Heilsa & lívsstílur
maggi@sosialurin.fo

– Eg dugdi sera væl at krógva tað fyri øllum, at eg var sjúk. Eg spýði eitt nú í posar, sum eg so goymdi, til eg kundi tveita teir burtur, sigur Beinta, sum í fimm ár leið av bulimi
Modellmynd: Bárður Lydersen

Beinta hevði bulimi:

Spýði tíggju ferðir um dagin

- Eg minnist, at eg merkti, at eitt petti av epli var eftir í búkinum, og eg skuldi bara hava tað uppaftur. So eg drakk so nógv vatn, sum eg orkaði og fekk harvið spýð tað uppaftur, fortelur Beinta, sum í knapt fimm ár hevði bulimi

BULIMI
Solby A. Eliasen
solby@sosialurin.fo

Beinta hevur júst etið lasagne til døgurða. Mamma hennara hevur illgruna um, at eitthvørt er á vási við dótrini, so hon heldur eitt vakið eyga við henni – serliga um hon fer á wc-ið aftan á døgurða. Men Beinta veit sær ráð. Hon finnur eitt steyp í kamarinum, sum hon einaferð var við til at vinna í ítrótti og spýr í tað. Telefonin ringir samstundis, og tað er onkur, ið spyr eftir Beintu.

– Eg bleiv sostatt avbrotin, og meðan eg tosaði í telefon, fór mamma niður í kjallaran. Hon fann hetta góða steyp og so var galið, greiðir Beinta róliga frá.

Mamma Beintu var sera hørm um dótrina og segði, at hon skuldi til læknan. Men Beinta dugdi væl at snúgva sær undan, so hon lovaði mammu sínari, at hon ongantíð skuldi gera slíkt aftur, men innantanna setti sær fyri, at hon mátti ansa betri eftir næstu ferð.

Effektivur slankikurur

Beinta var 12 ára gomul, tá hon fyrstu ferð royndi at stinga fingrarnar í hálsin fyri at spýggja. Hon og nakrar vinkonur vóru daddur, og tær gjørdu tað mest sum til stuttleika. Beinta var altíð tjúkk sum barn, men hevði ikki stórvegis trupulleikar av tí, áðrenn hon kom í pubertetin. Sum 14 ára gomul var hon byrjað at hugsa um, at hon fegin vildi klænka.

– Eg hevði ikki etið nakað serligt í eina viku, men so fekk eg mær eitt súrepli. Eg megnaði ikki at halda tað í mær, so tá eg spýði tað uppaftur, helt eg, at hetta kundi verið ein smartur máti at tapa seg uppá, minnist Beina aftur.

Hon var fullgreið yvir frá fyrstan tíð, at tað hon gjørdi, var ikki rætt. Men tankin um at gerast kløn var týdningarmikil, og hesin mátin virkaði. Hon tapti seg. Hon byrjaði enntá at ganga mótasýning í undirklæðum.

Spýði blóð

Í fýra ár át Beinta so nógv, sum hon ongantíð hevði etið áður, men spýði alt uppaftur, so skjótt sum hon var liðug. Á hendan hátt kundi hon eta alt tað, sum hon hevði hug til, uttan at tað hevði við sær, at hon bleiv tjúkk. Men aðrar fylgjur vóru.

Í fyrstuni mátti hon stinga fingrarnar langt niður í hálsin fyri at fáa matin uppaftur, og tað kundi vera sera pínufult. Onkuntíð tá hon ikki fekk alt upp, kundi hon trýsta so hart upp undir flagbróstið, at hon spýði blóð.

- Sjálvandi bleiv eg kløkk, tá eg sá blóðið, men tað ávirkaði meg ikki kortini, staðfestir Beinta. Og so við og við vandi Beinta og kroppurin hjá henni seg við hetta.

- Til endan var tað so galið, at bara eg skuldi bukka meg niður at binda lissurnar, so rann tað upp, greiðir Beinta álvarsom frá.

