

Brev till redaktionen på Uppdrag Granskning

Hejsan, Krisitina, Nils och Jan.

Jag har sett och hört om debatten som gått i denna och föregående vecka, den om ECT-behandlingar och dess verkan. Verkan i både positiv och negativ mening. Jag ska vara ärliga med er från början, då jag är en väldigt ärlig person. Jag har inte sett ett **helt** avsnitt av vare sig Solveig, Helena, "Debatt", eller något annat inslag som gjorts om ECT-behandlingar. Jag vet inte hur många gånger jag har börjat se ett och gett mig fan på att jag ska se det, men jag har inte kunnat. Det påminner för mycket om mina egna erfarenheter av psykiatri och "den sista utvägen är ECT-behandling". Som min läkare sade till mig när jag var 19 år gammal.

Jag kanske ska presentera mig, mitt namn är XX XX och är idag 23 år gammal och bor i Göteborg. När jag skriver hur gammal jag är, kan jag inte förstå att det bara är fyra år sedan detta hände och att jag stod just där i mitt liv för bara fyra år sedan. Vilken resa jag har gjort!

Anledningen till att jag skriver er, är att jag som sagt vid 19 års ålder genomgick en behandlingsserie ECT-behandlingar med 6 behandlingar . Jag genom gick även en till behandlingsserie på 6 stycken Ect-behandlingar polikliniskt nästkommande vintern 2006. Jag vill bara göra min röst hörd, då jag insett hur felaktigt behandlad jag blivit och vilka konsekvenser det har fått.

Jag kanske ska börja från början, så att ni får ett hum om varför jag fick ECT-behandlingar som "en sista utväg".

Ska man vara kronologisk, så börjar nog min historia redan i Kiruna som spädbarn, då mina unga föräldrar gick separata vägar i livet. Vilket ledde till att jag hade varannan helg hos min far. Det blev aldrig varannan helg.

Vi kan hoppa framåt i historien tills jag var 6-7 år gammal. Min pappa hade börjat bygga hus i en by utanför XX i XXX och under denna tid fick jag faktiskt vara varannan vecka hos min pappa och jag var överlycklig. Men haken var att han bodde hos sina föräldrar, som blir mina farföräldrar. Dessa människor var **dem** som tog hand om mig varannan helg då jag "var hos min pappa".

8 år gammal kunde jag inte ta det något mer... Jag bröt ihop efter en helg hos min pappa, men farmor och farfar hade tagit hand om mig och det var farfar som kom och lämnade mig hemma hos mamma igen. Mamma sa, "X ska du inte ge farfar en kram och säga hejdå?". Jag vägrade. "Men X, ge nu farfar en kram så att han kan åka hem till farmor igen." Jag gjorde som hon sa, jag gav farfar en sista kram. Sedan såg honom aldrig igen.

När farfar stängt dörren bröt jag ihop och skrek att jag hatade min farfar. Min mamma blev först arg på mig och sa, att jag visste ju att man inte får säga att man hatar någon.

Hon frågade om jag visste vad det betydde och jag svarade, "Då vill man ALDRIG se eller träffa den personen igen." Mamma frågade vad som hänt, om det hänt något. Då berättade jag att farfar hade tagit på min "blomma".

Min farfar har utsatt mig för sexuella övergrepp som barn upprepade gånger. Min farmor var medveten om detta, men oförmögen att ta sitt vuxenansvar.

Här åtta år gammal börjar min kamp. Min kamp för ett helt liv och ett liv i frihet.

Min farfar blev anmäld av de sociala myndigheterna, det blev i slutändan en rättegång, men som allt för många gånger blev han friad i brist på bevis. Trots att en barnpsykolog kunde intyga att jag talade sanning. Det visade att det jag sade var inte påhittat, det var självupplevt och det var ingen som hade "tutat" i mig detta.

Jag tror att jag från den dagen jag satt i polisförhöret och kvinnan som intervjuade mig bad mig visa hur han gjorde med min hand på sitt kön, att från och med den dagen förträngde jag allt som hänt mig. Alla minnen och känslor försvann. Hemma kunde vi prata om det, som "det som hände". Då frågor och samtal kom upp om varför jag inte träffade min farfar, farmor, faster, farbror eller kusiner. Men i mitt minne och i min själv existerade inte detta. När min farfar dog år 1999 var jag 13 år gammal. Jag och min mamma dansade i hallen. Det låter lite absurt, men så var det.

