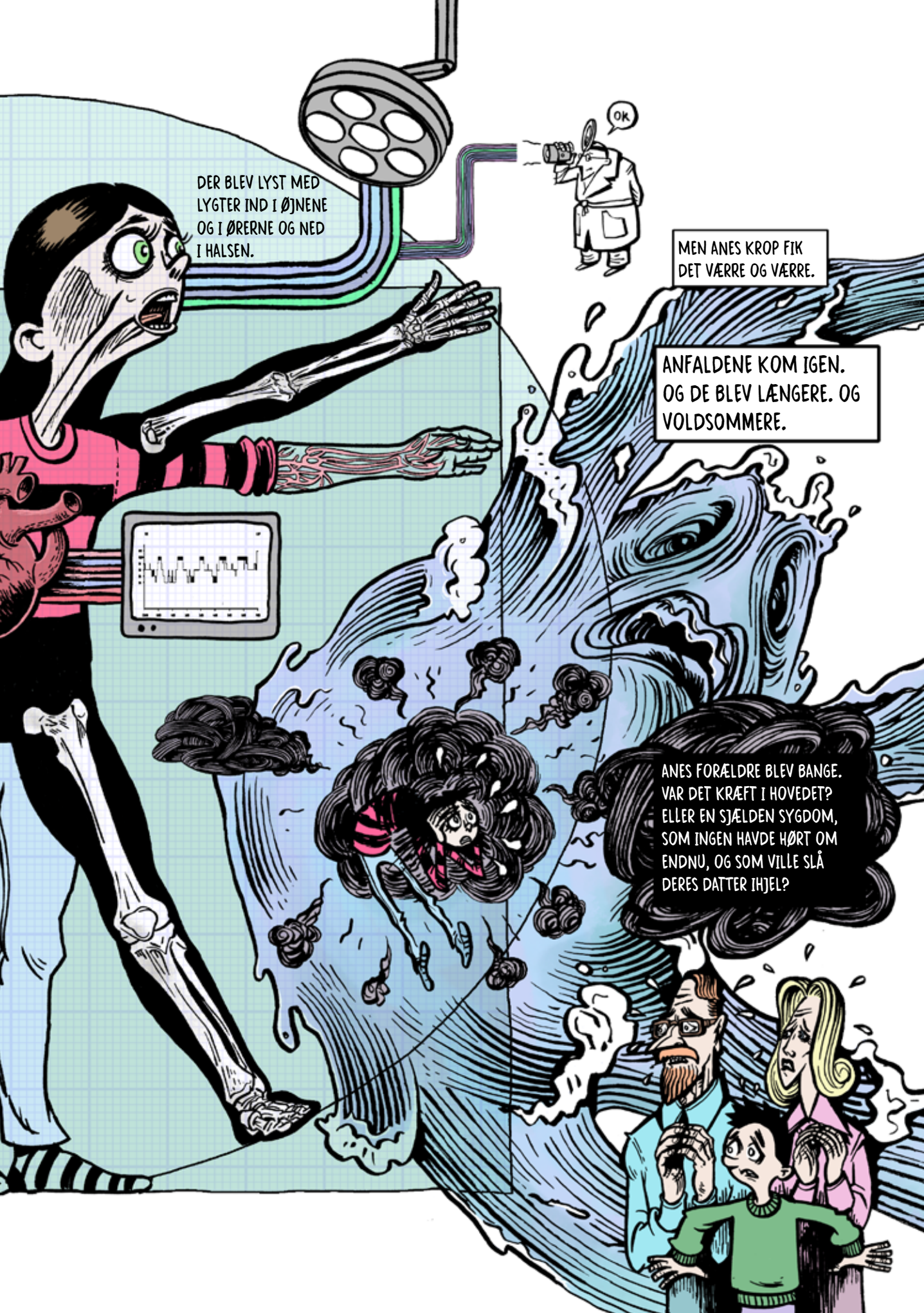
DER BLEV TAGET BLOD UD, SOM
BLEV UNDERSØGT I MIKROSKOPER
OG ANALYSEAPPARATER.



DER BLEV SAT LEDNINGER PÅ
HOVEDET OG PÅ HJERTET.



MEN DER VAR IKKE
EN ENESTE CELLE, SOM
IKKE OPFØRTE SIG, SOM
DEN SKULLE, IKKE EN ENESTE LILLE
DRÅBE BLOD, SOM LØB DEN FORKERTE VEJ.



DER BLEV LYST MED
LYGTER IND I ØJNENE
OG I ØRERNE OG NED
I HALSEN.

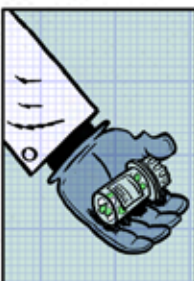
OK

MEN ANES KROP FIK
DET VÆRRE OG VÆRRE.

ANFALDENE KOM IGEN.
OG DE BLEV LÆNGERE. OG
VOLDSSOMMERE.

ANES FORÆLDRE BLEV BANGE.
VAR DET KRÆFT I HOVEDET?
ELLER EN SJÆLDEN SYGDOM,
SOM INGEN HAVDE HØRT OM
ENDNU, OG SOM VILLE SLÅ
DERES DATTER IHJEL?

LÆGERNE SAGDE, AT
DET MÅSKE VAR EN
SLAGS EPILEPSI, SÅ
HUN SKULLE SPISE
NOGET EPILEPSI-
MEDICIN, SOM
SIKKERT VILLE
HJÆLPE.



MEN DET HJALP IKKE.

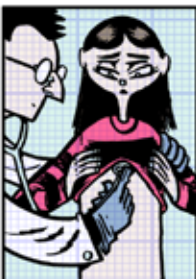
ANFALDENE BLEV
BARE VÆRRE



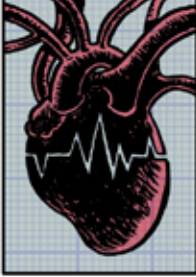
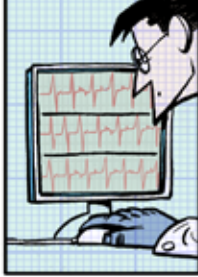
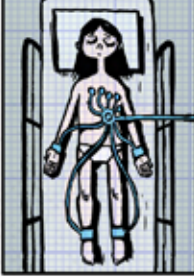
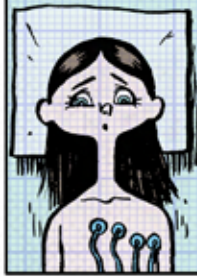
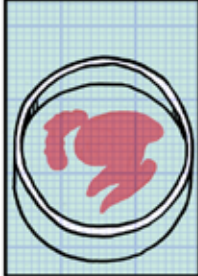
OG VÆRRE.



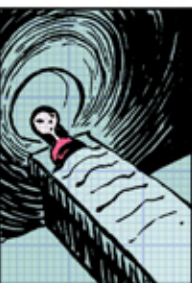
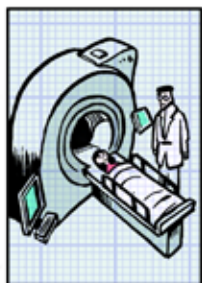
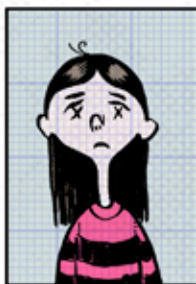
SÅ FIK HUN NOGET
MERE MEDICIN.



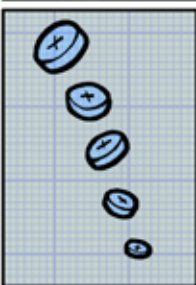
OG NOGLE FLERE
UNDERSØGELSER.



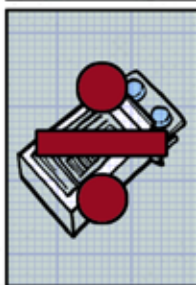
OG DER BLEV SAT
NYE LEDNINGER
IND I HÅRET, OG
HJERNEN BLEV
SKANNET IGEN.



SÅ FIK HUN NOGET
ANDET MEDICIN.



SÅ SAGDE DE, AT
DET IKKE VAR
EPILEPSI ALLIGEVEL,
OG SÅ SKULLE ANE
SLET IKKE HAVE
MEDICIN.



MEN ANFALDENE
FORTSATTE OG
VENDTE TILBAGE
IGEN OG IGEN.



HENDES FORÆLDRE
HAVDE NOK, DE
KUNNE BEKYMRE
SIG OM, HVORFOR
SKULLE DE NU OGSÅ
BEKYMRE SIG OM
HENDE?



THEIS BLEV BANGE,
NÅR HUN LÅ OG
RYSTEDE PÅ GULVET
OG INGEN KUNNE
KOMME I KONTAKT
MED HENDE.

HAN GRÆD HVER GANG.



ANE BLEV INDKALDT TIL EN SAMTALE SAMMEN MED SINE FORÆLDRE. LÆGERNE HAVDE GENNEMGÅET ALLE UNDERSØGELSERNE EN GANG MERE.

OG NU HAVDE DE FUNDET FREM TIL, AT HUN HELT SIKKERT IKKE HAVDE EPILEPSI ELLER EN ANDEN FARLIG SYGDOM.

LÆGEN FORTALTE, AT HUN HAVDE FUNKTIONELLE ANFALD, DET BLEV OGSÅ KALDT PNES ELLER

PSYKOGENE
IKKE-EPILEPTISKE
ANFALD.



"DET ER HELDIGVIS IKKE FARLIGT," SAGDE LÆGEN OG SMILEDE.



"MEN HVAD SKAL VI SÅ GØRE?" SAGDE ANES MOR, "HOLDER ANFALDENE SÅ OP IGEN AF SIG SELV?"



"NJARH," SAGDE LÆGEN OG KIGGEDE NED PÅ SIN KUGLEPEN, "DET ER SÅDAN LIDT FORSKELLIGT, HVORDAN DET UDVIKLER SIG, DEN SLAGS."



"MEN VI VIL JO GERNE HAVE ANE HENVIST TIL NOGET BEHANDLING," SAGDE ANES FAR,

"NU VED VI JO, HVAD HUN FEJLER, SÅ MÅ DER VEL OGSÅ VÆRE NOGET, DER KAN GØRE HENDE RASK IGEN?"



"JA, VI SLIPPER HENDE I HVERT FALD IKKE BARE SÅDAN," SAGDE LÆGEN, "VI SKAL NOK HOLDE ØJE MED DET OG SE, HVORDAN DET UDVIKLER SIG



OG I KAN VÆRE HELT TRYGGE VED, AT ANE HELDIGVIS IKKE HAR EPILEPSI ELLER NOGET ANDET ALVORLIGT. VI HAR JO FRYGTET NOGET, DER ER LANGT VÆRRE END DET HER."

SÅ SAGDE DE FARVEL OG TAK OG FORTSAT GOD DAG OG GIK HJEM IGEN.

MEN ANE BLEV VED MED AT FÅ ANFALD.

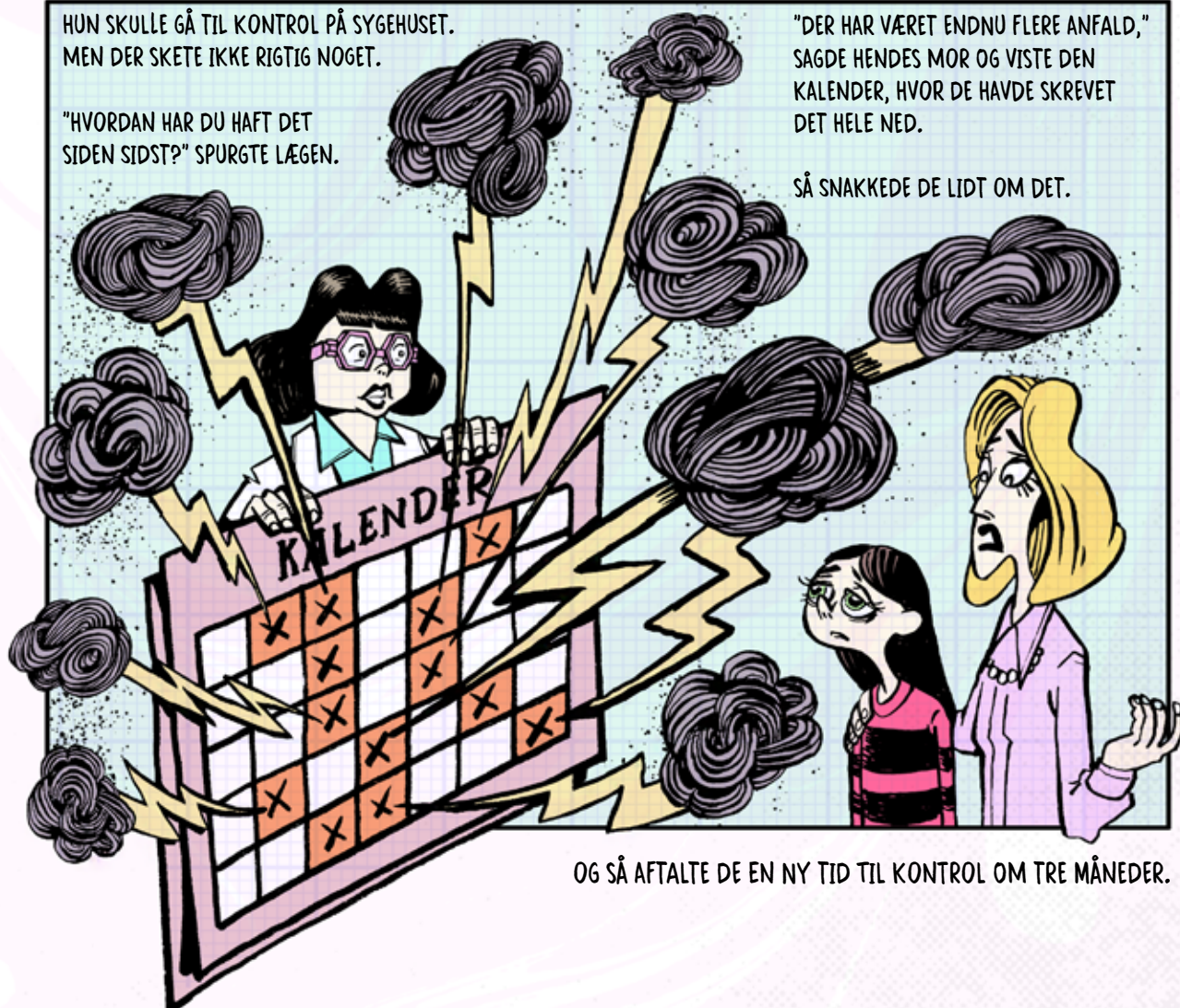


HUN SKULLE GÅ TIL KONTROL PÅ SYGEHUSET.
MEN DER SKETE IKKE RIGTIG NOGET.

