Eitt langt lív við tunglyndi

SJÚKA – Tað ringasta sum fólk kunnu siga við meg er, at eg skal bara taka meg saman. Eg havi verið so langt niðri psykiskt, sum eingin kann fyristilla sær. Tú kanst tí ikki bara "taka teg saman", tá tú hevur depressjón, sigur 65 ára gamla Kamma Johannesen, sum upprunaliga er ættað úr Hvalba, men sum ung giftist til Tvøroyrar. – Hóast eg ofta havi tað stak vánaligt, havi eg altíð funnið styrkina í trúnni á Jesus. Tað hevur verið mær ein troyst og hjálp, og tað hevur hildið mær upp gjøgnum tær mongu sváru stundirnar í mínum lívi

Snorri Brend

Trongisvágur: Klokkan er ikki seks henda mikumorgunin í farnu viku, tá Kamma vaknar.

Hon vaknar ikki av tí at sólin bakar á kamarsvindeygað, ella tí at veðrið er gott, ella tí at hon er útsvøvnt. Nei, Kamma vaknar ikki bert av einari pínu, men av pínum: Teirri sálarligu sum depressjónin gevur henni. Og teirri likamligu sum fibromyalgi'in gevur henni.

Hóast hon orkar illa upp, so fer hon kortini á føtur henda morgunin. Hon veit, at tað ringasta er at fara á føtur á morgni. Men Kamma veit eisini, at tað plagar at lætna út á dagin.

Í dag kann hon kortini gleða seg til eina stórhending í oynni. Um kvøldið verður fyrilestur í Skúladeplinum í Hovi um júst hennara sjúku. Tað er nevniliga felagið Sinnisbati sum skipar fyri hesum fyrilestrinum, sum ein part av arbeiði teirra at upplýsa um depressjón.

Tað kundi tað sama verið Kamma sum greiddi frá eitt langt lív við depressjón. Men í kvøld fer hon at lurta við áhuga eftir tí, sum Regin Jóanesarson úr Vestmanna fer at greiða frá.

- Ja, eg veit alt um, hvussu ringt tað er at hava depressjón. Man følir seg sum eitt stórt null. Man er full av negativum tankum. Man orkar ikki at fara upp um morgunin, men vil bara verða verandi í songini. Og tað ger tað heldur ikki betri, at hvør dagur er ein plága í sær sjálvum.

- Eg føli meg mangan sum eitt evigt grenj, tí tað er líkasum so, at tað er so langt millum tær góðu løturnar, sum eru so fáar. Men so vil eg eisini siga, at hesar løturnar tær njóti eg, tí fær ein fyrst fatur á einum positivum tanka, so førir hann til tann næsta.

- Men tá man er heilt, heilt har niðri, tá følir man mangan, at lívið er ikki vert at liva, sigur Kamma Johannesen.

Lív hennara hevur verið merkt av sorg, sjúku, sakni og fáum gleðiligum løtum. Men kortini einum tryggum lívi í hondunum á frelsara hennara.

So dapurt

Tað er ikki til at síggja, at 65 ára gamla Kamma hevur ikki bara eina, men tvær álvarsamar sjúkur. Hvør sær, og ikki minst saman, gera tær báðar lívið ótrúliga trupult hjá teirri annars so smílandi kvinnuni.

- Skal eg fortelja tær alt mítt lív við depressjón, verða vit ikki liðug fyrrenn í morgin. So tað skal eg spara teg fyri. Men tá eg hyggi aftur á lív mítt, so hevur tað veruliga verið so dapurt, so dapurt, sigur hon álvarsom.

UNDIRTØKA

Mikukvøldið var fundur í Skúladeplinum í Hovi, har evnið var depressjón. Eini 100 fólk vóru til fundin

Mynd: Jens Kristian Vang

Sum longu nevnt kom Kamma sum smágenta at uppliva keðiligheitir sum hava verið við til at gera lívið dapurt og trupult. Hjá henni bleiv tað soleiðis, at har fyrst eitt óløgi var komið, var stutt til tað næsta.

Eftir hetta fyrsta, komu óløgini eitt fyri og annað eftir. Tað er helst so sum hon sjálv sigur tað: - Var tað ikki fyri mín góða mann og trúnni á Guð, so veit eg ikki, hvar eg hevði verið í dag.

Kamma var smágenta, tá hon fekk ein beiggja. Gleðin var stór, men bleiv kortini stokkut yvir hesa gleðiligu hending í barnaheimi hennara. Stutt eftir hann var borin í heim, bleiv mamman so mikið sjúk, at hon mátti undir læknahond fyrst á Tvøroyri, síðani í Havn og at enda á sjúkrahús í Keypmannahavn.

- Eitt var tað, at mamma var burtur frá okkum og lá á sjúkrahúsi í samfullar 9 mánaðir. Eitt heilt annað og meiri ógvusligt var, at tað gekk hvørki verri ella betri enn at beiggi mín doyði, bara fimm mánaðar gamal.

- Tú kanst ætla sjokkið: Um morgunin var hann spillfrískur, og klokkan 2 um dagin var hann deyður, alt hetta meðan mamma var burtur. Og tað var júst her at alt tað keðiliga í mínum lívi startaði, greiðir hon álvarsom frá.

