

### 1999-08-01, del 149

Jag vet inte riktigt vad det är med mig i dag. Vissa dagar är jag bara så butter och avig. På tilltal svarar jag bara med ja och nej. Ofta tror jag det beror på att jag går och grubblar över något och känner att det är något jag inte kan delge andra.

Dagens orosmoln är mina små fötter. Små och små... Det kan diskuteras eftersom det har storlek 47. Domningarna i fötterna blir jag inte klok på. Är de mer domnade än tidigare? Klättrar det upp för benen? Ett nytt skov? Jag väntar och ser. Plötsligt så förstår jag hur de symtomen kan kännas så stora och störande. Hade förmodligen inte störts så mycket av domningarna om jag haft 36:or i skostorlek.

För fem minuter sedan upptäckte jag att jag blivit av med ett ms-symtom. Min nystagmus (ofrivilliga ögonskakningar) är borta. Eftersom jag så starkt förknippat min nystagmus med min yrsel, så kanske de också försvunnit? Det vet jag inte än, för yrseln känner jag bara av utomhus.

Läste ni nyheten i går om landet där man har dödsstraff för mord? Två kvinnor mördades av sin släkt då de "vanärade"<sup>1</sup> familjen genom att ha haft sex utan att vara gifta. Mördarna fick ett par månaders fängelse istället för dödsstraff. Jag trodde mord var mer vanärande än att ha sex. Men som vanligt förstår jag inte när saker och ting sker i religionens<sup>2</sup> namn. Allt som sker i religioners namn anser jag vara av ondo. Sunt förnuft hos individen verkar aldrig råda i sådana här sammanhang. Någonstans är det ett sätt att avsäga sig ansvar. Ynkligt.

Hela sommaren tycker jag att min dagbok varit av sämre kvalitet än vanligt. Det är nog värmen som tar ut sin rätt. Hjärnan mjuknar.

Enligt min mening så finns det två datagurus på nätet. Annica Tiger och Christer Sturmark. Christer var jag och lyssnade på i maj förra året i Stockholm. Det var på en yrkeskonferens med enbart kvinnor (och jag). Ni skulle hört de hänförda suckarna när han äntrade podiet. Frågar man någon i dag (som var med i fjol) om de kommer ihåg Christer, så får man svaret "åh, det var han som var så snygg"! Jag tänker inte här gå in på vad han sa, men han var med i förra veckans IT-bilaga (Aftonbladet) i en kort intervju. Man frågade där vad han använde nätet till och svarade att det mest var för mejl. Men att det annars för honom varit en "fluga som gått över". Då klack det till i mig. Så sant han har! Många har surfat nu i några år (själv har jag gjort det i kanske tre år) men någonstans tror jag de flesta tröttnar efter ett tag. Själv känner jag av ledan. Hade jag själv inte börjat skriva/läsa dagbok på nätet, så hade jag nog lagt av helt. Planlöst surfande har jag väldigt svårt för. Tidigare kunde man sitta i timmar och hoppa runt som en humla på en blomsteräng. Tjusningen har försvunnit. Nyhetens behag har försvunnit. Nu kollar jag bara in nätvännernas hemsidor eller någon länk som jag blivit tipsad om. Men i övrigt tror jag också att nätet är på nedgång<sup>3</sup>. Om inget drastiskt händer. I och för sig så tror jag att det ständigt kommer att utvecklas och därför överleva, men just nu är det stiltje anser jag.

---

<sup>1</sup> Hederskultur. Det har inget med heder att göra.

<sup>2</sup> Det har heller inget med religion att göra. Det handlar om småsinthet och okunskap.

<sup>3</sup> Snarare har det tillkommit nya användningsområden. 1999 var nätet inte mycket att hurra för.

Den där amerikanska mailinglistan jag nu nämnt i några dagar; I går inbillade jag dem att vi i Sverige springer omkring nakna på gatorna eftersom vi är så frigjorda. Fick genast frågan om det inte var obehagligt på vintern. Det skulle väl vara risken för att möta isbjörnar på gatan.

### **1999-08-03, del 150**

Jag hade egentligen skrivit hela denna text klar i natt, och tänkt lägga ut den under dagen. Men jag raderade det mesta av texten efter att ha läst morgontidningen. En före detta arbetskamrat och mycket älskvärd god vän har förlorat sin femåriga son. Jag såg dödsannonsen i morse. Kan inte beskriva hur oerhört ledsen jag är för dem. Det är fruktansvärt. Han föddes svårt sjuk, men jag tror det var hans hjärta som gav upp. Men säker är jag inte. Han föddes bland annat med tumörer i hals/nacke. Då fick man beskedet att om tumörerna skulle börja växa, kunde man inget göra utan han skulle kvävas till döds. Jag träffade dem för ett par månader sedan och då hade han haft hjärtstillestånd. Jag tänker på dem.

Här följer lite av det jag skrev i natt:

Jag skrev aldrig något i går. Anledning: Lathet. Och så behövde jag nog ett break<sup>4</sup>. Jag börjar mer och mer misstänka att jag är på väg in i skov nr 4. Jag skyller det helt och hållet på värmen. Nu har det varit varmt så länge att lägenheten börjar bli upphettad. Olidligt. Lilla mor kom och räddade mig, så jag tillbringade kvällen på landet. Svält och skönt utomhus. Nästan riktigt kyligt. Jag har enkla och billiga nöjen. Jag älskar att sitta och titta på fåglarna. Ser mig själv som pensionär, sittande i en gungstol på en veranda och tittar på fåglarna, och matar duvorna.

Just nu är klockan 1.10 på natten. Sitter uppkopplad på nätet samtidigt som jag skriver detta. Lyssnar nämligen på liveradio från USA med gammal härlig blues. Har kommit in i min 30-talsperiod igen. Lyssnar bl.a. på skivor med Frank Sinatra inspelat vid denna tid.

### **1999-08-04, del 151**

Jag är fortfarande skakad över gårdagens besked om dödsfallet. Det är så hemskt när någon förlorar ett barn. Eller, det är så man brukar tänka när man ser något liknande i tidningen. I detta falt känner jag familjen. Jag vet hur gärna de ville ha barn. Hur glada de var under hela graviditeten. Oron och förtvivlan när den nyfödde hamnade på barnintensiven. Hur mycket tid som tillbringats i sjukvården. Glädjen över sitt barn. Aldrig någon klagan. Och så dödsfallet...

Höjda telefonavgifter? Lille far hade fått telefonräkning. Nu tar man betalt i förskott samt höjt vissa tjänster. När kom den informationen?

Första dagen i går som jag kände riktig leda. Visste inte vad jag skulle göra alls! Har massor att göra, men kände inte för något. Varför är det då så mycket

---

<sup>4</sup> Avbrott that is.

tevereklamsprogram på teven dagtid istället för serier? Har helt gått över till att titta på BBC. Fattar inte mycket. Brittisk engelska har man lärt sig i skolan och jag fattar noll. Amerikaniserad. Brittisk engelska upplevs som tillgjord och snorkig av många. När blev språket sådant? Det sägs att det i England pratades "amerikanska" förr i tiden. När engelsmännen emigrerade till Amerika behöll de sitt gamla uttal i det nya landet, men i England "utvecklades" det.

Skillnaden mellan USA och England debatteras just nu i den amerikanska mailinglistan jag är med i. En av de böcker vi diskuterar skrevs av en amerikanska i USA. Men i England vägrade de att ge ut den om den inte ändrades på vissa punkter. Boken handlar om en kvinna som träffar en ny man som hon gifter sig med. En av sexscenerna fick strykas helt. Sådant klarar inte England av. Dessutom var kvinnan tvungen att någonstans ha ruelse och fortfarande tänka på sin första man. Dubbelmoral? Klarar inte en sexscen? England är väl ökänt för sina udda sexlekar där ministrar kvävs till döds av lampsladdar då de har sex med sina älskarinnor. Och varför måste kvinnan känna sig som "dålig flicka"? Vänd på situationen och det hade aldrig varit något problem<sup>5</sup>. Kan inte förstå hur ett bokförlag i England kan ställa krav på en redan utgiven bok som finns på amerikanska? Ganska märkligt att en amerikansk bok översätts till engelska. I och för sig finns skillnader i språket, men lite onödigt. Jag har fått uppdraget att jämföra den svenska översättningen med originalboken. Man har börjat upptäcka skillnader mellan böckerna när de ges ut i översatt skick. Skrämmande. Hela stycken kan försvinna helt. Det som stört mig mest hittills i de svenska översättningarna, är att det är en serie av böcker där det är olika översättare för varje del. "Rösten" varierar från bok till bok. Otroligt irriterande!

Översättningar på teve ska vi bara inte tala om! Där kan "hello" plötsligt översättas med "vad är klockan". Jag har också ett serietidningsintresse. Prenumererar på tidningar direkt från USA som också ges ut översatta i Sverige. Jag gick över till den amerikanska varianten när man slutade använda översättare till de svenska tidningarna. De som "översatte" var redaktörer och så, som inte kan amerikanskt slang. Katastrof!

Nu ska jag tänka vackra tankar. Eller varför inte drömma vackert? Klockan är över ett på natten. Jag ska efter en god natts sömn hem till lilla mors trädgård och vräka mig på gräsmattan i skuggan. Visst är det tråkigt med all denna sol som ständigt lyser? Fruktansvärd värme (27-28 grader i veckor). Det har inte regnat på veckor.

Om en vecka får man skatteåterbäring, besked om man kommit in på högskolan och Mallan<sup>6</sup> ska vara på teve. En vecka att se fram emot med andra ord! Fast först har vi denna vecka framför oss.

### **1999-08-05, del 152**

Jag skrev i förrgår om hur mycket jag gillar att sitta utomhus och titta på fåglarna. Tydligt är det säkrare inomhus? Yes, jag blev nerskiten av en fågel i

---

<sup>5</sup> En slampa till man hade säkert fungerat.

<sup>6</sup> Malin, Tobbes äldsta dotter.

går. Jag hörde bara ett svischande ljud förbi örat och ett plask på axeln. Förmodligen var det en fågel modell mindre att döma av visitmärket jag fick. Hade varit betydligt värre om det varit en fiskmåås eller duva. Då hade jag nu varit vitmelerad i hela huvudet (och i örat).

Nu har ytterligare fyra arbetskamrater sökt sig ifrån jobbet från och med i höst. Vadå arbetsflykt? Ingen är förvånad.

Jag har inget mer att tillägga i dag. Jo, jag pratade med lille far i kväll och berättade om min "fågelskitolycka". Han var inte alls förstående, utan skrattande sa han "allt gott kommer från ovan".

I går såg jag ännu en gång ett religiöst fanatikerinlägg på en anslagstavla. Där stod att läsa att om man bara trodde på Gud så slapp man oro, ångest och relationsproblem. Och så uppmanades man läsa Matteusevangeliet eller nåt i den stilen. Vad har det ena med det andra att göra?

### **1999-08-06, del 153**

Jag anser mig ha en mycket besvärande egenskap; Empati. Jättejobbigt! Tänk att leva sig in i andras människors känslor och upplevelser. Det går bra när det handlar om något glädjande, men ledsamheter tar hårt. Kan inte skaka mig av känslorna. Att känna empati är väl det som gör oss mänskliga, men hur mycket ska vi leva oss in i andra? Förståelse är den mildare varianten av empati. Är detta ett sätt för mig att leva mig in i andras liv på bekostnad av mitt eget? Svåra frågor för mig. Skulle kunna ge exempel på hur jag menar, men avstår. Eller, tja... ett exempel. Härom dagen skrev jag om femåringen som dog. Jag tänker på detta varje dag och blir rent ut sagt förtvivlad. Känner med föräldrarna något rent extremt. Pratade med mina före detta arbetskamrater i dag som också jobbat med femåringens mamma. De känner det likadant.

I går kväll skannade jag. Glaset gick sönder. Böcker är nog för tunga.

