

En søgen efter kontrol, der sultede 16 år væk

Bekymringer, der udviklede sig til tvangstanker. Tvangstanker, der udviklede sig til et drug. For 36-årige Signe Grønnebæk giver konstante tvangstanker hende et behov for at udsulte sig selv.

Af Helgi Ólafsson

36 år, plaget af slidgigt, knogleskørhed og tvangstanker. Førtidspension som 27-årig og et helt voksenliv præget af behandlingssystemets mangler er realiteten for Signe Grønnebæk. Med tydeligt fremtrædende kraveben, arme så tynde som kviste og en medbragt pose sødemiddel i sin espresso fortæller Signe sin historie om livet med anoreksi.

Det anslås, at omkring 75.000 danskere lider af en spiseforstyrrelse, hvoraf ca. 5.000 har anoreksi. Ifølge psykolog Carsten Juul, har vi alle en tendens til at bekymre os meget og derved få det dårligt:

”Ved anoreksi svulmer de her bekymringer op. Når de tanker bliver for meget, kan man håndtere bekymringerne ved at handle med uhensigtsmæssige strategier, eksempelvis ved at overregulere sit fødeindtag. Det, der egentlig styrer det, er en overbevisning om, at man ikke kan styre sine bekymringer. Det kan også være en kontrol, hvis man har andre ting i ens liv, der presser en. Så kan det være en måde at kontrollere andre bekymringer på.”

Et voksenliv uden anoreksi er et liv, Signe Grønnebæk ikke kender til. Gennem størstedelen af de seneste to årtier har anoreksi fulgt og styret hende i dagligdagen. Hun har for længst indset, at anoreksien aldrig vil slippe hende helt.

En kamp for kontrol

Signe er vokset op i Kalundborg i det nordvestlige Sjælland. Her boede hun med sine forældre og to ældre søskende, og levede et ganske almindeligt liv for en pige på hendes alder. I gymnasieårene tog hendes liv dog en uventet drejning, der førte hende ind i anoreksiens fangarme.

Hun kan ikke selv pege på en enkelt afgørende faktor for vejen til anoreksi, men en svær periode i familielivet gjorde dog en stor forskel. Forældrenes ægteskab vippede mod en skilsmisse, og det satte sit præg på Signe:

”Der var nogle problemer, jeg lige pludselig skulle forholde mig til, som gjorde, at tæppet blev revet lidt væk under mig. Jeg kunne jo ikke styre om de skulle gå fra hinanden eller ej, men det her kunne jeg styre. Der var ikke nogen, der skulle styre, hvad jeg skulle spise. Og sådan har det været lige siden.”



Under problemerne i forældrenes ægteskab startede Signes anoreksi for alvor. I starten af 20'erne havde hun et årelangt parforhold, der gik i stykker, og herefter tog anoreksien fat igen. Når hun fandt noget, hun ikke kunne kontrollere, kunne hun i det mindste altid kontrollere sit madindtag.

Fanget mellem to stole i anoreksiens spindelvæv

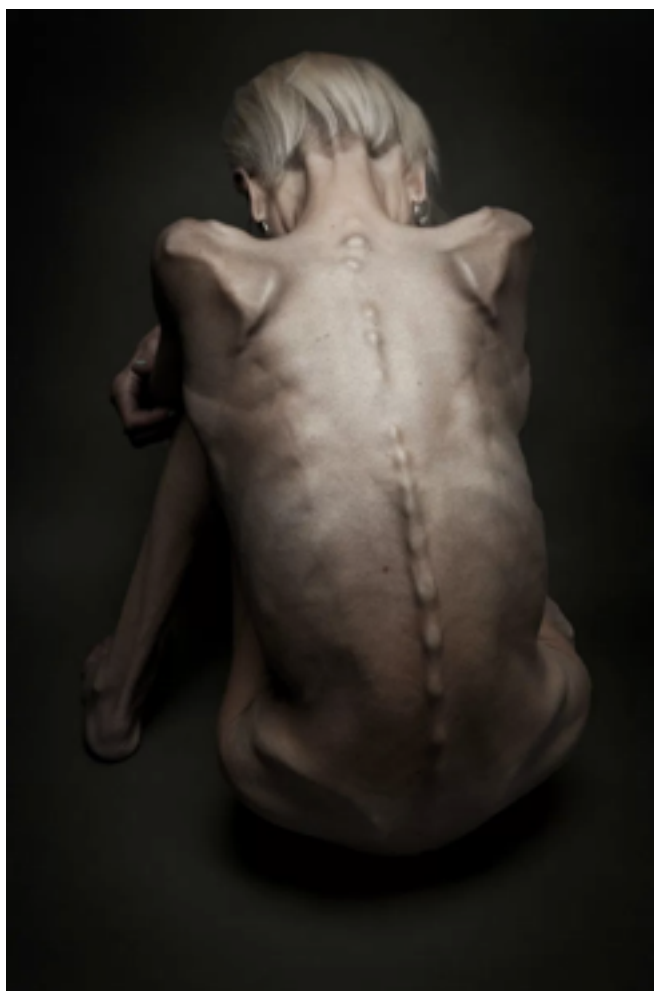
Anoreksi er den mest dødelige psykiske sygdom for unge piger i Danmark. Trods lang tids kendskab til sygdommen og dens hyppige optræden, er behandlingen mangelfuld - en kendsgerning, som Signe i årevis har lagt krop til.