Som 13 år gammal så sade min pappa upp kontakten helt med mig. Han talade om för mig per telefon att han inte ville ha någon mer kontakt med mig och att jag inte skulle ringa honom. Då ramlade min lilla värld ihop. Kontakten med min pappa hade inte heller fungerat innan detta, men jag hade precis fått en lillasyster hos min pappa och jag hade stora förhoppningar på att få lära känna detta syskon och skydda det för farfar, då han fortfarande levde. Jag hade tre syskon hos min mamma redan.

Min styvpappa, som kom i i mitt liv när jag var tre år, han har i mångt och mycket varit den jag har kallat för min pappa tills den dagen då jag var ca 17 år gammal och sade att jag inte accepterade hans beteende mot mig, mina syskon och speciellt min mamma. Min styvpappa har misshandlat främst min mamma, men och mig och mina tre yngre syskon både psykiskt och fysiskt i alla år och han har fortfarande grepp om min fyra år yngre syster och mina småbröder. Jag har inte talat med denna man sedan jag sa att jag inte accepterade hans beteende. Jag försöker idag finnas för de tre syskonen som fortfarande har en relation till honom. Men, men..

För att återgå till den "röda-tråden".

I högstadiet, jag var ungefär 14 år gammal, började något hända. Jag började komma ihåg saker. Jag såg saker i mitt inre som jag inte kände igen och jag såg aldrig att det verkligen var jag i dessa minnen. Jag började gå ned mig och började utveckla symptom för PTSD . Jag blev

extremt vaksam, introvert , tyckte inte om när människor rörde vid mig, utvecklade destruktiva beteenden och blev mer och mer nedstämd. Samtidigt blev jag utfrysad och mobbad i skolans värld, då jag var konstig. Jag betedde mig ju inte som en tjej, jag hade flest killkompisar, klädde mig i stora kläder och på en undermedveten nivå ville jag nog inte kännas vid att jag var en tjej av kvinnligt kön.

En av mina handbolls tränare som även var lärare på skolan, såg att jag skolkade och blev mer och mer nedstämd. Hon ordnade mig en tid hos skolpsykologen. Hos denna skolpsykolog gick jag nog i en till två terminer och detta slutade när jag gick ut nian. Hos denna skolpsykolog sade jag aldrig vad jag verkligen hade varit med om, men jag pratade mycket om min pappas och min styvpappas beteende. Hur de hade svikit mig genom åren.

Jag började gymnasiet i Kiruna, omvårdnadsprogrammet. Jag ville hjälpa andra människor. Hade det tufft med koncentration, hade ett ökat kontrollbehov och mycket minnen som kom och for igen. Under mitt första år på gymnasiet flyttade min familj, min mamma och de tre syskonen till Jokkmokk då min mamma fick arbete där. Jokkmokk av alla ställen ,>
Jag flyttade efter när sommaren kom och under tiden bodde jag hos min mormor. Vid denna tidpunkt började jag så smått inse att det verkligen var jag som var med i mina minnen och att det faktiskt var **jag** som blev utsatt för dessa sakerna i mina minnen.

Jag fick en egen liten lägenhet i Jokkmokk, då min mammas lägenhet varför liten för att vi alla skulle få plats där. I lägenheten började isolera mig allt mer. Andra året på gymnasiet gick sämre och sämre. Jag fick en god kontakt med mina nya vårdlärare och dem såg att det var något som inte riktigt stämde. Tillslut vågade jag öppna min mun och berättade för en av min vårdlärare som även var min skolsköterska att jag varit utsatt för övergrepp som liten.

I december detta år 2003 då jag var 17 år gammal, 18 i slutet av januari 2004, bad jag om hjälp av min lärare. Jag kunde inte leva något mer med den ångest som jag kände. Jag sov inte, jag åt inte, jag kunde inte koncentrera mig, jag var konstant på min vakt. Varje gång jag stängde mina ögon så fick jag flashbacks av det jag hade upplevt som liten. Ångesten var olidlig.

