

# Jeg har et usynligt handicap

HUN ER 32 ÅR, LÆGE,  
INKONTINENT OG  
BRYDER SIG IKKE OM  
HEMMELIGHEDSKRÆMMERI.

*"Jeg har sagt til mine kolleger både i den lægepraksis og den sygehusafdeling, jeg er knyttet til, at jeg er inkontinent. Allerede inden jeg begyndte, meldte jeg det åbent ud. Det gør det hele nemmere, at jeg ikke skal gå og skjule sandheden. Jeg kan lide at være ærlig, og jeg tror på, at det er den eneste vej til at få fokus på et problem, som rammer mange mennesker. Også unge. Men jeg pådutter ikke mine patienter, at de skal gøre som jeg."*

Dorte Høj Drostrup

"Sting synger en sang, der går 'Every breath you take, every move you make...'. Den fortæller meget godt, hvor inkontinent jeg var. Hver gang jeg tog et skridt, hver gang jeg bukkede mig, lagde det ene ben over det andet, hostede, nøs, grinede ... hver gang tisede jeg i bukserne."

32-årige Dorte Høj Drostrup blev inkontinent, da hun fødte sit andet barn, sønnen Oscar, i maj 2006. I mange måneder kunne ingen forklare årsagen, først efter flere operationer blev hun hjulpet. I dag er handicappet mindsket. Men det forsvinder formentligt aldrig helt.

Foråret 2006 var lys og glad for den unge, sportsaktive kvinde, Dorte Høj Drostrup. Hun var gift med Anders og mor til 2-årige Anna. Efter medicinstudiet var hun i gang med speciallægeuddannelse til praktiserende læge. Og nu skulle hun føde det barn, hun ventede, og dermed øge familien til fire. Den tidlige sommer havde godt tag i Danmark.

Den unge kvinde glædede sig til at føde. Hendes datter Anna kom til verden ved kejsersnit, fordi pigen lå i underkropsstilling med rumpen nedad, og derfor var den kommende andengangsmor ekstra spændt på, hvordan det egentlig ville føles.

"Det var selvfølgelig smertefuldt, men også en fantastisk oplevelse at prøve at føde. Som sportsmenneske var jeg fascineret af at prøve kræfter med naturen," fortæller Dorte Høj Drostrup.

De første dage efter fødslen kunne Dorte ikke holde på vandet. Urinen kom efter forgodtbefindende og sjældent efter Dortes ønske. Hun var noget chokeret over, at hun ikke selv kunne kontrollere sin tissetrang, men fik besked på, at alting skulle have tid til at falde på plads efter en fødsel.

Der gik en uge. Der gik to. Der gik en måned. To. Tre. Fire. Seks ...

"Jeg var vildt inkontinent og meget ked af det. Min egen læge henviste mig hurtigt til sygehuset, hvor lægerne forsøgte at berolige mig med, at det ville blive godt, jeg skulle bare give det tid, lave mange bækkenbundsøvelser og måske gennem en enkelt operation på et senere tidspunkt. Men knibeøvelser havde ingen effekt. Jeg havde også forfærdelig ondt i mellemkødet og tog mange smertestillende piller," fortæller hun om de første mange måneder efter fødslen.

### **Forsøgte at se det positive**

Handicappet var et åg. Dorte Høj Drostrup måtte bruge store bind og erkende, at selv de 700 meter til datteren Annas vuggestue var tilstrækkeligt til, at bindet skulle skiftes.

"Jeg syntes, at det var meget uretfærdigt, at jeg var blevet inkontinent. Jeg var så ung, og inkontinens var noget, jeg forbandt med gamle koner. Men jeg forsøgte at se lidt humoristisk på det og troede på, at jeg kunne blive helbredt. Jeg gik og jokede med, at jeg skulle have en Tena-heldragt," smiler hun. Hun nægtede at være flov og skamfuld og holde det generende tisseri hemmeligt.

"Jeg fortalte det til venner og familie – og til min mødregruppe, som har været en fantastisk støtte i hele forløbet. Nogle havde svært ved at tale med mig om mit problem og lukkede fuldstændigt af. Jeg vidste godt, at inkontinens er et tabu. Men jeg blev alligevel rystet og skuffet over nogle reaktioner. Jeg mener, at det er et handicap på linje med andre handicaps – det er bare ikke synligt."

