Med bleer i baggagen

Randi Krogsgaard,
cand. psych. &
journalist

Hanne var 56 år, da hun fra den ene dag til den anden blev inkontinent – for urin og afføring

– Jeg husker tydeligt den dag i 1993, da jeg blev inkontinent. Jeg faldt over en ledning. Ved faldet fik jeg ondt i ryggen, og jeg gik tidligt i seng, for at 'komme mig'. Da jeg vågnede næste morgen, var hele sengen våd.

Katastrofalt og invaliderende

Hanne er i dag 69 år. Hun sidder i sin hyggelige solbeskinnede stue og tænker tilbage. I dag er hun enke, hendes mand døde i 2004, og hun lever på 14. år et liv, hvor hun skal indkalkulere sin inkontinens i alt, hvad hun foretager sig. Og Hanne er meget diskret. Hun klarer de praktiske problemer omkring bleer, vasketøj, uheld og tøjskift, så ingen bemærker noget. Det er både godt og skidt, for der er heller ingen, der ved, hvor stor en belastning, det er at leve på den måde.
– Folk tror bare, at inkontinens handler om, at man drypper, som en vandhane med en defekt pakning. Men når man har det som jeg, hvor der ikke er nogen somhelst forbindelse mellem hjernen og henholdsvis blære og tarmfunktion, er det katastrofalt og invaliderende, fortæller Hanne, der har måttet affinde sig med at gå med ble altid.

Intet at gøre

Da Hanne faldt over ledningen i 1993, rev hun en nerve over. Det betød, at hun fik 'ridebuksesyndrom' . Hun blev følelsesløs i underlivet og på indersiden af lårene. Hun blev derved inkontinent for både urin og afføring. – Jeg har siden da prøvet alt for at bedre på situationen, men der er ikke noget at gøre, siger Hanne. Den manglende kontrol af kropsfunktionerne besværliggør dagligdagen i form af praktiske problemer og den konstante bekymring for at lække. Det fører til social isolation og stort besvær, blot Hanne skal i byen for at handle. – Hvis jeg skal ud af huset, må jeg tømme mig inden, så jeg ikke risikerer at få afføring. Hvis jeg sørger for at blive tømt ordentligt, har jeg et par timer, fortæller Hanne, der også altid sidder på et skånedækken for ikke at ødelægge møblerne.

Vaskemaskineruten i Norge

Nu skulle man tro, at Hannes liv blev totalt omlagt efter ulykken i 1993. Gennem hele livet har hun rejst meget – i sit første ægteskab, alene og i sit andet ægteskab. Og den fornøjelse ville hun ikke være foruden. Da ulykken skete, var Hanne i sit andet ægteskab. Hun havde en forstående mand og et dejligt sexliv, som de var enige om, at de ikke ville undvære, selv om det krævede særlige forberedelser. Desuden ønskede de fortsat at rejse med deres uundværlige campingvogn, som gennem årene nåede at køre 40.000 km i Europa og i Norden. Begejstringen for denne ferieform var større end betænkelighederne ved at rejse som inkontinent, selv om mængden af vasketøj, når man er i den situation, kan være problematisk. Men da Hanne mener, at problemer er til for at løses, har hun altid grebet det uhyre praktisk an. Et par måneder før vi skulle afsted på rejse, købte jeg fx masser af brugt sengetøj på loppemarkeder. Det blev stuvet ind i campingvognen og kasseret efter brug, siger Hanne, der også indrykkede annoncer i de nordnorske aviser, når turen gik den vej. I annoncerne søgte hun efter familier, der ville lægge vaskemaskine til. Disse annoncer gav god respons, og Hanne og hendes mand kunne tilrettelæg-

ge deres rute efter vaskemaskinerne. – Det var søde og forstående folk, som vidste, hvad problemet var, nogle af dem er mine venner i dag, fortæller hun.

Bleer med i bussen

Hanne har i det hele taget udvist stor kreativitet i løsningen af det problem, der blev hendes skæbne. Hun har heller ikke holdt sig fra at tage alene afsted på busture i Europa, selv om det indebærer en organiseret oppakning med en blekuffert, skiftetøj i 'håndtasken', vådservietter, vaskeklude osv. På spørgsmålet om hun har haft uheld, når hun var ude, svarer hun ork ja, men at ingen lægger mærke til det. – Jeg trækker mig lidt fra de andre, og så har jeg fx altid to af samme slags bukser, så jeg kan skifte uden at nogen bemærker det, fortæller hun.

Egen salve mod irriteret hud

Hanne er sygeplejerske af uddannelse og har altid interesseret sig for alternativ behandling. Det betyder, at hun fx fremstiller cremer og salver selv, bl.a. den salve, der forebygger, at hun bliver hudløs pga. sin inkontinens. Dén creme fik hun opskriften på, da hun engang besøgte en indianerstamme i USA, og den betyder, at hun aldrig har problemer med irriteret hud.

Større spande på toiletterne

Hannes meget praktiske tilgang til inkontinensproblemet har også betydet, at toiletterne i det lokale indkøbscenter er blevet forsynet med store affaldsspande til bleer. Det har hun personligt sørget for. – Der må jo være andre end mig, der har problemet, og som har brug for at smide bleer ud på et offentligt toilet. Og hvad kan der være i de små spande, der normalt er sat op – ingenting, siger Hanne, der gerne ser, at Kontinensforeningen tager fat i dette problem, som er et generelt problem for inkontinente.

Hannes rejsetip

Gem kasserede strømpebukser, klip dem af og brug dem som engangstrusser, når du rejser.

Modelfoto