Har precis sett ännu ett avsnitt av Våra bästa år på trean. Jag slutar inte förvånas. Tidigare har jag berättat om den serien här. En kvinna har i månader legat fastbunden i sin säng eftersom hon varit besatt av en demon. Hennes make prästen utförde förra veckan en exorcism. Den överlevde hon inte. I över en vecka har hon legat död i bårhuset. I dag vaknade hon till liv igen - fortfarande besatt av demonen. Jag var tvungen att kolla i eftertexten vad det var för författare till denna historia. Det visade sig vara typ femton olika författare. "Ju fler kockar desto sämre soppa"?

Hook<sup>7</sup> kan vara det engelska ordet för att få i bollen i korgen när det gäller basket. Ett svenskt damlag skulle på turné i USA, men hade inget bra internationellt gångbart namn för laget. Men de kom på det perfekta namnet, trodde de. De visste nog inte riktigt vad det betydde, men publiken i USA

---

<sup>7</sup> Betyder väl egentligen krok på svenska.

älskade dem. Så mycket att folk busvisslade och skrek upphetsat när de äntrade planen. Deras namn? The Hookers!<sup>8</sup>

### **1999-08-07, del 154**

Jag såg i går kväll på BBC:s "Pop of the Tops". De visade gamla godingar från 80-talet. Snart tjugo år gammal musik. Förstår plötsligt varför fadern också suckar och minns musiken från 50-talet. Jag såg bland annat Yazoo på teven. Typ 1983? Ingen som kommer ihåg dem? Tja, man dumpade sångerskan<sup>9</sup> och skaffade en manlig sångare<sup>10</sup> istället. Och bytte namn till Erasure.

Amerikanska evighetsserier stör mig en aning. Eftersom jag tidigare berättat om "Våra bästa år" på trean, så kan jag ju ta det som exempel. Ett dygn i serien kan i verkligheten beskrivas i en månad. Långa nätter och dagar med andra ord. Vissa av serierna började som radioföljetång och gick sedan över till teve. Några är från 50-talet. Och det gör det ännu märkligare. Det har kanske gått en månad i serien på 40-45 år. Men skådisarna åldras också motsvarande 40-45 år. Hur många har på en månad fått både barn och barnbarn? Och alla dessa skådisar man byter ut! Antingen låtsas man inte om det i serien att Hilding sedan i går krympt två decimeter och ser helt annorlunda ut. Eller också skyller man på någon hemsk olycka (typ prärievargar som tuggat på honom när han legat medvetslös efter en flygkrasch) där plastikoperation krävts. Märkligt. Att ha genomgått en plastikoperation där man fått helt ny hårfärg, lägre hårfäste och annorlunda dialekt. Med tanke på deras tidsuppfattning är det anmärkningsvärt att de återhämtat sig efter operationen på ett dygn. Och alla minnesförluster! Den är kollektiv! Inte bara personen i fråga har glömt allt. Omgivningen kommer inte heller ihåg personen eller känner igen den. Förmodligen p.g.a. plastikoperationen. Var kommer alla elaka tvillingar ifrån? Snacka om identiska tvillingar! Allt är exakt. Just för att serierna är så sjuka kan jag inte låta bli att följa dem.

Hur stod man ut med att följa Dallas? För att det fanns så lite annat att se på teven med bara ettan och tvåan i början av 80-talet? Vem sköt JR? Då var folk engagerade. Det är annat nu. I och för sig så var det bara ett par år sedan vi på jobbet varje dag diskuterade Skilda världar. Missade man ett program, så var man helt ute. Vem som sköt JR? Var det inte Pamelas syster? Och visst var det hon som körde ihjäl Bobby? Fast efter en säsong upptäckte man ju att Pamela bara drömt och att Bobby stått i duschen i ett år. Dallas var kanske inte så mycket bättre än alla andra såpor?

### **1999-08-08, del 155**

På onsdag är det solförmörkelse. Årtusendets sista, som det står i alla tidningar. Som om det skulle vara något speciellt med det? I två minuter ska fenomenet vara då månen täcker halva solfältet för oss här (i södra Sverige åtminstone). Ute i Europa är det rena hysterin och jippokänsla eftersom solförmörkelsen är

---

<sup>8</sup> Hororna på ren svenska.

<sup>9</sup> Alison Moyet.

<sup>10</sup> Andy Bell.

total där. Men om det är molnigt/mulet? Vad gör man då? Tja, man ska ju kunna följa hela händelsen på Internet.

Stirra in i solen i två sekunder! Och du är sedan för alltid blind då det räcker med de sekunderna för att bränna sönder näthinnorna. Tur man har reflexer och kisar när man kommer ut i ljuset. Inte konstigt egentligen att jag får migrän av ljus och är ljuskänslig.

Solförmörkelse. Jag förstår inte allt ståhej. Motsatsen är mycket häftigare. Inte för att jag varit med om att solen lagt sig mellan jorden och månen och skymt månen, utan jag menar när jorden lägger sig mellan månen och solen. Är det femton år sedan, typ? Natt, fullmåne och plötsligt försvann månen. Eller rättare sagt, man såg månen men utan att den reflekterade solljuset. Var den inte rödaktig?

I dag är det elva år sedan hysteri rådde. Jo, för då var det 1988-08-08. Det skulle betyda tur om det var i Japan eller Kina. Det bästa var om klockan var 08.08. Vet inte varför just detta skulle vara så gynnsamt. Jo, åtta lär vara ett turnummer.

### **1999-08-09, del 156**

Damn, it's good to be me! Jag känner mig ovanligt uppåt i dag. Kan det bero på det underbara vädret? Det har nämligen blivit höst! Tjohoo! I två månader har det varit närmare 30 grader varmt, och nu plötsligt 15-18 grader. Känner mig mycket rörligare, domningarna känns inte så påtagliga. Hoppas jag nu får en lugnare höst utan alla störande ms-symtom.

Just nu debatteras det på en ms-mailinglista om självmord. Verkar som om alla där känner för detta. Påtagligt blir det att det rör sig om en amerikansk lista där man frågar om man bör göra sig av med sina skjutvapen, för de är så frestande att använda? Spontant vill jag säga "Ja! Släng skiten!", men det var inte precis de svaren som kom från de andra deltagarna. Nix, istället skulle man behålla vapnen då man kände en inre skön känsla av att kunna smeka dem. Eh, va?! Eventuellt kunde man låta vänner ta hand om vapnen under tiden man var självmordsbenägen. Men aldrig, aldrig ge dem till släktingar, för efter ett tag så behöll de vapnen som sina egna! Och man fick absolut inte ge sin kära pistol till sin svärmor. Öh? Jo, amerikanerna är nog väldigt förälskade i sina vapen. Depression och självmordstankar är vanligt (eller vandligt förekommande) bland ms-sjuka. Dels som ett ms-symtom, men kan också vara en biverkning av de mediciner som finns tillgängliga. Det upprörde mig en del att alla de andra ms-sjuka på listan uppmanade de som hade självmordstankar att helt sluta ta medicinerna. Det primära borde väl ändå vara att också ta kontakt med sin behandlande läkare och kanske prova annan medicin, och försöka utröna vad depressionen berodde på? Misstänker man att det är medicinen man inte tål så är det klart att man ska sluta med den, men man måste kontakta läkare. En kvinna hade slutat medicinera för flera år sedan och aldrig sökt läkare. Hon hade blivit sämre och sämre i sin ms, men tyckte att det var bättre så här. En annan stor skillnad verkar vara att man i USA inte kan ta de mediciner som behövs p.g.a. priset. Och här gnäller vi (med viss rätta) över att högkostnadsskyddet för mediciner är så högt. Vi har det bra! Föregångslandet och den stora drömmen

Amerika är kanske just det... en dröm. Och en myt.

Jag fick ett oväntat telefonsamtal i går. En flyktigt bekant från min barndom ringde från sin sjukhussäng och var helt salig av lycka. Hon hade nämligen för några veckor sedan levertransplanterats. Och tillfrisknat fortare än förväntat. Hon hade hört om min ms och ringde för att pigga upp mig. Hon blev nog ganska paff över att jag helt oväntat faktiskt mår mentalt bra trots min diagnos. Men vi hade en lång diskussion om likheterna mellan oss. Hur starka vi kan vara, men att det tar på krafterna att försöka förklara sig för sin omgivning. Det är omgivningen som har svårare att acceptera de sjukdomar som vi redan lärt oss att leva med. Och alla dessa fördomar! I mitt fall säger folk direkt till mig: "men då dör du snart", "då hamnar du snart i rullstol", "men du ser ju pigg ut" och så vidare. Visst är de finkänsliga? Hur jag drabbats av sjukdomen vet jag först om 40 år, då har jag facit. Cirka 75 % hamnar aldrig i rullstol, och de 25 % som gör det är inte alla dömda till rullstol konstant. Många behöver rullstol bara under en kortare tid. Ser jag pigg ut? Så bra då! Allmänheten vet inget om ms. För ett halvår sedan visste inte jag heller någonting. Det enda jag visste var att det inte var världens undergång. Inte för mig åtminstone.

Hur många är trötta på att höra ordet "millenniumskifte"? Jag förstår inte märkvärdigheten med år 2000. År tjugohundra. Gillar ännu mindre att höra "år tvåtusen". Vi i Sverige säger årtal som hundratal. Nittonhundra... Tjugohundra... Och uttrycket Y2K är ännu värre. Year 2000. K står för kilo som betyder tusen. År två kilo?! Varför ska vi fira övergången mellan 1999 till 2000? Vad är det är det som är så speciellt? Vi *kan* inte fira år 2000 som ett nytt årtusende. För nytt årtusende blir det först år 2001. Exakt samma diskussion var det 1900 när det skulle bli ett nytt århundrade. Anledning: Vi kan inte fira siffran 0. Ska jag argumentera lite till? Varför har vi denna tideräkning? Jo, på grund av Jesu födelse. Om man nu bortser från att vi räknat fel med några år och att vår tideräkning skulle börjat några år tidigare, så kan jag säga följande: Jesus föddes inte år noll. År noll finns inte. När han föddes började man på år 1. Året innan var inte heller noll. Alltså kan vi inte fira år 2000, då det bara gått 1999 år sedan Jesu födelse. Och då kommer vi in på ett annat problem. Varför årsskifte mellan 31 december och 1 januari? Jesus föddes ju 24 december. Alltså ska vi fira nytt årtusende den 24 december år 2001! Har ni tänkt på det? Va? Va? Va? Det är så kul att reta andra med mina synpunkter. Vill ni fira nyårsafton år 1999 så hindrar jag er inte. Det jag har emot är hysterin. Finns de som ska fira på en båt i Stilla havet bara för att få vara de första som "åker" in i ett nytt millennium. Usch, där kom det där fåniga ordet igen. Får gå och tvätta munnen med såpa.

Obs! Millennium! Inte millenium - som så många felaktigt stavar det.

### **1999-08-10, del 157**

Jag blev antagen till högskolan! Just nu sitter jag fånigt leende. Helt ofattbart att jag kom in på högskolan! Jag hade nästan helt gett upp hoppet. På utbildningen fanns 45 platser, man antog 80 då man räknade med bortfall, och jag var på reservplats 18. Alltså måste 53 personer tackat nej. Och det är jag tacksam för.

Helt plötsligt så känner jag mig kluven. För nu har jag alternativ att välja mellan - arbetspröva eller skola? Skola är nervöst, för det är ny okänd mark för min del

- högskolevärlden. Och vad gör jag nu med sjukskrivningen? Om jag inte klarar ett arbete (med de arbetsuppgifter de innebär), klarar jag då högskola? Frågor jag måste diskutera med farbror doktorn om, och en kurator. Och Försäkringskassan. Om jag blir sjuk under studierna, vad gör jag då? Sjukskrivs, hoppar av skolan och återgår i rehabåtgärder? Vad vill jag själv? Jo, få vara frisk, få gå skola och skaffa en tatuering. Typ.

Oj. Jag har ju också tackat ja till datautbildningen kvällstid på högskolan. För många åtaganden? Nu har jag varit sjukskriven 10 veckor och vill verkligen sätta igång med något, och inte bara sitta pall hemma. Hoppas jag kan hålla mig frisk (någorlunda) nu. Synd man inte har någon kontroll själv.