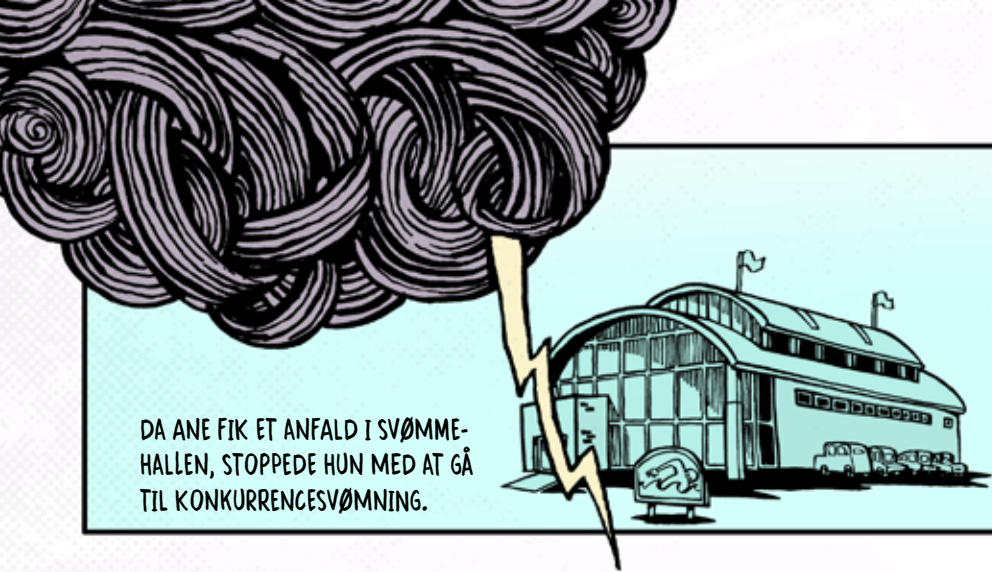
"HVORDAN HAR DU HAFT DET
SIDEN SIDST?" SPURGTE LÆGEN.

"DER HAR VÆRET ENDNU FLERE ANFALD,"
SAGDE HENDES MOR OG VISTE DEN
KALENDER, HVOR DE HAVDE SKREVET
DET HELE NED.

SÅ SNAKKEDE DE LIDT OM DET.



OG SÅ AFTALTE DE EN NY TID TIL KONTROL OM TRE MÅNEDER.



DA ANE FIK ET ANFALD I SVØMME-
HALLEN, STOPPEDE HUN MED AT GÅ
TIL KONKURRENCESVØMNING.

HUN SLOG SIG HÅRDT PÅ FLISERNE, MEN
HELDIGVIS KOM ANFALDET IKKE, MENS
HUN VAR NEDE I VANDET.





HUN FIK ANFALD I SKOLEN OG VÅGNEDE OP,
MENS ALLE STOD OMKRING HENDE OG
GLOEDE PÅ HENDE OG SÅ FORSKRÆKKEDE UD.



OG NOGLE AF LÆRERNE BLEV BANGE FOR AT TAGE DET STORE ANSVAR
DET VAR AT HAVE HENDE I KLASSEN. FOR HVAD SKULLE DE GØRE?
DET KUNNE DA IKKE VÆRE RIGTIGT, AT DER IKKE VAR NOGET
MEDICIN, SOM KUNNE FÅ DE ANFALD TIL AT STOPPE.
OG SÅ RINGEDE DE EFTER EN AMBULANCE.

HUN KUNNE SE, AT EMMA OG JOSEFINE TIT VAR SAMMEN.



DET HAVDE ELLERS ALTID VÆRET EMMA OG ANE. OG DET VAR IKKE RET LÆNGE SIDEN, AT EMMA OG ANE VAR BLEVET ENIGE OM, AT JOSEFINE VAR IRRITERENDE OG LØD SOM EN HEST, NÅR HUN GRINEDE.



DET VAR ANE, DER HAVDE FUNDET PÅ DET MED HESTEN, OG EMMA HAVDE VÆRET ENIG.



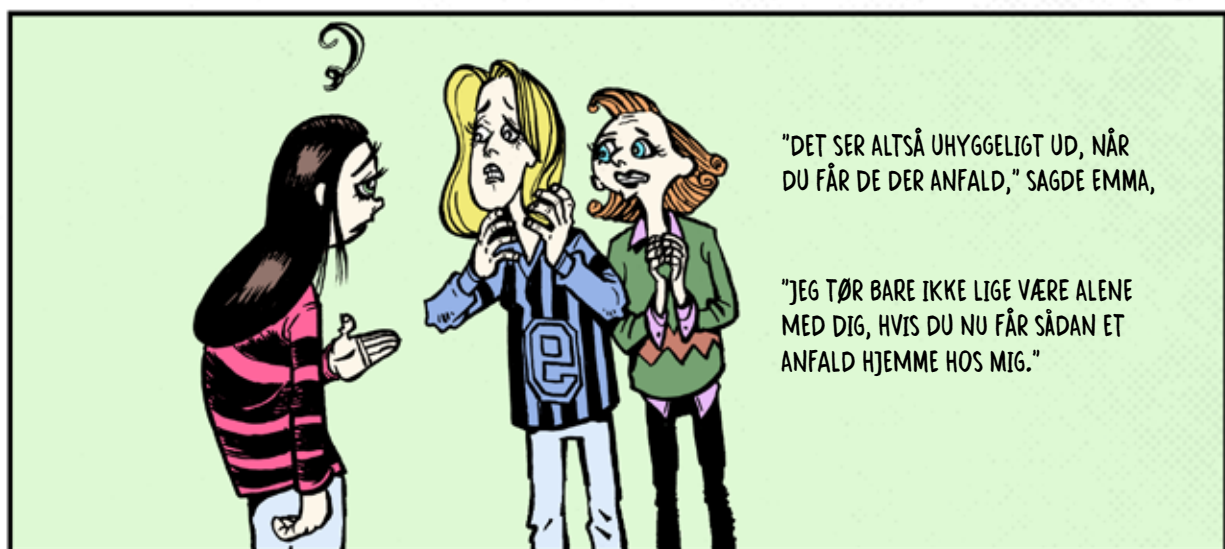
HAAAA
HiHi



MEN NU BLEV ANE BANGE FOR, OM EMMA FORTALTE DET TIL JOSEFINE.

HUN FORTRØD, AT HUN HAVDE SAGT DET, HUN VIDSTE GODT, AT DET IKKE ER SØDT AT BAGTALE ANDRE, MEN HUN HAVDE JO ALDRIG FORESTILLET SIG, AT EMMA OG JOSEFINE VILLE GÅ HEN OG BLIVE VENINDER.







DER BLEV HOLDT ET MØDE PÅ SKOLEN MED ANES KLASSELÆRER OG ANE OG HENDES FORÆLDRE.



"VI ER JO UTRYGGE," SAGDE LÆREREN,

"VI VIL BARE GERNE VIDE, HVAD VI SKAL GØRE. OG HVAD DET HANDLER OM."

MEN DET VIDSTE DE JO IKKE.

ALLE UNDERSØGELSERNE BLEV VED MED AT VÆRE NORMALE. OG DER VAR IKKE MERE MEDICIN, DER KUNNE PRØVES.



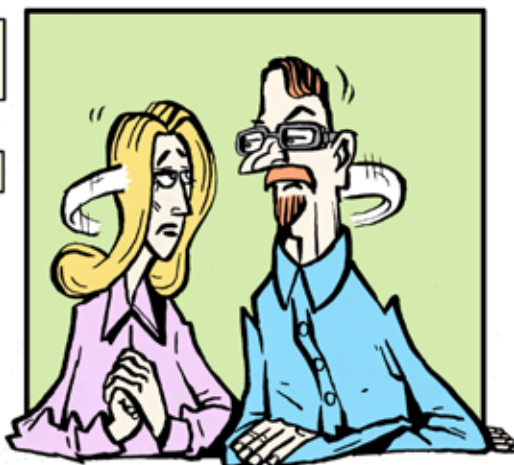
"MÅSKE ER DET NOGET PSYKISK," SAGDE LÆREREN OG KONCENTREREDE SIG OM AT BLIVE VED MED AT KIGGE ANES MOR IND I ØJNENE,

"DET HAR MAN JO HØRT OM. AT DET KAN VÆRE NOGET PSYKISK. AT DET ER NOGET ANE GØR, SÅDAN, LIDT MED VILJE. FOR AT FÅ NOGET OPMÆRKSOMHED, MÅSKE.



JA, JEG VED DET JO IKKE, JEG ER JO HVERKEN PSYKOLOG ELLER LÆGE,

DET ER BARE EN TANKE.



VI HAR DA TALT OM DET, PÅ LÆRERVÆRELSET,
AT DET GIVER EN FRYGTELIG MASSE
OPMÆRKSOMHED DET DER, MED
AMBULANCER OG UNDERVISNINGEN
DER BLIVER AFBRUDT.

OG AT DET ER MÆRKELT, AT MAN
IKKE KAN FINDE NOGEN SYGDOM."



SÅ BLEV ANES FAR VRED.



OG ANES MOR BLEV HELT STILLE OG
STIV I KROPPEN.



OG DA DE KOM HJEM FRA DET MØDE,
GIK ANE I SENG OG LÅ OG GRÆD.

ANE HAVDE EGENTLIG ALTID
HAFT DET FINT I SKOLEN, HUN
PLEJEDE AT VÆRE DYGTIG TIL
DET MESTE, MEN ANFALDENE
ØDELAGDE DET



DER KOM FLERE OG FLERE DAGE,
HVOR HUN BLEV HJEMME. DET VAR
PINLIGT AT FÅ ANFALD I SKOLEN.

ALLE KIGGEDE. OG SNAKKEDE. NOGLE GANGE KUNNE HUN HØRE, AT DER VAR NOGEN,
DER HVISKEDE, NÅR HUN GIK FORBI DEM PÅ GANGEN. ANDRE GANGE VAR DER NOGEN,
DER SAD OG SNAKKEDE, OG NÅR HUN SÅ NÆRMEDE SIG, BLEV DE HELT STILLE.



DET BLEV SVÆRT AT KONCENTRERE
SIG. HUN TÆNKT HELE TIDEN
PÅ, OM DER MON SNART KOM ET
ANFALD IGEN.



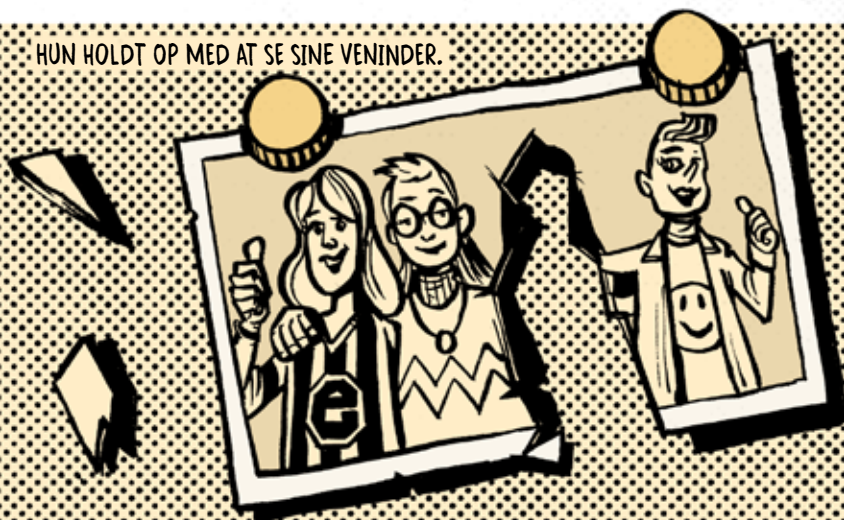
HUN VILLE IKKE VÆRE ET
STED, HVOR DER VAR FOR
MANGE, ELLER HVOR HUN
KUNNE SLÅ SIG.



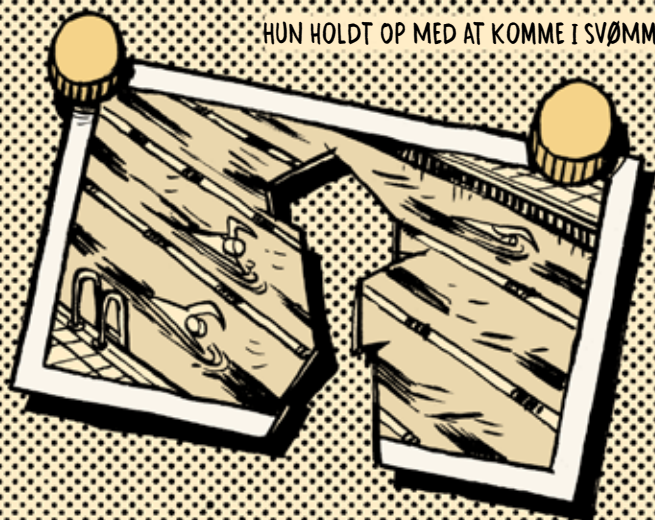
DET VAR SOM OM, AT NÅR HUN PRØVEDE PÅ AT
HOLDE ANFALDENE VÆK, SÅ KOM HUN TIL AT
TÆNKE MERE PÅ DET, OG SÅ BLEV HUN BANGE,
OG SÅ KOM DER ENDNU FLERE ANFALD.

DET VAR SOM EN FORBANDELSE,
HUN IKKE KUNNE SLIPPE UD AF.

HUN HOLDT OP MED AT SE SINE VENINDER.



HUN HOLDT OP MED AT KOMME I SVØMMEHALLEN.



HUN HOLDT NÆSTEN OP MED AT GÅ I SKOLE.



OG HUN SAVNEDE DET HELE.
MEN MEST AF ALT SAVNEDE
HUN SVØMNINGEN.



"HVORFOR KOMMER DU IKKE HJEM MED MEDALJER LÆNGERE?" SPURGT THEIS.

"JAMEN JEG KAN JO IKKE SVØMME MERE", SAGDE ANE, "DET ER SLUT."



"JEG SYNES, AT DU SKAL ØNSKE DIG EN MEDALJE I FØDSELSDAGSGAVE," SAGDE HAN OG SÅ HEMMELIGHEDSFULD UD.

"DET SYNES JEG LYDER SOM EN DÅRLIG IDÉ," SAGDE ANE, "MAN FÅR KUN MEDALJER, NÅR MAN VINDER."



DA DET BLEV ANES FØDSELSDAG, HAVDE HUN IKKE RET MEGET LYST TIL AT BLIVE FEJRET. HUN VAR HOS SIN FAR DEN DAG, OG HUN VIDSTE, AT HENDES MOR ALTID SAVNEDE DEM, NÅR DE IKKE VAR HOS HENDE. OG AT MOREN SAVNEDE DEM EKSTRA, NÅR DE HAVDE FØDSELSDAG.



"VI HAR OGSÅ EN OVERRASKELSE TIL DIG," HVISKEDE THEIS, MENS HUN PAKKEDE EN GAVE OP VED MORGENBORDET "BARE GLÆD DIG, TIL DU KOMMER HJEM FRA SKOLE!"

ANE BLEV KØRT I SKOLE AF SIN FAR. OG HAN HENTEDE HENDE IGEN, DA HUN FIK FRI. DET BLEV HAN NØDT TIL, FORDI HUN EN DAG HAVDE VÆRET LIGE VED AT FÅ ET ANFALD, MENS HUN CYKLEDE.



PÅ VEJEN HJEM KØRTE DE EN OMVEJ. HAN SKULLE HENTE EN KAGE VED EN BAGER, DER LÅ I DEN ANDEN ENDE AF BYEN, SAGDE HAN.



