

21 UGEAVISEN JEG VAR HELT HJÆLPELØS

På skrivebordet lå der masser af papirer. Klienterne ventede. Telefonen ringede. Der var mange ulæste mails, og flere der var læst, men ikke besvaret. Der var møde med afdelingslederen. Det var ikke en travl dag. Det var en helt almindelig dag i 31-årige Merete Holm Knudsens arbejdsliv som sagsbehandler på rådhuset. Men det var også Meretes sidste dag på jobbet, for dagen efter blev Merete syg af stress. Det er nu to år siden.

„Jeg kørte hjemmefra klokken 7.45, som jeg plejede. Pludselig var jeg nødt til at vende om. Jeg kunne ikke trække vejret. Jeg var bange for, at der var noget galt med mit hjerte. Så da jeg kom hjem igen, ringede jeg til min chef og meldte mig syg.“

Meretes chef, afdelingsleder Kirsten Iversen, husker tydeligt Meretes sygemelding for snart to år siden: „Merete var en meget flittig og dygtig medarbejder, der aldrig var syg. Men jeg kunne godt høre, at der var noget i vejen den morgen, så jeg sagde, at hun skulle gå i seng.“

Da Merete havde talt med sin chef, gik hun ikke i seng. Hun satte sig på en stol i køkkenet, og der sad hun stadig, da hendes mand kom hjem fra arbejde. Og hun havde stadig sin frakke på. Mere kan Merete ikke selv huske fra den dag. Hendes mand kørte hende til lægen, for hun turde ikke selv køre bil. Der var ikke noget i vejen med hendes hjerte. Men lægen sagde, at hun led af stress, og at det nok ville tage lang tid, før hun blev sig selv igen.

„Når jeg tænker tilbage til tiden, før jeg blev syg, kan jeg godt huske, at jeg fik mange alarmsignaler fra kroppen. Jeg rystede på hænderne, jeg sov dårligt om natten, og jeg kunne ingenting huske. Fx når jeg fik en ny klient, så stillede jeg de samme spørgsmål flere gange, fordi jeg ikke kunne huske, at jeg havde spurgt.“

Merete troede, at hun ville få det bedre, når bare hun slappede af. Men det blev værre og værre.

„Jeg kunne ingenting. Min mand måtte købe ind og lave mad. Han lavede alting. Jeg var helt hjælpeløs. Jeg ved ikke, hvad jeg skulle have gjort uden ham. Min læge var også en stor hjælp, især fordi hun kunne forklare mig, at mine reaktioner var helt normale.“

Efter fire måneder begyndte Merete at gå små ture med deres hund, hun begyndte at køre bil igen, og hun begyndte langsomt at få lyst til at stå op om morgenen. Da hun havde været sygemeldt i lidt over fem måneder, besluttede hun at finde et nyt job. Merete fandt hurtigt et job som receptionist i en stor virksomhed ikke så langt fra deres hjem. Der har hun nu været i halvandet år. Hun har tit travlt på sit nye arbejde, men efter sin sygdom har hun lært at lytte til sin krop. Og når der er for meget at lave i receptionen, beder hun om hjælp. Det er også noget nyt, hun har lært. Før troede hun, at hun altid skulle klare alting selv.

Læseopgave

Hvordan reagerede Meretes chef på hendes sygemelding?

Hvad kom Meretes stress til at betyde for hendes mand?

Hvilke konsekvenser fik sygdommen for Merete?