

Arkiv för: Januari 2005

2005-01-31

□ 17:12:08, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Frisk, typ

Årskontrollen är avklarad. Jag var hos doktorn i dag. Efter att ha stuckit mig med nålar lite varstans, kom man fram till att jag är frisk som en nötkärna. Typ. Okej, jag har fortfarande ms. Jag har fortfarande restsymtom efter superskoven 1999. Jag är fortfarande extremt trött. Jag har fortfarande magkatarr (sedan fyra månader). Det sistnämnda kan inte skyllas på ms. Däremot kom vi fram till att jag trots allt fick en biverkning av sluta-snusa-tabletten Zyban som retade upp min magslemhinna och som sedan aldrig blivit bra. Jag är en känslig man.

Jag var riktigt glad över att ha passerat denna årskontroll med godkänt. Men. Så läste jag något på [nätet](#). Prognosen för mig med ms.

About half of those who begin with relapsing-remitting MS develop progressive MS within the first decade after diagnosis.

Inget kul. Cirka 85 % av de med ms har skovvis (bra, dålig, bra, dålig, bra) ms, såsom jag. Hälften av dessa går alltså över till progredierande ms (sämre, sämre och sämre). Och det inom tio år från diagnostiserandet. Jag har haft ms i sex år. Alltså vet jag fortfarande inte vilken typ av ms jag har eller kommer att få. I och för sig inget jag går och tänker på, men... Inte kul.

Nu väntar jag bara på mina leverprover. Sist var de skyhöga p.g.a. mina sprutor och Alvedon/Panodil. De borde blivit bättre nu eftersom jag istället förstör magen med Treo och tar biverkningsfria sprutor.

Nåja. Det som gladdde mig mest: Min [Babinski](#) var negativ. Förra året var den positiv (tyder på nervskada, testas genom att dra vasst föremål under fotsulorna som framkallar reflexreaktion). Jag visste inte att Babinski kunde normaliseras.

Karusellen. Min doktor fanns först på sjukhus 1, men finns numera på sjukhus 2. Snart ska verksamheten flytta till sjukhus 3 då sjukhus 2 behöver lokalerna. Efter sjukhus 3 ska man flytta till sjukhus 1, eftersom man på sjukhus 1 håller på att bygga om de ursprungliga lokalerna. Hur tänkte man? "Nu ska vi slösa med skattepengar och flytta verksamheterna fram och åter"?

 •  [Ändra..](#)

2005-01-30

□ 20:10:53, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Kryssrökare

Det borde vara skottpengar på de som skriver X-rökare eller X-trapris. Jag vet inte hur många journaler jag suttit med framför mig de senaste åren, där speciellt X-rökare förekommit. Skrivet av utbildade läkarsekreterare. Det är en stor skam. Exrökare. Extrapris.

Skottpengar borde det också vara på den som skrivit nyhetsskyltarna i kvällens Rapport. Tjocktarms-cancer. Särskrivning är inte bra. Bindestreck är lika förkastligt. Engelsk grammatik hör inte hemma i svenska språket.

Kastar jag sten i glashus? Nja. Stavfel/slarvfel är något jag ofta råkar ut för (solen, fläckar, ni vet), men i övrigt tycker jag att vi alla har fått den svenskundervisning vi behöver. Det som kan kompletteras är att man på eget initiativ tar och läser Svenska språknämndens bok Svenska skrivregler. Särskilt om man ofta, dagligen, skriver texter. I arbetet eller privat har ingen betydelse. Vårda svenskan!

Förresten. Svenska språknämnden har nu listat 2004 års nya ord i svenskan. Ett av orden är blogg som förklaras med "öppen dagbok på webben". Skönt att få stöd i detta. Jag har hela tiden sagt att det inte är någon skillnad mellan blogg och dagbok. [Här finns listan över nya ord](#). Dock tycker jag att vissa ord är löjliga. Örådiserad. Solduscha. Krana. Är det inte ungefär som när barn säger svampinjoner?

 •  [Ändra..](#)

2005-01-29

□ 18:22:51, Kategorier: [Schlagermassaker](#)

Eurovision Song Contest - bäst och sämst

[Jerry](#) frågade "Vilka är dina favoriter?" och åsyftade alla de schlagerlåtar som passerat i Eurovison Song Contest de senaste 50 åren. Till hösten ska [tidernas schlager](#) utses i Köpenhamn.

Mitt svar i Jerrys blogg blev:

På 60- och 70-talet var Storbritannien och BeNeLux-länderna inkl. Frankrike starka. En utav de senare favoriterna är Celine Dions bidrag från 80-talet. Därefter har det bara varit skit med de som deltagit. Några svenska favoriter har jag inte, sett ur ett europeiskt perspektiv. Möjligtvis då I morgon är en annan dag med Christer Björkman (franska versionen bättre än svenska). Som kom sist i ESC.

Och nu känner jag för att utveckla mitt svar.

Favoriterna från ESC:

France Gall: Poupée de cire, poupée de son (Luxemburg 1965, vann).

Vicky Leandros: L'amour est bleu (Luxemburg 1967, fjärde plats).

Sandie Shaw: Puppet on a string (Storbritannien 1967, vann).

Lulu: Boom bang a bang (Storbritannien 1969, vann).

Severine: Un banc, un arbre, une rue (Monaco 1971, vann).

Mocedades: Eres tu (Spanien 1973, tvåa).

Teach in: Ding a dong (Nederländerna 1975, vann).

Brotherhood of man: Save your kisses for me (Storbritannien 1976, vann).

Bucks Fizz: Making your mind up (Storbritannien 1981, vann).