ANE TÆNKTE IKKE PÅ, AT DET MED KAGEN VAR FOR AT TRÆKKE TIDEN UD. MEN DA HUN KOM HJEM, VAR HUSET BLEVET FYLDT MED GÆSTER. HUN KUNNE NÆSTEN IKKE OVERSKUE DET, DET VAR LÆNGE SIDEN, AT HUN HAVDE VÆRET SAMMEN MED SÅ MANGE PÅ ÉN GANG. DER VAR PYNTET MED BALLONER, OG PÅ ET SKILT OVER DØREN STOD DER SURPRISE.

HUN SÅ SIN MOR INDE I HUSET. DET VAR LÆNGE SIDEN, AT MOREN HAVDE VÆRET I DET HUS, SOM EN GANG HAVDE VÆRET FÆLLES, MEN SOM NU KUN VAR FARENS.

HUN SÅ OGSÅ EMMA OG JOSEFINE OG DE ANDRE SVØMMEPIGER.

OG BIRGITTE.

"TILLYKKE MED FØDSELSDAGEN," RÅBTE DE OG KASTEDE KONFETTI UD OVER DET HELE.

OG SÅ BEGYNDTE DET AT STIKKE I FINGRENE PÅ DEN ENE HÅND.

"JEG TROR, JEG FÅR ET ANFALD NU," SAGDE ANE OG MÆRKEDE, AT DET OGSÅ BEGYNDTE AT STIKKE I FINGRENE PÅ DEN ANDEN HÅND.

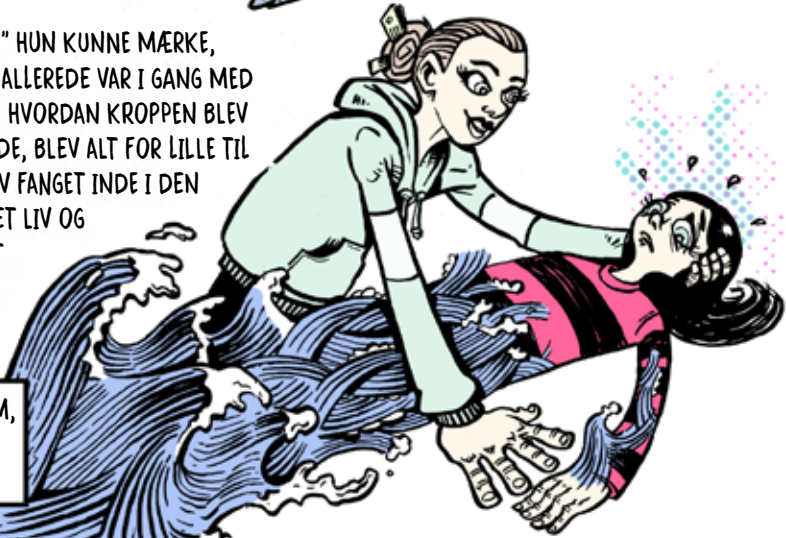
"UNDSKYLD"

"PYT MED DET," SAGDE BIRGITTE OG KOM HEN TIL ANE, "LÆG DIG NED, SÅ SLÅR DU DIG IKKE."



"JAMEN," SAGDE ANE, "DET ER PÅ VEJ." HUN KUNNE MÆRKE, HVORDAN DE BØLGENDE BEVÆGELSER ALLEREDE VAR I GANG MED AT ARBEJDE SIG OP IGENNEM ARMENE, HVORDAN KROPPEN BLEV OVERTAGET, HVORDAN HUN SKRUMPEDE, BLEV ALT FOR LILLE TIL DEN STORE KROP, HVORDAN HUN BLEV FANGET INDE I DEN KROP, DER BEGYNDTE AT LEVE SIT EGET LIV OG LAVE SINE EGNE BEVÆGELSER, UDEN AT HUN KUNNE GØRE NOGET.

HUN VILLE GERNE HAVE RÅBT TIL DEM, AT DE BARE SKULLE TAGE HJEM, AT FESTEN VAR BLEVET AFLYST.



"SE HER," SAGDE BIRGITTE, "JEG HAR TAGET EN MEDALJE MED TIL DIG. JEG HÆNGER DEN LIGE OM DIN HALS. JEG SYNES NEMLIG, AT DU ER DEN SEJESTE, JEG NOGEN SINDE HAR MØDT.

DU ER EN HELT.



JEG HAR SELV HAFT DEN SLAGS ANFALD EN GANG, DEN GANG DA JEG VAR BARN, OG JEG VED GODT, AT DET IKKE ER SPOR SJOVT. MEN DET ER IKKE FARLIGT. OG MAN KAN FÅ DET RIGTIG GODT IGEN."

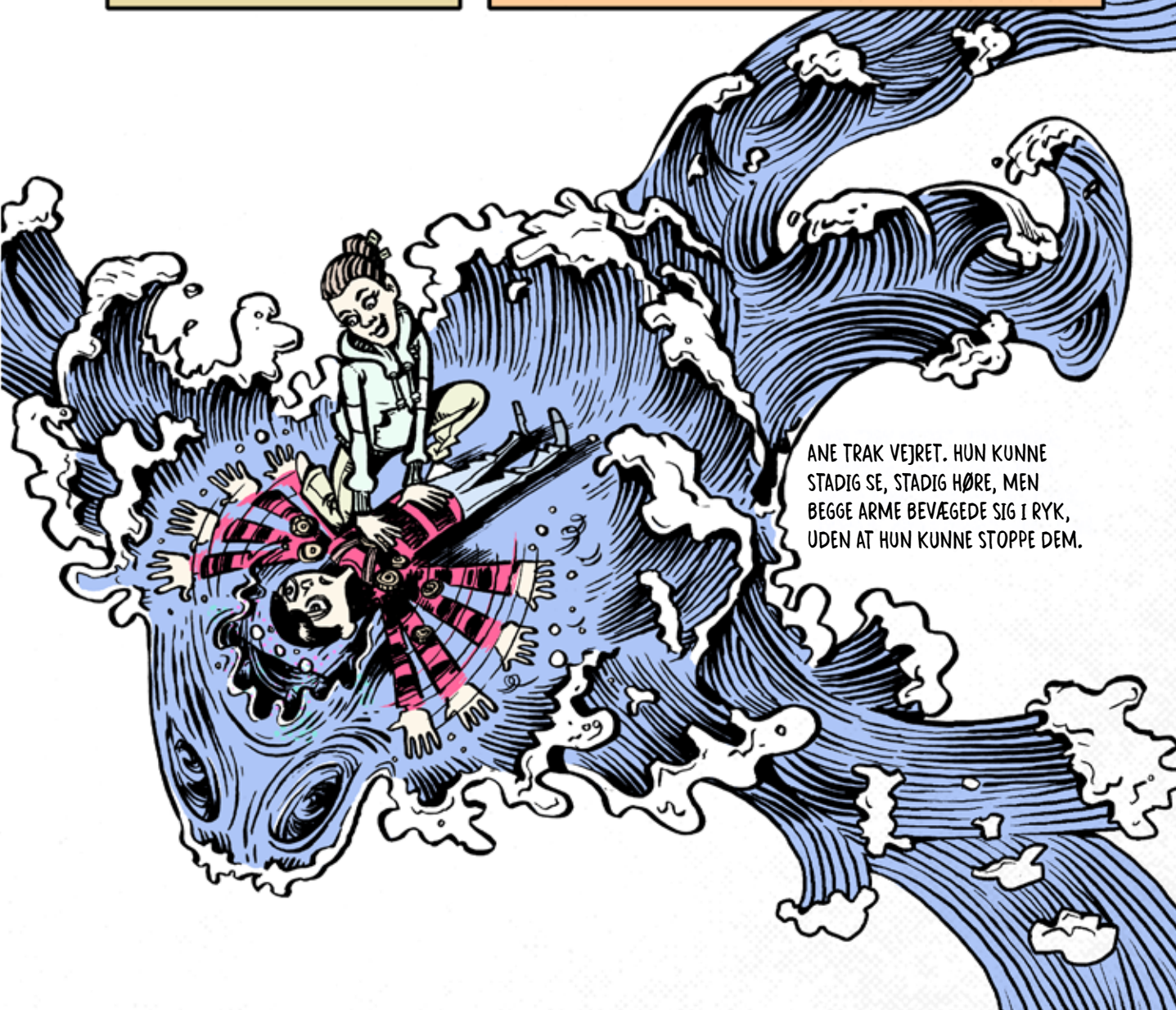


"KAN MAN?" SPURGTE ANE MENS DEN ENE ARM BEVÆGEDE SIG I UNDERLIGE CIRKLER.

"LÆG DIG NED," SAGDE BIRGITTE, "DU FÅR LIGE EN PUDE UNDER HOVEDET, OG MEDALJEN LÆGGER JEG HER PÅ DIN MAVE, OG SÅ SKAL DU HOLDE KONCENTRATIONEN, LIGESOM DU GØR, NÅR DU SVØMMER."



"DU SKAL KONCENTRERE DIG OM AT TRÆKKE VEJRET, STILLE OG ROLIGT, HELT NED I MAVEN, DYBT NED, OM PÅ BAGSIDEN AF MEDALJEN. DU SKAL HAVE ILT IND I DEN KROP, MEN LANGSOMT, ROLIGT."



ANE TRAK VEJRET. HUN KUNNE STADIG SE, STADIG HØRE, MEN BEGGE ARME BEVÆGEDE SIG I RYK, UDEN AT HUN KUNNE STOPPE DEM.

"SÅ KAN DU TAGE PÅ
EN SVØMMETUR,"
SAGDE BIRGITTE,

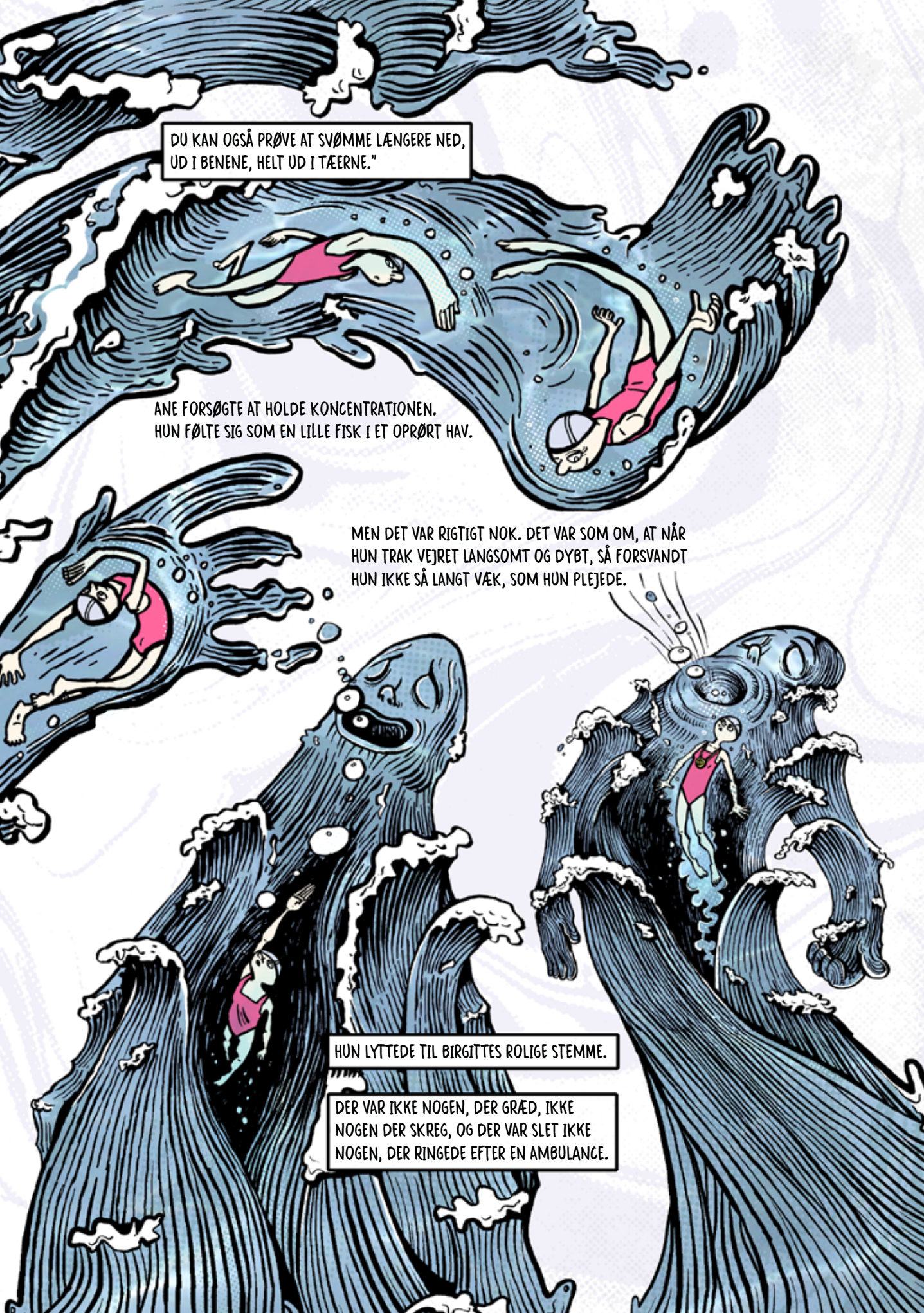
"SOMME TIDER KOMMER DEN SLAGS ANFALD,
NÅR DER KOMMER FOR MEGET STRØM I
FORSKELLIGE RETNINGER INDE I KROPPEN, DET
KAN GIVE BÅDE BØLGER OG OVERSVØMMELSER.



DU KAN PRØVE AT TAGE PÅ EN SVØMMETUR
RUNDT I KROPPEN, LUK BARE ØJNENE, OG
FØLG STRØMMEN RUNDT.

PRØV FØRST AT SVØMME NED I MAVEN, DER ER
GODT OG ROLIGT DER, TRÆK VEJRET NED I MAVEN,
SÅ DER KOMMER GODT MED ILT DERNED.





DU KAN OGSÅ PRØVE AT SVØMME LÆNGERE NED,
UD I BENENE, HELT UD I TÆRNE."

ANE FORSØGTE AT HOLDE KONCENTRATIONEN.
HUN FØLTE SIG SOM EN LILLE FISK I ET OPRØRT HAV.

MEN DET VAR RIGTIGT NOK. DET VAR SOM OM, AT NÅR
HUN TRAK VEJRET LANGSOMT OG DYBT, SÅ FORSVANDT
HUN IKKE SÅ LANGT VÆK, SOM HUN PLEJEDE.

HUN LYTTEDE TIL BIRGITTES ROLIGE STEMME.

DER VAR IKKE NOGEN, DER GRÆD, IKKE
NOGEN DER SKREG, OG DER VAR SLET IKKE
NOGEN, DER RINGEDE EFTER EN AMBULANCE.

ANE FORSØGTE AT SVØMME UD I ARMENE.