Himla tur att jag kom ihåg att passa tiden. I kväll fick man se och höra Mallan när hon sjöng och blev intervjuad i TV4. Jag lovar... jag lär inte missa henne live i TV4 den 3 september! Men vad i all sin dar höll de på med under tiden de intervjuade henne? Frenologi<sup>11</sup>? Eller tog man mått till en peruk?

Jag har en dröm som jag nog aldrig berättat om för någon. Jag skulle vilja arbeta som manusförfattare till en såpa. Jag har ju fantasi så det räcker och blir över. Inte kan det väl bli värre än vad det just nu är i treans "Våra bästa år". Som jag berättat om vid flera tillfällen om här i min dagbok. Kvinnan som var besatt av en demon, som dog, som vaknade upp lika besatt i bårhuset är nu fri från demonen och lever livets glada dagar. Dramatik? Tja, när mannen (prästen) under gudstjänsten bär in den halvt medvetlösa demonbefriade kvinnan och lägger henne på altaret framför hela seriens huvudpersoner som sitter och sörjer hennes död - ja, då är det dramatik. Bra dramatik? Nja, dramatik räcker väl. Men du milde vilken fantasi! En kille hade ihop det med sin före detta frus mamma, och så beskyller han exfruns blivande make för att ha mördat den före detta frus mammas senaste pojkvän. Eh, invecklat? En aning. Och ändå är det *så logiskt* med tanke på vad som försiggår i serien. I'm hooked 4ever! Jo, skriva en såpa hade varit kul.

Fy, vilket åskoväder vi haft här i dag! Det har åskat tre timmar oavbrutet med åskan rakt ovanför min flint. Och regnat. De berättade på nyheterna att räddningstjänsten är fullt upptagen med att pumpa vattenfyllda källare. Trist med åska. Ingen dator, ingen teve och ingen telefon (halleluja). Så vad kan man då göra? Jo, ställa sig vid spisen. Precis vad jag gjorde. All den andra tekniska apparaturen får man ju vara rädd om. Spisen är jag inte ägare<sup>12</sup> till.

### **1999-08-11, del 158**

Om jag nu bara kan hålla mig någorlunda symtomfri, så ska jag om några veckor börja på högskolan. Det är jag naturligtvis överlycklig för. Jag vet nu att det inte finns några arbetsuppgifter jag klarar av längre som läkarsekreterare. Jo, klarar dem kanske, men med stor möda. Arbetsprövning var på tal, men högskola låter bättre för mig. Jag vill inte vara en belastning för jobbet om de måste fixa fram lämpliga arbetsuppgifter. Vad skulle det vara? Med största sannolikhet något jag inte är intresserad av. Ändå oroas jag nu av tanken på högskolestudier. Hur ska

<sup>11</sup> Frenologi = utläsa en människas karaktärsdrag med ledning av hennes skullform.

<sup>12</sup> Bostadsföretagets.

jag fysiskt klara av det? Naturligtvis måste jag innan skolstart ta kontakt med kuratorn. Kanske finns det särskilda stöd för mig att få? Kanske lugnare studietakt när så krävs? Jag vet som sagt inget om högskolan. Men det lär de kunna upplysa mig om.

På måndag den 16 augusti ska jag till doktorn. Får nog ta en diskussion med honom också vad han tror och tycker. Tror jag skulle behöva färdtjänst och parkeringstillstånd. Men jag har inga förhoppningar om det. Jag är osäker på hur många skov jag haft i år, men jag tror det är dags att göra en liten lista över alla symtomen jag haft. Efter ett tag glömmer man.

- Synnervsinflammation
- Domningar, stickningar, "tandläkarbedövning" och kuddkänsla i hela kroppen från fötterna till halsen
- Nystagmus (ögonskakningar)
- Yrsel
- Lomhörd vänster öra
- Känselnedsättning del av ansiktet
- Myalgi (ömman punkter på kroppen)
- Domningar bältformat runt midjan
- Överkänslig för ljud, lukt och ljus
- Ataxi (kan inte samordna rörelser, ingen kontroll)
- Trötthet, mental och fysisk
- Halv inkontinens
- Nedsatt styrka i armar och ben
- Förlorad finmotorik i händerna
- Spasticitet i ben och arm
- Ilningar, krypningar inne i benen
- Ledvärk
- Köldkänsla i händer och fötter

Blir rädd när jag ser alla symtomen. Och detta ska föreställa lindrig ms? Äh, allt kan ju vara värre. Undrar om jag är berättigad till betainterferonmedicinering? Just nu mår jag bra. Åtminstone med tanke på hur mycket sämre jag varit, och med vilka symtom jag har just nu. I dag har nedsatt syn på vänster öga (som ju är permanent), lomhörd, kalla och stela fingrar utan känsel (bättre motorik och styrka), kuddkänsla och köldkänsla i fötterna (svårt att gå ordentligt), åter blivit halvt inkontinent. Mår ändå ganska hyfsat. Nystagmus har försvunnit, likaså myalgin och yrseln. Det är jag tacksam för. Kunde nu bara händerna bli bättre så hade min största önskan gått i uppfyllelse. Dock tror jag att jag inte kan bli bättre än vad jag är nu. Trist, men uthärdligt. Blir det varken bättre eller sämre, så är jag nöjd till 100 %.

Innan jag förgås måste jag erkänna något. Jag har hårbeklädnad över hela kroppen! Ja, inte huvudet då, om man nu ska vara så noga. Men jag har rikligt av det på tårna också! Men jag har ett problem: Brösthåret. Jag har väldigt ljust hår, och på bröstet syns det knappt. Och det är väl klart att jag vill visa upp det med stolthet! Har länge funderat på hur jag skulle göra det mer i ögonfallande där jag går med uppfläkt kråsskjorta och tjock guldkedja runt halsen. Nu har jag kommit på det; Mascara så klart! Jag kan ju svärta brösthåret med lite mascara! Men en fara är ju om mascaran är av dålig kvalitet, så håret torkar och blir hårt och styvt. Tänk om man då råkar bryta av hårstråna? Usch, herre min skapare,

vilken mardröm! Men det är klart, jag kan ju fråga damerna i sminkdisken på Åhléns om de har *Mascara for men*. De borde ju veta om några hur kvaliteten är på sminket. Kanske jag kan få prova lite olika märken vid disken?

- Ursäkta mig.
- Ja?
- Du har precis upplevt din första och sista solförmörkelse under din livstid, hur var det?
- Eh, jag vet inte riktigt. Jag stod i duschen vid just det ögonblicket.

Jo, det gjorde jag faktiskt! Vad har man för glädje av 80 procentig solförmörkelse när det är mulet? Även om det varit klart väder så hade jag inte haft några specialglas att skydda ögonen med. När jag vaknade i dag kände jag direkt att något var annorlunda. Kunde bara inte komma på vad det var förrän jag kom ihåg solförmörkelsen. Jag kände något. Förmodligen känner jag av himlakropparna till viss del. Känner alltid om det är fullmåne, även om jag inte kollat upp det. Även om det var mulet så märkte man av förmörkelsen. Det blev så mörkt, ungefär som när ett åskoväder precis ska bryta ut. Förutom att de hotfulla molnen inte fanns att skåda på himlen. Och vilka lustiga färger man såg på himlen? Molnkanterna skimrade i konstiga rosa nyanser. Så det har varit solförmörkelse. Och nu då? Life goes on?

Högskola känns bara så rätt!

### **1999-08-12, del 159**

Jag sitter här och undrar vad det är som luktar så illa. Är det ruttna jordgubbar? Men det är ju omöjligt! Jag tål ju inte jordgubbar, och det är länge sedan säsongen var över. I och för sig, jag kan mycket väl lägga ifrån mig t.ex. ett äppelskrutt och glömma det. Efter en månad kan jag lyfta på en tidning och hitta något mystiskt med grön päls. Aha! Äppelskruttet! Jag sniffar vidare. Måste hitta källan till det onda.

Vik här, tryck här, dra här, pressa här. Hur ofta ser man inte det på livsmedelsförpackningar? Och hur ofta lyckas man med att öppna perforeringarna med sådan text? Ja, jag har aldrig klarat det. Bästa sättet är att ilsket dra i sönder förpackningen efter bästa förmåga. Att öppna en mjölkpaket - 1 liter borde innehålla 1,2 liter. Så att det verkligen var en liter i förpackningen när man lyckats öppna den. Och alla dessa aluminiumtäckta byttor (t.ex. smörpaket). Först ett lock och sedan aluminium. Och man drar i fliken och får snibben av fliken i handen. Men byttan är fortfarande aluminiumövertäckt. Konspiration!

Jag fick igår ViktVäktartidningen. Visste ni att det är årtusendets sista vecka 33 snart att börja banta?

Detta års modeord:

- 1) Årtusende
- 2) Millennium

Detta års glömda ord:

- 1) Sekelskifte
- 2) Århundra

Ni vet vad jag tycker om millenniet och år 2000. Jag kom ifrån ämnet. Det var om bantning, eller rättare sagt viktminskning, jag vill nämna om. År 1987 gick jag med i ViktVaktarna (WW). Jag vet inte om jag vågar nämna någon vikt här över huvudtaget, men då gick jag ner 35 kg på sex månader. Höll det i knappt ett år och har sedan dess gått upp (håll i er) 50 kg! Men jag har gått ner igen. Litegrann. Vet inga exakta siffror. Vill inte gärna kolla heller och bli deppad. WW har jag varit med i tio gånger på tolv år. Det funkade en gång, sedan var det för svårt. Inte blev det bättre av att programmen ändrades ständigt och jämt. Min vikt har alltid varit ett problem. Började i sexårsåldern tror jag. Hamnade hos dietist i tioårsåldern. Total failure! Hamnade senare på barnpsyk<sup>13</sup> eftersom man inte kom någonstans med min vikt. Snacka om fel person på fel ställe! Visst, snacksalig som jag var, så var det kul att prata med psykolog. Men min vikt ändrades inte för det. WW blev min räddning. Tillfälligt. Nu har Xenicaltabletter kommit, men jag vet inte. Jag har inställningen att jag måste lägga om min kost. Men är den så annorlunda jämfört med en normalviktig? Nix. Inte egentligen. Just nu lägger jag mycket energi på min ms och kommer snart också förhoppningsvis lägga stor energi också på högskolestudier. Men någonstans borde jag också lägga energi på min hälsa gällande vikten. Mycket för att orka med ms och skola. Men det är skitjobbigt. Hur diskriminerande det är att vara överviktig. Att man "ska själv skylla sig". Det är en sjukdom. Det finns till och med en diagnos – obesitas, det vill säga sjuklig fetma. Men detta är inget sjukvården hjälper till med på ett tillfredsställande sätt. Fortfarande detta med "skylla sig själv". Resurserna finns inte, och inte kunnandet heller. Om jag bara kunde vara mer motiverad? Varför jag inte höll vikten efter att ha gått ner 35 kg? Där finns många orsaker. Dödsfall och andra problem i familjen samtidigt som jag blev akutopererad. Det blev för mycket.

Jag vaknade idag och var totaldeppad och är det fortfarande. Dock har jag nu kommit på vad det är som luktar så illa. Jag hade slängt en förpackning Jordgubbsfil i soporna, men sedan glömt att gå och slänga påsen. Det bevisar väl vem jag är? Jag är nog en sådan som tänker "Hm, kan jag använda denna t-shirt i dag också" och luktar i armhålan. Okej, det var väl lite överdrivet, men ni fattar.

Från deppad till ännu mera deppad. Benen bär inte i dag. Jag tror jag vilat för dåligt och ansträngt mig för mycket. Dessutom fick jag lite andra besked också i dag:

Papperna har kommit från högskolan. Jag börjar på måndag 23 augusti att läsa Personal- och arbetsvetenskapligt program (120/160 poäng). Har redan fått litteraturlistan och ett nioveckorsschema. Varannan vecka två dagar, varannan vecka tre dagar. Verkar ju hyfsat, men jag fattade noll av delkurs 1. Psykologiska teorier, forskningsmetoder, resultat och tillämpningar inom psykologins forskningsområden. Grundläggande kunskaper rörande gruppens utveckling och grupprocesser. Kunskap om utvecklings- och

---

<sup>13</sup> Barn- och ungdomspsykiatri, BUP.

personlighetspsykologi, perceptionsprocessen, inlärnings- och kognitiv psykologi. Motivations- och emotionspsykologi samt differentiell psykologi. Detta ska relateras till personalarbete och arbetsliv. Eh, va? Och detta ska jag om tio veckor tenta? Varför hoppade jag av psykologi på gymnasiet?