Celine Dion: Ne partez pas sans moi (Schweiz 1988, vann).

Christer Björkman: I morgon är en annan dag (Sverige 1992, bara Finland var sämre).

Zeljko Jokisimovic & Ad Hoc Orchestra: Lane moje (Serbien-Montenegro 2004, tvåa).

Hatobjekten från ESC:

Johnny Logan: What's another year SAMT Hold me now (Irland 1980, vann. Irland 1987, vann).

Nicole: Ein bißchen frieden (Västtyskland 1982, vann).

Sandra Kim: J'aime la vie (Belgien 1986, vann).

Bara Christer Björkmans framförande får godkänt av mig i ESC-sammanhang. Vill ni se vilka svenska bidrag som varit med i ESC är det bara att titta i databanken. Att sidan är på tyska kanske inte gör så mycket. [ESC Databank](#).

 •  [Ändra..](#)

2005-01-28

□ 19:36:23, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Do's and don'ts to help those with multiple sclerosis

Jag håller inte med följande. Den här typen av uppmaningar är meningslösa. Så hjälplösa och känsliga är vi faktiskt inte. Åtminstone inte jag. Det jag håller med har jag markerat med fetstil.

Don't assume that just because I look well, I feel well. Looks can be very deceiving. Many days I look great, but I feel terrible.

Don't tell me you know how I feel. No one knows how anyone else feels. Two people with the same disease may feel totally different.

Don't tell me about your Aunt Mary, her MS and how well she managed in spite of it. I'm not Aunt Mary, and I am doing my best.

Don't tell me, "It could be worse. " Yes it could, I know this and don't need to be reminded.

Don't decide what I am capable of doing. Let me decide what activities I can participate in. There may be times I might make the wrong decision, and if I do, I'll know it soon enough.

Don't be upset that you cannot ease my problems. Just be there for me. That's the most you can do. That's the most I expect or need.

Don't ask me how I feel unless you really want to know. You may hear a lot more than you are prepared to listen to.

Don't assume because I did a certain activity yesterday that I can do it again today. Multiple Sclerosis changes from day to day.

Don't tell me about the latest fad "cure." I want to be cured more than anything, and if there is a legitimate cure out there, my doctor will let me know.

Don't patronize me. It is humiliating and helps neither of us.

Do learn everything you can about the disease. The more you know, the better you will understand what to expect.

Do realize I am angry and frustrated with the disease and the limitations it puts on me, not with you.

Do let me know you are available to help me when I ask. I'll be grateful. Offer me lots of encouragement.

Do understand why I cancel plans at the last minute. I never know from one day to the next how I will feel. That again is the way Multiple Sclerosis is.

Do continue to invite me to all the activities. Just because I am not able to bike ride along with the gang does not mean I can't meet you for the picnic at the end of the trail. Please let me decide.

Källa: Okänd, kom på en mailinglista i USA.

 •  [Ändra..](#)

2005-01-26

□ 20:16:05, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Nörd

Jag drog mer folk än porrtältet på Kiviksmarknad när jag i dag fick problem med datorn på jobbet. Man vallfärdade för att se hur min dator kukat ur och vänt bilden upp och ner. Vad som orsakat det hela förstår varken jag eller datasupporten. Först beskyllde man mig för att ha fått virus på datorn - en grov förolämpning med tanke på hur jag vårdar min dator på jobbet, och sedan fick jag höra att någon skojat med mig. Omöjligt också det. Jag satt nämligen framför datorn när bilden plötsligt blev svart för att i nästa sekund tändas upp med en bild upp och ner. Det utan att jag ens rört en knapp på datorn. Förutom att man tyckte att detta var vansinnigt skoj på jobbet, så tog man det som ett omen om att världen verkligen håller på att balla ur. Nåja. Världen kan väl inte göra något den redan gjort? Hur som helst fick jag ordning och reda igen på bildskärmen genom att ändra i bildskärmens egenskaper. Inte helt lätt att rätta till med tanke på musföringen - förde man musen uppåt flyttades pilen på bildskärmen nedåt.

Ett litet paket ligger och väntar på mig i spelbutiken. Litet och litet... Det är nog relativt stort eftersom jag beställt de senaste årens alla DVD-utgåvor av de Marvelserietidningar som gjorts till film.

Datorer... serietidningar... Nu kom jag på vad jag ska döpa dagens text till.

 •  [Ändra..](#)

□ 07:21:13, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Bara vanligt vatten

En lugn morgon före arbete. Dagen har börjat bra och förgylldes lite av Expressens artikel om hur mejeriet i Skåne [säljer vanligt kranvatten](#) för åtta kronor litern. Bäst är dock sista meningen i artikeln. "Det var helt omöjligt att sälja. Datumen gick ut hela tiden".

 •  [Ändra..](#)

2005-01-24

□ 17:43:09, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Mycket har man sett

I dag har jag besökt Sveriges just nu mest kända [bankomatuttag](#). Varför? Jo, flärdtjänstens vägar äro outgrundliga. Dessutom har jag det senaste halvåret, p.g.a. nämnda flärdtjänst, också besökt en känd [bostadsadress](#) ett tjugotal gånger. Och som om detta inte vore nog så fann man [en bil](#) 700 meter från min tandläkare, också på en adress där jag brukar komma. Sedan har jag vid några tillfällen besökt [butik](#) (punkt 10) där jag aldrig funnit något värt att inhandla. Göteborg är nog inte så stort ändå. Eller så är jag väldigt berest. Men Fabian har jag aldrig sett.

Jaha. Så jag har varit på jobbet. Efter att ha sovit två timmar under natten. På jobbet har jag bara käkat tabletter mot stressmage (katarr).

