

“Jag minns att jag var livrädd när jag begav mig in i det här.”

Under graviditeten gick jag upp över 40 kg. Jag tror det måste varit något med hormonerna. För innan det var jag väldigt aktiv – sprang maraton och tränade agility med hundarna. Men sedan graviditeten har jag hållit på som alla andra och jojo-bantat, testat LCHF, viktväktarna, äggdieter och pulvershakes.

Jag gick ner ungefär hälften av övervikten. Men så gick jag upp 5 kg, som sen blev 10 kg och till slut var jag tillbaka på ruta ett. Jag hade tänkt på operation innan, men inte på allvar. Har ju sett TV-program där folk med fetma har opererats, så jag visste lite om det.

Egentligen hade jag nog haft det i bakhuvudet ganska länge men tänkte alltid ”ska du verkligen göra det här? Är du verkligen en av dom som behöver det?”. Jag kände mig ganska misslyckad över att ha dom tankarna. Jag ville inte vara en sån som gör operation. Många tänker ju att man har ”fuskat” eller att man är lat som inte klarar av att gå ner i vikt själv.

Mina hundar betyder mycket för mig, det är lite som en livsstil. Så när jag kände att jag inte klarar av att gå promenaderna längre sökte jag hjälp. Vid den tiden låg jag på gränsen för att bli godkänd för operation och jag gick redan hos en dietist.

Jag hade lagt om min kost och börjat träna men gjorde inga stora framsteg. Sen har vi ju mycket diabetes och hjärtproblem i min släkt, jag var så orolig att jag också skulle få det. Så det var faktiskt hon, dietisten, som gav förslag på att vi skulle titta på det här med operation. Jag hade också en väninna som hade opererat sig och jag pratade mycket med henne om det.

Till slut bestämde jag mig för att jag skulle testa och se om det funkar. Jag tänkte ”om dom godkänner mig, då kör jag – då gör jag detta”.

Jag tror det tog ett halvår från att min husläkare skickade remissen till att jag blev godkänd. Jag hade önskat att det hade kunnat gå lite fortare. Man gick ju och väntade. Det blev så utdraget när jag behövde vänta så länge för att få läkartid, sen tid hos psykologen och till slut med kirurgen.

Men slutligen fick jag gå på infomöte tillsammans med andra som skulle operera sig. Dom berättade litegrann hur ingreppet skulle gå till och vilka som är dom vanligaste komplikationerna. Jag minns att jag var livrädd när jag begav mig in i det här.

Där tycker jag att det hade varit bra att ha ett individuellt möte med dietisten eller psykologen så man får möjlighet att ta upp privata frågor som man skulle vilja ställa.



“Det är som när man föder barn”

Jag kommer ihåg att jag tvekade en vecka innan operationen och tänkte ”jag vill inte det här längre”. Då hade jag önskat att någon från vården hade fångat upp mig och gett mig stöd. Men jag är tacksam att jag har min familj och min väninna. Utan dom vet jag inte vad jag hade gjort.

Jag tror att det är viktigt att komma ihåg att det både är en fysisk och psykisk resa. Det är lätt att fokusera på vad som kommer hända rent fysiskt, men att man glömmer känna efter hur det känns mentalt.

Det är som när man föder barn – man har full koll på vilken vecka man är i och hur fostret utvecklas. Allt det som händer sen tänker man inte på. Och så står man där plötsligt med barnet i famnen och googlar hur man byter blöjor.