Min lärare följde med mig till vårdcentralen och de skickade vidare mig till Gällivare vuxen psykiatri. Min mamma körde mig. Jag hade inte talat om något för min mamma om hur jag mådde. Jag ville inte oroa henne eller belasta henne med vad jag upplevde. Men mamma körde mig de 9 mil till Gällivare. Jag blev inskriven på XX psykiatriska vårdavdelning, slutna vård. Jag var inlagd i en vecka och där konstaterade de att jag led av PTSD. Jag fick en kontakt med Center 2, C2 på XX sjukhus. Center 2 är ett slags mellanvård. Du bor på avdelningen i så hemlik miljö som möjligt, måndag till fredag och du åker hem på helgerna. På centret fanns olika gruppterapi och även individuell terapi och du hade din egen kontaktperson. Jag var på centret från januari 2004 till juni 2004. På centret blev jag insatt på medicinering, Zolofit och upp till 100 mg blev min slutdos. För att lindra min ångest och nedstämdhet. Jag återupplevde mina minnen konstant. På centret arbetade man utifrån KBT, Kognitiv beteende terapi. Du ser från idag och

framåt. Mina kontaktpersoner ville en gång att jag skulle prata om det som hänt mig, men jag har alltid haft jätte svårt för detta och jätte svårt att uttrycka mina känslor. Jag har ju lärt mig att stänga av allt för att kunna överleva dagen. Jag klarade inte av att prata om det den gången, dem tog aldrig upp det igen. Ville jag gå in på det ämnet eller om jag sade att jag inte kunde sova på grund av att jag återupplevde allt direkt jag stängde ögonen så sa dem att jag skulle sluta älta och se framåt istället. Jag lärde mig att hantera min ångest Men min ångest bestod av mina känslor och minnen . Jag lärde mig att kontrollera mina känslor ännu mer och kontrollera mig själv ännu mer. Jag lärde mig också att man inte ska prata om det som är svårt att prata om. Mina skuld och skam känslor växte och växte.

Efter sommaren 2004 började jag om andra året på gymnasiet. Jag hade en öppenvårdskontakt i Jokkmokk som jag träffade cirka en gång varannan vecka, om ens det. Jag hade mest stöd från mina lärare på skolan och min mamma, så mycket som jag släppte in henne. Men mitt mående var inte alls det bästa. Jag hade mycket självmordstankar, då jag inte klarade av att leva med ångesten som jag levde med 24 timmar om dygnet. Det var min högsta önskan, att bli av med ångesten. Jag började kontrollera min mat, jag åt ingenting i princip jag gick ned väldigt mycket i vikt, jag sov inte, jag kämpade i skolan så gott jag kunde, jag försökte överleva.

Hösten 2005 orkade jag inte något mer. Måttet var rågat med ångest. Jag ringde centret och bad om hjälp. Jag fick rådet att använda mina "verktyg" som jag lärt mig på centret, men eftersom dessa undantryckte mina känslor ännu mer så ökade ju bara min ångest. Jag åkte hem till en av mina lärare och jag bad om hjälp. Vi åkte till vårdcentralen och de skickade mig vidare till XX slutna psykiatriska vårdavdelning. Jag blev inskriven den 31 augusti 2005.

Nu vet jag inte riktigt hur jag ska försätta. Jag kommer inte ihåg så mycket själv, det som är känslomässigt kommer jag bättre ihåg och det andra har jag läst mig till i mina journalkopior från denna tid på den psykiatriska vård avdelningen. Jag har tappat stor del av mitt minne från denna tid och ungefär ett och ett halvt år bakåt samt cirka ett och ett halvt år framåt, cirka tre år totalt. Jag kommer ihåg vissa saker. Men jag kommer inte ihåg min 18 års dag. Jag kommer inte ihåg vart jag firade den, hur jag firade den, vilka som var där. Detsamma gäller min 20 års dag. Jag vet att vi var hos min styvpappa i hans hus, men mer vet jag inte. Folk har återberättat för mig, men trots det så kommer jag inte ihåg något av detta. Jag kommer inte ihåg mina syskons födelsedagar, det är inte mycket som jag kommer ihåg.

Nästan direkt när jag kom till avd så talade jag om för personalen att jag inte litade på mig själv. För jag gjorde inte det, jag hade kunnat göra vad som helst för att lindra och ta bort min ångest och smärtan som rev och slet inom mig och för att ta bort alla minnen som höll på att äta upp mig. Redan efter några dagar visade jag mitt destruktiva beteende, jag slog allt vad jag hade, min knytnäve i betongväggarna. Detta för att känna smärtan och bedöva ångesten. Efter detta fick jag min första omgång med Nozinan 25 mg 2-3 tabletter vid behov står det. Dem hjälpte inte mot min ångest. Då ringde de läkaren igen och jag fick Theralén 40mg/ml 1 ml. Jag somnade och sov hela natten. Tror jag det, det där hade nog kunnat däcka vem som helst tror jag.