 •  [Ändra..](#)

2005-01-23

□ 22:13:50, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Inför måndagen

En veckas sjukskrivning är nu över och arbetet överfaller mig med oanad styrka. Jag tror åtminstone att arbetet kommer att vara överväldigande. Tittar jag bara i kalendern så ser jag tre möten, ett gigantiskt projekt som måste färdigställas på ett par timmar, besök av två olika hämndtjänstgrupper, plus att jag har en arbetshelg nästa helg. Då har jag ändå ingen aning om hur det ser ut på jobbet; hur mycket som blivit liggande i väntan på min ankomst. Sedan vet jag heller inte hur mycket akut som kommer under veckan. Allt arbete är panikåtgärder. Trots allt så befinner jag mig nu i en akutverksamhet.

Problemet som nu kommer att uppstå är, återigen, hur jag ska få in sömntimmar på dygnets få timmar när jag åter ska börja arbeta. Därför tror jag att jag snart åter blir sjukskriven. Först måste jag göra ett försök. Om en vecka är det dags för den årliga läkarkontrollen. Får väl se vad som framkommer då.

 •  [Ändra..](#)

2005-01-21

□ 10:48:26, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Hinderbana

Veckans tröskel är avklarad. Jag pinnade i väg till apoteket på halt underlag och med kryckan som ispik. Under de senaste fem åren har jag skrivit en del om mina kontakter med apoteket, om hur mycket där är som jag förundras över. Som i dag. Jag fick påpeka hela tiden för att de inte skulle göra fel med recepten.

När jag ändå var ute gick jag också till mataffären. Total röra. Spar har köpts upp av Hemköp och allt ska nu ändras om. Hinderbana à la labyrint. Första stoppet kom direkt. Innan jag fick gå in i affären överfölls jag av Comviq-representanter. Trots att jag sa att jag inte var intresserade, fortsatte de prata med mig trots att jag försökte parera med kundvagnen för att ta mig in i affären. Jag vann. Efter att ha gömt mig i grönsaksdisken hörde jag ett sista "Ha en bra dag" innan de tog sig an nästa medtävlande (fler försökte ta sig in i affären med varierad framgång - det var lite ojuste då det var TVÅ Comviq-representanter).

Jag fick åtminstone tag i det jag i huvudsak ville ha - rökt påläggsskinka. Dagen och helgen är räddad. När jag kom ut från kassorna behövde jag inte oroa mig för Comviqarna. Som de gamar de var, så var de upptagna med att slita hudslamsor från två kunder som blivit uppressade mot kundvagnarna och som inte kunnat fly.

Förresten. Nu när jag tänker på det. Den ena Comviq-representanten såg ut som Big Bill. Hm... Minst två meter lång...

 •  [Ändra..](#)

🕒 00:02:28, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Matyriska tendenser

Kanske jag trots allt blir lite piggare. Jag har dragit ner på sömnen från helgens à 15 timmar till 10 timmar per dygn. I dag, en vecka "för sent", lyckades jag få undan adventsljusstakarna. Förhoppningsvis väntar en liten fönsterlampa på mig när jag kommer tillbaka till jobbet. Jag behöver lite mer ljus hemma. Eftersom jag aldrig kommer någonstans brukar jag få skicka arbetskamrater att shoppa åt mig. Så man har lovat mig en liten lampa från Ikea.

Fortfarande har jag dock inte lyckats ta mig till apoteket 200 meter bort. I morgon. Jag hoppas åtminstone att det blir i morgon. Missan behöver p-piller. Jag behöver också mediciner. Om det inte hade varit så långt att gå... eller så blåsigt... och kallt... och snö...

Oj. Jag ställde in matleverans den här veckan då jag egentligen skulle rest till Skåne. Jag är hungrig. Men det gör inget. Jag behöver gå ner i vikt och har säkert svultit bort ett par kilo den här veckan. Sent på tisdag kväll får jag mat. Mmm... jag är så sugen på pålägg. Allmänt alltså.

 •  [Ändra..](#)

2005-01-19

🕒 22:38:15, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Ett piller för att vakna, ett piller för att somna

Min sömnbrist har berott på att jag arbetar för mycket. Den ms-trötthet jag har innebär att jag behöver sova mellan 11 - 16 timmar per dygn. Som det matematiska geni jag nu är, så inser till och med jag att det inte fungerar. Nej, det fungerar inte att tillbringa tio timmar till, på, från jobbet och samtidigt hinna sova. Redan där har antalet timmar per dygn passerats. Utöver sömn och arbete så finns det så mycket annat som behöver göras. Som att äta. Ta emot hämndtjänst. Sköta om ett hushåll. Vara social. Och så vidare. Är det konstigt att sömnen fick prioriteras ned på "att göra"-listan?

Det är inte heller konstigt att denna stress i kombination av för lite sömn gav mig arytmistörningar. Vem skulle inte få problem med hjärtat? Nu vet jag att detta är ofarligt men i längden kan man inte gå runt och ha ett bongospelande hjärta i pannloben. Därför kontaktade jag min läkare som var väldigt... öh... förstående. Hon rekommenderade att jag sjukskrev mig en vecka för att få ordning på hjärtverksamheten samt sömn. Här kommer det märkliga. Jag fick ett knarkrecept på sömntabletter (okej, det är narkotikaklassad insomningstablett). Tyvärr har jag inte haft möjlighet att lösa ut dessa tabletter. Anledning: Jag sover så mycket under min sjukskrivning att jag inte orkar ta mig ur sängen och iväg till ett apotek.