*Nogle fra min omgangskreds havde svært ved at tale med mig om mit problem og lukkede fuldstændigt af – det var jeg skuffet over.*

### **Frustrationer og ubehag**

Som månederne gik, blev Dorte Høj Drostrups humør dårligere og dårligere, inkontinensen styrede hendes liv. Alle løbeture og volleyball på højt niveau, som hun tidligere holdt så meget af, var udelukket. Det var vanskeligt at bevæge sig rundt i huset, og hun kunne dårligt lege med sine børn.

Hun skulle tilbage på job efter barsel, men hendes tidligere arbejdsplads havde toilet i kælderen, og det var en alt for stor belastning i hverdagen.

”Det var ren overlevelse at gå på arbejde. I den nye lægepraksis, hvor jeg fik arbejde, jokede kollegerne heldigvis med mig. De sagde, at jeg kunne låne en toilet-trailer, som en af deres patienter havde fremstillet, så han kunne tage sin syge hustru med på tur. Det hjalp lidt på humøret at grine af det. Men jeg var helt nede at bide i græsset,” fortæller Dorte Høj Drostrup om ventetiden til første operation.

Parallelt med de daglige frustrationer herskede den opslidende frygt for, at problemet aldrig ville holde op.

”Selv om man er læge, er man patient, når man er syg. Og jeg synes, at de undersøgelser, som inkontinente skal igennem, er meget ydmygende. Man skal for eksempel tisse i en spand midt i et undersøgelsesrum, mens undersøgeren venter lige på den anden side af døren. Jeg ved godt, at det ikke er noget at være flow over, men det er altså meget meget ubehageligt,” fortæller den unge læge.

### **Ja tak, endelig operation**

”Jeg var bange for, at andre syntes, at jeg var blevet hypokonder. Jeg havde gået og grædt, når jeg var alene, et helt år, og som læge ved jeg, at kroniske sygdomme også påvirker hjernen. Nogle af os kvinder – måske især kvindelige læger – har lidt tendens til at tænke ”Ja, ja, du dør jo ikke af det, og vi har alle vores at slås med”. Men jeg er blevet meget skuffet, når jeg har mødt de kommentarer. Inkontinente har så ufattelig dårlig livskvalitet. Så da operation endelig kom på tale, var jeg glad og så frem til et normalt aktivitets- og familieviv igen”.

### **Enorme indgreb**

Det viste sig, at Dorte Høj Drostrups bækkenbund var blevet ødelagt ved fødslen. Mellemkødmusklerne var revet over, bagvæggen i skeden var krøllet sammen og presset op i en krog. Desuden var både forvæggen og højre sidevæg ødelagte.

Dorte føle sig nu endelig bekræftet i, at det reelt stod slemt til. Og hun forventede ikke længere, at inkontinensen ville forsvinde af sig selv.

Operationerne var enorme indgreb, og efter den første gik der med Dorte Høj Drostrups egne ord 14 dage, før hun igen smilte.

Skedens for-, side- og bagvæg blev syet på plads, og mellemkødet lappet sammen. Blæren blev løftet op ad to omgange. Ved første forsøg blev den hæftet op indvendigt, hvilket ikke var nogen succes. Anden gang brugte man et såkaldt tvtbånd, der fungerer som en slynge rundt om urinrøret. Båndet blev hæftet i mavemusklernes, trukket ind rundt om urinrøret og ført tilbage til mavemusklernes, hvor det blev hæftet igen.

### **Bedring kom hurtigt**

De mange indgreb hjalp på Dorte Høj Drostrups inkontinens og gav hende en vis kontrol tilbage.

”Nu er der ikke så meget Sting-sang over det mere. Jeg kan gå flere skridt, uden det siver. Dagligdagen fungerer langt bedre både hjemme med familien og i de skiftende stillinger på sygehusafdelinger, som jeg skal igennem i speciallægeuddannelse til praktiserende læge.” Operationerne kunne imidlertid ikke hjælpe hende tilbage til den sportsaktive tilværelse, hun nød før i tiden. Og hun bruger stadig bind både nat og dag. ”Jeg er optimistisk af sind og sikker på, at inden jeg bliver gammel og grå, har flere forskere fattet interesse for inkontinens og vist nogle nye alternativer. Første skridt mod et større fokus på sygdommen er, at patienterne er åbne, så omfanget bliver tydeligt,” siger hun. ”Det er absolut ikke kun ældre kvinder, der er inkontinente. Gennem mit job ser jeg en del yngre kvinder med inkontinens – og jeg har megen forståelse for deres problem.”

*Jeg  
drømmer om  
at kunne  
løbe igen uden at  
tisse i bukserne,  
inden jeg fylder  
40 år.*