Dagen efter, den 3/9 gjorde jag en snara av min mobilladdare. Jag orkade inte med ångesten och mycket var svart i mitt liv. De ökade min tillsyn till 4 ggr/tim.

Jag ansåg mig inte ha något att leva för.

Den 5/9 hade jag ett samtal med överläkaren S.N. Jag citerar journalen "Framhåller själv att Zoloft 100 mg är otillräckligt i nuläget då yttre livssituationen mer pressad." "Accepterar forts. vistelse på avd. + medicinökning." Han satte in mig på Efexor dep. 75 mg.

När man läser i journalutdragen så ser man att S.N vill komma tillbaka till den tidiga splittringen av kärnfamiljen och att läget i familjen vid tillfället var pressad. Visst det var den, men det var ju inte huvudproblem. Det var ju PTSD'n som gjorde att jag inte kunde leva i min vardag.

Dagen efter, försöker jag ta mitt liv. En i personalen kikar in, dem tittar in i rummet varje kvart. Efter det att den senaste tittat in, går jag in på toaletten och försöker hänga mig i duschen med ett snöre. Personalen kommer ganska snabbt och klipper lös mig. Jag får extra vak insatt. En person följer med mig vart jag än går under dygnet. Vi är tydligen två stycken som har extra vak. Jag får flytta in i ett rum med en annan tjej som också har det. På grund av personalbrist på nätterna.

De höjer Efexor dep. till 150mg och sänker Zoloften till 50mg.

Jag vet att dem försökte prata med mig och försökte få mig att tala med dem. Men jag ville inte tala om övergreppen, de gjorde för ont. Det var lättare att tala om min pappa och styvpappa.

Min kontaktperson från c2 berättar för mig att jag har drag av en personlighetstörning, Borderline. "Jaha." "Hade jag inte PTSD?" "Nej, du har drag av personlighetstörning och nu kan vi erbjuda dig en plats i en DBT-grupp." Nu i efterhand så vet jag att jag inte har eller någonsin har haft någon personlighets störning, men dem visste väl inte vad dem skulle göra. Jag har haft PTSD från början och fortfarande så har jag en del kvar än idag.

Den 18/9 läser jag i journalen att de tror att jag pratar om suicid som en provokation för att se deras reaktion. Visst kan det ha varit så, men jag ville ju ha hjälp för att bli av med min ångest och mina minnen.

Den 19/9 har dem ett samtal med mig och här skriver dem i journalen att jag är gladare och kan skratta mer, men att mitt verbala och non verbala språk inte stämmer överens. Dem fortsätter med extra vaket. Efter detta samtalet fick jag stor ångest och vankar av och an i korridoren. Jag erbjuds Theralén 40 mg/ml 1 ml, med god effekt står det. Jag kan tala om att min mamma hade hittat mig i en soffa i dagrummet denna dag då hon kom och hälsade på mig. Hon hade frågat personalen hur det kommer sig att jag är okontaktbar och ligger i allrummets soffa och sover. Dem svarade att jag hade haft sådan ångest och dem hade inte tid att prata med mig, så de gav mig mediciner istället.

Dagen efter detta erbjuds jag en plats på centret när mitt extravak är avslutat.

Den 22/9. Jag läser rond anteckningarna De berättar att jag blir insatt på Nozinan 25 mg kl 17.00 för att jag inte ska ha så stor ångest på kvällarna. Det står också att jag är ganska svårbedömd och fåordig. Det står även att jag säger att jag ska göra ett försök att klara mig med endast x-tillsyn då det finns en ledig plats på c2. Men jag måste vara fri från bevakning innan jag kan komma dit. Senare samma dag, hittar de mig hängande i en snara inne på toaletten. Jag är desperat, det känns som att jag ska gå i bitar och falla sönder. Jag vill inte leva med en ångest som förgör mig och hindrar mig från ett liv med en vardag. Jag får återigen extravak.

