GUÐRUN 50 KILO LÆTTARI

– FÓLK **UNNA** MÆR VÆL, AT EG ERI **KLÆNKAÐ**, OG TAÐ ER EIN GÓÐ **KENSLA**. EG FÁI **NÓGVAR** FITTAR **VIÐMERKINGAR**, OG TAÐ ERI EG **GLAÐ** FYRI. MEN EG **SKAL** EISINI **ANSA** EFTIR, AT EG IKKI VERÐI **FORSTÝRAÐ** AV **UPPMERKSOMHEITINI**, SIGUR **GUÐRUN VIÐ RÆTTARÁ**, SUM SEINASTA **ÁRIÐ** HEVUR **KLÆNKAÐ** SEG **50 KILO**

INTERVIEW
Eyðun Klakstein
eydun@sosialurin.fo

– Tað er einki problem, men so má forsíðan ruddast.

Guðrun við Rættará svarar fyrispurninginum frá okkum um at gera eitt prát, nú hon hevur tapt seg 50 kilo, og vit kunnu í øllum førum staðfesta, at góða lagið er ikki farið sama veg sum vektin.

Fyri fyrstu ferð í sínum lívi hevur Guðrun við Rættará eina vanliga vekt. Hon hevur annars altíð vigað ov nógv, hon hevur ferð eftir ferð stríðst ímóti yvirvektini og yvirmaktini, roynt at tapa seg, men tað hevur ikki givið úrslit – fyrr enn nú.

Í februar mánaði í fjør fekk Guðrun eina gastric bypass skurðviðgerð, og síðani hevur hon tapt seg 50 kilo. At tveita 50 kilo krevur stórt offur, men fyrimunirnir eru so nógvir, at Guðrun hevur megnað at liva uttan nógv av tí, sum var ein partur av hennara lívi áðrenn skurðviðgerðina.

> *Hesa tíðina kunnu krem-eggini verða freistandi, og einaferð skuldi eg royna at eta eitt krem-egg, men tað gekk ikki. Eg blívi ótilpass av at eta sovorðið, og tí sakni eg tað ikki. Tað er sum fólk, sum ikki kunnu eta skeljadjór, tey sakna tað ikki*

– Eg havi altíð verið yvirvektig, og eg havi prøvað einar 800 kurar fyri at tapa meg. Pulvur, tablettir, motión, eg havi roynt alt, men tað hevur ikki riggað, sigur Guðrun.

Mest bangin fyri at flúgva

Fyri einum góðum ári síðani tók hon eina avgerð, sum síðani hevur sent hann 50 kilo niður í vekt.

– Eg tímdi simpelten ikki at viga so nógv meira. Eg hevði hoyrt um gastric bypass skurðviðgerðina, sum hevði riggað væl hjá nógvum øðrum, so eg fór á eina heimasíðu at lesa nærri um hana. Mín niðurstøða var, at eg vildi royna tað. Um eg tapti 50 kilo og kanska tók helvtina upp á aftur, so hevði eg framvegis vunnið 25 kilo, og tað kláraði eg ikki at tapa meg annars.

Fáar vikur eftir at hon hevði lisið um gastric bypass og tikið avgerðina um, at tað vildi hon royna, varð Guðrun skurðviðgjørd í Belgia.

– Eg var kanska mest bangin fyri at flúgva, men tankarnir áðrenn operatiónina vóru ræðuligir. Eg fyrireikaði meg upp á tað ringasta, men legði alt í Harrans hendur.

– Viðgerðin á sjúkrahúsinum í Belgia var sera góð. Tað einasta, sum ræddi meg, og tað kann eg flenna eftir aftaná, var tá ið ein portørur kom eftir mær, tí eg skuldi skurðviðgerðast. Hann snakkaði og snakkaði, men eg skilti ikki eitt orð, og eg royndi at tosa enskt við hann, men tað hjálpti einki. Tá trúði eg, at tað fór at ganga heilt galið, at teir fóru at amputera eitt bein hjá mær ella okkurt. Men so kom læknin og heilsaði upp á meg, og so kendi eg meg tryggari við tað heila.

Alt snúði seg um mat

Skurðviðgerðin í Belgia gekk væl, men viðgerðin krevur nógv av fólki í tíðini eftir. Magin er blivin ein lítil partur av tí, sum hann var, og tí er tað ógjørligt hjá fólki at eta tað sama og eins nógv, sum tey gjørdu frammanundan. Matvanarnir skulu leggjast fullkomiliga um.

– Fyrstu tríggjar, fýra mánaðirnar eftir operatiónina snúði alt seg um mat. Eg mátti ansa eftir, at eg át tað rætta til rætta tíð. Mátti hava mat við mær og mátti planleggja matin og mattíðirnar fyri at kenna meg trygga. Men eftir eina tíð, gjørdist tað meira natúrligt aftur, eg lærdi kroppin hjá mær at kenna og fann út av, hvat eg kundi og ikki kundi, sigur Guðrun.

►