

Elly Lind Jóanesarson:

# TOSA OPIÐ UM SJÚKUN

– Tað er kanska lættari hjá mær, sum er uppvaksin við sjúkuni. Hjá mær hevur tað altíð verið okkurt, sum eg ikki kann eta, men eg kann gleðast um alt tað, sum eg kann eta. Ein, sum hevur fingið sjúkuna staðfesta sum vaksni, hevur kanska lættari við at iðra seg um alt, sum nú ikki er loyvt at eta longur, sigur hon.

DÁNJAÐ AV RANA

**26** ára gamla Elly Lind Jóanesarson úr Runavík hevur livað við cøliaki so leingi sum hon minnst. Hon fekk staðfest sjúkuna longu sum 20 mánaðir gomul og tí hevur sjúkan fylgt henni alt lívið.

– Eg var sera sjúk sum barn. Eg hevði diaré í fleiri mánaðir og sá út sum bønini, við síggja myndir av úr hungursraktum londum. Eg hevði upplástan maga, var tóm í eygunum og útholað. Tað var púra greitt, at eg ikki tók føðsluna í matinum til mín, greiðir hon frá.

Mamma tók hana til lækna, sum í fyrsta umfari segði, at hon skuldi gevast at drekka mjólk. Eina tíð seinni bleiv Elly Lind Jóanesarson innlögð, tí hon nú eisini hevði fingið forstoppils.

– Eg var rund sum ein ballón, eg fekk hvørki sitið ella ligið. Tá tey kannaðu magan, sóu tey, at tarmarnir hjá mær vóru sum á vaksnum menniskja. Læknin helt so, at eg kanska hevði tarmslyng, og seinni varð eg kannað, fyrst fyri cystiska fibrosu og síðani cøliaki. Ein biopsi staðfesti so, at eg hevði cøliaki, sigur hon.

Tað kann vera ein avbjóðing at fáa rætta diagnosu, tá talan er um cøliaki, tí at sjúkuveðkennini kunnu minna um so nógv annað, so ofta vera fleiri royndir gjørdar, áðrenn læknin kannar fyri cøliaki.

## Mamma hevur stórt rós uppiborið

Hóast tað var Elly Lind Jóanesarson, sum var sjúk, so var tað fyrstu árin í stóran mun mamma, Vivi, sum bar byrðina. Tað var jú hon, sum mátti leggja kostætlanina til rættis. Tað er jú einasta viðgerðin, sum finst fyri cøliaki – heilt at gevast at eta gluten. Trupulleikin er, at gluten er í nærum øllum matvørum, serliga teimum, sum innihalda mjøl av ymiskum slag.

– Mamma mátti so í gongd við at læra seg at geva mær glutenfrían kost. Úrvalið av glutenfríum vørum var avmarkað, so mamma bakaði sera nógv til mín, sigur Elly Lind Jóanesarson.

Vivi Lind, mamma Elly Lind Jóanesarson, stóð mest sum fullkomiliga á berum, tá dóttirin fekk staðfest sjúkuna. Kunnleikin um cøliaki var lítil og tað var sera avmarkað úrval av glutenfríum vørum í handlunum. Hon fekk tó sera góða hjálp frá Mariann Patursson, kostráðgeva á Landssjúkrahúsinum.

– Mamma mátti eisini alla tíðina vera fyrireikað upp á, at vit kundu fáa okkurt at eta í barnagarðinum ella skúlanum ella vera bjóðaði heim í føðingardag. Tá mátti hon ringja og spyrja, hvat vit fingubjóðað, so at hon kundi geva mær okkurt líknandi at eta. Mamma var ófór at gera tað lekkurt fyri meg, so at eg altíð hevði okkurt líka gott, sum hini fingubjóð, sigur hon.

Tað eru serliga máltíðirnar úti hjá øðrum og føðingardagar, sum



eru avbjóðandi hjá teimum, ið hava cøliaki.

– Familjan hjá mær og vinkonurnar vistu um sjúkuna, so tá eg var hjá teimum, royndu tey altíð at gera okkurt, sum eg eisini kundi eta, til dømis tá vit vóru bjóðaði í føðingardag. Eg elskaði at fara í teir føðingardagarnar, tá eg visti, at eg kundi eta næstan alt, sum stóð á borðinum. Hinar føðingardagarnar, har eg visti, at eg mátti ansa mær, tíndi eg ikki so væl í, sigur Elly Lind Jóanesarson.

## Minnist aftur á pínuna

Hon minnst tó aftur á eina hending frá barnárunum, tá hon

gloymdi at ansa sær nógv væl.

– Vit vóru heima hjá eini vinkonu og fingubjóð okkum Cornflakes. Eingin vaksni var inni, og vit ótu og ótu hjartans fegin. Meg minnst enn, hvussu ilt eg fekk. Eg mátti renna heim, tí pínin var so ógvuslig. Eg haldi kortini, at hendan hendingin hjálpti mær, tí hon minti meg á, hvørjar avleiðingarnar eru fyri meg at eta gluten, greiðir hon frá.

Tað er stórir munur á, hvussu tey, ið hava cøliaki reagerað upp á gluten. Onkur fáa útbrot á húðini bara tey fáast við mjøl, meðan onnur fáa kanska bara eitt sindur ilt í búkin. Elly Lind Jóanesarson sigur, at hjá henni, so gongur ein lítill tími

inntil hon byrjar at merkja óbehag í búkinum. Pínan tekur so til og verður verri og verri, inntil hon at enda liggur samankropin í songini og so spyr alt uppáftur.

Viðgerðin fyri cøliaki er einföld, men samstundis beinhörð. Tú mást gevast at eta gluten. Fullkomiliga. Tað góða er so, at um tú etur rætt, ert tú líka frískur sum øll onnur fólk. Elly Lind Jóanesarson sigur, at fyri hana merkir hetta, at hon altíð hevur matpakka við sær, har hon fer.

– Eg haldi tó, at tað er nógv lættari í dag enn fyri nøkrum árum síðani. Nú er úrvalið bæði í handlfrámhald



**Eg elskaði at fara í teir føðingardagarnar, tá eg visti, at eg kundi eta næstan alt, sum stóð á borðinum. Hinar tíndi eg ikki so væl í**