Jag har inga sömnproblem. Finns tiden avsatt till sömn så sover jag. Undrar vad som händer om jag tar en liten sömntablett. Jag sover dygnet runt?

Det börjar bli lite olustigt. För att hålla mig vaken ska jag ta dopingpreparat (också knarkrecept) och sedan tablett

för att kunna sova. Det är inget fel på min dygnsrytm. Jag sover när jag är trött. Visserligen är detta en stor del av mitt dygn, men varför kemiskt styra det? Jo, för att i vårt samhälle måste man arbeta och livet ska anpassas efter det. Det jag inte förstår är hur min ms-trötthet ska bli hjälpt av detta. Den finns där oavsett hur man laborerar och pusslar med sömn kontra vakenhet. Ingen mår bra av att i längden ta kemiska substanser som styr hjärnaktiviteten. Och hjärtat försöker haka på...

Tillägg fem minuter senare...

asg Som sagt. Mina tabletter.

Modiodal (vakenhetstabletten) ges i första hand till personer med narkolepsi. Det vill säga till de som har en tendens att somna på alla möjliga och omöjliga platser.

Stilnoct (insomningstabletten) är ett sömnmedel.

Alltså skriver min läkare ut en tablett för att somna till någon som har svårt att hålla sig vaken. Tjohoo?

 •  [Ändra..](#)

🕒 00:51:50, Kategorier: [Blogginlägg](#)

1 300 sprutor senare

Sex år. Jag skrev om det för [ett år sedan](#) och det gäller fortfarande. För mig är det en dag då jag funderar mycket och återupplever.

 •  [Ändra..](#)

2005-01-17

🕒 22:46:21, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Stress -> sömnbrist -> hjärtklappning -> sjukskrivning

Jag sover. Under helgen sov jag 30 av 48 timmar, räknade jag ut. Så har det fortsatt även i dag. Jag sover. Fördelen är att jag inte känt av någon hjärtklappning. Det är lugn och ro jag behöver. Inget varar för evigt.

 •  [Ändra..](#)

2005-01-16

🕒 20:51:26, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Hågkomst ESC 2003

Det börjar dra ihop sig för melodifestivaler. Inför kommande schlagermassakrar har jag börjat gå igenom tidigare års slakt. I kväll lyssnade jag på bidragen till Eurovision Song Contest 2003. De finns fortfarande på [Aftonbladet](#) att lyssna till. Vad jag tyckte om låtarna finns naturligtvis också att [läsa](#). Dock måste jag säga att jag numera uppskattar Bosnien lite mer. Och Österrike är fortfarande rolig. Samt att Slovenien är lite gullig. För att inte glömma Tyskland vars video är bra och låten lite gay.

 •  [Ändra..](#)

2005-01-15

□ 22:41:11, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Tystnad men inte helt

Inte särskilt närvarande. Söker harmoni. Åh, titta! En vinflaska...

Nä, så roligt ska vi inte ha det.

Jag gör som [Larsson](#). Lite ditt och datt om mig.

Vad heter du? Jonas.

I mellannamn då? Bert och Antero.

Var bor du? Hisingen.

Trivs du där? Ja.

Brukar du läsa horoskop, i så fall brukar de stämma? Jag läser inte tidningarnas veckohoroskop. Horoskopiska beskrivningar av stjärntecken brukar jag läsa och de stämmer relativt bra.

Äger du några Conversekor? Nej.

Favoritdjur? Katt. Enbart katt. Hundar kan man gott ha till plågsamma djurförsök när man testar fram nytt smink, eller nåt.

Vad spenderar du dina pengar på? Livsuppehållande åtgärder. Jag spenderar aldrig en krona på nöje och jag sparar inte.

Senaste konserten? Minns inte. Det måste ha varit mer än 15 år sedan.

Festar du mycket? Aldrig.

Sprit, cider, vin eller öl? Rödvin och i extremt sällsynta fall öl.

Brukar du bli för full? Jag blir aldrig full. Så mycket dricker jag inte.

Antal kuddar i sängen? Tre. Missen ligger på alla, så jag använder ingen för tillfället.

Äter du frukost? På jobbet tre timmar efter att jag har stigit upp. Tidigare kan jag inte äta efter att jag klivit ur sängen.

Kan du baka bullar? Självklart. Ömma modern före detta kock. Lille far före detta konditor.

Har du varit med i scouterna? Ja. Gud, vilka hemska minnen det väcker.

Bläck eller blyerts? Tusch, faktiskt. I andra hand bläck.

Vad har du för mobiloperatör? Telia.

McDonalds eller Burger King? Burger King.

Är du allergisk mot något? Inte enligt pricktest gjord på sjukhus, men jag får ändå uttalade besvär av parfym, cigarettök, pollen, jordgubbar, kiwi, melon och svamp. Tillräckligt mycket för att doktorn sagt till mig att undvika detta, även om jag inte får utslag på pricktest. Jag kan inte förklara detta. Märkligt.

Müsli eller Corn Flakes? Flingor.

Äger du ett busskort? Nej, men jag har ett flärdtjänstkort som ger mig rätt att åka kollektivtrafik gratis plus att en medresenär får åka gratis.

Dricker du blå, grön eller röd mjölk? Dum fråga. Mjölk är vit. Och förresten... Färgkoderna är olika beroende på om det är Falköpings, Arlas eller Skånemejeriets mjölk. Jag dricker helst mellanmjölk. Blå enligt Skånemejeriet och grön enligt Arla.

Vad åt du till frukost? Frukost? Jag har inte arbetat i dag, d.v.s. det har inte blivit någon frukost.

Hur ser du ut i dag? Närsynt, flint, orakad, fet, barfota, t-shirt och joggingbyxor. White trash med andra ord.