Einkja

Næsta óløgið kom ikki so leingi eftir, tá ein mammubeiggi hennara, og sum var sera góður við hana, sló út av trolaranum Drátti. Eftir var so omman – henda kvinnan, sum á ein serligan hátt kom í staðið hjá móður hennara. Tær báðar vórðu sera tætt knýttar hvør at aðrari.

- Eg minnist at eg segði, at um hon eisini doyði, so skuldi eg í grøvina saman við henni. Og so hendi júst tað, sum ikki skuldi henda: Hon doyði eisini, kemur tað tungliga frá Kammu.

Gleðin kom tó eisini á gátt hjá teirri ungu hvalbiargentuni. Sum 20 ára gomul varð hon gift við Olafi og sum hon fekk tvey børn saman við – Heidi og Ken.

Men ikki var gleðin leingi gestur í heimi teirra, tí longu eftir seks ára hjúnalag druknaði maðurin í Noregi – bert 27 ára gomul var hon longu vorðin einkja.

Á deild 1

Nógv óløgi hevði hon verið vitni til í sínum unga lívi, men hetta seinasta tók fullkomuliga beinini undan henni:

Støðan gjørdist so vánaligt, at har var ikki annað at gera, enn at lata seg leggja inn á psykiatriska deild 1 í Havn.

- Árni Olsen var yvirlækni tá, og hann tosaði nógv við meg. Eg skilti tað ikki rættiliga, tí hann spurdi meg fleiri ferðir, hví eg var komin norður higar. Eg hoyrdi ikki heima her, segði hann, tí teir funnu ikki útav nøkrum við mær. Eg segði honum, at kommunulæknin helt meg hava tað so ringt, at eg mátti fara norður.

- Tað sum eg heldur ikki skilti var, at teir blivu við at siga við meg, at eg átti at farið at lært til okkurt, kanska til pleyirsku – tað sum tey í dag nevna sjúkrarøktarfrøðing. Men hvussu kundi eg tað, í teirri støðu sum eg var í og haraftrat við tveimum smábørnum?, spyr hon líkasum út í luftina.

Tvey ár seinni tók lív hennara aftur eina positiva vend, tá hon varð gift við Alberti, ið var bróður fyrrverandi mann hennara, og við honum fekk hon so tvey børn aftrat – genturnar Óluvu og Báru.

Kedd og græt

Tað skuldi eftir røttum verið so, at foreldur gleðast yvir sítt nýfødda barn. Tað gjørdu Kamma og Albert so sanniliga eisini, men tað kom tó sum eitt stórt sjokk fyri tey, tá tey fingu at vita at tann yngsta gentan, Bára var deyv.

Og fyri at gera støðuna enn verri, vóru ikki nógv tilboð til tey har suðuri. Tí var ikki annað at gera enn at flyta til Havnar, tá hon var trý ára gomul, fyri at kunna fáa lut í teimum tilboðunum sum góvust í skúlanum á Trøðni, seinni á Venjingarskúlanum.

Um somu tíð gjørdist omma Báru sera sjúk, og eftir sjúkralegu í ein mánað doyði hon av krabba bert 60 ára gomul. Ein stóran part av tíðini kom Kamma at sita yvir henni.

Hóast tey vóru samfull 13 ár norðanfyri, treivst Kamma alt annað enn væl. Hetta førdi aftur við sær, at hon gjørdist ógvuliga sjúk og ikki minst illa hýrd og depressiv, tá hon hugsaði um lagnuna hjá dóttur síni.

- Tað var mangan so, at eg græt um støðuna. Tað var ein stór og tung avgerð at taka, tá vit fluttu til Havnar við henni. Vit hugsaðu um, at Bára ikki fekk lut í tí sum aðrar ungar gentur fingu. Eg mátti mangan fara fyri meg sjálva, so hon ikki skuldi síggja meg og finna útav, hvussu kedd eg var.

- Men hon bað meg hinvegin ikki gráta, tí hon hevði tað gott og treivst væl í skúlanum; hon hevði vinkonur og vinir sum komu í sama flokk og sum høvdu sama brek sum hon. Ja, tað var ikki bara sum at siga tað at rýma frá heimi og familju, sigur Kamma álvarsom. - Tað hevur kostað bæði tár og nógv stríð.

Tey vóru sera væl móttikin av fakfólki og vinfólki ið tey fingu hesa tíðina, men ikki kann sigast at tey fingu fíggjarliga hjálp. Hana máttu tey sjálvi syrgja fyri.

- Men í dag kunnu vit frøast um, at tað sum vit gjørdu, tað var tað rætta, tí í dag er Bára sera væl fyri í allar mátar.

Men sjúkan og harða støðan førdu aftur við sær, at Kamma fekk sálarligar, eins og likamligar kvalur av hesum: Kroppurin reageraði soleiðis, at hann byrjaði at útskilja stresshormonir. Støðan bleiv so mikið álvarsom, at hon varð send niður á Ríkissjúkrahúsið til viðgerð.

- Tá – ja, tá var eg fullkomuliga á botni. Eg var so langt niðri sálarliga, tí hevði eg havt tað ringt áðrenn, so gjørdi hetta bara støðuna uppaftur verri. Soleiðis hevur mítt lív verið.

- Eg havi tó havt forstandin intaktan alla tíðina, og tað kann eg bara takka Gudi fyri. Eg má taka heiluvág hvønn dag og havi verið gjøgnum fleiri skurðviðgerðir og annað.