



Ny metod testas mot MS

■ Forskare vid Akademiska sjukhuset i Uppsala, har hittat en ny behandling mot MS som kombinerar cellgifter och stamceller från patientens egen benmärg. Resultaten hittills är "extremt bra" men metoden är ännu bara på försöksstadiet.

Veckans tips!

Solkräm skydd mot maneter

■ Brännmaneter finns i vattnen på västkusten och i Skåne. Nu finns Apoliva sollotion med manetskydd, inspirerat av clownfiskens skyddande slemlager. Pris 119 kronor på apotek.



Powerwalk bromsar cancer

■ Män som nyss har fått diagnosen prostatacancer kan ha stor

nytta av raska promenader. En ny amerikansk studie visar att tre-fyra timmars promenad i veckan kan halvera risken för att cancer växer och sprider sig.



FOTO: THINKSTOCK

VECKANS FRÅGA

Hur torkar man blåbären?

■ Vi bor i Sörmland där man hittade dvärgbandmask. Läste att masken dör om man torkar blåbären. Men hur gör man?

SVAR: Torka i ugn på låg värme, 50 grader, med luckan lite på glänt. Bred ut bären gles på en plåt, de ska bli som russin. Platta till

dem lite före torkning, det snabbar på avdunstningen. Låt eftertorka på papper ipå en bricka. Förvara sedan i glasburk.



Fråga om hälsa

Annika Boltegård,
Land, 113 92 Stockholm
annika.boltegard
@lrfmedia.lrf.se
08-588 367 08



GER INTE UPP. Inga-Lill Enbom titulerar sig optimistkonsult och har i 30 år varit en populär föreläsare.



Inga-Lill höll på att bli blind

”Min envishet gav mig en andra chans”

Läkarna sade att Inga-Lill Enbom skulle bli blind. Men optimistkonsult som hon är vägrade hon att ge upp. Hon kämpade sig till en andra bedömning – och synen kunde räddas med en operation.

TEXT OCH FOTO JOAKIM NORDLUND

Som genom ett mirakel fick Inga-Lill Enbom synen tillbaka. Operationen tog mindre än en kvart, sedan reste hon sig upp och såg bättre än hon gjort på 60 år.

– Det går inte att beskriva. Jag nyper mig fortfarande i armen trots att det var den 13 december och varje morgon famlar jag efter glasögonen men jag har ju inte haft dem på mig sedan jag opererades, säger hon.

Men låt oss backa bandet. Land träffade Inga-Lill Enbom redan förra våren och då handlade samtalet om att hon fortfarande kunde se ljust på tillvaron trots att hon var

på väg att bli blind. Hennes syn var så kraftigt nedsatt att hon då var tvungen att ha ledsagare med sig, men ändå avlöste skratten varandra där vi satt vid hennes köksbord i Gammelstad utanför Luleå.

– Jag har aldrig varit den som grävt ned mig. Det ligger inte för mig. Jag är mer irriterad än ledsen, sa hon då.

30 år som optimistkonsult
Inga-Lill Enbom jobbar med coaching och personlig utveckling och

titulerar sig optimistkonsult sedan närmare 30 år. Hon föreläser både för privatpersoner och företag och har skrivit flera böcker.

Men kvinnan, som lärt så många att tackla problem och se det positiva i livet, drabbades av en propp i ena ögat. Bakom skratten fanns likafullt ett vemod och en sorg och när vi kom in på barnbarnet Elliott Enbom blev det tungt. Hon berättade om sorgen över att en dag inte kunna se hans ansikte på lite avstånd.

– Det är oerhört sorgligt, sa hon då.

Hon berättade också om dagen för tre-fyra år sedan när hon fick sin hårda dom.

Efter proppen i ögat uppsökte hon sjukhuset i Sunderbyn, Norrbottens länsjukhus, och där fick hon veta att hennes problem inte gick att åtgärda.

– De sa att det fanns någon bot. Läkaren där sa att ingen i hela Sverige kunde hjälpa mig och att jag

”Nu kommer jag dit och jag går inte därifrån förrän jag har fått min remiss”

FAMILJEMYS. Inga-Lill med sonen Jim och barnbarnen Albert och Elliot.



FOTO: PRIVAT

Du har rätt till en andra bedömning

■ Litar du inte på beskedet du har fått från din läkare? I vissa fall har du enligt Hälso- och sjukvårdslagen rätt att få en så kallade second opinion, en andra bedömning. Det kan gälla om du står inför svåra medicinska ställningstaganden och:

■ Om du har en livshotande eller särskilt allvarlig sjukdom.
■ Om den medicinska behandlingen kan innebära särskilda risker för dig.

