

Elin Andersen vil vera ei røyst for unge som har døydd eller blitt vengeklippa i eit nedstengt land

Ho mista sjølv sin 20 år gamle son Håkon i fjor vår. Han døydde av ein overdose på studenthybelen sin. Dette skreiv ho om i ein kronikk på NRK Ytring i januar. Denne teksten har blitt lesen av svært mange, og ho har fått enormt mange henvendingar frå både foreldre og unge som har gått gjennom store påkjenningar under pandemien.



Elin Andersen har fått kontakt med foreldre der barna har tatt sjølv-mord, eller der latent sjukdom har blussa opp att som følgje av isolasjon på studenthyblar langt heimanfrå. Også friske ungdommar har blitt sjuke, eller har hatt store påkjenningar, har ho blitt fortald.

For mange unge har dagane blitt tomme og monotone. Livet har blitt sett på

vent.

Andersen har blitt kontakta av foreldre og unge som kan fortelja om vonde tankar som kjem fram til overflata når ein sit i einsemd. Spesielt eteforstyrningar kan bli forverra når ein sit slik åleine og tenkjer seg tjukk, viser ho til.

Det vil ta mange år finna ut kor mange liv pandemien har kravd, meiner ho, for ein kan ikkje berre rekna Covid-døde inn i denne statistikken.

– Og det nyttar ikkje å seia til dei unge at det var verre under krigen, for på mange vis så var det nok ikkje det. For då hadde menneska trass alt eit fellesskap i motstandsarbeidet, men det å måtta bli sitjande heilt åleine, er lammande.

Levd vonde, tronge og små liv

Håkon sitt liv hadde lenge vore godt. Før november 2020 hadde han vore rusfri i to og eit halvt år og var full av livsmot og framtidstru. Han hadde jobb, skule og trening som viktige knaggar i livet sitt. Det store målet var studiar i København.

Sonen hennar greidde seg greitt fram til hausten 2020, sjølv om han ikkje fekk møta på skulen. I november måtte kickboksinga stenga, til liks med andre treningssenter i landet. Mora fekk klump i magen for korleis dette ville gå. Sonen var svært sosial og likte å ha folk rundt seg, men på grunn av det mora omtalar som samfunnets tellesyke, blei ikkje Håkon invitert heim til nokon, dermed blei ikkje nettverket så stort.

– Å stengja treningsaktivitetar for dei over 20 år, var ei kortslutning, for det råka studentar som trong eit møtepunkt utanfor hybelen knallhardt. Målet hans var å bli proff kickboksar, hadde han fått velja mellom å treni fire gonger i veka eller å sitja på ein fest, så veit eg kva ha ville ha vald, og han snakka ofte om kor mykje han sakna treninga, seier mora.

Rusproblema til Håkon kom tilbake under nedstenginga. Mora har høyrte fleire historier om unge som har fått slike problem forverra under pandemien.

Kritisk til styresmaktene

Ho er sterkt kritisk til styresmaktene si behandling av denne aldersgruppa.

– Dei unge fekk innprenta at det einaste dei kunne bidra med var å redusera smitte. Trusselen var at bestemor kunne dø om dei var ute blant folk. Og steig smitten, blei dei unge ofte stempla som syndebukkar.

Mora prøvde å ikkje blanda seg for mykje inn i hybellivet til sonen, fordi både han og mora ville at han skulle bli sjølvstendig. Dei hadde regelmessig kontakt med sonen som ofte var heime på besøk, men dei besøkte han sjeldan på hybelen. Dermed visste dei ikkje at festinga hadde eskalert. I ettertid har Elin slite mykje med dårleg sjølvkjensle for at ho ikkje stakk innom mot slutten då sonen festa ein del. Sorga er så vond at du har lyst til å døy, seier ho. Det nærmar seg eit år sidan ho mista guten sin, og ho ser at det ligg ei framtid og ventar.

– Sorgsenteret på Ahus har vore til god hjelp i å bearbeida sorga til både meg og mannen, fortel ho.

Dei oppsøkte også tidlegare hjelp som pårørande til ein gut med rusutfordringar.

– Eg har alltid vore open om Håkon sine utfordringar i nærmiljøet og blant venner. Å vera avhengig av rusmiddel er etter mitt syn det siste tabuet. Psykiske lidningar er det blitt lettare å vera open om, medan rus er det knytta mykje skamkjensle til. Dette heng truleg saman med at å rusa seg er noko mange gjer til fest. Då er det ekstra flaut å vera den som ikkje greier å stoppa å rusa seg når kvardagen kjem, medan andre opplever rusen som bra, er den gift for den som blir avhengig, forklarar mora.

Pregar heile livet

Åra då han rusa seg aktivt var svært belastande for familien som gjekk i konstant alarmberedsskap. Ei redsle Elin meiner kan samanliknast med foreldre som fryktar at eit barn skal ta sjølv-mord som følgje av psykisk sjukdom. Men då Håkon døydde av ein overdose, skjedde det brått og uventa. Dødsfallet kjendest difor endå meir brutalt enn om det hadde skjedd om Håkon var inne i ein svært dårleg periode, forklarar ho.