Det som oroar mig enormt just nu är insparken. Det är något jag absolut inte klarar av, men som verkar så viktig för att komma in i rollen som student. Jag vill bara studera. Allt annat får vara efter ork, men då blir det väl det vanliga köret "varför ska inte du vara med, äh du klarar det säkert, försök" som är så jobbigt att behöva förklara anledningar till. Kan jag inte, så kan jag inte. Punkt slut! Inser också att jag nu måste ansöka om färdtjänst för att kunna ta mig till skolan. Usch, orkar inte tänka på allt jag nu måste ta itu med. Har bara en vecka på mig. Ser bara en massa problem framför mig som ska lösas.

Totaldeppad alltså. En vanlig humörsvängning? Ms-relaterat? Jag ska kanske inte försöka utforska anledningen. Är trött, har nog sovit för dåligt. Kanske allt är okej efter lite vila?

### **1999-08-13, del 160**

Följande text är en fri översättning jag gjort, hämtat från den amerikanska diskussionsgruppen för ms-sjuka. Jag tycker texten är väldigt bra

*Det finns en anledning till allt*

*Ibland kommer människor in i ditt liv och du förstår direkt att det var meningen... att det finns en avsikt, en lärdom, eller för att visa dig vem du är eller vem du vill vara.*

*Du vet aldrig vilka dessa människor är, men när du sluter dina ögon tillsammans med dem, vet du direkt att de kommer att påverka ditt liv på ett förutbestämt sätt.*

*Och ibland verkar saker drabba dig som vid tillfället verkar, hemskt, smärtsamt och orättvist, men vid eftertanke inser du, att om du inte tar dig över dessa hinder, ser du aldrig din fulla potential, styrka, vilja eller förmåga*

*Det finns en anledning till allt*

*Ingenting händer av en händelse eller på grund av tur. Sjukdom, skador, kärlek, försvunna stunder av sann storhet och ren dumhet. Allt sker för att testa din själs begränsningar.*

*Utan dessa små tester skulle livet vara som en asfalterad, rak, platt väg mot ingenting. Säker och bekväm men tråkig och ytterst meningslös.*

*Människorna du möter påverkar ditt liv. Framgångarna och bakslagen du upplever kan bidra till den du är, och dåliga erfarenheter kan man lära från.*

*Troligtvis är det de mest bittra och viktiga erfarenheterna.*

*Om någon sårar dig, sviker dig eller krossar ditt hjärta, förlåt dem då de lärt dig om tillit och nödvändigheten av att vara försiktig åt vem du öppnar ditt hjärta.*

*Om någon älskar dig, älska dem tillbaks villkorslöst, inte bara för att de älskar dig, utan för att de lär dig att älska och att öppna ditt hjärta och dina ögon så du ser de små tingen.*

*Ta lärdom av varje dag. Uppskatta varje ögonblick och ta till dig allt du bara kan, för det är inte säkert att du får uppleva det igen.*

*Tala med människor du aldrig pratat med förr, och lyssna verkligen.*

*Låt dig själv bli förälskad, bryt dig loss och höj blicken mot skyn. Håll huvudet högt, för det har du all rätt till. Säg till dig själv vilken underbar individ du är och tro på dig själv, för om du inte tror på dig själv, så gör inte någon annan det heller.*

*Skapa dig själv ett eget liv*

*gå sedan ut och lev det.*

*-anonym-*

### **1999-08-14, del 161**

Jag har funderat. Länge. Och det har inte varit lätt det jag kommit fram till. Ja, det gäller högskolan.

Jag ska försöka få anstånd ett år men behålla min plats. Det bör gå eftersom jag drabbats av sjukdom och att jag inte visste om det vid ansökningstillfället. Anledningen till mitt beslut är egentligen många.

- Jag håller på att bli sämre. Har i dag ataxi (kan inte samordna mina rörelser) och pratar med stackato (hackigt).
- Troligen behöver jag någon medicinering nu, och då vill jag inte samtidigt börja skola.
- Jag vill arbeta, även om det innebär arbetsprövning och att jag inte får komma tillbaka till min gamla arbetsplats. En risk är ju också om jag efter ett tag märker att jag inte klarar skolan, så har min arbetsgivare inte samma åtagande gentemot mig.
- Om det nu finns möjligheter med ett års uppskov, så har jag ändå inte gett upp hoppet om att gå utbildningen. Jag är ändå i början av min sjukdom, och om ett år vet jag mer hur det utvecklats.

Jag har varit i kontakt med mina arbetskamrater flera gånger denna vecka. Jag saknar dem till den milda graden att det nästan gör ont. Mitt arbete har alltid varit mitt hem och familj. Kanske tycker arbetskamraterna det låter märkligt om de läser det, men så är det. Jag har verkligen satsat helhjärtat på jobbet och därför känns det så svårt på vilket sätt jag bara "försvunnit". Jag vill vara kvar i sjukhusmiljön (som personal, Gud förbjude att det är som patient). Dock tror jag att min sjukskrivning blir förlängd utan att jag får börja arbetspröva. Får se på måndag vad doktorn säger. Jag får nog kräva "lyckopiller" (usch, hemska ord) denna gång. Ja, psykofarmaka alltså. Det lär vara det enda som hjälper mot myrkrypningarna i benen. Natten i går var hemsk. Restless legs. Kan inte ligga utan att få krypningar och ont. Måste konstant röra på benen. Konstigt att just psykofarmaka hjälper? Det är en bieffekt av medicinen har man kommit fram till. Är egentligen inte klokt att det inte finns någon medicin mot ms. Den variant av betainterferon som man ska kunna få som bromsmedicin, är egentligen tack vare aids. Ms är motsatssjukdomen till aids. Ms – överaktivt immunförsvar. Aids – nedsatt immunförsvar.

Texten jag hade i går "Det finns en anledning till allt" har nog något att säga alla människor. Fast vi förknippar nog texten på lite olika sätt från person till person. Den peptalk som texten ändå är, visar också hur jag vill uppmuntra andra människor. Som detta att tro på sig själva och leva sitt eget liv. Visst har jag svårt själv med att tro på mig själv. Jag har en stor rädsla för att själv ständigt bli misstolkad och misstolkar själv lätt andra. Denna osäkerhet! Ändå måste jag säga att jag kommit långt. För femton år sedan hade jag aldrig upplevt självförtroende. Men sedan har jag kämpat. Därför har jag så fruktansvärt svårt för att lyda andra. Detta gör att jag ständig är i konflikt med de auktoriteter som försöker styra mig. Min vilja är stark och jag vägrar låta mig styras (lirka med mig, det funkar). Om jag samtidigt då riskerar något p.g.a. det, så får det vara värt det. Min integritet är större än trygghet.

Fick ett fint pris av Vivianne.



### **1999-08-15, del 162**

Jag såg en märklig företeelse på teve i går. "Öresundsbron" där det var taklagsfest nu när bron står där och länkar samman Sverige och Danmark. Ja, det där med taklag är ju konstigt sagt, eftersom man inte rest något tak på bron. Kronorna var på plats och mötte varandra mitt på bron (kronprinsessan Victoria och kronprins Frederik). Efter att ha kramat om varandra så trycktes de ner i varsin stol och tvingades höra en massa tal om hur bra bron var. Och så fick de se luftbalett. Vilket innebar att folk hängde livlöst i linor och flaxade lite med armar och ben emellanåt. Massor av människor var på plats för att se spektaklet. Och alla hade varsin plasthjälm. Varför? De gick ju på en bro! Vad kan man få i huvudet på den byggplatsen förutom fiskmåsar? Eller var man rädda att folk skulle ramla av bron och att det krävde hjälmar? Jo, att falla 68 meter till havsytan kan vara farligt om man inte har hjälm! Eh, hur hade det varit med flytväst? Nja, det funkar inte heller eftersom man från den höjden slår ihjäl sig mot vattenytan. Fallskärm, då? Förmodligen förståndigare. Som avslutning skickade man upp ballonger i Sveriges och Danmarks färger; blått och gult samt rött och vitt. Men tydligen måste något fel ha begåtts, för det var ju Skånes färger (rött och gult) och Finlands färger (blått och vitt) på ballongerna. Men mig gjorde man åtminstone glad, halvskåning och halvfinne som jag är.

Så varför var inte jag på plats? Äsch, skojar ni? Öresundsbron ligger ju i andra landsändan! Jag bor på östkusten och detta var på västkusten. Avståndet är ju så stort som 10 mil! Dessutom är jag inte särskilt förtjust i broskräppet. Vi - en

del av kontinenten?! I och för sig är det nu lättare att fly landet. Tror inte andra länder etablerar sina företag här bara för att vi har fått en 16 km lång bro. Jag hoppas nästan lite på att Danmark nu tar initiativet och kommer över och räddar Skåne från Sverige. Det har gått 341 långa år och saknaden efter moderlandet har ibland känts svårt. Lite bättre känns det av att man bor i den danska staden Christianstad som varje år firar Christian IV - vår store danske kung!

Jag läste något bra i fredagens Expressen. Det var en insändare om att vi i Sverige har lika dålig B-musik som i Danmark. Enda skillnaden är att vi i Sverige pumpar våra B-artister fulla med sillikon innan vi kastar upp dem på scenen. Nämner inga namn på artister. Ingen nämnd, ingen glömd – trots att jag försöker.

På tal om Expressen och artister (dock ingen B-artist) så var Mallan i tidningen i fredags. Med bild och miniintervju. Kanske dags att börja samla tidningsurklipp nu? Kanske man skulle köpa en klippbok?

Jag blir ständigt så glatt överraskad. I dag ringde en arbetskamrat. En söndag! Annars brukar de flesta ringa på arbetstid. I morgon ska jag till sjukhuset och jag vet inte hur jag ska hinna med att hälsa på alla kamraterna. Att jag har en tid till doktorn är bara en bisak (känns det som). Håll tummarna att jag får kortisondropp igen. Det har ju hjälpt en gång mot ataxi, så jag hoppas på en upprepning.

Gud, vad jag saknar en liten trädgård! Känner mig plötsligt väldigt inlåst i lägenheten. Har i nästa två timmar tittat på BBC som visat trädgårdsprogram. Blir så avundsjud. Skulle vilja ha en trädgård à la minimal. Utan gräsmatta! Skulle i stället vilja ha en med plattor och med breda rabatter med massor av växter.

### **1999-08-16, del 163**

Så har jag då varit hos neurologläkare igen. Jag kommer att få intyg gällande färdtjänst som jag nu ska söka genom kommunen, och jag får också intyg på att jag inte kan börjar på högskolan i år p.g.a. sjukdom. Arbetspröva får jag inte göra än, då jag anses vara för sjuk fortfarande. Blev nu sjukskriven till och med 991031. Under tiden ska jag gå hos sjukgymnast, och jag får själv ta kontakten.

När jag kom in till doktorn så satt han tyst och läste i min journal. Så säger han djupt försjunken i texten: "Hm, pratade jag aldrig med dig om Betaferon sist du var här"? Nä, det gjorde han aldrig, och hade han inte själv tagit upp det i dag så hade jag gjort det. Det bestämdes att jag nu ska börja med Betaferon. Det är vad jag vill, men jag är ändå orolig över biverkningarna. De är inte att leka med. Oroas lite av att mina händer fortfarande är så dåliga. Jag ska ju själv kunna ge mig sprutor varannan dag i tre år<sup>14</sup> framåt. Och jag som är så fumlig. Verkade som om man dessutom skulle blanda två små ampuller innan man injicerade.