Detta jag skriver nu, är något som är så klart för mig. Läkaren S.N kommer in till mig på rummet och frågar vad dem kan göra för mig och jag säger att jag vet inte, för att jag vet ju faktiskt inte. Jag skäms samtidigt över min situation och jag vill bara få ett slut på det. S.N tittar allvarligt på mig och sedan säger han, "vi har ett sista alternativ, ECT-behandling." "Det är den sista utvägen." Han förklarar vad det handlar om och han säger att de biverkningar man kan få är "huvudvärk direkt efteråt och så kan det påverka ditt minne samma dag." Jag tänkte, "sista utvägen" det var det som ekade i mitt huvud, Den sista utvägen. Jag sa "Ja" till ECT-behandling. Jag bad dem samtidigt informera min mamma om denna behandling, jag var ändå lite osäker på vad det var för något. Jag var 19 år gammal.

Det står också i journalen: "dr S.N föreslår ECT med start imorgon då han bedömer att pat **trots allt kan ha en depression.**" Ja, jag vill inte ens kommentera detta.

Dagen efter får jag min första behandling. Det är första gången som jag sövs överhuvudtaget. Jag avskyr att folk tar i mig och jag avskyr att tappa kontrollen. Dessa sövningar blev ett nytt trauma för mig.

Denna första behandling, journal kommentarer: "Lång kramptid får extra Pentohalnatrium 50+50 och 2,5 mg Stesolid för att bryta krampen." Krampen varade i 2,0 min. Jag fick extra sömnmedel och stesolid, detta talade de om för både både mig och min mamma, då jag inte alls mådde speciellt bra när jag kom till avd. Dagen efter var jag euforisk. Jag dansade nästan på moln. Wow! Tänkte jag, tänk om det var så här enkelt. Men det var det inte. Jag gick tillbaka ganska mycket de kommande dagarna och efter den avslutande behandlingsserien, då jag fick ECT-behandlingar varannan dag. Efter dessa 12 dagar hade jag hunnit med att börja med DBT-gruppen, bli utskriven till c2, komma till baka samma dag till PVA på grund av självmordstankar och jag hann försöka ta mitt liv än en gång.

Av dessa 6 behandlingar krampade jag för länge 3 av de gångerna, jag och min mamma blev informerade om en av dessa gånger. Det står i mina papper, kom ihåg att ta med en ampull Stesolid. Då jag hade en risk för att krampa för länge.

Under dessa behandlingar kände jag inte igen mina vänner och en del dagar visste jag inte vem min mamma var. Jag visste inte vilka de var som hade varit och hälsat på mig och jag visste inte vad vi hade talat om överhuvudtaget.

Jag föll tillbaka till nästintill samma stämningsläge och hade självmordstankar när jag skrevs ut från PVA.

Utskrivningsdatum 14/10-2005

Min räddning denna gången var att jag skulle köpa en valp. Denna hunden, schäfern, den godaste av dem alla Rakko. Han blev min räddare.

Jag fortsatte läsa på gymnasiet och tog faktiskt studenten juni 2006 mot alla odds, dock ett år senare än mina jämnåriga.

Jag fortsatte på DBT-behandlingen ett och ett halvt år tror jag.

Den sommaren efter studenten flyttade jag till Malmberget/Gällivare och jobbade hela sommaren på sjukhuset. Jag stod nu helt på egna ben tillsammans med Rakko. Hösten -06 började jag på komvux och läste upp mina gymnasiebetyg så att jag har något att söka vidare på i framtiden. Våren -07 gick jag ut med fullständiga betyg! Den sommaren började jag att jobba på sjukhuset igen. I den vevan avslutades jag från psykiatrin. Trots att jag inte åt och hade tappat 20 kg i vikt på några månader, jag sov inte alls och jag hade verklig ångest och var självdestruktiv. De hänvisade mig till familjerådgivningen om jag skulle få promblem eller om jag kände att jag behövde prata med någon. Jag höll ut måste jag säga. Men när julen närmade sig var jag tvungen att få någon att prata med. Jag gick där några gånger, men jag behövde annan hjälp.

Under 2006-07 slutade jag med Eflexoren som var uppe i 225mg per dag och gjorde mig till en levande zombie som inte alls visade empati eller känslor. Dem trappade jag själv ned och ut. Vilka biverkningar jag fick och abstinens jag kände, men jag klarade det! Det lugnande medicinerna och insomnings tableterna åt jag aldrig igen efter det att jag blivit utskriven.

Jag orkade inte fysiskt något mer vintern 2008. Utan mat och utan sömn. Jag sökte på internet på "sömnlöshet" och en websida dök upp, där man kunde skriva till experter. Jag skrev till en expert inne på ett forum för fysiska-psykiska och sexuella övergrepp.