Tenninar hjá Beintu fingu eisini av at vita av allari magasýruni, sum kom upp hvønn dag og fleiri ferðir um dagin.

- Eg kundi spýggja upp í tíggju ferðir um dagin.

Magasýran skaddi emaljuna á tonnunum so mikið, at tá hon var hjá tannlækna einaferð í níggjunda flokki, spurdi tannlæknin hana, um hon ofta spýði. Beinta segði sum vant nei, og so hendi ikki meira. Men hon fór ikki aftur til tannlækna tey næstu fimm árini. Ikki fyrr enn tannapína dreiv hana til tannlæknan, viðgekk hon fyri honum, at hon hevði havt bulimi. Tenninar vóru tá so oyðilagdar, at hon mátti fáa tíggju postalínskrúnur.

- Tað er tað besta, sum er hent, síðani eg bleiv frísk, tí tenninar vóru so ljótar, at eg tordi ikki at smílast, greiðir hon stórsmílandi frá í dag.

Tíðarkrevjandi

Frá tí at hon var 14 ára gomul, til hon var knapt 20 leið Beinta av bulimi. Hon íðkaði nógvan ítrótt, og hann gjørdi hon meira og meira við, eldri hon bleiv. Ítrótturin hevði millum annað við sær, at hon byrjaði at síggja, at hon ikki kundi halda fram á hendan hátt.

- Upp á ein máta kann eg siga, at ítrótturin hjálpti mær. Hann var í øllum førum eitt stig tann rætta vegin, tí eg kom burtur úr sjúkuni uttan professionella hjálp, og tað kann einans vera tí, at mín kroppur ikki helt til alla ta likamligu venjingina og sjúkuna, heldur Beinta, sum er sannførd um, at ítróttin hevði hon neyvan megnað hetta uttan aðra hjálp. Hon helður fram, at hartil gjørdist tað alt ov trupult at krógva tað fyri øllum, og hon mátti lúgva allatíðina.

- Tað er sera tíðarkrevjandi at líða av bulimi. Tú mást allatíðina tilrættisleggja tær, hvussu máltíðin skal ganga fyri seg og ikki minst hvar. Og syrgja fyri, at umstøður fyri at kunna sleppa av við matin aftur sum skjótast, eru tilstaðar, sigur hon.

Hon minnist aftur á fleiri ferðir, har hon ikki kundi fara út at spýggja, beint sum hon var liðug at eta. Tá kundi hon blíva frustrerað, tí gekk ov long tíð, fekk búkurin stundir til at sodna matin.

Oyðilagt nógv

Sjúkan hevur oyðilagt nógv fyri Beintu.

- Fyri tað fyrsta oyðiløgdust tenninar og sodningarlagi og fyri tað næsta gongur tað eisini út yvir ein sálarliga. Eg misti evnini til at konsentrera meg, var øgiliga forvirrað. Sjúkan gekk út yvir mín gerandisdag, og eg var sera rastleys, greiðir hon frá.

Beinta skilir ikki í dag, at tað kundi koma so langt. Hon skilir ei heldur, at hon megnaði at ganga einsamøll við sjúkuni í so langa tíð og lúgva um hana.

- Eg var øgiliga einsamøll við sjúkuni, tí eg fortaldi tað ikki fyri nøkrum. Eg krógvaði tað so væl og leyg fyri foreldrunum, sjeikinum og vinfólkunum, sigur hon stillisliga.

Men í dag tosar hon opið um tað og hevur áhuga fyri etingarólagi sum heild.

- Eg eri bara glað fyri, at eg megnaði at sleppa burtur úr tí, áðrenn sjúkan rættiliga fekk takið á mær, sigur Beinta, sum eisini heldur, at etingarólag átti at verið sett undir sjóneykuna, tí sjúkan í dag næstan er tabu.

Beinta ynskti at vera dulnevnd, men blaðið kennir hennara fulla navn.