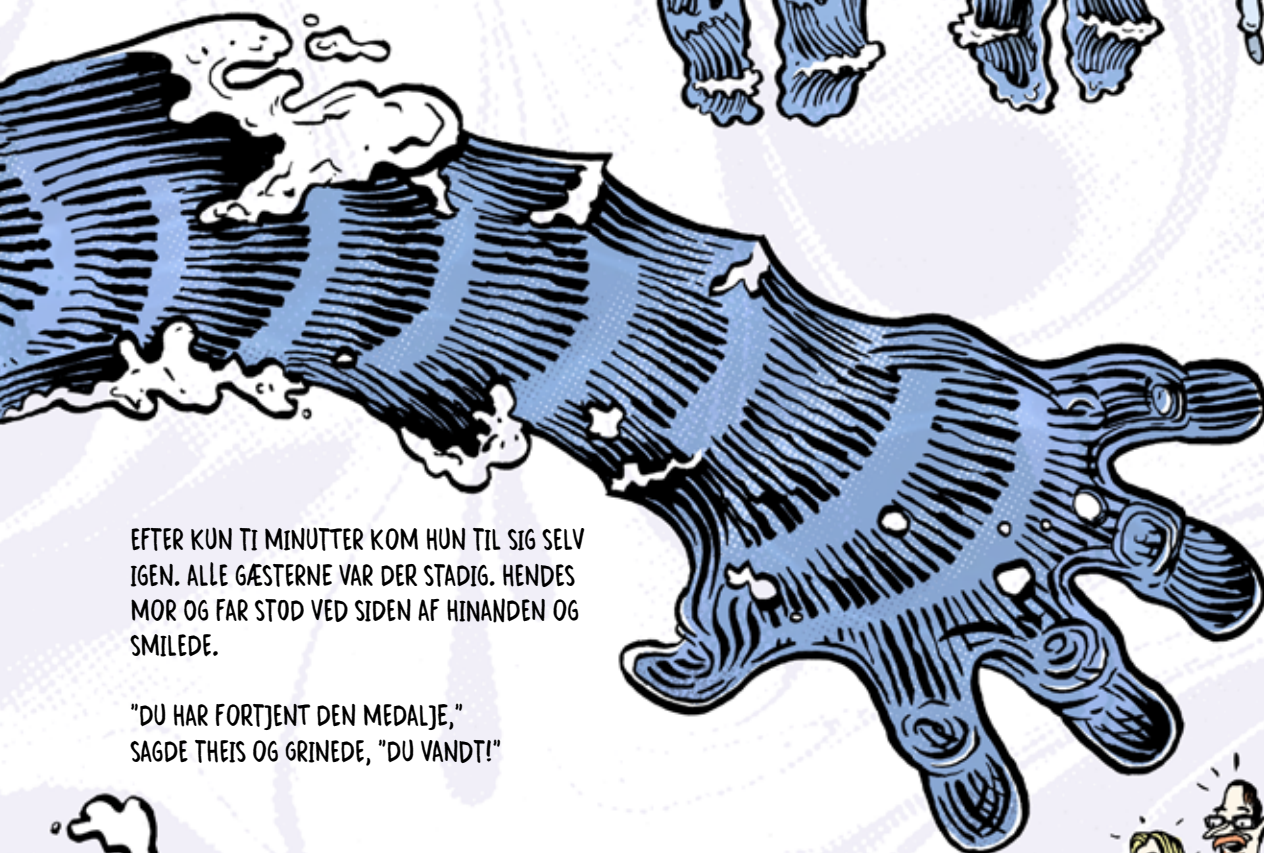
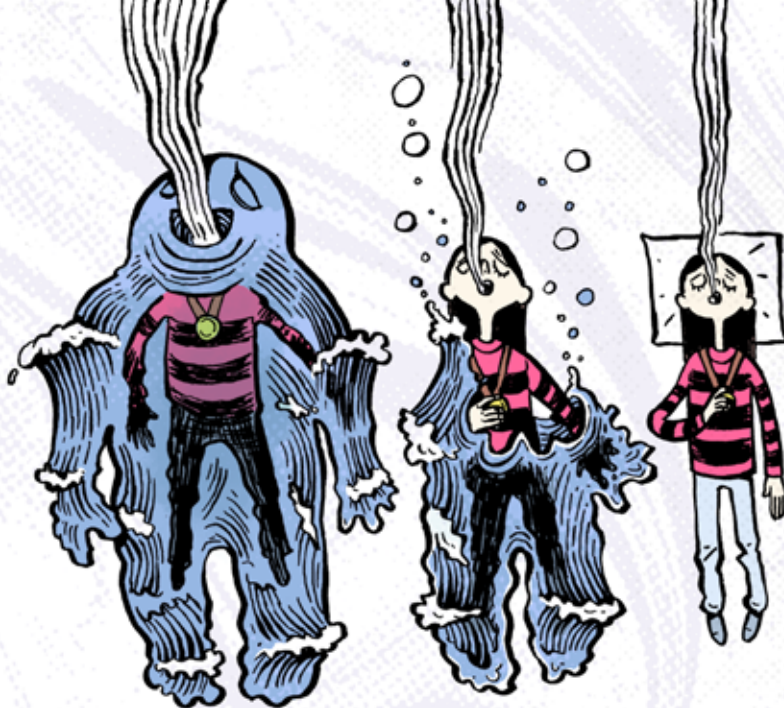
HUN BLEV OMGÅENDE MØDT AF EN STÆRK STRØM,
BØLGER, MÅSKE LIGEFREM EN TSUNAMI.

MEN HUN FORSØGTE AT TRÆKKE VEJRET UD I
ARMENE, UD TIL ALBUERNE, HELT UD I FINGRENE.



OG LANGSOMT HOLDT DE OP MED
AT PRIKKE OG BEVÆGE SIG, DET VAR
SOM OM BØLGERNE FALDT TIL RO.

DEN VENSTRE ARM LAGDE SIG ROLIGT
NED LANGS KROPPEN. DEN HØJRE HÅND
LAGDE SIG OVEN PÅ MEDALJEN.



EFTER KUN TI MINUTTER KOM HUN TIL SIG SELV
IGEN. ALLE GÆSTERNE VAR DER STADIG. HENDES
MOR OG FAR STOD VED SIDEN AF HINANDEN OG
SMILEDE.

"DU HAR FORTJENT DEN MEDALJE,"
SAGDE THEIS OG GRINEDE, "DU VANDT!"



ANE UNDREDE SIG OVER, AT BIRGITTE OGSÅ HAVDE HAFT ANFALD.

"DET ER FAKTISK IKKE SÅ UALMINDELIGT," FORTALTE BIRGITTE, "DET ER IKKE FARLIGT, MAN DØR IKKE AF DET, OG HJERNEN TAGER IKKE SKADE. MEN DET ER UBEHAGELIGT, NÅR DET SKER. HAR DU ALDRIG FØR MØDT NOGEN, SOM HAR HAFT DET PÅ SAMME MÅDE SOM DIG?"

ANE RYSTED E PÅ HOVEDET.

"VIL DU GERNE HØRE LIDT OM, HVORDAN DET VAR FOR MIG?" SPURGTE BIRGITTE.

ANE NIKKEDE. OG HENDES FORÆLDRE SATTE SIG VED SIDEN AF OG LYTTEDE



"DER ER MANGE TING, SOM TILSAMMEN KAN GØRE, AT MAN FÅR FUNKTIONELLE ANFALD," SAGDE BIRGITTE, "DET HANDLER OM, AT KROPPEN SIMPELTHEN KAN LUKKE NED, NÅR DEN BLIVER OVERBELASTET.

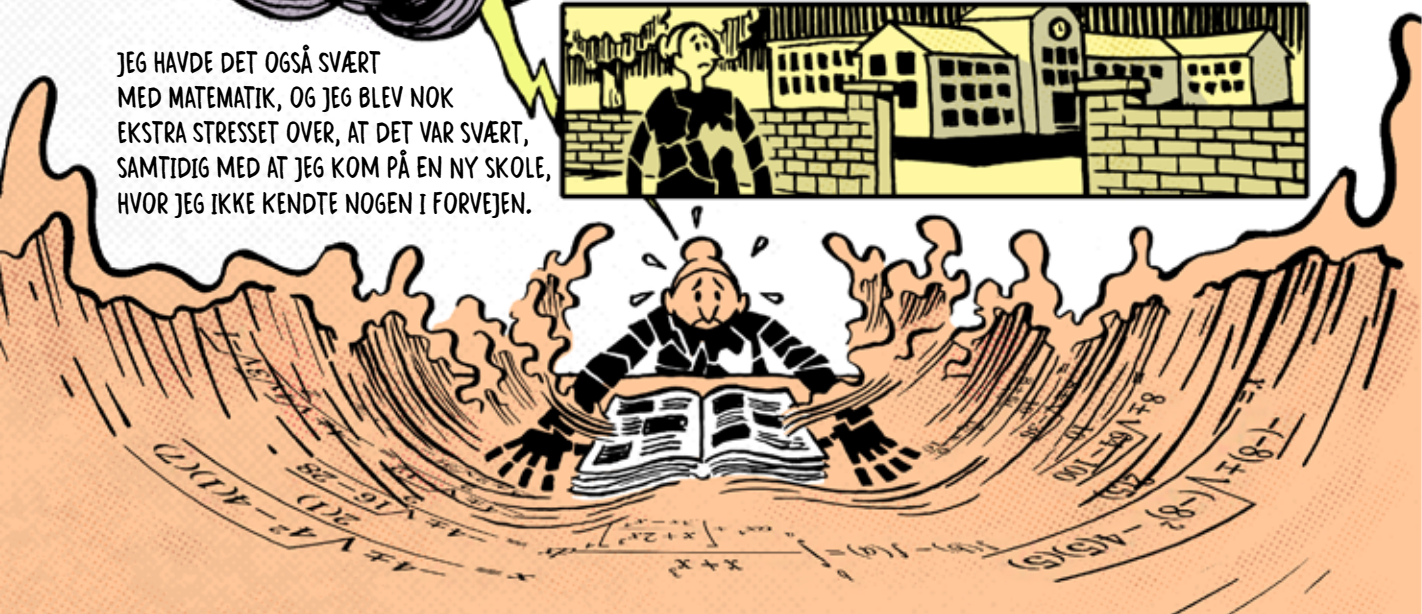
DET MINDER LIDT OM DET, DER SKER, NÅR NOGLE MENNESKER KAN BESVIME, NÅR DE SER BLOD.



FOR MIG SKETE DET NOK, FORDI JEG VAR EN LIDT FØLSOM PIGE, DER GERNE VILLE GØRE ALLE MENNESKER GLADE. OG SÅ DØDE MIN MORMOR, SOM JEG HOLDT MEGET AF, SAMTIDIG MED AT VI FLYTTEDE OG JEG SKULLE SKIFTE SKOLE OG KOM IND I EN KLASSE, HVOR JEG IKKE HAVDE DET SÅ GODT.



JEG HAVDE DET OGSÅ SVÆRT MED MATEMATIK, OG JEG BLEV NOK EKSTRA STRESSET OVER, AT DET VAR SVÆRT, SAMTIDIG MED AT JEG KOM PÅ EN NY SKOLE, HVOR JEG IKKE KENDTE NOGEN I FORVEJEN.



FØRSTE GANG JEG FIK ET ANFALD, SKETE DET FAKTISK I EN MATEMATIKTIME. MEN DENGANG VAR DER IKKE RIGTIG NOGEN, DER VIDSTE RET MEGET OM DET. DE TROEDE, AT JEG HAVDE EPILEPSI, SÅ JEG FIK MEDICIN I MANGE ÅR, UDEN AT DET HJALP MIG OVERHOVEDET."

"MEN HVORDAN BLEV DU RASK?" SPURGTE ANES FAR.



"DET VAR FAKTISK FØRST, DA JEG VAR NÆSTEN VOKSEN, AT JEG FANDT UD AF, AT MINE ANFALD TIT KOM, NÅR JEG VAR STRESSET ELLER PRESSET OVER ET ELLER ANDET.

OG JEG FANDT UD AF, AT NÅR JEG KUNNE MÆRKE, AT ET ANFALD VAR PÅ VEJ, SÅ KUNNE JEG FAKTISK LÆRE AT BEROLIGE MIG SELV SÅ MEGET, AT JEG KUNNE SKUBBE KRAMPERNE VÆK.



JEG ØVEDE MIG, OG LANGSOMT BLEV JEG BEDRE OG BEDRE TIL AT FORUDSIGE KRAMPERNE OG KONTROLLERE DEM, NÅR DE KOM."

"TROR DU OGSÅ, AT JEG KAN BLIVE RASK?" SAGDE ANE.



"JA DA, SELVFØLGELIG KAN DU DET. MEN DET KAN GODT VÆRE, AT DET KOMMER TIL AT KRÆVE TÅLMODIGHED OG ØVELSE." BIRGITTE SMILEDE.

"MÅSKE KAN MEDALJEN HJÆLPE DIG. NÅR MAN MÆRKER, AT ET ANFALD ER PÅ VEJ, SÅ KAN DET VÆRE GODT AT HAVE NOGET ANDET, MAN KAN KONCENTRERE SIG OM. JO MERE MAN TÆNKER PÅ KRAMPERNE, DESTO MERE STYRKE FÅR DE. SÅ AT HOLDE FOKUS PÅ NOGET ANDET ER EN GOD START.



SÅ ER DER DET MED AT TRÆKKE VEJRET. MAN KAN GODT BLIVE BANGE, NÅR ET ANFALD ER PÅ VEJ.



NÅR MAN ER BANGE, SÅ TRÆKKER MAN VEJRET HURTIGT OG HELT OPPE I HALSEN, OG DET KAN FORSTÆRKE ET ANFALD.



SÅ MAN KAN GÅ IMOD ANFALDET VED AT TRÆKKE VEJRET ROLIGT OG DYBT NED I MAVEN.



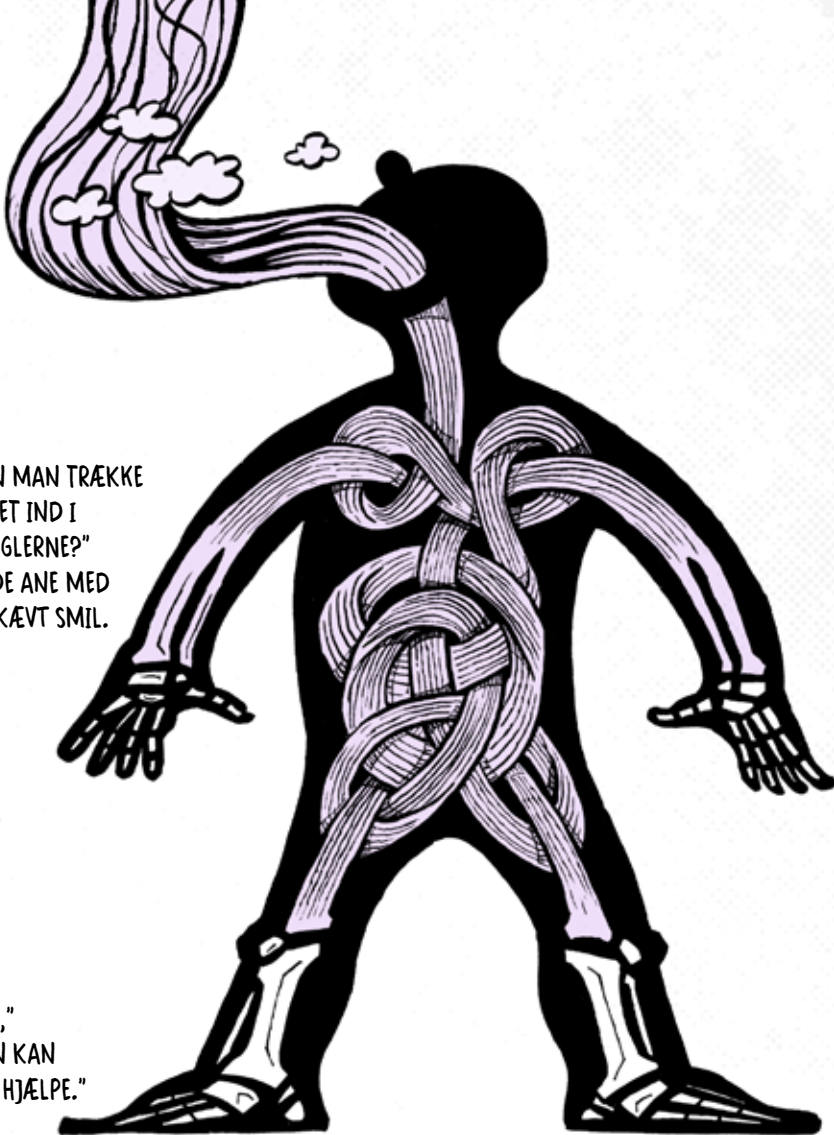
DU KAN MÅSKE PRØVE AT LÆGGE HÅNDEN OVEN PÅ MEDALJEN, OG MÆRKE HVORDAN DEN FLYTTER SIG, NÅR DU TRÆKKER VEJRET.