Jag träffade J.B och hon arbetade genom ett företag, XXX i Göteborg. Jag hade telefonterapi med J.B och jag fick den hjälp jag behövde från allra första början. Jag insåg att min ångest bestod av uppdamda känslor och minnen som inte var bearbetade.

Vet ni, jag grät för första gången på 15 år våren 2008. Jag pratade om övergreppen för första gången sedan jag var 8 år gammal och berättade för polisen vad min farfar hade gjort. Jag har än idag jätte svårt att bejaka mina känslor och tala om mina upplevelser och jag har än idag verkligt svårt för beröring. Det är mer än en människa som "sagt" att man inte får känna eller tala. De gånger jag idag mår riktigt dåligt blir jag tyst och känslolös.

Nu fick ni en hel del av mig. Det har tagit med nästan tre timmar att skriva detta brev till er. Jag skriver för att jag vill att folk ska veta att detta pågår och används som "den sista utvägen". Jag skäms idag när jag träffar på människor som känner igen mig och som jag har jobbat med, men som jag inte alls har en aning om vem de är eller vart jag träffat dem. Ibland kan jag se att det är någon bekant över någon jag träffar, men jag kan inte placera människan, inte ens om de talar om får mig var och när vi setts, umgåtts eller jobbat tillsammans.

Med denna text vill jag nog också visa och berätta om hur psykiatrin fungerar många gånger. Jag kan se att Center 2 i XX kan vara bra för vissa personer. De med generaliserad ångestsyndrom och depressioner, OCD och fobier. Att det kan fungera om man har ett problem som man måste se från idag och framåt. Med någon som har PTSD så fungerar det inte. Har man PTSD så måste man ta sig igenom traumat och på så sätt kunna lämna det bakom sig. Ignorerar man det eller knuffar det åt sidan så kan man ju inte gå igenom det och då följer det med tills man gör det.

Mediciner är nog bra för en del och säkert bra i det akuta skedet, men snälla. Droga inte ned någon som vill gråta eller tala. Jag har inte ätit någon som helst psykofarmaka fram tills förra veckan. Då jag var tvungen att ta hjälp av en svag dos lugnande för att få sova några timmar utan att vakna, då jag inte sovit ordentligt på någon månad och jag hade sådan ångest att jag nästan kröp efter golvet.

Jag har bott i Göteborg i drygt ett år nu och jag ville få en omstart i livet och det har jag verkligen fått. Jag trivs verkligen här och jag arbetar deltid på en korttidsboende där jag verkligen trivs. Jag går fortfarande i terapi på XXX och det går framåt hela tiden.

Idag är jag på mycket god väg att bli en hel och fri människa.

Tack för att du tagit dig igenom detta brev och tog dig tid att läsa.

Idag är det hösten 2011, gula träd, blåst och regn. En underbar höstdag på Västkusten. Ni som bor här vet vad jag menar.

Denna text ovan är skriven för två år sedan, snart tre. Idag står jag själv, stadigt på egna ben. Jag har genomgått mycket de senaste åren sedan detta skrevs och jag har verkligen utvecklats som person. Jag känner mig själv utan och innan.

Jag har åter knutit kontakt med min biologiska far och vi har en överenskommelse för att jag ska kunna ha en kontakt med honom. Han måste svara på de frågor jag har om min uppväxt och de beslut som han tagit. Jag kan inte låtsas som att inget har hänt och detta har han accepterat.

Idag bor jag i ett litet hus utanför Kungälv tillsammans med min goa unghund som är 17 månader gammal och är ett energiknippe utan dess slag. Helt underbart.

Jag har haft rejäla dippar under dessa år, då min relation till min mor gungade och jag utsattes för inbrott precis när jag fått lite trygghet under mina fötter.

Jag har börjat äta en antidepressiv medicin och den hjälper mig mycket. Jag behöver helt enkelt en extra boost av serotonin för att må bra i längre perioder.

Jag har avslutat min kontakt med min terapeut för några månader sedan och jag lider inte mer av Posttraumatisk stressyndrom.

Dock kommer jag alltid att få leva med sviterna av de sexuella övergrepp som jag utsatts för och ECT-behandlingarna som gavs till mig. Idag kan jag hantera sviterna, jag lever med dem. Jag finner vägar för att kunna hantera dem.

Min största prövning kommer nog bli att ha en kärleksrelation till någon. Men det är framtiden och den får utvisa vad händer.

Tack för att jag fått dela med mig!

Många vänliga hälsningar.

I.Autio