VÄSTERÅS

Vill få bort rädslan för pyskisk ohälsa

Malinka Persson vill inte att folk ska vara rädda för psykiskt ohälsa, vilket hon tror att folk ofta är.
För att ändra den synen vill hon föreläsa om bipolaritet, speciellt för människor som i sitt yrke kan möta personer med en psykisk sjukdom.

Att vara bipolär innebär höga berg och djupa dalar och för Malinka, som lider av bipolär sjukdom typ 2, har det inneburit långa perioder med djupa depressioner varvat med kortare toppar.

– Att leva med bipolär sjukdom innebär att hela tiden brottas med extrema motsatser. Antingen mår man jättedåligt och har långa skov med djupa depressioner, eller så går man in i ett hypoman skov och mår hur bra som helst. När jag är hypoman sover jag väldigt lite men har extremt mycket energi. I längden är det dock väldigt påfrestande, eftersom det är en inre stress, och det slutar alltid med att jag går in i en ny depression.

Malinka har lidit av depressioner hela livet och hade känt att något inte var som det skulle ganska länge. 2007 rasade livet ihop för Malinka och hon vände sig efter några år till sin familjeläkare som runt 2010 remitterade henne till Affektiva mottagningen i Västerås.

– Där fick jag min diagnos, jag var bipolär, som jag själv redan misstänkt, och jag fick direkt börja medicinera.

Slussades runt

I början fungerade medicinen inte som den skulle, Malinka kunde inte somna så det blev inte många timmars sömn per natt. Hon bytte medicin och fick motsatt effekt, Malinka blev så trött att hon sov mer än hon var vaken.

– Efter att ha slussats runt bland olika stafettläkare som inte verkade bry sig nämnvärt fick jag äntligen, för ungefär sex månader sen, en fast läkare som lyssnade och bytte läkemedel och nu märker jag skillnad från vecka till vecka.

Som att vara nykär

Malinka säger att hennes liv, innan medicinen, var fruktansvärt.

– Andra människor förstår inte. Att må som jag mår när jag är på en topp, känslan är som att vara nykär, för att sen kastas ned till botten där allt är helt svart är otroligt jobbigt. Kroppen och hjärnan orkar inte med att leva under konstant stress i längden.

Ett tag var Malinka väldigt bitter och kände att hon förlorat 7-8 år av sitt liv.

– Jag gick ständigt och balanserade på ett hårstrå där jag försökte hålla balansen, men det gick inte. Jag reagerade oerhört hårt på saker som hände i livet, allt blev så stort vilket har påverkat bland annat mina relationer och min ekonomi.

Livet har blivit bättre

Nu säger Malinka att livet med medicin är väldigt behagligt om hon jämför med tidigare.

– Plötsligt går jag inte på ett hårstrå och balanserar, jag har också fått en hel värld att stå på. Ibland väntar jag på en stark reaktion när något händer, men den kommer inte.

Allt har inte förändrats i och med medicineringen, livet är bättre, men inte helt bra.

Helena Andersson
helena.andersson@hotmail.com

Malinka Persson
Ålder: 39
Familj: En hund och två katter
Bor: Hammarby
Intressen: Mina djur, webdesign, grafisk formgivning, politik i viss mån, och så fotografering som är min stora passion

LÄS MER OM MALINKAS LIV som bipolär på blackandwhite.eye-c.se

FOTO: MALINKA PERSSON

VÅRKAMPANJ
t.o.m 24 maj
SANTEX 10%
WESTCOAST WINDOWS 35%

Santex
WESTCOAST WINDOWS
KOM & TRÄFFA REPRESENTANTER FRÅN SANTEX & WESTCOAST WINDOWS FREDAG 24 APRIL MELLAN KL. 9-17
2% bonus
Betala med XL-BYGG MasterCard så får du 2% i bonus. XL-BYGG-kortet är ett kreditkort fritt från årsavgift, med upp till 90 dagars fri kredit på dina inköp.

VÄLKOMMEN TILL SVERIGES STÖRSTA
VÅRspring
GÄLLER ENDAST 24-25/4
VÅRFEST MED KANONPRISER PÅ TRALL!
De extra vassa vårpriserna gäller bara fredag och lördag 24-25 april
Trall 28x120 imp
XL-Trall G4-2
ORD. Pris 13,90
GÄLLER ENDAST UNDER 24-25/4!!
9,90/m

VI BJUDER PÅ KORV MED BRÖD!
Trall 28x120 imp
Branschtrall G4-3
9,90/m
Trall 28x120 imp
XLNT-Trall G4-1
17,90/m
Vad kostar trallen?
Enkelt uttryckt: man får det man betalar för. Tryckimpregnerat virke finns i flera olika dimensioner och kvalitetsklasser – allt från budget till högre kvalitet. För den vanligaste dimensionen 28x120 mm rekommenderar vi trallvirke av högre kvalitet. Då får du ett virke med finare trästruktur och färre fel som man annars kan bli besviken över i efterhand. Vårt fina trallvirke finns i flera längder vilket minskar spillkostnaden.
XL BYGG RANSTA SNICKERI
Bygghandel i Ransta, Skogsbo, Ransta. 0224-67 80 00 Öppet: vardag 7-17, lördag 8.30-13 www.ranstasnickeri.se