MAN KAN FORESTILLE SIG, AT MAN TRÆKKER VEJRET UD I ALLE AFKROGE AF KROPPEN. HELT IND I KNOGLERNE."



"KAN MAN TRÆKKE VEJRET IND I KNOGLERNE?" SAGDE ANE MED ET SKÆVT SMIL.

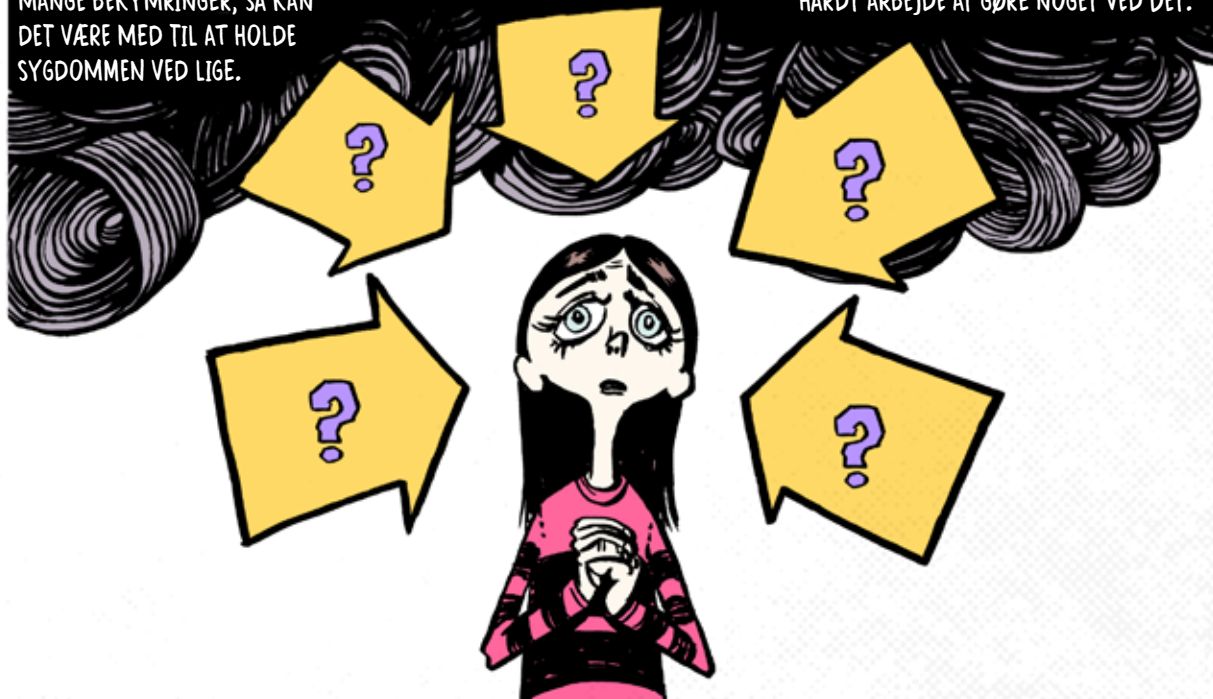
"NEJ, SELVØLGELIG KAN MAN IKKE DET," SAGDE BIRGITTE OG SMILEDE, "MEN MAN KAN FORESTILLE SIG DET. OG DET KAN GODT HJÆLPE."



MEN DET ER SELVØLGELIG IKKE NOK. DET ER VIGTIGT, AT MAN OGSÅ KIGGER PÅ, HVORDAN MAN HAR DET, HVORFOR MAN FÅR DE HER ANFALD. FOR HVIS DER ER MANGE BEKYMRINGER, SÅ KAN DET VÆRE MED TIL AT HOLDE SYGDOMMEN VED LIGE.

HVORDAN ER STEMNINGEN HERHJEMME? MED DINE FORÆLDRE OG DIN LILLEBROR? HVAD MED SKOLEN? OG VENINDERNE? ER DER NOGET, DU ER KED AF ELLER BEKYMRER DIG OM?

DET KAN VÆRE MEGET FORSKELLIGT FRA PERSON TIL PERSON, OG DET KAN VÆRE LIDT AF ET DETEKTIVARBEJDE AT FINDE UD AF, HVORDAN DET HÆNGER SAMMEN LIGE PRÆCIS FOR DIG. OG SÅ KAN DET VÆRE HÅRDT ARBEJDE AT GØRE NOGET VED DET."



ANE FIK GAVER, DER BLEV SPIST BOLLER OG KAGE, OG EMMA KOM HEN OG GAV ANE ET EKSTRA KRAM. "JEG SAVNER DIG," HVISKEDE HUN IND I ANES ØRE, "DET ER SÅ LÆNGE SIDEN, AT VI HAR VÆRET SAMMEN."

ANE SAGDE IKKE NOGET.
HUN TÆNKTE PÅ JOSEFINE.



"VI KAN OGSÅ VÆRE SAMMEN MED JOSEFINE," SAGDE EMMA, SOM OM HUN HAVDE LÆST ANES TANKER,

"HUN ER FAKTISK SØD, NÅR FØRST MAN LÆRER HENDE AT KENDE.

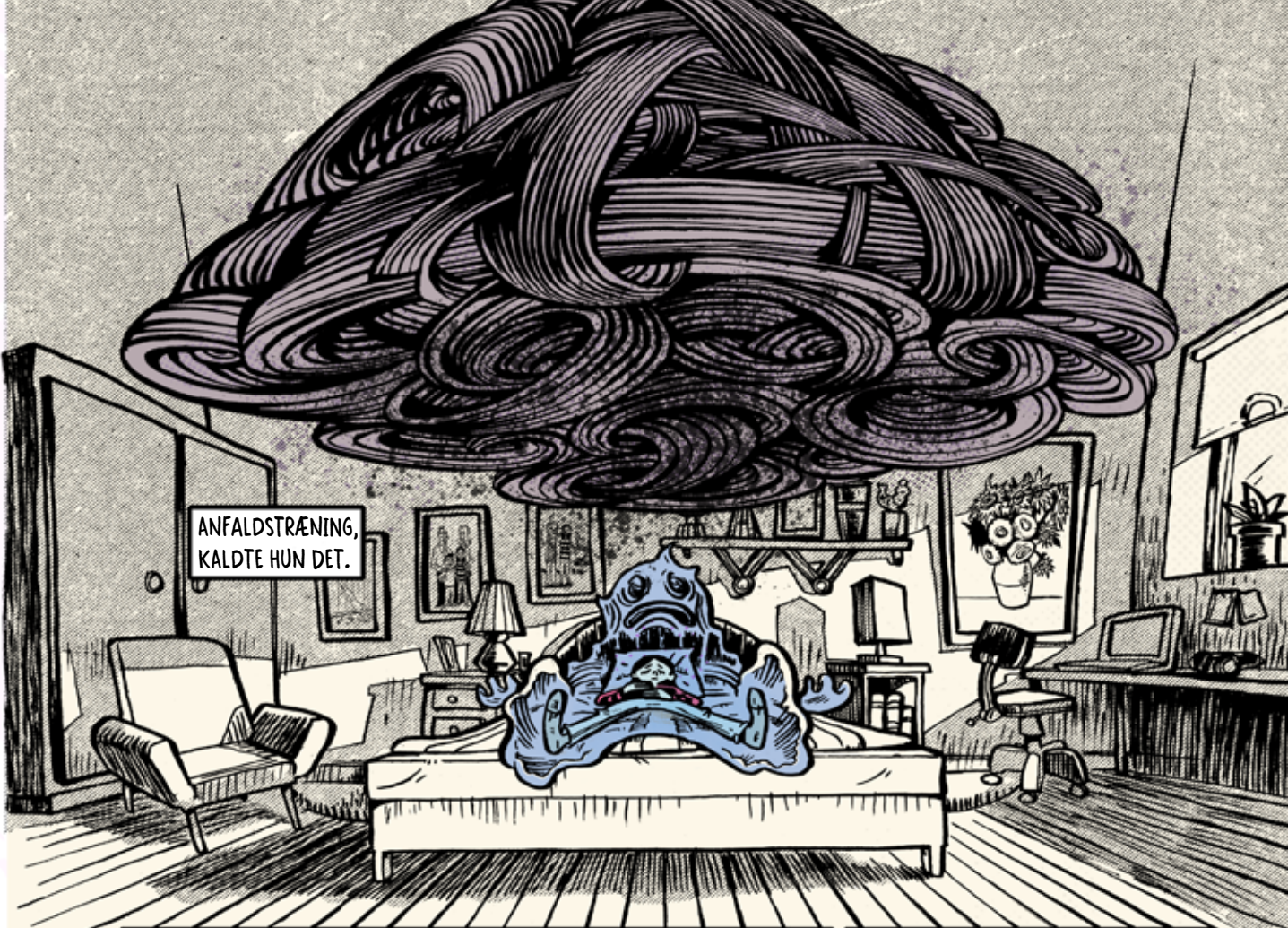


HUN LYDER STADIG SOM EN HEST, NÅR HUN GRINER. MEN DET HAR JEG ALTSÅ IKKE SAGT TIL HENDE!"



EFTER DEN FØDSELSDAG GIK ANE I GANG MED AT TRÆNE.





ANFALDSTRÆNING,
KALDTE HUN DET.



HUN TRAK VEJRET
DYBT NED I MAVEN.

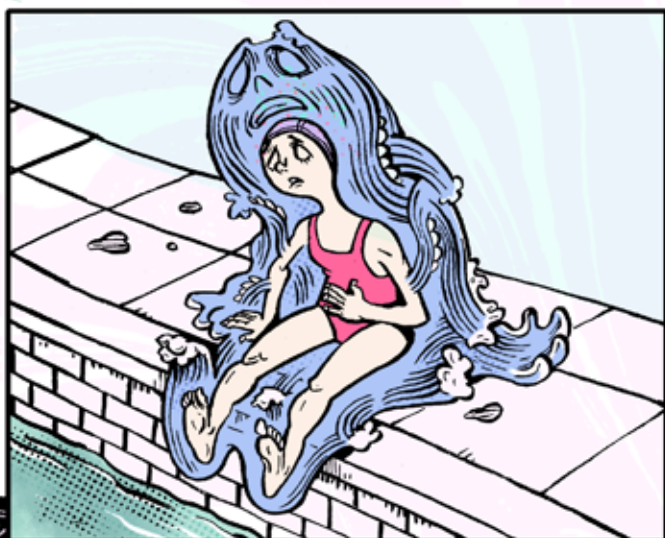
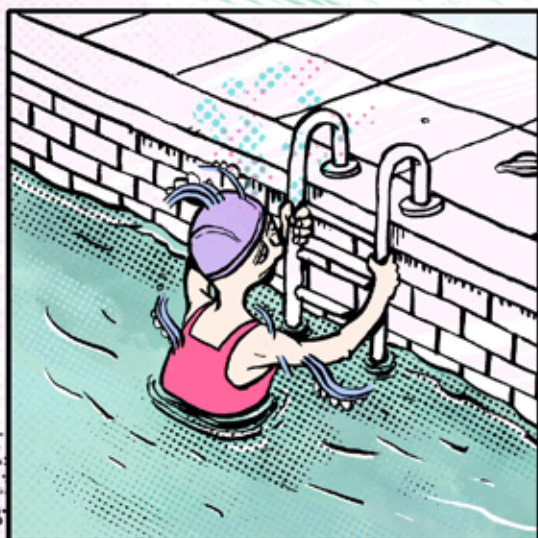


HUN ØVEDE SIG I AT ACCEPTERE
ANFALDENE OG IKKE VÆRE BANGE
FOR DEM ELLER BLIVE VRED PÅ DEM.