Tidligt i forløbet søgte hun hjælp, men ifølge hende var den ikke meget andet end en opfedning. Opfedningen var svær for Signe, da hun hverken havde hovedet eller hjertet med de mennesker, der skulle fede hende op. Hun var for mentalt rask til at ligge på en psykiatrisk afdeling, og hendes undervægt gjorde det umuligt for dem at tage vare på hende. Samtidig vidste mave-tarmafdelingen, hun var indlagt på, ikke hvad de skulle gøre, da hendes krop fungerede fint. Det gav Signe en følelse af at være tabt mellem to stole:

”Det gør jo, at jeg ikke tror, at der er nogen, der kan hjælpe mig i dag. Det har været det største svigt. Det er også derfor, jeg er så bange for at blive forladt af alt og alle. Når det kommer til stykket, så vil de nok ikke have noget med mig at gøre - den ligger bare altid i baghovedet.”

Manglerne i behandlingen for anoreksipatienter anerkender generalsekretær for Landsforeningen mod spiseforstyrrelser og selvskade, Steen Andersen, i et interview med Jyllands-Posten: ”Vi ved, at der stort set ikke har været forbedrede behandlingsresultater de sidste 20 år. Uanset hvad man har prøvet, er der ikke flere, der bliver raske end for 20 år siden. Det kunne tyde på, at vi har været lidt for ensporede i vores forskning. Hvis man ikke har tillid til behandleren eller metoden, så bliver man ikke rask, og der har behandlingsvæsenet måske været lidt for rigtigt. Det psykiske har ikke fyldt nok, og det har kemien mellem behandler og patient måske heller ikke.”

AnorekSigne



Signe er 169 centimeter høj, og da kropsvægten var lavest, lå den på 31 kilo. Selvom Signe i årevis har været meget reflekteret over sin situation og velvidende om de risici, kroppen udsættes for, føler hun sig fastholdt af mønstre, der holder hende i et jerngreb. I svære situationer kan udsultningen endda give hende en tryghed: ”Det er en sutteklud. Det er det kendte, det trygge. Jeg har jo ikke rigtig været voksen uden anoreksien.”

Anoreksien er efterhånden så velkendt for hende, at hun har givet sit syge jeg navnet *AnorekSigne*. Hun forklarer, at anoreksi ikke kun er en spiseforstyrrelse, men også en personlighedsforstyrrelse, der gør, at hun krampagtigt holder fast i personer, hun frygter vil tage afstand fra hende.

Selvom Signe er klar over faren, der er forbundet med anoreksi, tænker hun generelt ikke meget over den:

”Når man har det som jeg, har man ikke rigtig nogen forbindelse til sin krop. Det er bare et hylster. Jeg føler heller ikke, at det er mig, der er på de billeder. Jeg føler, at det er min sygdom, der bliver taget et billede af. Ja, det er mit hoved, der er der, og sådan har jeg det også med min krop. Jeg er ikke rigtig nede i maven på mig selv, for så var jeg jo ikke her.”

Håb om en solstrålehistorie

Billederne er en fotoserie, Signe for nyligt har fået taget af en fotograf. De er siden offentliggørelsen blevet delt og diskuteret heftigt i medierne. Ifølge Signe ligger det dybt i hende, at folk ikke vil se noget skidt, men kun solstrålehistorien. Det er vigtigt for hende at tale om og dele billederne, der viser anoreksiens skræmmende ansigt. Hendes intention er ikke at vise sig selv frem, men sygdommen, som sjældent bliver portrætteret på samme måde.

For Signe har kampen med anoreksi været lang og hård, og hun har for længst indset, at den aldrig vil slippe hende helt. Dog øjner hun en vej til et liv uden anoreksi i samme høje grad:

”Så er jeg så pissetræt af at sidde i det her tog, hvor alle har det sjovt ude på perronen, og jeg ligesom bare kører videre i toget. Jeg vil ud på den perron. Jeg vil slippe mig fri. Billedet symboliserer ligesom, at jeg sidder fast derinde, men nu er jeg måske ved at have taget sikkerhedsselen af, og er kommet ud til vinduet og kigge. Hvor jeg bare før har siddet i min kupé, og det var fint. Nu kan jeg ligesom fornemme, at der er nogen, der har det sjovt. Nu kan det så være, at jeg om nogle stationer tør hoppe af.”

Ved at vise sig selv frem og dele sine tanker om livet med anoreksi, får hun åbnet op for sine tvangstanker, der igennem de sidste 16 år har styret hendes dagligdag. I den forbindelse har hun oprettet en blog med navnet *AnorekSigne.dk*. Bloggen giver hende



en ventil for sine anorektiske tanker, og hun får dagligt henvendelser fra folk i samme situation som hendes. Hvis hun derigennem kan hjælpe bare én eller to, er de seneste 16 år ikke spildt. Derudover er hun kommet ud af sin førtidspension og fået et job, der i højere grad giver hende en identitet.

Selvom vejen til at blive fri for tvangstanker er lang, og tankerne om en mere almindelig hverdag blot er et fjernt minde, er Signe forhåbningsfuld for fremtiden:

”Jeg håber selvfølgelig på en solstrålehistorie, men jeg kan ikke forcere noget.”