Jag fick med mig en broschyr hem att läsa med information om Betaferon. Därefter ska jag ta kontakt med mottagningsköterskan och få tid till henne, så

---

<sup>14</sup> Varifrån har jag fått "tre år"?

hon kan lära mig att ta injektionerna. Mer sades inte i dag. Kan väl sammanfatta det med att jag med oro ser fram emot den enda behandling som egentligen i nuläget finns. Är tacksam över att jag så snart efter diagnos fick erbjudandet om Betaferon. Trots besvärlig ataxi så ansågs jag just nu för pigg för ny kortisondos. Synd. Hoppas jag inte blir sämre, men då skulle jag återkomma för nytt ställningstagande till kortison.

I tre och en halv timme var jag på sjukhuset. Så lång tid tar det att hälsa på en bråkdel av kamraterna. Snart ska det vara avtackningar då några fått nytt jobb och därmed ska sluta på "min" arbetsplats. De lovade att ringa mig när det var dags att gå ut och slå runt och fira av ordentligt. Ser jag fram emot! Att festa – inte att kamraterna slutar.

Den som via mejl försett mig med skvaller från jobbet, är en av de som slutar. När jag frågade vem jag då istället skulle få mejl och skvaller ifrån, så erbjöd sig bossen det! Som om bossen skulle få höra skvaller.

På tal om skvaller. Fick precis höra riktigt saftiga sjukhusskvaller. Läkare A är gift med läkare B. Men läkare A träffar gift läkare C. Gift läkare B hittar då gift sköterska D. Fem minuter i jobbets fikarum brukar motsvara en veckas tevetittande av Vita lögner. Kan ju säga att den serien ligger i lä jämfört med verkligheten.

Jag har i dag bara sex månader kvar av min ungdom. Sedan fyller jag gubbe. Och i går hade jag skrivit dagbok på nätet i sex månader. Känns som typ sju (svåra?) år. Sex månaders dagbok. står ni ut med sex månader till? Jag tycker det är roligt att skriva. Skrivklåda.

### **1999-08-17, del 164**

Jag kände mig i går som Televinken på rymmen från tant Anita när jag sprang runt på sjukhuset och träffade kamraterna. I går kväll hade jag skitont i benen och var enormt trött. I dag känns det som vanligt igen. Ja, jag har ju alltså fortfarande ataxi och så i benen, men jag fick inga men av att ha överansträngt mig i går. Skönt det! Jag som alltid trott att motion är skadligt. Det ser man ju ständiga bevis för. Han, den där amerikanen, som "uppfann" joggning dog ju av hjärtinfarkt. Bevis nog!

Helt plötslig blir det nästan ett kollektiv på nätet när alla skriver om samma sak. I våras skrev nästan alla samtidigt om pedofiler - vilket ju är okej att skriva om då det speglade det som är aktuellt i massmedian. Synd att diskussionen tonat av nu när tidningarna koncentrerar sig på annat. Jag misstänker att pedofiler fortfarande existerar även om ingen pratar om dem eller deras offer.

I dag tog jag mig i kragen och gjorde något jag avskyr av hela min själ! Jag lyfte telefonluren och ringde samtal! Men det gick. Jag överlevde till och med? Snälla människor jag ringde till är väl förklaringen. Nu har jag kontaktat högskolan, kommunen, bostadsföretaget, lönekontoret, neurologkliniken på sjukhuset. Jag måste nämligen nu börja ta tag i saker som hängt löst i luften ett bra tag. Måste försöka skaffa ny bostad som är anpassad till mina behov. Vill gärna kunna flytta så länge jag mår hyfsat. Har också beställt läkarintyg till färdtjänst. Håller på att

reda ut mina skulder till arbetsgivaren. Det var inte på tal om att de efterskänkte det de betalt ut för mycket till mig. Men jag får en återbetalningsplan. Inte kul att punga ut med en sådär 6000 kronor när man har sjukpenning. Och så har jag nu pratat med högskolan. Det går bra att söka anstånd till nästa år. Min läkare sa redan i går att han skrev intyg till mig om detta. Inte särskilt smart att varken börja läsa eller jobba i nuläget. Jag har bestämt mig för att söka någon kvällskurs att gå i höst så jag åtminstone träffar folk. Vet inte vad jag ska läsa. Har kommit in på en kvällskurs på högskolan i data, men den verkar inte vara någon höjdare. Fel inriktning för min del gällande datorer. Dessutom krävs det ju någon form av prestation när man går högskola. Det slipper jag om jag väljer ett studieförbund istället.

Så vad i helsike ska jag läsa i höst på kvällarna? Har redan avverkat:

- elorgel
- akvarell
- franska
- danska
- tyska
- spanska
- engelska
- HTML-design
- Windows 3.0
- tarot

Varför finns inte finska? Saker jag inte testat ännu: Matlagning, knyppling, flamencodans, jägarexamen, bridge, arabiska. Känner inte för något av det, men något bör jag väl kunna hitta? Språk är jag inte så där jättepigg på. Och datautbildningarna kostar mer än det smakar. HTML som jag gick förra hösten har man nu sänkt priset på med en fjärdedel. Inget är gratis nu för tiden. Jo, andas, men av den dåliga luften får man bara bronkit och emfysem och hamnar på sjukhus med syrgas som ska betalas. Vadå, jag pessimist? Nä?

Det värsta var när jag ringde högskolan i dag. Då fick jag ett sånt där stackatoprät igen (hackigt), och det låter ju som om man grät förtvivlat och hulkade. Vilket får mig att börja skratta och då låter jag bara hysterisk och galen.

### **1999-08-18, del 165**

Jag såg i dag på MTV att en av mina favoritlåtar spelats in för tredje gången på knappt tio år. Tja, då måste den väl vara bra då? Först Adamski (med Seal som sångare), George Michael och nu ATB. Vilken låt? Jo, Killer. Inte mycket till text, men bra ändå. Handlar om rasism, frihet och solidaritet. Först och främst så är det en bra poplåt.

Blev i går äntligen färdig till att laga min flatbäddsskanner. Vilket mög (eh, skit)! Glasrutan hade trillat in och jag fick leka tekniker. "Caution"-varningen struntade jag i. Får man en stöt, så får man. Visade sig inte vara så svårt (att laga). Glasrutan satt fast med dubbelhäftande tejp! Nu fungerar den igen.

Här satt man i går och skrev i godan ro, när jag i ögonvrån såg något på väggen. En stor hemsk spindel! Vacker var den inte. Liknade kombinationen av ett knappnålshuvud (kroppen) och en dragqueen (långa spinkiga ben). Jag - en mördare. Med rätt vapen i händerna kan jag mörda vad som helst. I detta fall använde jag Aftonbladets TV-tidning.

### **1999-08-19, del 166**

Som varje kväll besökte jag kamraterna Tobbe och Mallans dagbokssidor. Och baxnade! Mallans så kallade vänner har börjat terrorisera henne i gästboken. Sådant elände känner man ju igen av egen erfarenhet. Förmodligen handlar detta om avundsjuka. Varför kan inte vänner istället vara stolta å hennes vägnar? De ser väl en tjej med flyt, men jag har en känsla av det ligger väldigt mycket skicklighet, talang och hårt arbete bakom Mallans nuvarande och kommande framgångar. Det är väl cyniskt att säga att detta var väntat, men jag är ju känd som pessimist. Jag trodde dock inte att det skulle börja flera veckor innan "Sikta mot stjärnorna" ens varit. Jag gjorde en brandkårsuttryckning till Mallans gästbok för att stötta henne lite. Så här skrev jag:

*Alltid lika roligt att slå på datorn för att se om man fått några msg. Enda tills något pucko skrivit en massa oförskämdheter... Försök att inte bry dig för mycket. Jag vet exakt hur det är. Har ju själv råkat ut för en hel del... Skaffa en bättre gästbok där man ser IP-adressen, så man kan anmäla för abuse. Låt inte de anonyma kräken förbli anonyma... Om du vill ta bort de fula inläggen så gör det. Du ska inte lida för andras infantilitet. Självtalade jag att behålla mina inlägg som bevis för andras idioti.*

Nu ska gästboken bytas ut, vilket jag tycker är beklagligt. Det är ingen höjdare att behöva vidta åtgärder bara för att andra medvetet går ut för att såra. Att behöva anmäla för abuse är inte heller något man med glädje ser fram mot. Att vilt främmande människor hör av sig är väl en sak, men när det är vänner som plötsligt börjar visa agg, då är det direkt sorgligt. Som vanligt säger jag bara GET A LIFE! till de som inte förstår vad vanligt hyfs. Mallan, vi är många på nätet som stöttar dig!

Jo, vi är några stycken som drabbats av Internet-marodörer. Magnus är en (som drabbats alltså, han är absolut ingen marodör!). Det vi drabbade har gemensamt är att vi skriver dagböcker på nätet. Dock är väl detta inte anledningen, utan vi har lite olika anledningar till att ha blivit så hårt ansatta. När man anmäler för abuse borde någon "Nätövervakare" konfiskera datorn för all framtid hos den som terroriserat. Och aldrig få använda eller köpa dator igen.

Kollade härom kvällen in Let's buy it<sup>15</sup> och hittade där en cykel jag ville ha. Satt där som bäst och skulle göra beställning när det slog mig; Vad i helskotta ska jag med en cykel till? Jag kan ju knappt gå p.g.a. sjukdom! Ibland glömmer jag det. Allt känns ju normalt när jag sitter stilla. Reser jag mig upp står jag på huvudet direkt eftersom benen inte lyder mina kommandon. Vänjer man sig nånsin?

---

<sup>15</sup> Nätsajt.

Sprutorna jag ska börja med är faktiskt ett litet problem. Pillemojs är vad det är! Två ampuller ska blandas efter konstens alla regler och sedan injiceras. När jag var hos doktorn påtalade jag detta att mina händer inte fungerar riktigt eller lyder, och om det inte fanns något annat sätt, typ annan medicin eller injektionskatapult? Men nix, inte enligt honom. Jag vet att det finns andra sätt, men jag ska försöka med dessa Betaferoninjektioner. Trots biverkningarna! Funkar det inte så får man väl göra ett nytt övervägande och se på alternativen, men försöka måste jag.

Ibland är det svårt att höra vad som egentligen sjungs i vissa sånger. En sida som koncentrerat sig på detta är Misunderstood Lyrics. Där sorterar man efter artistens namn och visar sedan exempel på hur man misstolkat låten och vad som egentligen sjöngs. Kul sida.

Min ICQ-lista börjar bli lång. Åtta stycken. Men har bara två egentliga kontakter. Tror jag ska ändra ljudet då man får meddelande. Blir rädd och hoppar högt varje gång det där "a-ah" kommer. Har tidigare haft Homer Simpson som sagt "duh" men blev lika rädd då. Måste tyvärr ha ljudet igång, annars ser jag inte om någon försöker komma i kontakt med mig. Vad ska jag ha för ljud?

### **1999-08-20, del 167**

Jag sitter här och tänker. Ska jag ändå gå kvällskursen jag blev antagen till på högskolan? Det oroar mig lite att det skulle kunna ställa till med problem. Om jag ansökt om uppskov ett år för det högskoleprogrammet jag kom in på så ses det kanske inte med blida ögon att jag går på kvällen? Klarar jag inte dagtid, så hur kan jag då klara kvällstid? Tja, det är ju ändå väldig skillnad mellan 20p per termin och två terminer à 5p. Slipper ju dessutom studielån.

Jag hade egentligen helt skippat att gå datautbildningen på kvällstid på högskolan då den lät så tråkig. "Datorns möjligheter - presentationsteknik med IT-stöd". "Blaha blaha" skulle den också kunna heta, eftersom det ju inte på något säger vad kursen innehåller eller vad det är man får lära sig. Jag hade helt glömt att avsäga mig platsen, då jag i går fick kursförteckningen. Plötsligt lät det väldigt intressant! Ja, nästan åtminstone...