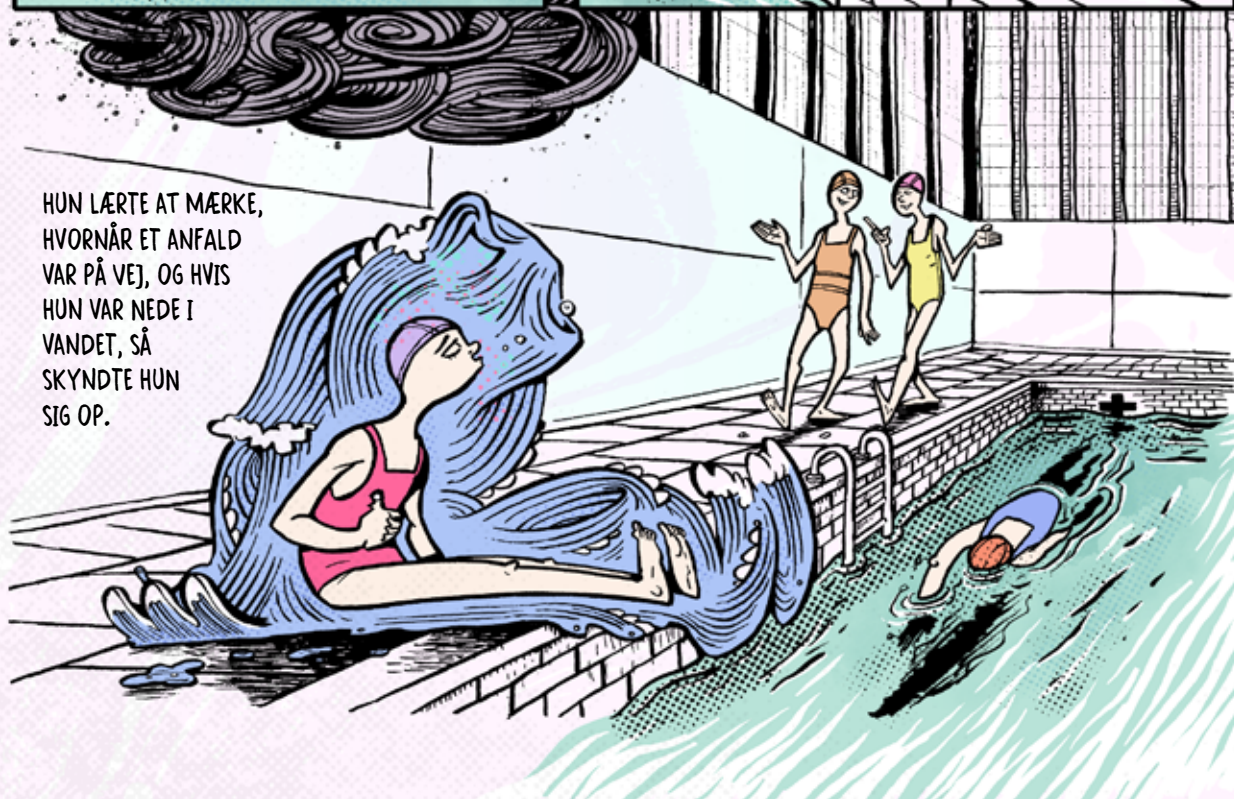


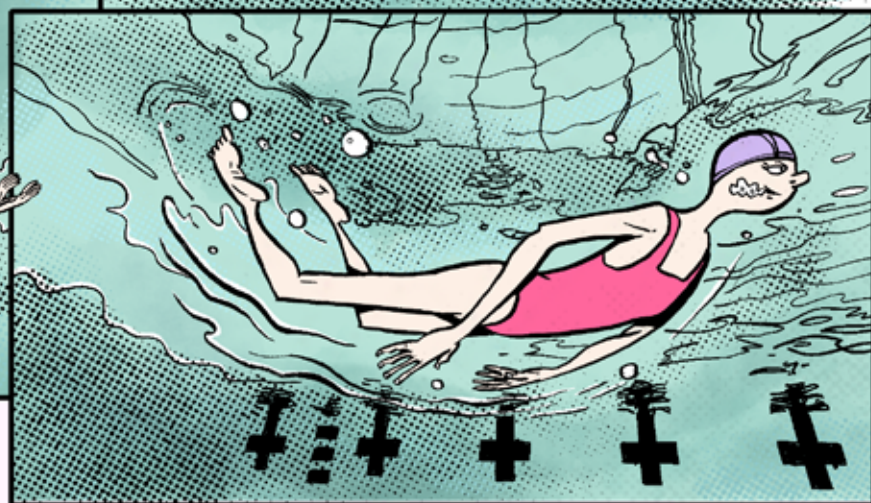
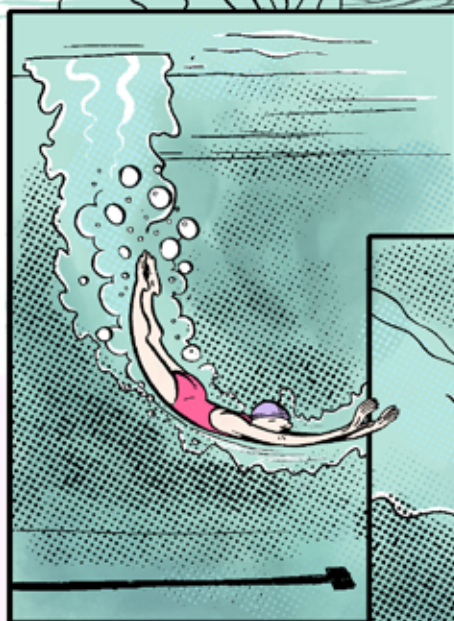
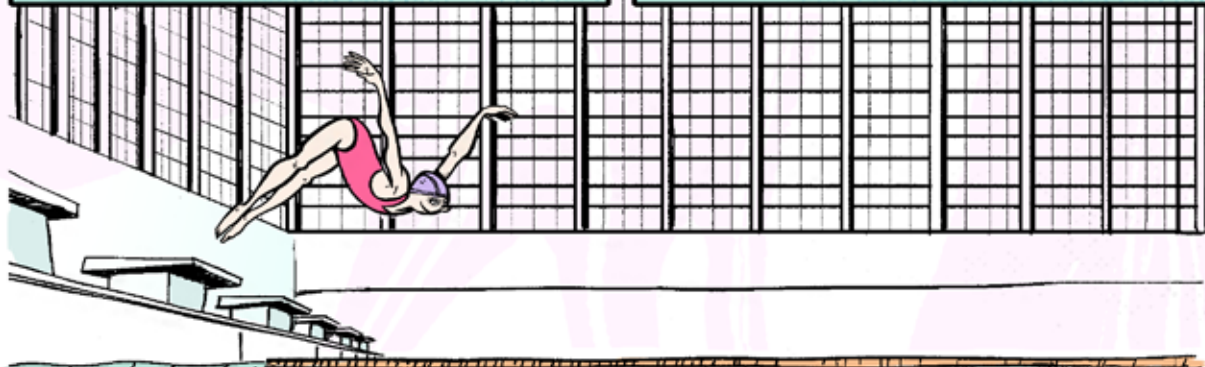


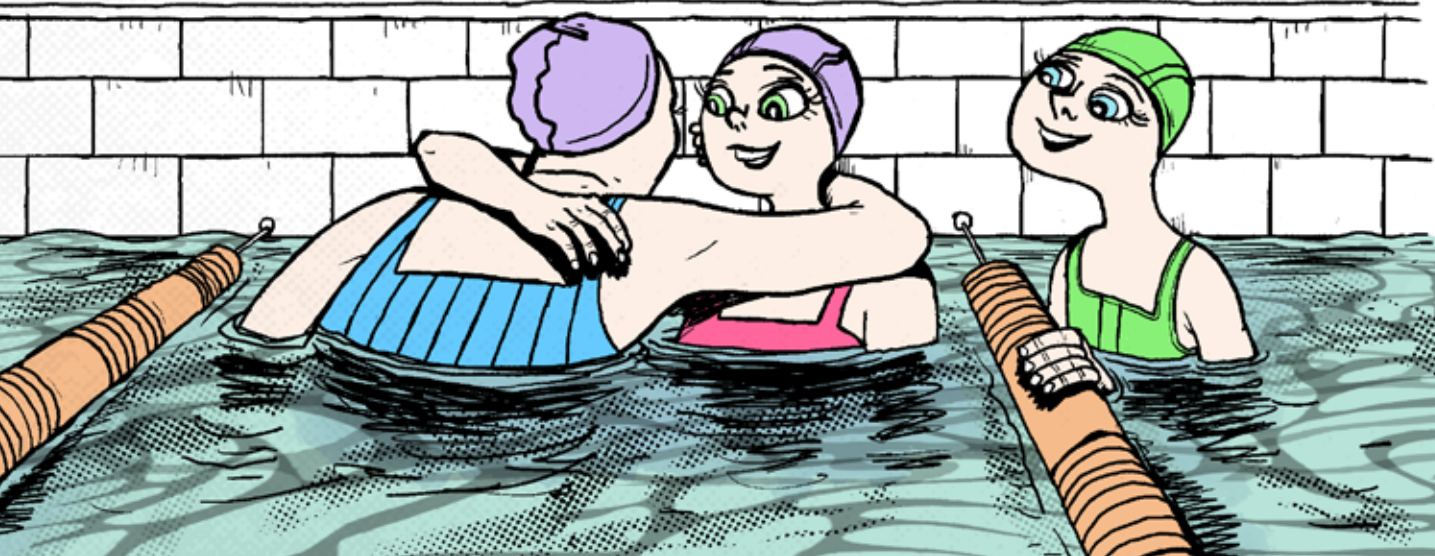
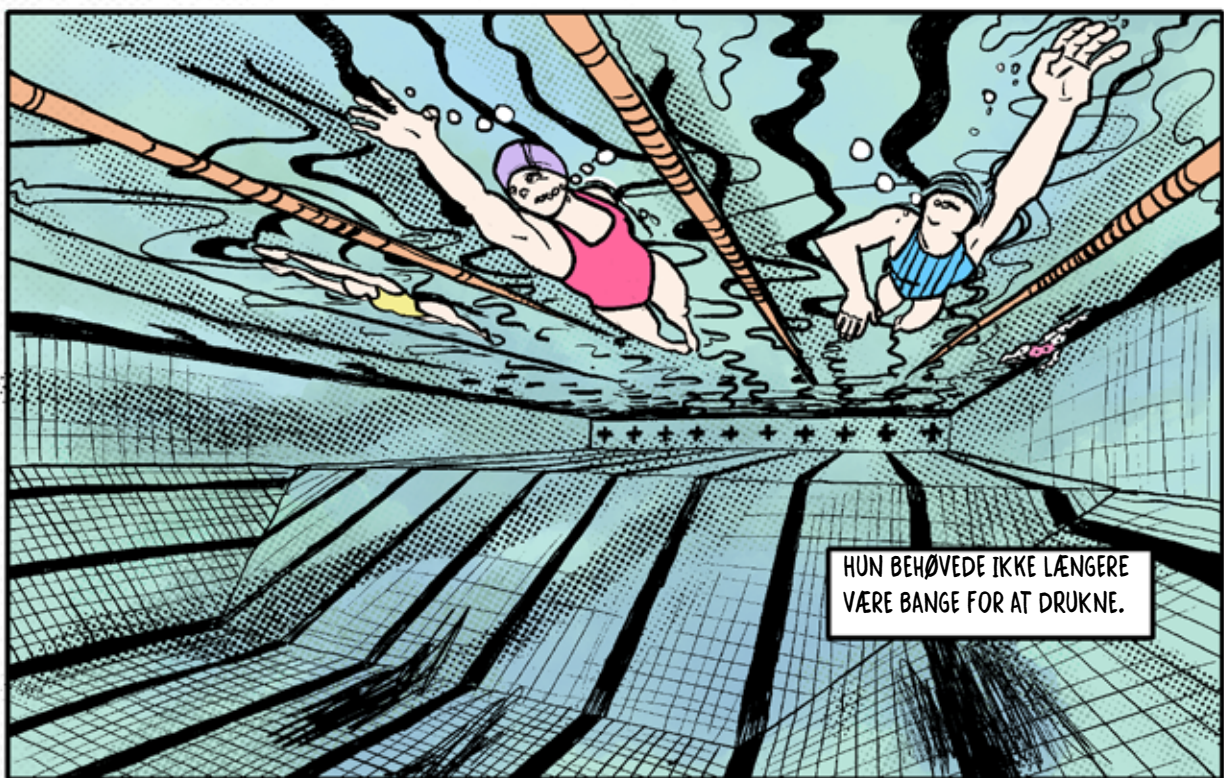
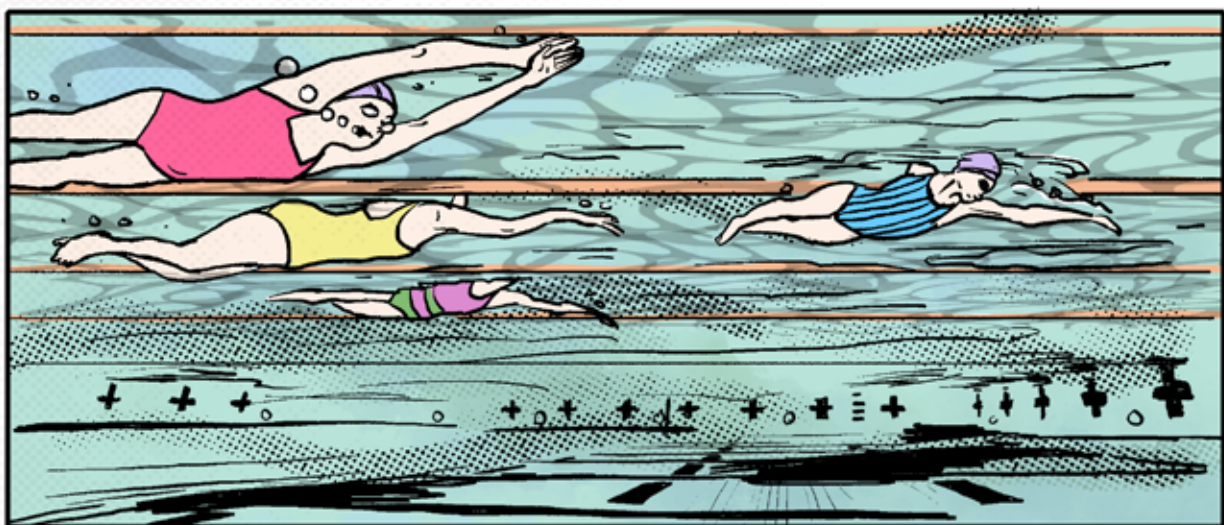
OG EFTER KORT TID GIK HUN OGSÅ I GANG MED SVØMMETRÆNINGEN IGEN.



HUN LÆRTE AT MÆRKE,
HVORNÅR ET ANFALD
VAR PÅ VEJ, OG HVIS
HUN VAR NEDE I
VANDET, SÅ
SKYNDTE HUN
SIG OP.