Har du haft sex i dag? Kanske.

Nästa mål i ditt liv? Överleva.

Roligaste resa? Resa är inte roligt.

Vad såg du senast på tv? Moulin Rouge.

Hur svarar du i mobilen? Jag svarar aldrig i mobilen eftersom den alltid är avstängd.

Vem ringde du senast? Ömma modern eftersom jag skulle boka tågbiljett åt henne över nätet.

Vad sa den du ringde? Boka, boka! Det kan inte bli billigare! Låt inte biljetterna försvinna!

Antal timmar sömn i natt? Totalt tolv timmar. Gick upp var tredje timme och satt uppe en timme innan jag åter lade mig.

Sov du ensam? Nej. Katten och kuddarna...

Har du besökt Pajala? Nej, men Partille har jag kommit förbi.

Brukar du snusa? Inte längre, tyvärr. Jag rekommenderar snus. Det smakar underbart och man blir jättepigg. Snusfri sedan knappt fyra månader.

Vad innehåller din favoritnattmacka? Jag äter inte nattmackor.

Tycker du om din pappa? Jag är inte bekant med uttrycket "pappa".

 •  [Ändra..](#)

2005-01-13

□ 12:51:41, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Det rullar på knöligt och dant

Ska det vara så omständligt att avboka en SJ-biljett? Först och främst måste man veta beställningsnumret. För det andra måste man kunna *hela* bokstaveringsystemet (Adam, Bertil, Cesar, David, o.s.v.). För det tredje måste man *t_a_l_a_t_y_d_l_i_g_s_v_e_n_s_k_a*. För det fjärde - efter att ha avbeställt biljetterna får man frågan "vill du fortsätta". Svara ja. Det betyder att du vill avbeställa de redan avbeställda biljetterna. Nej betyder att de avbeställda biljetterna åter blir bokade. Typ.

I stället för semester är jag sjukskriven nästa vecka. Efter telefonkontakt med doktorn i dag var det lösningen på mitt problem där jag är stressad, sover dåligt (har inte tid) och därmed fått svår hjärtklappning. Semesterveckan i Skåne blev en sjukskrivning p.g.a. hjärt- och sömnbesvär.

Jag är säkert lyckligt lottad. Jag inser bara inte det och har inte vett att vara tacksam.

 •  [Ändra..](#)

2005-01-12

□ 20:45:08, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Inställsamhet

Det blir visst ingen resa hem till Skåne nästa vecka. Den västsvenska storkatastrofen hindrar mig. Orkanen från i lördags och den nya orkanen för kvällen. Jo, jag har orkan utanför mitt fönster.

I början av december ansökte jag om Riksflärdtjänst. Först förra veckan fick jag äntligen ett besked. Man godkände riksflärdtjänst. Men enbart med tåg (inte flärdtjänstbil). För att klara av detta godkände man också att dessa resor endast fick ske med ledsagare. "Jag skiter väl i ledsagare", tänkte jag och bokade på eget bevåg tågresorna som kommunen egentligen skulle bokat. Anledningen till mitt ingrepp berodde på att jag vill styra över med vilket tåg jag åker och var tåget kör samt hur många byten som ska göras. Jag lyckades därför hitta det perfekta tåget från Göteborg till Lund (endast ett byte). Där, i Lund, skulle ömma modern mött upp mig och vi skulle sedan åkt tillsammans vidare hemåt. Som sagt vill jag inte ha en ledsagare som är för mig okänd, men som jag skulle dela fem timmar med.

Anledningen till att jag ska ha ledsagare beror på min uttrötthet genom långa resor och med byten av tåg samt att jag har krycka och packning att hålla reda på. När jag blir trött, och stressad, får jag närminnesstörningar, orienteringsproblem till rum, tid och person samt kan inte ta ett steg. Ändå vill jag inte ha ledsagare.

Problemet som nu uppstått är att de tåg jag skulle åkt med är inställda på Västkustbanan och kommer igång tidigast efter min avresa. Hela sträckan körs med bussar enligt SJ. **Om** man får tag i bussar. SJ kan inte lova det. Mig kvittar det, för även med buss och/eller med/utan ledsagare så klarar jag inte fysiskt av en buss. Knappt tåg heller för den delen. Det är ju därför jag har flärdtjänst och inte kan åka buss eller spårvagn till jobbet.

Eftersom det är så osäkert med transporten hem, så har jag fått avstyra allting. Biljetter avbokas. Resa till stationen avbokas. Semestern dras in. Modern och lille far meddelas. Kattvakten avbokas. Allt detta som görs ogjort får göras gjort i mars. Om ingen ny naturkatastrof sänkt SJ till dess. Och om jag kan jämka det med mitt arbetsschema.

Tid och energi. Slöseri med tid och energi. Smidighet är för mig ett okänt begrepp. Problem och byråkrati kantar min väg genom livet. Tur då att jag är så optimistisk. Världen kommer att gå under! Som jag sa, jag är optimistisk.

 •  [Ändra..](#)

2005-01-10

□ 22:28:50, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Hågkomst

I går såg jag en stund på SVT:s dokumentär "[1955](#)" som handlade om 1956. Nej, förlåt. Den handlade om 1955. I en kort sekvens visades vitsippor, i svartvitt, i en bokskog på [Linderödsåsen](#). "Hemma!!!", var min tanke innan det berättades om att det var i Skåne det var inspelat. I och för sig var detta femton år innan jag föddes, men jag kände igen mig. Mina föräldrar är uppvuxna på Linderödsåsen och jag tillbringade mycket tid där som barn.