– Fordi han hadde vore rusfri så lenge, tolte han ikkje å ta rusmiddel han truleg ville tolt då han rusa seg aktivt, seier ho.

Då Håkon døydde fekk korkje foreldra eller dei to søskena hans tilbod om hjelp frå fagfolk. Det dei har fått av hjelp, har dei oppsøkt sjølve. Elin Andersen reknar med at helsevesenet var overbelasta og at fagfolk som

vanlegvis kan tilby hjelp til pårørande, var opptekne av smittesporing. Men kor mykje viktigare hadde det ikkje vore om ein helsesjukepleiar kunne brukt tida til å snakka med einsame unge, enn å spora opp nærkontaktar, undrar ho.

“ Eg har ikkje orka å be om noko, og har heller ikkje visst kva eg trong, så denne handfaste omsorga har vore god å oppleva.

Privat har dei fått enormt mykje støtte og praktisk hjelp frå vener og naboar.

Det trur Elin Andersen heng saman med at dei heile tida har vore opne om situasjonen til Håkon. Guten deira var i tillegg ein svært sosial og triveleg gut som mange i nærmiljøet var veldig glade i.

– Naboar gir beskjed om at dei kjem og vaskar huset, og ber oss om å lukka dører der det ikkje skal vaskast, og mat er blitt levert på døra. Eg har ikkje orka å be om noko, og har heller ikkje visst kva eg trong, så denne handfaste omsorga har vore god å oppleva, seier Elin Andersen.

Faste rutinar held henne oppe

Ho har vore sjukmeld sidan sonen døydde, men ho var stort sett heile tida i arbeid då sonen sleit med rus. Arbeidet blei då ein fristad for mora. Å mista eit barn har vore så gjennomgripande at ho ikkje har kunna arbeida som anestesilege, men ho er innom kollegaene ein gong i veka for å halda kontakten med arbeidsplassen. Men alt før sonen døydde hadde Andersen planar om å byta jobb, utan at ho ennå heilt veit kva ho vil driva med i framtida.

Det viktigaste for henne no er å visa kor høg pris mange unge har betalt etter å ha levd stusselege, små liv på tronge hyblar, isolert frå andre, utan anna enn Teams.

Mora veit at sonen hadde prøvd å få hjelp av ettervernet før han døydde, men det fungerte ikkje, noko ho reknar med truleg kjem som ei følgje av pandemien.

Å ha rutinar i livet var viktig for sonen, og no har mora merka kor viktig det er som pårørande i sorg også.

Sorga er som kvikksand

Sorga etter eit overdosedødsfall er spesiell, forklarar ho. På same måte som med sjølv mord, blir sorga meir komplisert og grumsete. Dei som sit igjen har ofte mange spørsmål og stor skuldkjensle. Kva kunne me gjort annleis? Kva såg me ikkje?

Også Elin og mannen har stilt seg desse spørsmåla. Dei har saumfare livet til sonen frå fødsel til død, og tenkt tilbake på smått og stort i livet hans.

– Å vera i sorg er som å gå i kvikksand, fortel ho.

Redninga for henne er å halda på kvardagsrutinane og halde eit høgt aktivitetsnivå. Ho er difor i gong med å finna ei ny retning i livet sitt. Hennar råd til andre i liknande situasjon er å vera fysisk aktiv og gjerne skaffa seg eit kjæledyr. Sjølv går ho mykje tur i skogen med hunden sin. Ho og mannen er også nøye med å stå opp til faste tider, om morgonen høyrer dei eit fast radioprogram og klokka 19 er det Dagsrevy. Å leva som eit gamalt ektepar hjelper. Elin prøver også å lesa litt.

– Og ikkje rus deg, understrekar ho. Då er det fort gjort å mista balansen. Sjølv har eg ikkje smakt alkohol sidan sonen min fekk rusutfordringar.

I tillegg er ho open med andre om sorga ho balar med, og prøver aldri å lata som ting er betre enn dei er.

Elin Andersen meiner dei unge skulle tatt til gatene i protest og kravd at ein aldri meir må stengja ned skular eller stader der ein kan trenast og driva idrett. Stenginga blei gjort utan at dette var eit råd frå Folkehelseinstituttet. At vaksne veletablerte menneske har heimekontor, er noko heilt anna enn å isolera unge menneske som treng å bli kjent med andre, påpeiker ho.

I framtida ønsker Elin Andersen eit mindre einspora helsevesen. I staden for å monomant oppteken av smittetal og død, ønsker ho at helsevesenet får ein ny Per Fugelli som ser det totale livet, både forventningane og belastningane. Det er i hennar auge innlysande at det må komma eit etterspel. Det må i framtida ikkje gå an å nekte folk å gå på skule, på jobb og på trening, understrekar ho.



Tekst:

Heidi Hjorteland Wigestrland

Journalist