

Sort på hvidt - personlige erfaringer med mani og depression

Af Andreas Kilden og Krista Nielsen Straarup

Psykiatrifondens Forlag, 2006. 104 sider. Pris kr. 130,00.

"Du kan godt få det **sort på hvidt**", hvis du ikke tror på det, jeg fortæller dig!

Det er en sætning, de fleste af os har hørt før, når man følte, man nærmest skulle forsvare sig overfor det, man udtaler sig om. En afmægtig situation, som jeg tror mange, der har forsøgt at forklare om sin sygdom, har følt sig i.

Mange mennesker skal have noget håndgribeligt at kunne forholde sig til. Så når vi har forsøgt at fortælle, hvordan det er at leve med manier og depressioner et helt liv, ender det tit med at, vi står tilbage med en følelse af at blive opfattet som utroværdige!

Bogen er godt disponeret med fakta om sygdommen i 1. kapitel. Hvis man vil have mulighed for at forstå både forløbet af sygdommen, årsagsforhold, sociale ydelser og medicinen, har denne bog sin klare berettigelse. Der er rigtig meget, man kan lære om sygdommens væsen.

Det er ret overvældende at læse de personlige historier. De er så præcist og smerteligt fortalt, som det er, når man oplever manierne og depressionerne. Ikke mindst identitetsproblemer. Det at finde ud af hvem man egentlig er. Er jeg syg, eller er det bare mig, der er sådan indrettet med svingninger op og ned?

I en af historierne gives der udtryk for at den mani-depressive diagnose er "*Den fine diagnose*".

Jeg har hørt udtalelsen før, og jeg forstår stadig ikke den tankegang.

Jeg har endnu aldrig hørt andre mani-depressive, jeg har været i berøring med, føle noget som helst fornemt i at få den diagnose, der udtrykker omfanget af symptomerne, der hører til den mani-depressive sygdom. Sygdommens væsen er da lige ubehagelig at leve med uanset, hvad diagnosen hedder.

Heldigvis har jeg aldrig hørt om hvilken sygdom der så blev benævnt som den "*ufine diagnose*";).

Der er rigeligt at gøre med at afmystificere fordomme, myter og tabuer ved psykiske sygdomme.

Kapitel 15 er en rigtig god beskrivelse af, hvad der hænger sammen – eller falder fra hinanden i den mani-depressives hverdag. Hvor svært det er at skabe bare en smule struktur i hverdagen.

Lige så varmt, kærligt og bekræftende afsnittet om "*Den small-talkende pårørende*" er, om at kunne give den mani-depressive et frikvarter fra sig selv og de kvænnende tanker, lige så godt forstår jeg den harmdirrende følelse, forfatteren udtrykker overfor folk, der forsøger at få en mani-depressiv til at opgive sin medicin! Hvis de anede, hvad de snakkede om og kendte konsekvenserne af, hvad *det kunne føre til* for den depressive...??!. Det er dybt uanstændigt.

Hvem skal i øvrigt bedømme, hvordan smerte føles for den enkelte, der oplever den?

Billederne, malet af P.S. Krøyer, som bogen indrammer kapitlerne med, er ikke valgt tilfældigt.

Han var mani-depressiv.

Som der står i bogens forord: "... formidler en særlig stemning af lys og mørke, optimisme og tungsind..."

For mig understreger billederne den balance, som bogen forsøger at give om sygdommens evindelige op- og nedture.

Anny Thorsager

forfatter