På [Kulturnyheter](#)na i kväll pratade [Jacques Werup](#). Lite chockad insåg jag att jag inte längre förstår malmötiska. Jag har levt i landsflykt för länge. Snart fem år.

Härom kvällen fick jag ett mejl från en klasskamrat från [grundskolan](#) som berättade lite om vilka hon träffat som vi gått i skolan med. Nästa år är det 20 år sedan vi gick ut grundskolan.

I kväll drack jag lite [nyponsoppa](#). På paketen stod där att den tillverkats i [Eslöv](#).

Jag börjar känna hemlängtan. Snart, mycket snart, åker jag "[hem](#)" för ett besök under några dagar. Allting påminner mig. Det är tre år sedan jag besökte föräldrarna och den skånska myllan. Jag är den hemåtvändande sonen, om än bara för någon dag.

 •  [Ändra..](#)

2005-01-08

□ 15:29:06, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Gudomligt hån

Vadå storm? Det var ju orkanbyar! Åtminstone när det var dags att bege sig hemåt efter jobbet. Hela dagen har jag sett hur det stormat lite från och till utanför mitt fönster. Det var först när jag fick för mig att gå ut som stormen nådde orkanstyrka, blixterna blixtrade, regnet regnade och haglet haglade. Halsduken flaxade iväg, blixterna bländade mig, haglet misshandlade flinten och regnet gjorde mig dyngsur. Då kommer flärdtjänsten! Som den gudomliga uppenbarelse nu detta kan liknas vid, så slutade det att blåsa, blixtra, regna och hagla. Allt jag behövde göra var att sätta mig i bilen. Det var nästan så att solen ville titta fram, duvorna kuttra och råddjuren lekfullt skutta över motorhuv. Allt i ett stort jävla gudomligt hån.

Tio minuter senare kommer jag hem. Jag kliver ur bilen. Vad händer, tror ni?

Ska jag fortsätta på temat ballongsprängning från härom dagen? Mer fakta. Första gången man gjorde denna ballongvidning av hjärtats kranskärl var år 1977. I dag är målet att detta ska göras på alla med pågående hjärtinfarkt. Tyvärr är det inte fullt utbyggt i landet så de flesta får fortfarande "bara" trombolys, d.v.s. propplösande läkemedel. Och mannen som gjorde den första ballongdilatationen (som jag vill att det ska benämnas) hette Andreas Gruentzig, Zurich.

För att skrämmas ännu mer, när man ändå talar om att "spränga" i hjärtat. Ballongen pressar ut förhårdnaden (som ger infarkten) i kärlväggen. För att detta kärl ska hålla sig öppet brukar man lägga in ett stent. Stent är ett litet rörformat metallnät. Dessa stent har man börjat behandla med cellgifter för att få en vävnadsdöd i området så att

inte förtätningen börjar växa och täppa till på nytt. Lustigt. Vävnadsdöd får man också av att låta infarkten ha sin gång. I värsta fall överlever man inte. Men det är skillnad på kontrollerad och okontrollerad vävnadsdöd och vart den ska ske. Slut på dagens lektion.

 •  [Ändra..](#)

2005-01-07

□ 23:40:31, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Hipp hipp, Gladiator!

Filmen Gladiator var inte så dum ändå. Dumt nog såg jag den trots att en lång och dryg arbetshelg nu väntar och jag behöver min sömn. Dessutom är jag dum nog att efteråt inte lägga mig, utan sitter här och skriver om min egen idioti.

Det är bara en sak jag inte förstår. Gladiator är en stor slaktfilm där huvuden skiljs från sina kroppar och blodet sprutar så det fastnar på kameranlinsen. *Det* kan de (SVT) visa, men inte ett humorprogram som Hipp Hipp? Lättsamhet får vi inte ha då vi kollektivt ska må *ännu* sämre med tanke på den där katastrofen?

Dubbelmoral à la SVT.

 •  [Ändra..](#)

2005-01-06

□ 22:37:42, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Tyken III

"Kom så ska du få se på ohyran", sa en arbetskamrat för någon dag sedan. "Åh, ska du skaka på huvudet och visa vad som faller ner? Löss då, eller?", svarade jag.

Tydligen är jag fortfarande tyken. Vad hon menade var att jag skulle få se på den misstänkta ohyra vi fått i köket men som Anticimex nu gjort en insats mot.

Förresten. Onödigt vetande. Åderförkalkning är stenhårt. Ofta hör man att det är fettinlagringar och fett är ju mjukt. Nej, det är stenhårt. I vissa fall kan tilltäppta kärl i hjärtat vidgas med en speciell ballong som förs in i hjärtkärlet. För att vidga kärlet krävs ett tryck i ballongen som är tre gånger större än det tryck som finns i ett bildäck. Felaktigt har detta tidigare kallats för ballongsprängning istället för ballongvidgning. Men jag vet i tusan... Med tanke på det trycket, i de små kärlen, i hjärtat...

 •  [Ändra..](#)

2005-01-05

□ 21:26:48, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Utsökt

Hur kommer besökare hit? Vad är det de söker hos sökmotorer som sedan hänvisar till mig? Jo, med dessa

sökord... (statistik från december och januari).

Bristningar i snoppen
Yes diskmedel
Bypassoperation hjärtat
Bältros kan man jobba
Expressen 31 december 2004
Hemkörning Göteborg
Namnförklaring
Nekrofil
Paris Hilton knullar
Skita på Saltwater
Snus abstinens
Stamceller multipel skleros
Sydostasien katastrof
Tette
Östra Thailand
Nadia Björlin
Elskoter
Simon Rex
Shakespears Sisters - Stay (texten)
Wettex
Beteendestörningar
Byråkrati
Cia Berg naken
Dagbok deprimerad
EKG-kurvor tolka
Ergonomisk stol
Felstavat roliga historier
Fullmåne
Gallstensanfall

Känns lite som associationslek. Om jag skulle ta och utveckla...

