

# Trætheden er mit fængsel friheden min længsel

Af: Sara Krage Petersen og redaktør, cand.mag Lone Sevel

## Sara fik fibromyalgi som ung og fortæller her hvordan, det har påvirket hendes liv.

„Jeg er for ung til at skulle leve i det, der føles som en gammel kvindes krop resten af livet“, det var en af de mange tanker, der slog mig, da jeg fik diagnosen fibromyalgi tilbage i 2012, 26 år gammel. Jeg ville så gerne leve et 'normalt' liv. Leve det liv jeg kendte så godt før jeg blev syg, og ikke skulle forholde mig til frygt, fortvivlelse og ikke mindst smerter. Det forandrede mig som ved et trylleslag, fortæller Sara.

Sara fortsætter, „jeg gik i stå, men kun for en kort stund. Skulle lige finde fodfæste i alt det her, men så besluttede jeg at kæmpe og ikke kæmpe imod. Jeg tror nemlig på, at uanset hvilke udfordringer livet giver os, så skal vi gøre vores bedste for at komme igennem dem og leve livet. Hvorfor ellers være her?“

Sara har brugt Fibromyalgi-Foreningen til at møde andre med fibromyalgi. Det er godt at vide, at man ikke er helt alene.

### Følg Sara på Instagram

#sarakrage...Et indblik i mit liv med Fibromyalgi. Mine tanker og følelser om det. Tror på vi aldrig må gå op uanset hvad livet bringer os.

*Det kræver en masse mod og en stærk vilje at leve et liv med Fibromyalgi. Sara finder styrke i at skrive. Foto: Lone Sevel.*

„Så selvom jeg ikke altid synes, at det er en fest at leve et liv med fibromyalgi, så har det også fået mig til at indse en masse ting, jeg ikke kunne se klart før.

Jeg prøver så godt jeg kan at leve det liv, jeg gerne vil leve. Og ja, det har selvfølgelig sin pris, men jeg vil hellere danse til den lyse morgen og føle mig fri fra det fængsel min krop er fanget i. Om det så skal betyde, at jeg må blive liggende i sengen dagen efter, så gør jeg det gerne, da det for mig betyder, at jeg kan mærke, jeg lever det liv jeg gerne vil leve.

En gang imellem rammer mørket mig, men så hjælper det mig at skrive“, siger Sara og slutter „for med ord på et stykke papir, bliver det også synligt for mig, at det kræver en masse mod og en stærk vilje at leve et liv med Fibromyalgi.“

### Sara finder ro ved at skrive:

Trætheden har overtaget min krop  
Jeg ude af stand til at flygte fra den  
Mine øjne føles tunge  
kroppen har svært ved at flytte sig  
Solen skinner  
Jeg ville ønske jeg kunne danse i det fri  
Slippe ud af denne træthed  
Mærke livet  
Følge dansende med strømmen  
Men i dag  
I hvert fald lige nu  
er trætheden mit fængsel  
og friheden min længsel

Sara



# Hjælp til unge med fibromyalgi

Af: Redaktør, cand.mag Lone Sevel

**Gruppen af unge med fibromyalgi er voksende. Det ses i stigende grad, at unge diagnosticeres helt ned i 15-20 årsalderen.**

Vidste du, at der findes en lukket Facebook gruppe for unge mellem 15 og 30 år med fibromyalgi?

Du kan også henvende dig til Fibromyalgi-Foreningen på tlf. 33 23 55 60 eller [dff@fibromyalgi.dk](mailto:dff@fibromyalgi.dk). Hos DFF har vi erfarne rådgivere indenfor socialrådgivning, sundhedsrådgivning og psykologisk rådgivning.

Det kan være vanskeligt at få tilværelsen til at fungere for unge mennesker med kroniske smerter.

Det kan virke uoverskueligt og meget uretfærdigt, når man som ung bliver ramt af fibromyalgi. Livet skal først til rigtigt at begynde, der skal festes med vennerne, og man skal ud at opleve verden, men der skal også træffes store beslutninger om uddannelse, kærester, børn osv.

„Det kan være vanskeligt at få tilværelsen til at fungere for unge mennesker med kroniske smerter.“

En ny undersøgelse, som Danske Handicaporganisationer har foretaget blandt 702 studerende med handicap viser at: De er stressede og har det skidt, og mange opgiver helt drømmen om at gennemføre deres uddannelse. Studerende med handicap eller funkti-



Du kan læse forskellige interviews med unge og deres udfordringer med fibromyalgi på medlemsiderne på [www.fibromyalgi.dk](http://www.fibromyalgi.dk)

Det er fx artikler om: hvor vigtigt det er med en diagnose, om parforhold, om vigtigheden i at holde fast i vennerne og et aktivt fritidsliv.

onsnedsættelse er hårdt ramt af de politiske reformer, der skal få flere hurtigt igennem studietiden.

Gruppen af helt unge fibromyalgiramte har ikke ret mange steder at gå hen med deres problemer, og social- og sundhedssystemet er oftest ikke parat til at hjælpe.

For 6 år siden mærkede Stine vigtigheden og behovet på sin egen krop for at kunne tale med andre om sin sygdom. Hun ringede derfor til Fibromyalgi-Foreningen og fik lige den rådgivning, hun havde brug for. For at hjælpe andre unge i samme situation som hende selv, meldte hun sig som frivillig rådgiver med fokus på de unge og deres udfordringer med fibromyalgi. Det er også i dag et arbejde, der giver hende glæde.

Ifølge Sundhedsstyrelsen lider 30 procent af den danske befolkning af en kronisk sygdom, og man anslår, at cirka en ud af 10 unge lider af en kronisk sygdom.



*Stine fik konstateret fibromyalgi for 14 år siden og er aktiv i netværksarbejdet for unge. Foto: Lone Sevel.*