- Persondatorns historia
- Hårdvara i en PC på "enhetsnivå" (processor, hårddisk, CD-spelare, ljudkort, grafikkort etc)
- Internet som informationskälla
- Kommunikation via Internet
- Publicering av informations via Internet
- Grafisk design på Internet
- Produktion av web-site
- Multimedia som språk
- Design och layout av multimedieproduktioner
- Att digitalisera bilder med datorn
- Bildmanipulation med bildbehandlingsprogram
- Att skapa animationer
- Att digitalisera ljud med datorn
- Ljudmanipulation med ljudbehandlingsprogram

- Att digitalisera video med datorn
- Produktion av multimediapresentation

Fast det är klart - en del kan jag ju redan men det är sådant jag själv lärt mig. Kanske man kan lära sig att göra samma sak annorlunda och bättre? Nu får jag tänka hårt igen. Ska jag eller ska jag inte gå denna kurs?

Jag var i affären i går. Ingen höjdare. Mina ben är mycket, mycket sämre. Kan egentligen inte gå i trappor längre. Och en jä\*\*a gubbstrutt trängde sig förbi mig och knuffade närapå omkull mig! Hans kärring med rollator kom inte åt färsen då jag stod i vägen med min krycka, så helt sonika knuffade han mig. Men det fick han höra genom båda öronen från mig (och lilla mor som stod i närheten och såg allt). Dock såg han lite utvecklingsstörd ut (typ inavel) och fattade förmodligen ingenting.

I dag ringde jag till sjukhuset eftersom jag blivit sämre. Förmodligen finns ingen hjälp att få, utan jag ska hoppas på att det blir bättre av sig själv - som det brukar bli. Dock skulle man ringa mig under dagen om det fanns något man kunde hjälpa mig med. Det bestämdes också att jag nästa eller nästkommande vecka hemma ska börja träna mig på att ge mig själv sprutor. Dock utan verkande medicin tills jag lärt mig hantera ampuller och kanyler. Låter som om jag skulle bli sprutnarkoman nästan. Säkert inte dyrare än att köpa medicin.. Den faktiska kostnaden för varje spruta blir cirka 1 650 kronor. Och den ska jag ta varannan dag! Skulle jag på något sätt råka bryta steriliseringen, som att ta på ampullens topp, eller på kanylen - eller råka sticka kanylen ner i pulvret istället för vätskan, tappa sprutan precis när jag ska injicera - så ska jag kasta och börja om på nytt med ny ampull och kanyl. Förstår ni nu varför jag får ångest då mina händer är så fumliga? Kan bli en dyr historia detta. Tur det inte är jag som ska stå för hela kostnaden (300 000 kr per år), utan att vi alla betalat för detta genom skatt! Om det är sexigt och häftigt att betala skatt vet jag inte, men ibland känns det bra att vi har ett sådant system. Många av "mina" ms-medkamrater i USA kan inte ta denna medicin som finns till för oss. De har inte råd. Där får man betala hela summan själv. Vilket innebär att de blir sämre än nödvändigt och på det sättet belastar samhället genom att inte kunna bli arbetsföra alls. Ingen vinst alls med det alltså. Frågan är bara - är medicinen så dyr i framställning eller är det läkemedelföretagets fria prissättning och i deras vinstintresse? Förmodligen en kombination. Medicinen Betaferon är ett protein som framställts, manipulerats och renats från en mänsklig gen. Säkert en dyr process och svår tekniskt. Men ändå!

I går ringde brevbäraren på dörren igen och väckte mig. Måste posten komma innan halvtio? Vem har gått upp vid sådan okristlig tid på dygnet?! Är det inte brevbäraren (som för övrigt bara ringer en gång) så är det den borrhande grannen som väcker mig. Hur i helskotta ska jag få min skönhetsömn om jag blir väckt så tidigt? Kanske man skulle kunna flytta till ett lugnare ställe? Försöker bli granne med EvaP som bor i ett av stadens mer eftertraktade<sup>16</sup> bostadsområde. Fast det där med granne låter kanske lite hotfullt? Dessutom är det svårt att få bostad där.

---

<sup>16</sup> Ett skämt.

**1999-08-21, del 168**

Jag har fått väldigt uttalad ataxi i benen som blir värre dag för dag. Det innebär att jag inte kan gå normalt. Jag sätter ner hela fotsulan hårt - ungefär som när man går med grodfötter - och sparkar mig själv med höger häl på vänster vad. Ja, då kan man snacka om att inte ha kontroll över sina rörelser! Tar många snedsteg och har flera gånger varit nära att falla omkull. Går numera med två kryckor inomhus, det har jag inte behövt innan. Hoppas det vänder och blir bättre. Klarar inte trappan varken ut eller in, så jag är ganska låst till bostaden.

Ovanstående håller på att dra ner mig i humöret. Dessutom känner jag mig febrig och manligt krasslig (och huvudvärk). Hoppas inte arbetskamraterna smittade mig när jag besökte dem innan i veckan. Har inte varit förkyld en enda gång detta år och slipper det gärna fortsättningsvis också.

Kunde inte somna i går natt och började tänka. Inte en enda gång har jag reflekterat över att det på något sätt skulle vara synd om mig som har fått ms. Har inte frågat mig "varför, varför", utan har bara accepterat det som fakta. Däremot så känner jag någon sorts medlidande med alla andra som har ms. För jag vet hur jobbigt det är. Vissa dagar värre än andra.

Jag har fått höra på nätet att jag är skojfrisk, positiv, rolig och så vidare. På jobbet har jag fått höra att jag är pessimist, klagar, gnäller och påverkar andra negativt. Kan det vara jobbet som plockar fram allt det värsta av mig? Många tror ju att det är jobbet som varit utlösande faktor till att min ms bröt ut. Vet inte vad jag ska tro om det. Kan dock inte bortse från att så många kollegor fått fruktansvärda sjukdomar som de helt klart förknippar med arbetet. Vill egentligen inte uttala mig. Ska inte skylla på något som man inte med säkerhet vet. Fast man ska inte blunda för möjligheten.

Friidrott på teve. Kom plötsligt tänka på en insändare i någon kvällstidning för någon helg sedan. Det var några tjejer som berättade att de gillade friidrott. För att killarna som sprang hade tights och inga kalsingar. Vilket i dag fick mig att börja fundera när jag råkade snubbla över idrotten på teve. Varför har inte killarna kalsingar eller suspensoar? Så som familjelyckan slänger fram och tillbaka när de springer, så borde de ju komma ur kurs. Hur kan de springa rakt? När flygplan och lastbilar måste binda fast löst gods för att inte olyckor ska ske, så borde man göra det här också. Eller fungerar Petter-Nicklas som propeller för att fortare kunna ta sig fram? Hade jag kunnat springa så hade jag ju kunnat testa själv.

**1999-08-23, del 169**

Detta är mina och andras bästa tips och erfarenheter.

1. Cykla inte för fort när du rundar ett hörn där du inte har någon sikt. Du kan köra över någon. Gör inte om misstaget en gång till veckorna efter. Stackars tanter!
2. Förutsätt inte att alla dörrar öppnas utåt när du springer. Om inte annat så kan glasögonen ta skada och du kan få en bula i pannan.
3. Skillnaden på en kyl och en frys är att det är kallare i frysen.

4. När någon sträcker fram en hand så kan det betyda att de vill ha något av dig. Så börja inte skaka hand.
5. Undvik att ha cerise eller gröna joggingbyxor på dig när du vistas ute bland folk.
6. Sätt dig inte på andras händer. Handleder är ömtåliga.
7. Cykla inte medvetet in i en vägg. Det kan vara en gipsvägg.
8. Res dig försiktigt från sätet på bussen. Sätet kan lossna och fastna i knävecket.
9. Vill du inte slå ihjälflugor så vifta inte heller efter dem. Särskilt inte vid matbordet. De kan drunkna i ett glas mjölk.
10. Cykla inte med öppen mun. Ännu flerflugor kan dö.
11. Kasta inte sten i glashus. Kasta inte stenar på glasdörrar heller.
12. Ät inte mat som du vet att du inte tål och brukar kräkas av.
13. Bli inte nervös vid upprop där du ska säga ditt eget namn. Härma inte föregående persons namn. Särskilt inte om förra namnet var Jessica och du heter Jonas.
14. Fråga inte din franskalärlärarinna på franska om hon är jungfru (stjärntecknet) om det kan misstolkas som oskuld och du är osäker på språket.
15. När du övningskör första gången och läraren säger "sväng vänster" så ska du vrida på ratten mer än fem centimeter. Diken är inte roliga.
16. När du övningskör sista gången innan uppkörning och läraren säger "sväng vänster" så titta inte samtidigt i backspegeln. Ser man i backspegeln att chefen ligger i bilen bakom så är det lätt hänt att man kör in i ett staket.
17. Säg inte att chefen är en korkad idiot som aldrig kommer till jobbet i rätt tid. Särskilt inte om chefen står bakom dig.
18. Ta aldrig upp nycklar om du åker i en hiss. Det är lätt att tappa dem ner i hisschaktet.
19. Det går faktiskt att av misstag radera känsliga personuppgifter i datorn. Uppgifter som ska förvaras i 70 år. (Men det går också att återställa det)
20. En blind människa hör bra. Gå inte undan om han följer dina steg för att hitta ut. I detta fall gick han in i en vägg och ett möblemang. En blind person har rätt att svära.
21. Delar du bussäte med en alkis så håll i dig när bussen svänger. Alkisen kan trilla av sätet och hamna på golvet om du råkar luta dig mot honom.
22. Om tandläkaren går ut en stund genom dörren, ska du inte följa efter om han inte har sagt så.
23. Ställer man sig upp i bussen precis innan den stannar så ska man inte slå kvinnan i sätet framför med en sportväska full med tegelstensböcker när man tappar balansen. Hon kan säga "aj" och hålla sig för huvudet.
24. Färga inte håret blått med fingerfärg. Utan att du märker det så rinner det ner i ansiktet och du liknar en smurf.
25. Se till att du inte fastnat i en läkares stetoskop när du stiger av hissen på sjukhuset. Han kanske ville åkt vidare i hissen och inte bli utdragen mot sin vilja.
26. Ska du betala med småmynt i affären, så töm inte myntfacket upp och ner på disken om du förvarar kondomer på samma ställe.
27. Säger körskoleläraren att man ska svänga höger så ska det vara in på en väg. Inte upp på cykelbanan.
28. Är det imma på vindrutorna när man har uppkörning så ska man slå på fläkt och värme. Inte sitta och torka rutan med en hand när man kör på motorväg.
29. Spring inte på en simbassängskant om du är fullt påklädd.
30. Säg aldrig till en svart person att han ljuger så tungan svartnar.

- 31.Säg inte i nästa sekund att han tydligen läcker då hans skor gör svarta märken i golvet där han går.
- 32.Avlidna med pacemaker exploderar i krematorieugnen om inte pacemakern plockats ut.
- 33.Skicka inte röntgenbilder av misstag med ambulans till annat sjukhus. Du kan bli tvungen att jaga ambulansen med egen bil.
- 34.Ett gemensamt minne från sjätte klass: Ha inte ett armbandsur med alarm. Fröken kan få nervsammanbrott och bli sjukskriven terminen ut.
- 35.Lämna aldrig trossor i torktummlaren för en sekund om du bor i ett hyreshus. Perversa typer snor dem men inget annat i tummlaren.
- 36.Att släppa väder i en kyrka ger bra eko.
- 37.Sjung inte solo i kyrkan under ett bröllop om du känner dig matt och sjuk. Du kan svimma mitt i "Där björkarna susa".
- 38.Det heter "... som ett vårtecken..." och inte ett vårtecken när man gifter sig.
- 39.När det i ViktVäktarbroschyren står att man får äta färskost så ska det vara färsk ost (typ keso) och inte färs-kost (typ köttbullar).
- 40.Om du med kompisarna går på en gågata och skrattar samtidigt som du tittar åt annat håll, är sannolikheten ganska stor att du går in i trafikskylten "fordonstrafik förbjuden". Ditt huvud kan göra en buckla i skylten.
- 41.Ska du baka en sockerkaka så ska du inte fylla formen upp till kanten med smet. I ugnen jäser kakan.
- 42.Är man läkare ska man inte vänsterprassla med sköterskan i bilen på parkeringsplatsen när alla går av sitt skift och är på väg hem. Man blir upptäckt.
- 43.När en galning med yxa blir våldsamt på psykakuten bör inte läkarna låsa in sig av rädsla och skicka ut sekreteraren för att ta hand om galningen.
- 44.Ovesterin och Anafranil är läkemedel. Inte namn på patienter som ska hämtas på avdelningen. Praktikanten från avdelning A skickas till avdelning B: "Hej, jag skulle hämta Anna." "Vilken Anna, vi har ingen Anna." "Jo, jag skulle hämta Anna Franil".
- 45.Om du jobbar på våning tolv, gå inte av på våning sex och börja arbeta där. Om du inte känner igen skrivbordet eller personalen så fortsatt inte jobba i en timme.

