

# “Jag hängde inte med rent psykiskt”

Om jag ska vara ärlig så har den här resan gått lite för snabbt. Jag var hos läkaren, blev remitterad, gick på infoträff och vips så var jag opererad. Det var så mycket fokus på allt praktiskt som skulle hända så jag hängde inte med rent psykiskt.

Men idag när jag tittar i spegeln så ser jag inte mig själv, utan jag ser en främmande människa. Min kropp har förändrats så snabbt att jag inte känner igen mig själv. Jag har nog tappat bort mig själv lite i och med det här.

Och samtidigt ser jag i olika Facebook-grupper att folk som opererat sig postar bilder ett år efter, där de skriver om hur glada de är och hur snygga de känner sig. Men då undrar jag – varför gjorde du det?

**“Ibland tänker jag att man blir berusad av att vara smal.”**

Det är ju inte av den anledningen man ska operera sig. Jag tycker verkligen att vården borde göra större utredningar innan man erbjuds operation. Man opererar alldeles för lätt utan att ta reda på vissa saker. Jag har inte blivit erbjuden något psykologstöd gällande mitt ätbeteende. Det är inte någon som frågat, inte en

enda gång. Varför gör du så här? Vad fyller mat för funktion?

Tänk om jag kunde fått stöd från sjukvården med att göra allvarliga försök att gå ner i vikt, innan operation kom på tal. Om jag kunde fått träffa psykolog, sjukgymnast och dietist. Med operationen fick jag ju inga verktyg för hur jag lägger om mitt liv.



Gud vad jag önskar att jag hade vetat om allt jobb som kommer med det psykiska. Jag hade inte övervägt att avstå operation om jag hade vetat det, utan jag hade bara varit mer förberedd. Då hade jag vetat att jag som varit deprimerad tidigare riskerar att falla tillbaka i det.

Och det här med ätstörda tankar, det var något jag verkligen inte var beredd på. Jag har aldrig haft såna problem tidigare, men nu händer det att jag tänker ”jag kan inte äta det här jag går upp i vikt”.

Jag hade önskat få veta att man kan utveckla en ätstörning, speciellt om du kanske har haft

ett matmissbruk. Det är ju sånt de borde kolla innan och sen också följa upp efter operationen. De har inte ens frågat om jag har varit i behov av det. Att de inte ens kollar att man är okej.

**“Jag fick aldrig  
något  
samtalsstöd.”**

Jag tänker att det borde vara obligatoriskt att få prata med en psykolog, så att man får stöd. Hur tänker man kring mat? Hur tänker man kring allt? Är man deprimerad? Klarar man det här rent psykiskt? Jag tycker att det nästan är mer psykiskt än fysiskt jobbigt.

Det som hade varit bäst hade varit en form av gruppträff med andra opererade och sen även individuella samtal med en psykolog. Att man får dela med sig av sina erfarenheter och att man får stöd i det med andra som är opererade.

Jag hoppas verkligen att dom som funderar på operation idag får bättre information. För det är svårt och det kommer att komma utmaningar man inte är beredd på. Det behöver man få veta.