Bristningar i snoppen

Jag kommer tänka på en, öh, erotisk berättelse jag läste som barn (jag var ett depraverat barn). Om en man som lyfte tyngder i snoppen för att den skulle bli både större och grövre, som om det vore en muskel att träna upp. Jag kan tänka mig att han fick bristningar i snoppen av att lyfta tyngder i snoppen. Annars är det faktiskt aldrig något jag skrivit om.

Yes diskmedel

Det kvittar vad ni säger. Mina bestick blev mindre missfärgade efter att jag bytte från Yes med citrondoft till originalet.

Bypassoperation hjärtat

Vad vill ni veta? Vid trekärlssjuka blir det oftast en bypass-operation men ibland kan det bli aktuellt med en PCI-behandling. Det beror helt på vart stenosen sitter, i vilket kärl. Men med lite grafter vid bypass kan blodtillförseln åter bli god och risk för infarkt eller angina minskas. Min far mår bra efter sin operation trots komplikationer i form av pneumothorax och stroke p.g.a. operationen.

Bältros kan man jobba

Klart man kan. Det är inte smittsamt. Däremot kan smärtan vara fruktansvärd och då kanske man inte kan jobba.

Expressen 31 december 2004

Kom Expressen ut nyårsafton?

Hemkörning Göteborg

Jag blir hemkörd (oftast) varje dag efter jobbet. Ibland blir det kanske lite väl långa omvägar, men hem kommer jag. Men det finns inte en mataffär i Gbg som har hemleverans längre.

Namnförklaring

Jonas betyder duva. Jontas betyder dutva.

Nekrofil

Skända en död kan väl inte vara något man vill veta mer om?

Paris Hilton knullar

Ja, överklassungar har väl inget bättre för sig. Finns dessutom dokumenterat på film. Vad var det filmen hette? One night in Paris?

Skita på Saltwater

Jag kan inte påminna mig att jag skrivit Saltwater någon gång.

Snus abstinens

Snusabstinens, eller nikotinabstinens, kan hålla i upp till fyra dagar efter nikotinstopp. Självt hade jag lite abstinens under ett par timmar en förmiddag och har sedan inget märkt. Snusfri sedan den 21 september 2004.

Stamceller multipel skleros

Glöm det. Det kan bli aktuellt vid akut malign progredierande ms. Dödligheten är 5 % (extremt högt) vid denna operation. Ms är en kronisk sjukdom som inte går att bota. Inte ens med en stamcellstransplantation.

Sydostasiens katastrof

Det räcker väl att följa det som finns i tidningar och på tv? Inte behöver man söka eller läsa om det hos dagbokare/bloggare?

Tette

<http://www.tetterio.se/> [En udda typ](#). Jag också, men bara [lite](#).

Östra Thailand

Ja.

Nadia Björlin

Våra bästa år, TV3, vardagar, kl. 12.55.

Elskoter

Kräver det inte snö? Sânt har vi inte här.

Simon Rex

Före detta porrstjärna, senare något seriösare skådespelare.

Shakespears Sisters - Stay (texten)

Ett skitnödigt skrikande.

Wettex

Hämndtjänsten stjal fortfarande Wettex av mig.

Beteendestörningar

Hämndtjänsten som stjal Wettex av mig.

Byråkrati

Göteborgs kommun. Det är synonymt.

Cia Berg naken

Strippa innan Bagen.

Dagbok deprimerad

Men sluta läs här då!

EKG-kurvor tolka

ST-höjning är infarkt, ST-sänkning är bröstsmärta, förlust av R-tagg betyder gammal hjärtinfarkt, P-vågen är sinusknutans impuls.

Ergonomisk stol

Jag har en sådan på jobbet. En läkare stal min stol men hon halkade av stolen då hon inte förstod hur hon skulle sitta på den. Så jag fick tillbaka stolen. Vissa straffar Gud direkt. Min stol! *skymfad*

Felstavat roliga historier

Journalgrodor med syftningsfel är roligare. Min klassiker: Patienten vägde 78 kg i hemmet innan han gick hit utan kläder. Det blev till och med publicerad i [Dagens medicin](#).

Fullmåne

Härligt. Då sitter jag i timmar och stirrar på den och sover sedan gott och tryggt med månstrålarna i mitt ansikte.

Gallstensanfall

Opererad eller inte för gallsten - ta ALDRIG Cocillana-etyfin. Har man en gång haft ett gallstensfall är risken mycket stor (100 %?) för spasm/kramp à la nytt svårt gallstensanfall. Även om man inte har gallblåsan eller gallstenar kvar.

 •  [Ändra..](#)

2005-01-04

□ 16:47:32, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Snart semester och vila

Julkaos på jobbet börjar ta ut sin rätt på mig. När jag blir trött blir jag inte utmattad. Jag får hjärtklappning och blir somnolent. Därför tog jag i dag fram min oöppnade storförpackning med narkotikaklassade dopningstabletter mot narkolepsi. Det var länge sedan. Så länge sedan så att bäst före-datum hade passerat.

Roligare är det inte just nu. Men jag ska inom en snar framtid åka "hem" till Skåne för första gången på tre år. Dock blir det inte med riksflärdtjänst även om jag fått det beviljat. Jag hinner inte ordna med en ledsagare och får därför fixa själva resan på ett annat sätt.