Jodå, detta är pinsamma ögonblick som jag och andra upplevt.

En reflektion<sup>17</sup>. Får man inte längre skriva jos eller jins när man menar juice och jeans? Har SAOL verkligen tagit bort de orden? Trodde man skulle försvenska? Två ord har jag svårt att stava till: Sebra och Kanada. Skriver alltid zebra och Canada. Snälla, låt min stavning bli vedertagen!

Hoppas sjukhuset ringer i dag och vill ha dit mig. Är på väg in i ett nytt skov som verkar vara svårt. Här hade kortison förhoppningsvis hjälpt. Och dessa jäkla myrkröppningar och restless legs!

### 1999-08-24, del 170

I den här staden finns drygt fem studieförbund med kvällskurser. Och jag blir så sur! De har ju exakt samma utbud! Engelska, tyska, franska, spanska och andra

---

<sup>17</sup> Jag vägrar skriva reflexion.

vanliga språk. Sedan är där det vanliga med gitarr, måla, foto, matlagning och data. Urtrist, tycker jag. Det finns för det första inga nyheter, och för det andra är det klenst med påbyggnadskurser. Jag hade gärna sett webbdesignkursen utvecklas och inte bara finnas som HTML. Och varför inte satsa på fler språk - typ finska? Finska hade nog blivit en "hit" eftersom här bor så många som kom hit som finska krigsbarn. Om inte annat så vill vi, barnen, lära oss språket. Det enda som verkar intressant i höstens utbud är kurserna som är enbart för seniorer. Litteraturkurs skulle jag också vilja erbjudas utan att behöva vara pensionär.

Idag är det riktigt jäkla illa ställt med mig. Vänster ben viker sig när jag går. Har dock testat gå i trappor i dag, och det går. Men bara knappt. Hoppas det vänder snart!

På torsdag ska jag börja träna ta sprutor utan något verksamt ämne. Och sedan ska jag prova själv hemma under en tid innan jag får recept. Allt måste fungera innan jag ger mig i kast med dyr medicin.

Fick tillbaka på skatten den 10 augusti men inte kontrollbeskedet förrän tretton dagar senare. Svagt. Ännu värre var det när jag kollade mitt bankomatkvitto där pengarna satts in. Det var bokfört med mitt personnummer! Fy skäms, säger jag bara, och tänker på alla som kastar sina kvitton i papperskorgen vid bankomaten. Där kan man nog hitta andras personnummer.

### **1999-08-25, del 171**

Jag hade namnsdag i går (Bert). Det betyder Ljus. Jonas betyder duva. Ljus duva? Det låter lite som ett indiannamn; Den ljusa duvan. För tjugofem år sedan låg "Den vita duvan" på Svensktoppen. Det var den första låt jag lärde mig att vissla.

Jag vet med mig att jag borde skriva lite mer om ms, men jag är just nu så dålig och jag vet inte riktigt vad jag känner. Därför håller jag tyst. Kan dock säga som ledtråd att jag har blåmärken överallt.

Hela sommaren har det varit lugnt, men nu plötsligt ska jag passa en massa tider. Jag ska bland annat nu träffa bossen och personalsekreterare för diskussion om min eventuella framtid i arbetet. Vad vet väl jag nu? Reglerna är tydligen sådana att man efter tre månaders sjukskrivning måste se vad jag kan och inte kan göra. Men det säger ju absolut ingenting om hur jag klarar det om en månad... eller om ett år.

Jag har i dag ringt om att jag behöver byta bostad. Får väl se hur det går med det. Jag har inga illusioner längre. Dock fick jag prata med en trevlig människa som förstod mig precis och mitt behov av annat boende. Personen ifråga hade nämligen själv ms. Jag tror ju inte att det innebär förtur eller så, men just detta att få prata med någon som förstod var helt underbart. Jag behövde ju inte förklara mig om hur jag och min sjukdom fungerar, utan jag fick direkta frågor att svara på som handlade om vilka svårigheterna var med nuvarande boendeform. Marklägenhet - here I come! (När det nu blir). Hoppas jag emellanåt är så bra att jag kan odla den lilla trädgårdstappan som ingår.

**1999-08-26, del 172**

I dag har jag anmält mig till en kvällskurs i tarottydning. Jag tror det ska fungera rätt bra då det inte krävs så mycket av mig. Inga direkta hemstudier eller så.

För exakt en vecka sedan fick jag mera uttalad ataxi i benen som gör att jag knappt kan gå. Jag går med två kryckor nu, men det går dåligt även det. Inne försöker jag inte använda kryckor utan stödjer mig istället på väggarna. Dock har jag varit nära att falla flera gånger och har rejäla blåmärken på benen. Under cirka en månad har jag haft kuddkänsla i fötterna, men nu har de domnat helt och jag har förlorat känslan i fötterna. Senaste dagarna tror jag domningarna har klättrat lite upp för benen. För en vecka sedan ringde jag sjukhuset och efterlyste en ny omgång med kortisondropp, men fick inte. Det sades att det inte skulle hjälpa mot ataxi, och att jag bara kunde få dropp om jag säkert var på väg in i ett nytt skov. Om detta inte är ett skov, så vet jag inte vad man ska kalla det för<sup>18</sup>. Som det är nu så har jag väldigt svårt för att klara mig själv hemma; kan knappt gå, kan inte bära något då jag måste använda händerna som stöd, klarar nästan inte av att duscha etc. Det jobbigaste är att gå i trappan från hissen och ut. Jag vet inte vad man gör i ett sådant här läge. Kämpar på? Det är nu jag är i behov av hjälp utifrån, men allt tar sådan tid med alla utredningar och krav på sjukintyg. Blir jag det allra minsta sämre nu, så tror jag att jag hamnar på sjukhusets rehabavdelning. Inte roligt heller att behöva bli beroende av andra, men verkligheten ser ut så.

I dag hade jag tid till neurologen då jag skulle lära mig att ta sprutor med Betaferon som är den medicin som finns tillgänglig för dem med skovvis förlöpande ms. Fast några sprutor tog jag aldrig. Istället fick jag ett träningsset med ampuller och kanyler. Jag ska i några dagar träna på att blanda medicinen och dra upp den i sprutor. Svårare än jag trodde. Hur jag än gör så får jag inte bort de luftbubblor jag råkar dra upp i sprutan. Sedan ska jag nästa vecka få lära mig att injicera. Lite kallfakta från min stads sjukhus: Cirka 300 har ms i distriktet, cirka 35 har Betaferon, cirka 15 har Rebif, Avonex eller Copaxone (2 st). En av landets bästa statistik vad gäller att ta Betaferon med effekt! Nästan ingen hade fått biverkningar. Medicinen tas varannan dag så länge man själv vill. Bara ett par stycken hade avbrutit sin behandling. Medicinen är ny som behandling för ms-sjuka, så de som hållit på längst har tagit medicinen i tio år (i USA) och på "min" klinik hade några hållit på i fem år. Verkar vara en medicin man kan ta livet ut. Det gäller att noggrant planera sin vardag eftersom medicinen ska förvaras i kylskåp. Det går att resa utomlands, men det gäller som sagt att planera. Man får aldrig hoppa över ett injektionstillfälle.

Inte heller i dag kom det på tal om att jag skulle få kortisondropp. Dock konstaterade man att jag sedan förra veckan går rejält mycket sämre. Oroar mig lite då jag brukar bli sämre under en tvåveckorsperiod och det bara gått en vecka. Hur mycket sämre ska jag nu bli innan det vänder? Medicinen jag snart ska börja med gör inte att jag blir bättre, utan är bara en bromsmedicin. Men mina dåliga ben är ju en del av ett skov, så benen lär bli bättre. Hoppas jag på. Det börjar tryta med min positiva inställning. Det beror nog på att jag blir både fysiskt och mentalt trött. Känns som om jag inte får tillräckligt med vila. Det

---

<sup>18</sup> Pseudoskov?

handlar inte om att sova, utan om att få vila och koppla av. Och det är det enda jag gör, tycker jag. För det är inte precis något Stockholmsmaraton jag springer om dagarna. Det bara känns som om jag hade gjort det.

Jag hälsade på kamraterna i dag igen på sjukhuset. Fick höra att de ville att jag kom till dem varje dag ett par timmar - inte för att arbeta, men för att bara snacka. Skulle jag väl kunna, men har de inte ett arbete att sköta? Jag har ansökt om färdtjänst. Undrar om jag får det. Annars kan jag inte ta mig någonstans. Då kan jag glömma kvällskursen.

Tänk så beroende man är av att ens kropp inte ger upp! Ibland kan jag lite surt undra vad den har att vinna genom sitt så totalt onödiga beteende.

Idag har jag pejlat läget vad gäller marklägenheter. Varit runt i staden och tittat på dem som finns. Fina marklägenheter, men fy vilka tråkiga miljöer där är runt omkring! Allt är så platt med fält där små stökiga buskar växer. Men det är väl något man vänjer sig vid.

### **1999-08-27, del 173**

Den 27:e och lönedag. Alltid lika upplyftande att numera varje månad få en lönespecifikation där det står noll kronor.

Jag vill tipsa alla er som har ZTV att vardagar titta på The Drew Carey Show kl. 20.00. Det är en halvtimmes komediserie som jag numera inte kan missa. Han är så... så... så... jag?! Både till sättet och utseendet. Fast jag har inte två otroligt korkade killkompisar, en transvestit till bror, en arbetskollega som sminkar sig som om hon var en clown, en chef som använder kokain, en kvinnlig 70-årig ägare (till affären där han jobbar) som har en skallig lönnfet underhuggare som älskare (i hundkoppel) och så vidare. Annars har jag nog mycket gemensamt med honom.

Är det fler än jag som är innerligt trött på dansande sångartister? Man ser musikvideorna där de i formation dansar maniskt. Ofta ingår det killar som mimar i bakgrunden, men det är bara sjungande kvinnoröster man hör. Skulle jag se detta live skulle jag bli helt knäckt. Så störande med dansen! Jag är av den mycket omoderna uppfattningen att man ska njuta av musiken och kunna lyssna på texterna. Eh, vilka texter? kan man fråga sig när de hoppande (som kallas dans) i stackato hackar fram någon sorts text som ingen uppfattar. Förr stod en person lugnt och sjöng med ett par dansare i bakgrunden. Nu för tiden ska man tydligen vara varietéartist och kunna göra allt på en scen. Jag börjar nog bli gammal.

En artist jag beundrar mycket är Björk. Hennes musik är en korsning mellan pop och techno men låter som ingenting annat. Musiken har mycket stråkar. Ändå är musiken väldigt rå och oslipad. Och enormt kraftfull. Ovanpå det har vi så Björks speciella sångröst.

Det har gått lång tid sedan jag köpte en skiva senast. För säkert över en månad sedan! Läste i går om en ms-sjuk kvinna som berättade om att musik var det enda hon verkligen kunde orka med när hon mådde som sämst i ett skov. Jag

förstår henne. Man orkar inte läsa. Man orkar inte göra hushållssysslor. Man orkar inte vara social. Man orkar inte göra något över huvudtaget. Då finns den avkopplande musiken där. Just nu känner jag att jag inte har någon skiva som är så bra att jag vill lyssna på den. Trots att jag har cirka 300 skivor. Jag har precis lämnat min Frank Sinatra-period. Kanske jag skulle plocka fram de där Jim Reeves-skivorna?

Det är ganska lustigt. Jag har skivor som är säsongsbetonade, som jag aldrig skulle plocka fram på annan tid av året. En sådan är en gammal 70-talsskiva med Kiss (Unmasked). Den spelar jag bara vid jul. Det är ingen julskiva. Verdis De fyra årstiderna, där spelar jag bara Våren första veckan i maj.