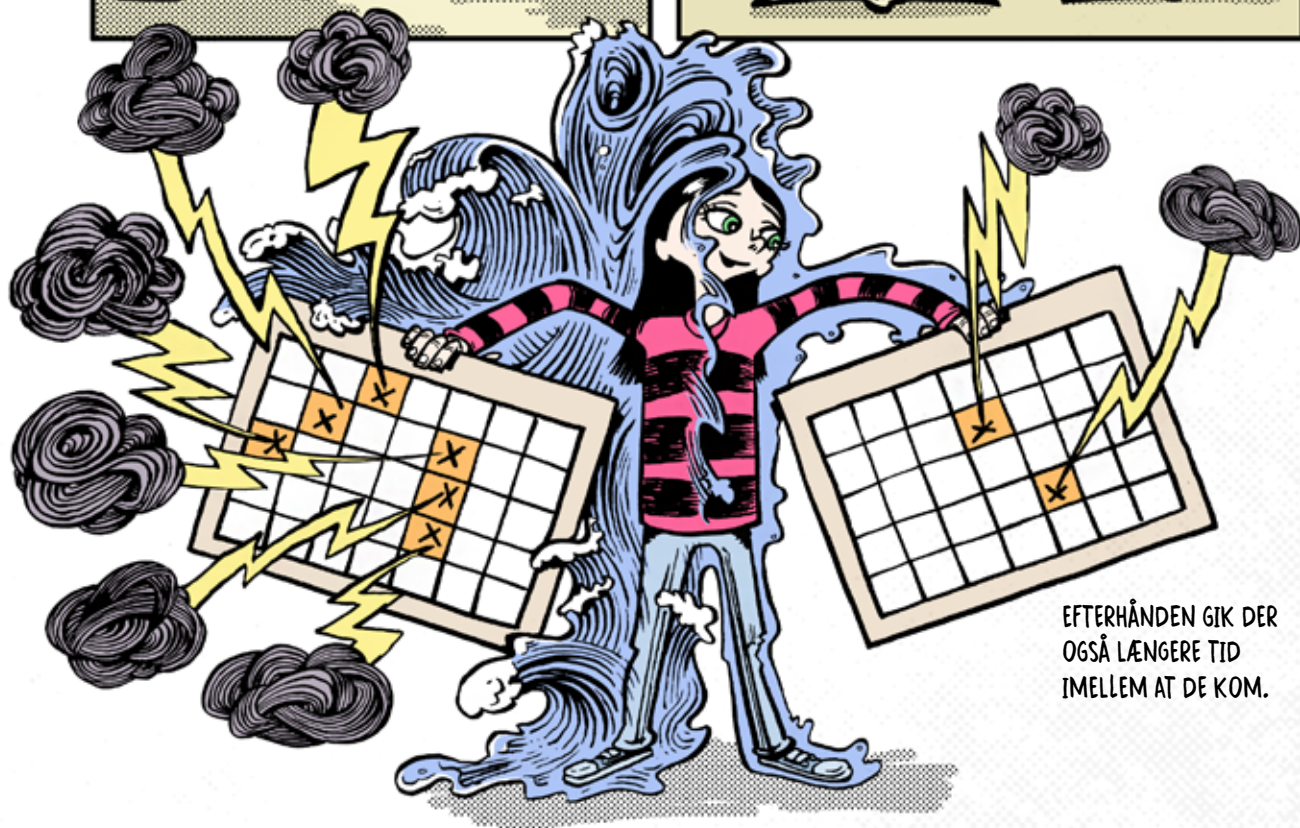
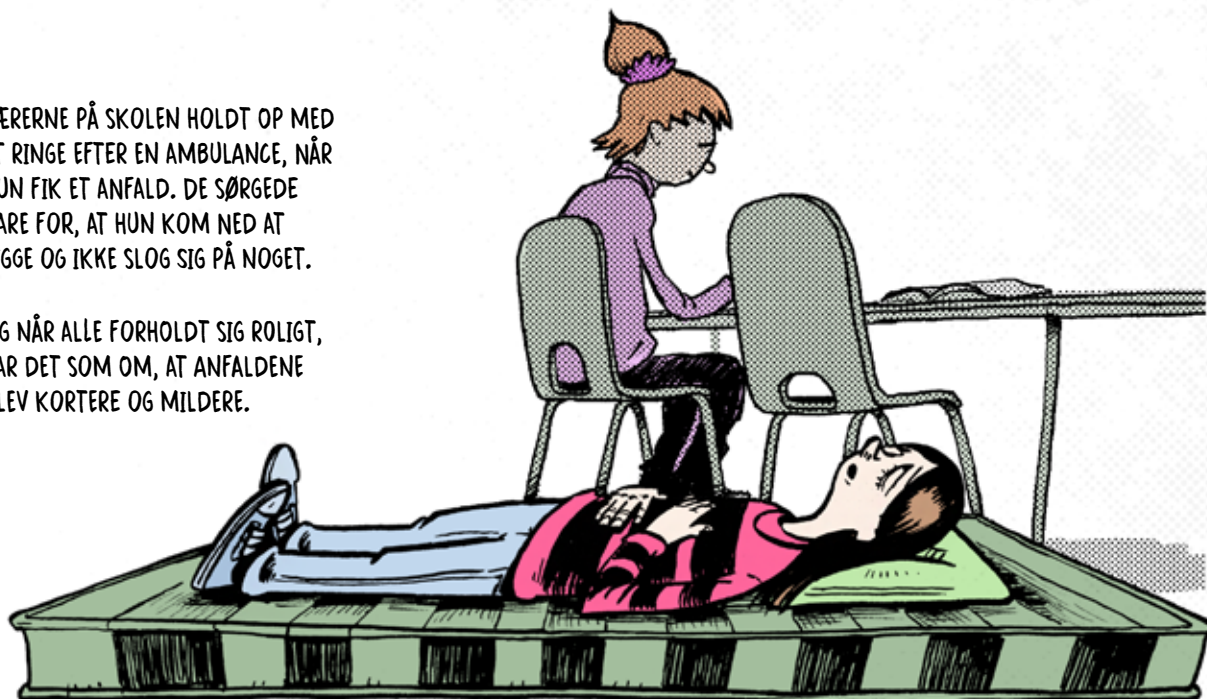






LÆRERNE PÅ SKOLEN HOLDT OP MED
AT RINGE EFTER EN AMBULANCE, NÅR
HUN FIK ET ANFALD. DE SØRGEDE
BARE FOR, AT HUN KOM NED AT
LIGGE OG IKKE SLOG SIG PÅ NOGET.

OG NÅR ALLE FORHOLDT SIG ROLIGT,
VAR DET SOM OM, AT ANFALDENE
BLEV KORTERE OG MILDERE.



EFTERHÅNDEN GIK DER
OGSÅ LÆNGERE TID
IMELLEM AT DE KOM.



HUN TALTE MED
EN PSYKOLOG.

DET HAVDE IKKE VÆRET NEMT MED
DEN SKILSMISSE.

DET HAVDE VÆRET MEST SYND FOR
HENDES MOR, SYNTES ANE,

MEN HENDES FORÆLDRE FANDT
UD AF, HVORDAN DE KUNNE TALE
SAMMEN PÅ EN BEDRE MÅDE,

OG ANE FANDT UD AF, AT DET MÅSKE
OGSÅ HAVDE VÆRET SYND FOR
HENDE OG FOR THEIS.



ANE BEGYNDTE AT VÆRE
SAMMEN MED EMMA IGEN, MEN
DET VAR SOM OM, AT DE VAR
GLEDET FRA HINANDEN.

DET BLEV ALDRIG DET SAMME.

OG DET VAR OGSÅ SOM OM,
AT EMMA OG JOSEFINE HAVDE
FÅET NOGET SAMMEN, SOM ANE
IKKE RIGTIGT KUNNE
VÆRE MED I.

SÅ HUN BEGYNDTE AT VÆRE
SAMMEN MED NOGLE AF DE
ANDRE. DET VAR OKAY.



OG DER GIK EFTERHÅNDEN SÅ LANG TID
IMELLEM ANFALDENE, AT HUN NÆSTEN
GLEMTE, AT DE KUNNE KOMME.

EN DAG NOGLE MÅNEDER EFTER
FØDSELSDAGEN SAD THEIS INDE
PÅ ANES VÆRELSE OG LEGEDE MED
NOGLE AF HENDES TING.

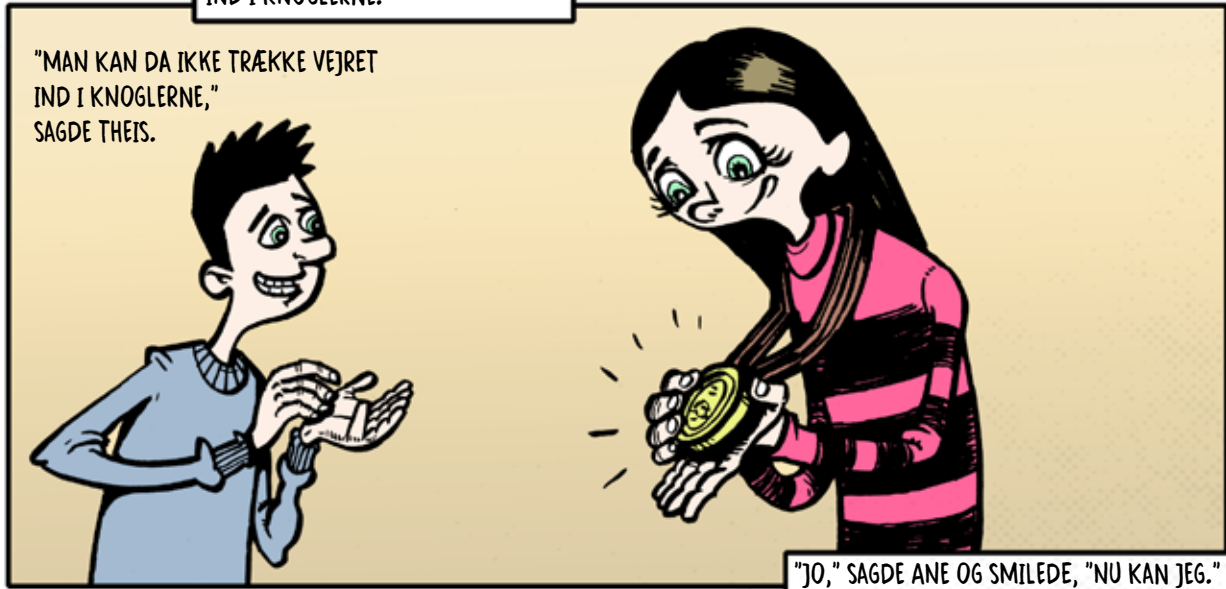
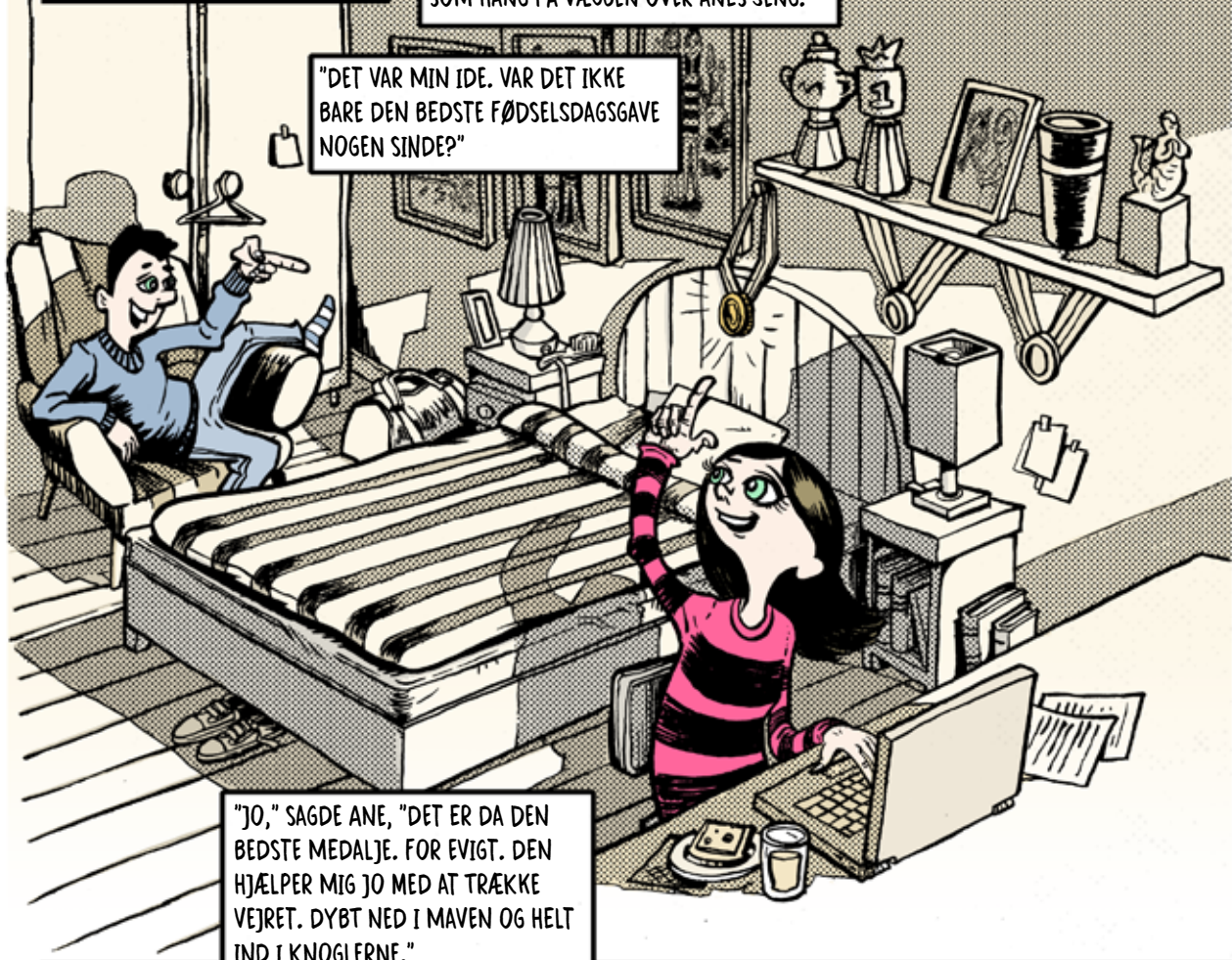
"ER DU STADIG GLAD FOR DIN MEDALJE?"
SPURGT HAN OG KIGGEDE PÅ MEDALJEN,
SOM HANG PÅ VÆGGEN OVER ANES SENG.

"DET VAR MIN IDE. VAR DET IKKE
BARE DEN BEDSTE FØDSELSDAGSGAVE
NOGEN SINDE?"

"JO," SAGDE ANE, "DET ER DA DEN
BEDSTE MEDALJE. FOR EVIGT. DEN
HJÆLPER MIG JO MED AT TRÆKKE
VEJRET. DYBT NED I MAVEN OG HELT
IND I KNOGLERNE."

"MAN KAN DA IKKE TRÆKKE VEJRET
IND I KNOGLERNE,"
SAGDE THEIS.

"JO," SAGDE ANE OG SMILEDE, "NU KAN JEG."



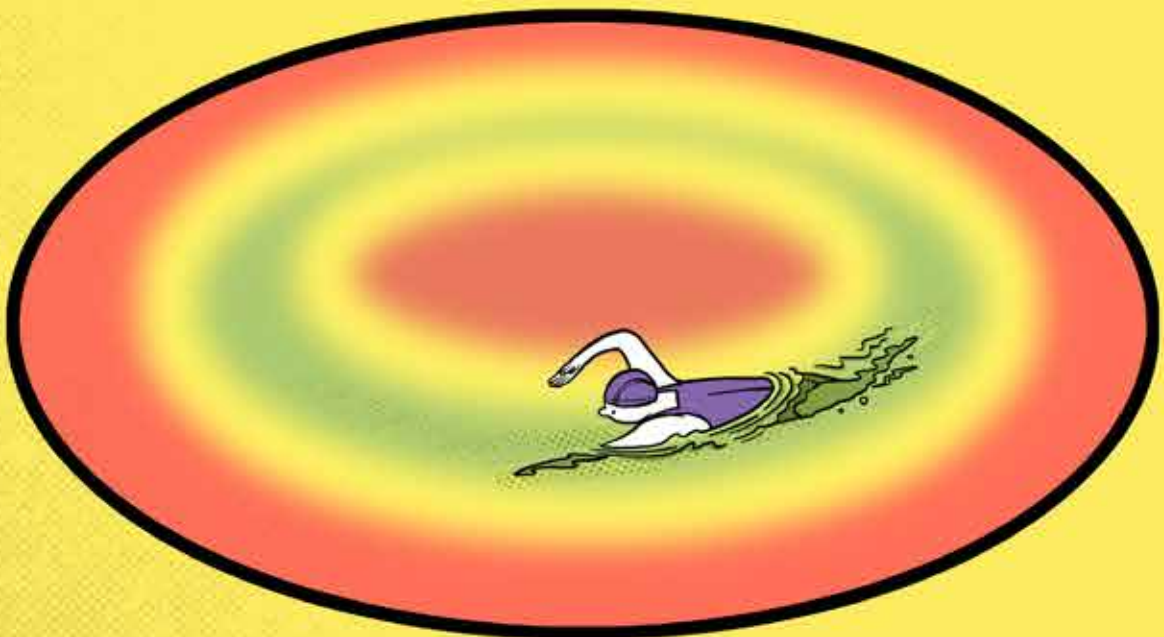
HVAD ER FUNKTIONELLE ANFALD?

NOGLE MENNESKER OPLEVER AT FÅ KRAMPEANFALD ELLER FJERNHEDSTILFÆLDE, SOM PÅ MANGE MÅDER KAN LIGNE EPILEPSI. EPILEPSI ER EN HJERNESYGDOM, HVOR DER KOMMER ELEKTRISKE FORSTYRRELSER I HJERNEN, MEN VED FUNKTIONELLE ANFALD ER HJERNENS ELEKTRISKE AKTIVITET NORMAL. MAN KAN UNDERSØGE HJERNENS ELEKTRISKE AKTIVITET VED AT SÆTTE NOGLE LEDNINGER UDEN PÅ KRANIET. DET KALDES ET ELEKTROENCEFALOGRAM ELLER BARE EEG. VED FUNKTIONELLE ANFALD ER HJERNEN NORMAL, OG NÅR MAN LAVER EN EEG UNDERSØGELSE VIL DET DERFOR IKKE VISE TEGN PÅ SYGDOM.