■ Om ditt val har särskilt stor betydelse för din framtida livskvalitet.

■ om det inte står helt klart vilken behandling som är lämpligast just i ditt fall.

Mer information finns på www.vardguiden.se

Får kvinnor att våga tala

Namn: Inga-Lill Enbom.

Ålder: 73 år.

Bor: Gammelstad utanför Luleå.

Familj: Sambo, två vuxna barn och fyra barnbarn.

Yrke: Optimistkonsult. Författare till fem böcker, bland annat *Våga leva tvärtom*.

Aktuell: Kommer snart ut med boken *Allt ljus på dig – Våga vara den du är och säga vad du tycker*.

Syn före/efter operation:

Vänster öga minus 21 och ungefär minus 2,3 i dag, höger öga minus 19 och ungefär minus 2,3 i dag.



NJUTER. Efter operationerna har Inga-Lill bättre syn än på 40 år.

var tvungen att ställa in mig på att i framtiden förlora synen. Det han sa var ju att jag skulle bli blind.

Kontakt med ögonspecialist

I den vetenskapen levde hon ända fram till i höstas när hon hörde att en av läkarna skulle pensionera sig. Hon kontaktade honom och sa att hon ville att någon annan också gjorde en bedömning.

– Han sa ”jodå, jag kan mejla några kontakter jag har”, säger Inga-Lill.

På så sätt kom hon i kontakt med ögonspecialisten Urban Eriksson vid Uppsala akademiska sjukhus. Hon blir glad när hon talar om honom. Inte bara för att han är den som såg till hon fick sina ögon opererade av läkaren Amelia Taube utan också för bemötandet hon fick.

– Här hemma hade jag sökt läkare och hela tiden fått höra att de inte går att ringa till, inte mejla till och till sist, när jag efter sex veckors

påminnelse om remiss till Uppsala inte fått tala med någon så sa jag ”nu kommer jag dit och jag går inte därifrån förrän jag har fått min remiss!” Och då skickades den till Uppsala, berättar hon.

– Bemötandet av Urban Eriksson var helt annorlunda. Varje gång jag har skickat ett mejl till honom har jag fått svar

dagen efter.

Samtidigt berättar hon att hon blev livrädd när läkarna föreslog en ögon-operation.

– Här hemma hade jag ju fått höra att det inte gick att göra något. Jag hade också fått höra att om de skulle operera så fanns stor risk att näthinnan skulle lossna, säger hon.

Men så blev det inte. Läkarna gjorde en operation där det inte fanns risk att näthinnan skulle lossna. Operationen tog 10–15 minuter. Först krossades linsen som sedan sögs ut. Därefter ersattes den med en konstgjord lins.

Inga-Lill var vaken under hela ingreppet som var helt smärtfritt. När de var färdiga så hade hon fått synen tillbaka. Hon är en verbal person men när hon ska beskriva känslan att plötsligt kunna se blir hon tyst. Sedan säger hon:

– Jag fick först ett livstidsstraff och plötsligt kändes det som om någon öppnade dörren och sa ”du är fri”.

Klarar sig själv

I januari reste hon på en utlandssemester och för första gången på flera år kunde hon klara sig utan hjälp.

– Hur det än är så har man känslan av att man ligger en annan till last när man hela tiden behöver fråga om hjälp. Nu slapp jag det. Jag hittade rätt gate och kunde se vad som stod på biljetterna. Sådana små saker som man kanske tar för givet men som man inte klarar av när man har nedsatt syn.

Och kanske det bästa av allt.

– Jag kunde se Elliott och hans lillebror Albert klart och tydligt. Jag kunde läsa för dem.

Måndagen den 14 februari opererades det andra ögat med samma goda resultat.

Fått livet tillbaka

När Inga-Lill kom tillbaka till Gammelstad kunde hon för första gången på fyra år sätta sig bakom ratten på sin bil och känslan av frihet var enorm. Hon längtar redan till sommaren.

– Jag har alltid tyckt om att cykla men jag har ju inte kunnat. Men till sommaren ska cykeln fram igen.

Hon tycker att det verkligen är som att backa bandet flera år. Och säger att hon har fått sitt liv tillbaka.

Har du provat dina gamla glasögon?

– Ja. Jag såg bara ett enda sudd. Jag kommer väl ändå att spara dem som ett minne.

Hon har också att färdigställa sin femte bok som har arbetsnamnet *Allt ljus på dig*.

– Har jag nu fått synen tillbaka så känns det också som att jag vill göra allt jag trodde var för sent. ■