### **1999-08-28, del 174**

Trots allt ms-besvär just nu så har jag det bra. Väntar bara på att någon olycka ska ske där jag trillar omkull och bryter en arm. Om jag tidigare var en pigg 80-åring, så är jag nu en skruttig 90-åring. Alla gamla säger att de känner sig som 20 innerst inne. Jag börjar förstå det. Kroppen ger upp och strular, men mentalt är man ung till sinnet. Okej, då. Jag är fortfarande ung till den faktiska åldern. Är 29, känner mig som 20, betar mig som 90.

### **1999-08-29, del 175**

Lille far har alla mina böcker om övernaturligt (new age). Han som inte läst en bok i hela sitt liv läser nu allt han kommer över i ämnet! Dessutom har han börjat hjälpa till i kyrkan med hembesöksgrupper och så vidare. Hur går dess båda "religioner" ihop?

Jag satt uppe halva natten då jag lyssnade på en skiva med Queen i datorn. När jag "upptäckte" Queen var det nästan för sent. Fast musiken finns ju kvar, även om Freddie dog. Och det har inte heller hinrat honom eller bandet från att ge ut fler skivor. Dock håller jag mig till 70- och 80-talslåtar. Nostalgi blir det väl när man glömt allt det dåliga och bara kommer ihåg det som var bra.

Börjar det bli dags att summera 90-talet? Göra bokslut? Det är ju vad alla tidningar och nyhetsprogram gör vid nyåret (jag vet, det är tre månader kvar). Jag försöker gå tillbaks i tiden genom att minnas. Men finns det så mycket man vill minnas? Årtiondet då kriget kröp in genom teveapparaterna och kom väldigt nära. Och krig i Europa. Fast vad har varit positivt då? Tja, konstigt nog är det personliga händelser man kommer ihåg. Enda målet jag egentligen haft har varit att få fast anställning. Och det fick jag ifjol efter sex och ett halvt år som vikarie. Jag får ju lov att säga att det var otroligt skamlöst av arbetsgivaren att dröja så länge. Inget hände förrän en kollega reste sig upp under ett fackmöte och frågade arbetsgivaren varför vi aldrig fick tjänst. Det kunde de inte svara på, så jag tror vi var fjorton stycken som fick tjänst den 1 oktober ifjol. Det fanns de som vikarierat i tio år. För min del tror jag tjänsten kom lite sent. Misstänker att stressen och oron var den bidragande faktorn för att min ms skulle bryta ut. Rena spekulationer, för sanningen vet ingen. Det farliga är att bli bitter och skylla på omständigheter. Jag är här och nu, vad kan jag göra av situationen?

Här följer en text jag hittat för länge sedan någonstans. Vet inte var, och vet inte vem som har rättigheten till den. Texten lär finnas i en variant till, en omvänd sådan. Jag vet att många läst den tidigare, men so what!

*Förra året uppgraderade en god vän till mig Girlfriend 1.0 till Wife 1.0 och upptäckte då att programmet krävde så mycket prestanda att det nästan är omöjligt att köra andra program. Han märkte även att Wife 1.0 gärna genererar en så kallad Child-process som kommer att kräva ännu mer prestanda i framtiden. Ingen av dessa faktorer fanns omnämnda i manualen eller produktinformationen. Andra användare hade ju i och för sig varnat för dessa fenomen i applikationen, men inte bara detta, Wife 1.0 installerar sig själv på ett sådant sätt att det alltid är aktivt och kan övervaka alla andra systemaktiviteter.*

*Han har även upptäckt att andra program såsom Pokernight 10.3, Beerbach 2.1 och Pubnight 7.0 inte alls kan köras utan att hela systemet kraschar och felmeddelandet "DU HAR JUST UTFÖRT EN FÖRBJUDEN ÅTGÄRD" visas, fast det gått att köra dessa program tidigare. Vid installationen har möjligheten att välja bort vissa oönskade Plug-ins, som t.ex. MotherinLaw 55.8 och BrotherinLaw Betaversion, dessutom reducerats till närmare bestämt 0. Programmets utformning gör det därför ganska fattigt på funktioner.*

*Några förbättringar som min vän gärna skulle vilja se i Wife 2.0 är: En "påminn mig inte igen"-knapp, en minimeringsknapp, samt en installationsguide som kan avinstallera Wife utan att ta bort vissa resurser från systemet.*

*Jag har själv beslutat mig för att undvika dessa problem i Wife 1.0 genom att hålla mig till Girlfriend 2.0. Men, det finns problem även här. Helt uppenbart är att man inte kan installera Girlfriend 2.0 över Girlfriend 1.0. Du måste först avinstallera Girlfriend 1.0 i sin helhet.*

*Andra användare vittnar om att detta är en känd bugg som jag borde känna till. Tydligt uppstår en konflikt när de båda versionerna skall dela på resurserna. Man förutsätter att programmakarna borde terminerat denna oönskade bugg i dessa dagar. Dessvärre har man inte lyckats med detta. Avinstallationen av Girlfriend 1.0 lämnar ändå små men dock märkbara spår efter sig i hela systemet.*

*En annan sak som man bör tänka på är att alla versioner av Girlfriend hela tiden skickar popup-meddelanden om fördelarna med att uppgradera till Wife 1.0. Wife 1.0 har också en annan, för en del väldokumenterad bugg. Om du försöker installera Vprassel 1.1 innan du avinstallerar Wife 1.0 kommer Wife 1.0 att radera alla DINA MsMonney filer och slutligen avinstallera sig själv. Efter detta kommer det att vara omöjligt att installera Vprassel 1.1 igen.*

*För att undvika nämnda bugg försök att installera Vprassel 1.1 på ett helt annat system och kör aldrig några som helst filöverföringar eller nätverksförbindelsen. Undvik också vissa sharewar-program som florerar på marknaden. Ett exempel är OneNightStand 2.1, som med all sannolikhet innehåller virus. Dessa virus sätter sig med osviklig precision på hårdis(c)en och påverkar direkt Wife 1.0. En annan lösning är att köra Vprassel 1.1 via en Internetprovident under falskt namn,*

*men även här bör du se upp för virus som omedvetet kan laddas ner.*

*Jag önskar dig härmed all lycka och framgång i ditt nya datoriserade liv.*

### **1999-08-30, del 176**

Vill du tjäna pengar? Stora pengar? Kan du göra vad som helst för pengar? Vill du bli kändis på kuppen? Såg på TV3 i går och deras nyheter. En före detta pojkvän till Lady Di har sålt ett kärleksbrev till en tidning för stora pengar. Trots att han en gång lovat henne att aldrig låta brevet komma till allmänhetens kännedom. Eller så kan man nu säga att man är gravid med John F Kennedy JR kärleksbarn? Döda kan ju knappast protestera.

Jag hade en dröm i går natt. Undrar om det var en sanndröm, för det brukar det vara när det i drömmen "skriks" fram någon sorts budskap. Får väl se om Milosevic<sup>19</sup> avgår i dagarna? Fast man kanske inte ska ta mina drömmar på för stort allvar. Jag hade för några år sedan en erotisk dröm om farmor Anka. Vad skulle den drömmen symbolisera? Tror dock inte att jag vill veta. Usch, tänk om Mårten Gås får nys om detta nu då jag skrivit om det här. Eller ännu värre, att Disney stämmer mig för sexuella trakasserier.

På tal om sex. Läste en fräckis på en mailinglista jag är med i.

En dag var Stålmannen ute och flög. Plötsligt såg han Superkvinnan på en skyskrapa. Han tittade lite extra och såg att hon låg med benen rakt ut i vädret. Snabb som han är dundrade han ner och gjorde sitt med Superkvinnan och lika snabbt därifrån.

– Vad var det? sa Superkvinnan.

– Ingen aning, det bara sved till i arslet, sa Osynlige mannen.

Jo, det var från ms-listan jag hämtade fräckisen. En viktig diskussion har precis börjat där om ms och sex. Så mycket skam och tabu gör att det är magert med information om sambandet. Det pratas hit och dit om symtom i benen, förlorad känsel i fötterna, domningar o.s.v. Men förlorad känsel och domningar gäller ofta också sexlivet. Män kan bli mer eller mindre impotenta och kvinnor känner ibland inget, blir inte upphetsade. Om det är sjukdomen, psykiskt eller p.g.a. medicinerna har i stort ingen betydelse. För problemen kvarstår. Det skämtas så mycket om Viagra, och det skrivs ut till höger och vänster. Men det är en medicin som är tänkt till bl.a. ms-patienter. Undrar vad som erbjuds kvinnor? Har man symtom måste man våga berätta för sin läkare. Men det krävs också av läkaren att våga hjälpa, att doktorn inte bara viftar bort det. På Internet kan man hitta så mycket om ms och symtom, men inget om sex. Då är det viktigt att erfarenheter utbyts, göra det mindre skamligt och tabubelagt.

Nu är Viagra-kexet på gång! Jo, det är sant! Kan man inte knapra på piller, så kan man ju knapra på ett kex. Bedömare tror att detta blir populärt med kex. Varför? Jo, kex anses romantiskt. Tycker själv att det skulle smula något alldeles förfärligt i sängen.

Han som skulle sälja kärleksbrevet från Lady Di, har ångrat sig. Rubriker fick han ju ändå. Jag undrar om han istället ska skriva en bok?

<sup>19</sup> Serbiens president fram till 1997, så jag hade fel.

Idag har prinsen ryckt in i lumpen. Det är något jag sluppit. Tack för det, försvarsmakten! Å andra sidan har jag fått mönstra två gånger.

Panik! Kom precis på att jag ska på ett styrelsemöte på onsdag. Inte lätt att vara kassör när man glömt föra in transaktionerna på ett halvår. Måste fixa till det. Hoppas någon vill ta på sig kassörsuppdraget. Jag byter gärna med en suppleant nu sedan jag blev krasslig.

### **1999-08-31, del 177**

Nu känner jag av den ofrivilliga isoleringen som det innebär av att inte kunna ta sig någonstans utan någon annans goda vilja till att hämta och lämna mig. I skrivande stund skulle jag vara med på ett möte på jobbet, men jag hade inte möjlighet att ta mig dit. Det samma gäller på fredag. Då ska två av mina arbetskamrater tacka för sig genom att bjuda på tårta. Än ska de inte sluta, men jag vill ju vara med där det händer saker. Jättesorgligt att de ska sluta. Fast vad vet jag nu? Kanske jag också försvinner från jobbet<sup>20</sup>, och då hade jag ändå inte fått träffa dem. Som jag ser det, så är det vi höjdare som försvinner först från vår arbetsplats.

Vissa dagar går telefonen varm. I dag har fyra arbetskamrater ringt till mig. Kul! De är så omtänksamma. Jag vill så gärna börja jobba. Har jag tur så kanske jag får det om två månader. Har ännu inte blivit färdig till att ringa till sjukhuset och beställa tid för "sprutttagning". Jag tror jag kan blanda medicinen och dra upp det i sprutan, men jag har ännu inte lärt mig att sticka mig själv. Kan inte tänka mig att det är så farligt. Nålen är bara drygt en centimeter lång och omkretsen 0,45 mm. Är väl som att bli stucken av en muterad jättemygga?

Har fått reda på att jag inom ett par veckor får färdtjänst. Slut på isoleringen?

Jag jämför mig nu med amerikanska hemmafruar (jag - den manliga varianten av Peggy Bundy, Våra värsta år). Läser snuskböcker och tittar på Våra bästa år på trean (Days of our lives). Serien ligger fyra år efter här i Sverige. Dock har jag tjuvkikat på "DOLS" hemsida. Så mycket har inte hänt på fyra år. Förutom att vissa skådisar bytts ut (men rollfigurerna är kvar). Fick också lära mig på hemsidan att serien hållti på sedan 1965, två skådisar är fortfarande med från start, de flesta skådisarna är födda i maj, och många av dem har gjort uppehåll i serien i några år för att sedan återkomma.

---

<sup>20</sup> Precis vad som hände!