FUNKTIONELLE ANFALD ER EN REAKTION PÅ, AT HJERNEN OG KROPPEN ER OVERBELASTET OG ER I EN FORM FOR ALARMBEREDSKAB, HVOR MAN IKKE FUNGERER NORMALT. ANFALDENE KAN SE FORSKELLIGE UD FRA PERSON TIL PERSON, OG DE KAN VARE FRA FÅ MINUTTER TIL FLERE TIMER. SELVOM ANFALDENE KAN VARE LÆNGE OG SE VOLD-SOMME UD, ER DET VIGTIGT AT UNDERSTREGE, AT HJERNEN IKKE TAGER SKADE AF FUNKTIONELLE ANFALD.

FUNKTIONELLE ANFALD KALDES OGSÅ PSYKOGENE NON-EPILEPTISKE ANFALD, PNES, DISSOCIATIVE ANFALD ELLER PSEUDOANFALD.

MAN VED IKKE PRÆCIS, HVOR MANGE, DER LIDER AF FUNKTIONELLE ANFALD, MEN NOGLE UNDERSØGELSER PEGER PÅ, AT DER HVERT ÅR ER 50-150 BØRN OG UNGE, DER FÅR FUNKTIONELLE ANFALD. OMKRING HVER 10. BARN ELLER UNG, SOM UNDERSØGES FOR EPILEPSI, VISER SIG AT HAVE FUNKTIONELLE ANFALD.



FUNKTIONELLE LIDELSER

FUNKTIONELLE ANFALD TILHØRER GRUPPEN AF FUNKTIONELLE LIDELSER. FUNKTIONELLE LIDELSER ER EN SAMLEBETEGNELSE FOR EN GRUPPE AF SYGDOMME, HVOR MAN HAR FORSKELLIGE FYSISKE SYMPTOMER. SYMPTOMERNE SKYLDES, AT HJERNEN OG KROPPEN AF FORSKELLIGE ÅRSAGER ER OVERBELASTET, OG DER ER SOM REGEL INGEN MEDICINSKE UNDERSØGELSER, DER KAN VISE FYSISKE FORANDRINGER I KROPPEN, SOM KAN FORKLARE SYMPTOMERNE.

DE TYPISKE SYMPTOMER VED FUNKTIONELLE LIDELSER ER BL.A. SMERTER, TRÆTHED, KONCENTRATIONSBSVÆR, HUKOMMELSESPROBLEMER, URO I MAVEN, ÆNDRET AFFØRING, HJERTEBANKEN, ÅNDENØD, FØLEFORSTYRRELSER OG OVERFØLSOMHED FOR LYS, LYD OG ANDRE SANSEINDTRYK.

NOGLE MENNESKER MED FUNKTIONELLE ANFALD HAR OGSÅ ANDRE FUNKTIONELLE SYMPTOMER.



ÅRSAGER TIL FUNKTIONELLE ANFALD

FUNKTIONELLE ANFALD SKYLDES SOM REGEL EN KOMBINATION AF FLERE FORSKELLIGE TING, SOM TILSAMMEN BLIVER FOR MEGET FOR HJERNEN OG KROPPEN. ANFALDENE KAN SES SOM EN MÅDE KROPPEN OG HJERNEN KAN SIGE FRA PÅ, SOM OM MAN BLIVER SAT PÅ PAUSE FOR AT FÅ RO I ET OVERBELASTET SYSTEM.

SÅRBARHED: NOGLE MENNESKER HAR EN STØRRE SÅRBARHED MED SIG END ANDRE. BELASTNINGER I DEN TIDLIGE OPVÆKST, TENDENS TIL AT BEKYMRE SIG ELLER EN SÆRLIG FØLSOM PERSONLIGHED KAN GØRE NOGLE INDIVIDER SÅRBARE. FYSISK SYGDOM SOM FX DIABETES ELLER ASTMA KAN OGSÅ VÆRE MEDVIRKENDE.

BELASTNINGER: MOBNING, SKOLESKIFT, FORÆLDRE SOM BLIVER SKILT, EKSAMENSPERIODER, BRUD MED EN KÆRESTE ELLER DØDSFALD I DEN NÆRMESTE FAMILIE ER EKSEMPLER PÅ BELASTNINGER, SOM KAN MEDVIRKE TIL AT UDLØSE FUNKTIONELLE ANFALD. SOMME TIDER KAN EN ENKELTSTÅENDE STOR BELASTNING SOM FX VOLD ELLER VOLDTÆGT VÆRE EN VÆSENTLIG ÅRSAG.

HÅNDTERING: FUNKTIONELLE ANFALD ER IKKE NOGET, MAN GØR MED VILJE. DET ER IKKE NOGET, MAN FINDER PÅ ELLER KAN GØRE BEVIDST. MEN MAN KAN LÆRE AT HÅNTERE, KONTROLLERE OG STOPPE ANFALDENE, OG UNDGÅ AT DE UDVIKLER SIG OG BLIVER VÆRRE.

KAN MAN BLIVE RASK?

JA, DE FLESTE KAN FÅ DET BEDRE, OG HOS MANGE KAN ANFALDENE STOPPE HELT. MEN DER FINDES IKKE NOGEN HURTIG OG SIMPEL BEHANDLING. MANGE VIL OPLEVE, AT DET KRÆVER NOGET TÅLMODIGHED OG AT DET GODT KAN TAGE NOGET TID. DET ER SOM REGEL NØDVENDIGT AT FÅ HJÆLP TIL BEHANDLING OG TIL AT LÆRE SIN KROPS SIGNALER AT KENDE. DESUDEN KAN DET VÆRE NØDVENDIGT AT FÅ HJÆLP TIL AT NEDSÆTTE DE BELASTNINGER, SOM KAN VÆRE ÅRSAG TIL DE FUNKTIONELLE ANFALD.



HVAD KAN JEG SELV GØRE?

FORTÆL DINE OMGIVELSER HVAD DU FEJLER, AT DET IKKE ER FARLIGT, OG AT DET BEDSTE DE KAN GØRE, NÅR DU FÅR ANFALD, ER AT FORHOLDE SIG ROLIGT. DER SKAL IKKE RINGES 112, MEDMINDRE DU HAR SLÅET DIG ALVORLIGT. STRESS KAN NEMLIG FORVÆRRE DINE ANFALD, OG DEN BEDSTE HJÆLP FOR DIG ER, AT DINE ANFALD IKKE FÅR FOR MEGET OPMÆRKSOMHED.

DU MÅ GERNE DYRKE SPORT OG DELTAGE I FESTER. MEN DET ER VIGTIGT, AT DU PASSER PÅ DIG SELV OG IKKE PRESSER DIN KROP ELLER HJERNE FOR MEGET.

LÆR DE TIDLIGE TEGN PÅ ANFALD AT KENDE. NÅR DU MÆRKER, AT ET ANFALD ER PÅ VEJ, KAN DET VÆRE EN GOD IDÉ AT GÅ VÆK FRA DEN SITUATION, SOM HAR UDLØST DIT ANFALD. DU KAN FX GÅ IND I ET ANDET RUM, HVOR DU KAN LIGGE NED OG FÅ NOGET RO.

NÅR ET ANFALD ER PÅ VEJ, KAN DET VÆRE EN FORDEL AT FORSØGE AT FOKUSERE PÅ NOGET ANDET END ANFALDET. KIG UD AD ET VINDUE, KONCENTRER DIG OM DIN VEJRTRÆKNING, SPIL ET SPIL, LYT TIL NOGET BEROLIGENDE MUSIK. DET KAN VÆRE FORSKELLIGT FRA PERSON TIL PERSON, HVILKEN AKTIVITET DER ER BEDST, SÅ PRØV DIG FREM OG FIND DET, DER VIRKER GODT FOR DIG.

FORSKELLIGE FORMER FOR BELASTNINGER OG STRESS KAN BÅDE UDLØSE OG FORVÆRRE FUNKTIONELLE ANFALD. MANGE KAN BLIVE HJULPET AF SAMTALER MED EN PSYKOLOG, SOM KAN HJÆLPE MED AT FINDE UD AF, HVAD DET ER, DER BELASTER DIG. OG SAMMEN KAN I FINDE FREM TIL, HVORDAN DU KAN HÅNTERE DE BELASTNINGER PÅ EN BEDRE MÅDE.

GODE RÅD: SPIS SUNDT, SOV GODT OM NATTEN, DYRK MOTION OG LAD VÆRE MED AT ISOLERE DIG FRA ANDRE.

FÅ MERE VIDEN OM FUNKTIONELLE ANFALD. ET GODT STED AT STARTE ER PÅ HJEMMESIDEN

WWW.FUNKTIONELLEANFALD.DK





ANES ANFALD

EN FORTÆLLING OM FUNKTIONELLE KRAMPER

ANES ANFALD

KOMITEN FOR SUNDHEDSOPLYSNING, 2021

1. UDGAVE, 1. OPLAG

ISBN: 978-87-93940-11-6

PRINTED IN 2021

MANUSKRIFT

LENE H. S. TOSCANO

ILLUSTRATIONER

ERIK PETRI

FAGREDAKTION

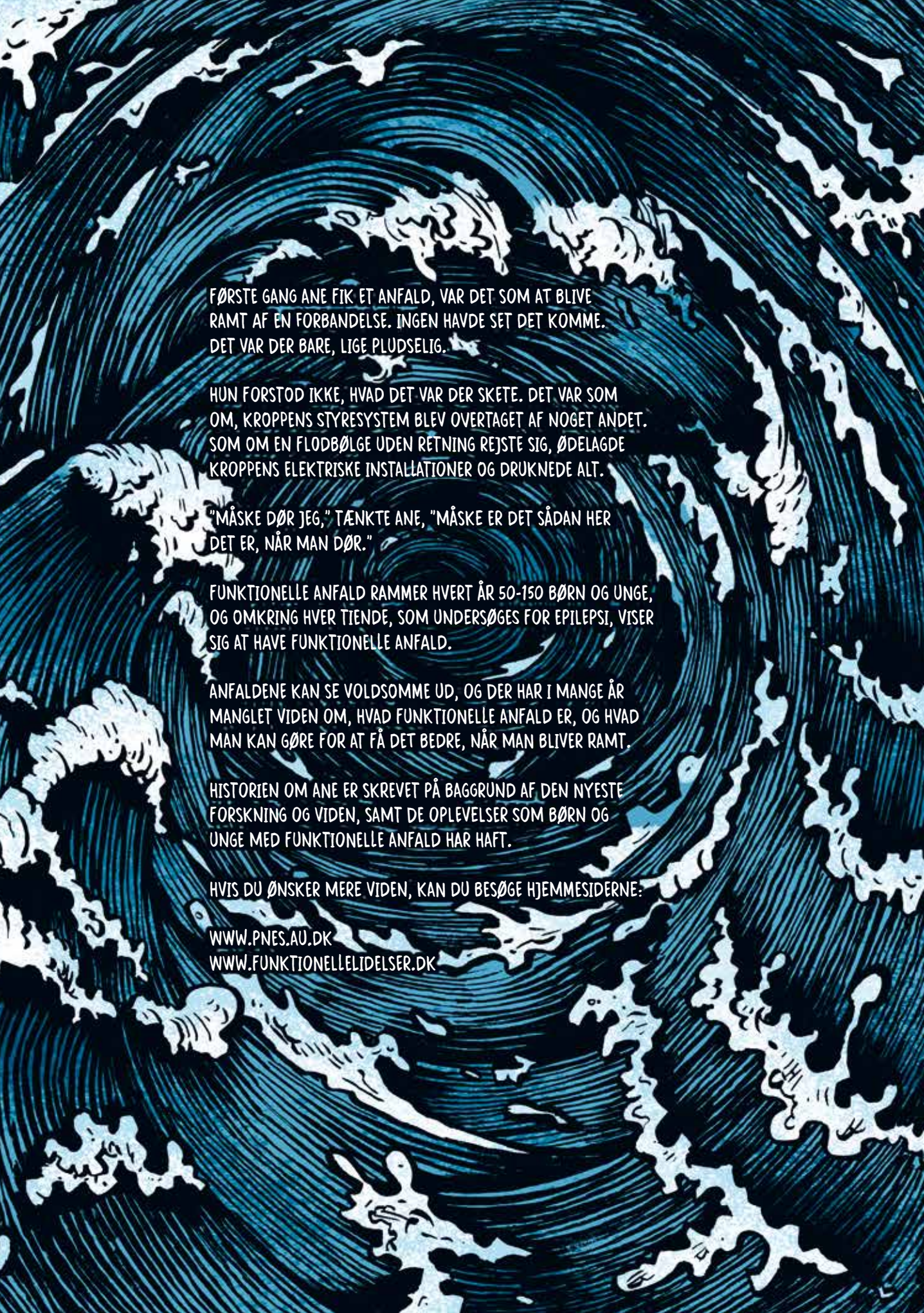
LENE H. S. TOSCANO

ANNE SOFIE HANSEN

MAI BJØRNSKOV MIKKELSEN

CHARLOTTE ULRIKKA RASK

LISBETH FROSTHOLM



FØRSTE GANG ANE FIK ET ANFALD, VAR DET SOM AT BLIVE
RAMT AF EN FORBANDELSE. INGEN HAVDE SET DET KOMME.
DET VAR DER BARE, LIGE PLUDSELIG.

HUN FORSTOD IKKE, HVAD DET VAR DER SKETE. DET VAR SOM
OM, KROPPENS STYRESYSTEM BLEV OVERTAGET AF NOGET ANDET.
SOM OM EN FLODBØLGE UDEN RETNING REJSTE SIG, ØDELAGDE
KROPPENS ELEKTRISKE INSTALLATIONER OG DRUKNEDE ALT.

"MÅSKE DØR JEG," TÆNKTE ANE, "MÅSKE ER DET SÅDAN HER
DET ER, NÅR MAN DØR."

FUNKTIONELLE ANFALD RAMMER HVERT ÅR 50-150 BØRN OG UNGE,
OG OMKRING HVER TIENDE, SOM UNDERSØGES FOR EPILEPSI, VISER
SIG AT HAVE FUNKTIONELLE ANFALD.

ANFALDENE KAN SE VOLDSSOMME UD, OG DER HAR I MANGE ÅR
MANGLET VIDEN OM, HVAD FUNKTIONELLE ANFALD ER, OG HVAD
MAN KAN GØRE FOR AT FÅ DET BEDRE, NÅR MAN BLIVER RAMT.

HISTORIEN OM ANE ER SKREVET PÅ BAGGRUND AF DEN NYESTE
FORSKNING OG VIDEN, SAMT DE OPLEVELSER SOM BØRN OG
UNGE MED FUNKTIONELLE ANFALD HAR HAFT.

HVIS DU ØNSKER MERE VIDEN, KAN DU BESØGE HJEMMESIDERNE:

WWW.PNES.AU.DK

WWW.FUNKTIONELLELIDELSER.DK