Usch. Inte vill jag ha (okända personer som) ledsagare. Sådana har ju bara sådana där handikappade och typ jag är liksom inte sådan. Väl? Jag har ständigt mentala trösklar att ta mig över. Okej. Enda fördelen med ledsagare är att jag själv får utse denne person som då får en gratis tur- och returresa. Men trots att det är gratis kan jag inte se att någon vill bli ledsagare till just mig och till just Skåne. Det är för kort varsel. Ska jag övertala någon behöver jag typ något år på mig.

 •  [Ändra..](#)

2005-01-02

□ 20:53:24, Kategorier: [Blogginlägg](#)

[Femman vecka 53/2004](#)

1. Vad är du mest nöjd med från 2004?

På ett personligt plan? Jag fick min efterlängttade arbetsrehabilitering (*host*) samt fick tummarna loss. Jag blev äntligen färdig till att kontakta en tandläkare för första gången på 3 - 4 år samt fick igång hjälpinsatser (*host*) från kommunens sida.

Jag är nöjd med att jag gjorde en Schlagermassaker också 2004.

2. Vad är du mest missnöjd med?

Dåligt bemötande och byråkrati från flärdtjänstens, hämndtjänstens och kommunens fastighetsbyrås sida. Kommunen alltså.

Jo, och att Shirley Clamp inte vann melodifestivalen.

3. Har du någon speciell ceremoni på nyårsafton, t ex vid tolvslaget?

Sedan missen flyttade in hos mig har det blivit "ceremoni" att försöka hålla henne lugn.

På dagen brukar jag arbeta. Jobbar jag inte nyårsafton så jobbar jag nyårsdagen. Så har det varit i fyra år nu. Har man ett fast och rullande schema, så har man.

4. Avlade du något nyårslofte i år? Vad? Varför inte?

Nej, jag avlade inga barn... öh, inte så frågan var menad? Jag lovade i årets första anteckning här att fortsätta skriva ännu ett år. Relativt lätt att lova något sådant när det blivit en vana.

5. Vilket är ditt bästa nyårsminne? Ditt sämsta?

Minne? Vadå minne? Jag minns ingenting. Måste jag gräva fram minnen, där "firande" funnits vid nyår, så blir det minnen med fylla och slagsmål från barndomen. Det fortsätter jag gärna att inte minnas.

 •  [Ändra..](#)

□ 20:42:17, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Fritt spånande

Vad vet jag om året som kommer? Inte mycket. Statistiskt sett ska jag vara sjukskriven ett par tre månader p.g.a. ms-skov, men förhoppningsvis kan det undvikas genom de bromsmedicinerna jag nu tagit i över fem år. Det som finns inplanerat för året är annars en resa "hem" till Skåne, om Riksflärdtjänsten går igenom. I februari ska jag åter börja med sjukgymnastik. Någon gång i vår ska jag åter bli kallad till tandläkaren. Detta är vad jag har att förvänta mig. Det räcker. Mer behöver jag inte veta. Det är inte alltid så trevligt att veta sin framtid.

Ibland blir jag lite filosofisk och kan inte låta bli att fantisera. Tänk om en bot skulle komma mot ms. Tänk om jag plötsligt skulle börja orka... leva. Tanken svindlar. Det första jag skulle göra är nog att be flärdtjänsten köra upp något någonstans. (Kan jag inte nu eftersom jag är i beroendeställning). Det jag annars tveklöst skulle göra, den enda dröm jag inte kan uppfylla, är att börja studera. Vad vet jag inte, men någon högskoleutbildning. Jag har svårt att släcka kunskapsörsten. Det försöker jag kompenseras i mitt jobb genom att lära mig "onödiga" saker som EKG-tolkning. Till och med värdelöst vetande är värdefullt för mig.

Nej, jag har nog inget hopp om det här året heller. Allt rullar på, inrutat och oförutsägbart. Vi anpassar oss till rådande situationer. Också till katastrofer på andra sidan jordklotet som berör oss.

 •  [Ändra..](#)

2005-01-01

□ 00:22:49, Kategorier: [Blogginlägg](#)

Årets första

Hm. Jag har skrivit dagbok (eller vad man ska kalla det för) 1999, 2000, 2001, 2002, 2003 och 2004. 2005 blir mitt sjunde år. Ändå fyller inte dagboken sex år förrän i februari. Märkligt, det där med siffror. Mitt nyårslöfte blir att jag ska (försöka) skriva ännu ett år.

Utanför fönstret fortgår explosionerna. Jag vill bara lägga mig eftersom jag varit uppe sedan kl. 05 och haft en lång arbetsdag. Att det smäller à la Bagdad bekommer mig inte. Det är lilla missen jag lider med en natt som denna. Trots att jag dragit ner persiennerna, tänt upp lägenheten och spelar musik på hög volym, så mår hon inte bra. De blixtar med dunder som ständigt bryter igenom min ljudmatta och persienner får henne att rycka okontrollerat. Periodvis har hon gömt sig bak soffan men ibland har hon krupit på magen fram för att ligga intill mig. För att i nästa sekund fly in bak soffan när en extra hög smäll kommer.

Man har uppmanat att inte använda fyrverkeri med anledning av respekt för de som drabbats av katastrofen i sydostasien. Tvärtom är det betydligt mer liv jämfört med förra nyårsfirandet. Åtminstone i min närmiljö. Hur kan det komma sig? Förra året var här knäpptyst tio minuter efter midnatt. Inte i år. Detta nya år. 2005. Tänk, det har redan gått fem år sedan vi hade millenniefirandet?!

För sakens skull - god fortsättning!

 •  [Ändra..](#)