



Mine humørsvingninger og jeg – et liv med bipolar lidelse

Anmeldt af Charlotte Adserballe Dahl

Forfatter:
Martin Hansen,
Forlag:
Forlaget mellemgaard
Sider: 320

FAKTA

Livet med bipolar lidelse

Martin Hansens bog giver over en 10-årig periode et rammende og særdeles velskrevet indblik i, hvad det vil sige at have en bipolar affektiv sindslidelse. Læseren følger hovedpersonen, som over tid bliver dårligere og dårligere og kæmper med både bipolar sygdom og adskillige daglige angstanfald. Frustrationerne er mange, og forfatteren beskriver blandt andet problemerne med medicin, og den manglende forståelse blandt fagfolk for, at netop disse typer medicin har adskillige bivirkninger, der gør det svært at opretholde en normal hverdag, og endelig forholdet til omgivelserne.

Den dagbogslignende sygdomshistorie beskriver endvidere i meget fin og kontant form, hvorledes sygdommen

griber ind i tilværelsen og langsomt gør, at hovedpersonen mister grebet om virkeligheden, og derfor isolerer sig mere og mere.

En personlig skildring

Dybdegående beskrivelser af de adskillige indlæggelser og manier efterfulgt af depression giver et meget tydeligt indblik i, hvad det vil sige at leve med disse humørsvingninger.

Bogen skildrer hovedpersonens misbrugsproblemer, stigende sexlyst ved manier, ødelagte venskaber på grund af sygdommens ustabile og uforudsigelige indgreb i tilværelsen, og den efterfølgende skamfølelse, der i sidste ende resulterer i et selvmordsforsøg.

Problematikken omkring pårørende beskrives også, og bogen afsluttes med en beskrivelse af diverse sygdomssymp-

Sjældent har jeg læst en bog, hvor jeg så mange gange undervejs har grinet højt – og dette til trods for bogens dybt alvorlige emne



tomter, medicin og behandlingsformer, således at læseren kan følge nøjagtigt med i, hvad historien konkret handler om.

'Mine humørsvingninger og jeg – et liv med bipolar lidelse' giver en rammende og konkret beskrivelse af, hvorledes en sygdom over en årrække langsomt kan dræne en person for både livskraft og glæde.

Det er absolut anbefalelsesværdig læsning for både personer med en bipolar lidelse, pårørende og sundhedspersonale. Bogen er skrevet under pseudonym, da forfatteren mener, at der hersker en del stigmatisering af psykiske lidelser i Danmark.