

PORTRÄTT Tre år har passerat sedan sista läkarbesöket. Värken i lederna har inte förbättrats, men Farad ser inte längre någon mening med att söka vård i Sverige. Snart reser han till Pakistan – i hopp om att få veta om det är reumatism han har.

TEXT: CAROLINE JONSSON FOTO: KLAS SJÖBERG

Vill veta vad smärtan beror på

*”Jag skulle
göra vad
som helst”*





Trots återkommande besök på vårdcentralen har det varit svårt för Farad att få träffa specialläkare.

F

arad Khan var sexton år och flykting i Pakistan. Varma dagar blev kalla nätter när fläktarna satte igång. Det var på morgnarna de första symptomen smög sig på. Kroppen blev stel och vaderna värkte. Åren därpå hade han ont i lederna någon vecka vintertid.

- Jag tog smärtstillande då, men var symptomfri långa perioder. Jag var ung och sökte aldrig

hjälp. Mamma och mormors leder värkte också. Vaderna var värst, precis som för mig. Jag trodde att det var normalt att kroppen värkte. Håll dig varm, sa mamma. Använd mössa, säger han.

FARAD FÖDDES i Aghanistan. Från åttaårsåldern fram till att han fyllde 26 år flydde han fram och tillbaka mellan födelse-

”I Afghanistan och Pakistan görs allt för att patienten ska bli fri från symptom. Läkarna ger sig inte. Här i Sverige går allt så långsamt.”

landet, Pakistan och Iran. Han befann sig där det var tryggast för stunden. För tio år sedan kom han ensam till Sverige, och fick uppehållstillstånd efter några år.

– Världen var stor och jag ville upptäcka den. Första åren i Sverige ökade värken långsamt. För sex år sedan blev smärtan akut. Jag kunde inte sova. På natten grät jag och masserade vaderna för att lindra det värsta. Tabletter hjälpte inte. Då sökte jag hjälp på vårdcentralen, säger han.

Farads minnesbild av första besöket är mötet med en sjuksköterska som rekommenderade Alvedon. Han ombads återkomma om värken inte försvann, då skulle han få träffa en läkare. Smärtan blev allt värre och höll sig kvar flera månader. Han tog på nytt kontakt med vårdcentralen.

– Till slut fick jag träffa en läkare. Jag berättade om smärtan i underbenen och om sömnlösa nätter.

DÄREFTER FÖLJDE olika tester under åtta månader. Blodprov, blodcirkulationstest och röntgenundersökningar utfördes. Nerver och muskler kontrollerades. Han har besökt vårdcentralen återkommande för samma besvär och blivit remitterad till reumatologmottagning och neurologisk klinik.

Farad har svårt att i detalj

återge vårdbesöken. Personnamn, yrkestitlar, platser, mottagningar och datum är svåra att minnas. Språket var främmande och han genomförde alla vårdturer och läkarbesök helt själv, trots den språkliga barriären.

– Jag bodde inte i Stockholm och förstod inte svenska så bra. Jag fick en adress dit jag skulle gå. Därefter skickades provsvaren till läkaren på vårdcentralen, säger han.

Alla prover såg bra ut, meddelade allmänläkaren. Farad bad på nytt om hjälp för sin värk.

– ”Hjälp mig att fixa det här”, sa jag till läkaren. ”Även om inget syns på blodproverna. Varför gör det ont? Jag skulle göra vad som helst. Låt mig träffa någon annan specialist.”

Farad Khan

Ålder: 36.

Yrke: Integrationshandläggare på boende för ensamkommande barn.

Bor: Hallstavik.

Familj: Kusiner i Sverige och mamma i Pakistan.

Intresse: Politik. Drömmer om restaurangbesök med trevligt sällskap och ett glas vin.

VÄNTETIDEN ÄR LÅNG, fick han veta. Farad vet inte riktigt vad som hände därefter. En tid senare ringde vårdcentralens läkare och hälsade att en specialist hade tittat på hans journal.

– Jag fick veta att specialisten inte såg någon anledning att träffa mig. Allt såg bra ut. Jag kanske var känslig för kyla, fick jag höra från allmänläkaren, berättar Farad.

Läkaren på vårdcentralen konstaterade att inget mer kunde göras. Farad fick recept på tvåhundra smärtstillande tabletter per år. Sedan dess har han gett upp alla försök att få en diagnos i Sverige. I brist på fungerande smärtlindring har han även tagit hjälp av vännernas läkemedel.

– En kompis som opererat knät gav mig starkare medicin mot värk. Från en annan vän fick jag sprutor med antiinflammatoriska läkemedel. Inget hjälpte, säger han.

FARAD TROR SJÄLV att han har någon form av reumatisk sjukdom. Vännerna säger ofta ”det låter som reumatism” när han berättar om symptomen.

– Mamma och mormor tvättade alltid kläder på kalla golv och arbetade i kallt vatten. Jag trodde det var därför deras leder värkte. Nu undrar jag om värken går i arv från tidigare generationer.





Farad Khan drömmer
om restaurangbesök
med trevligt sällskap.



Här kan du få hjälp

● **Reuma Direkt** – frågelinje för dig som har eller misstänker att du har en reumatisk sjukdom. Drivs av Reumatikerförbundet och FoU-centrum Spenshult. Telefon 020-20 20 35, epost reumadirekt@spenshult.se

● **Klaga direkt hos vårdpersonalen** – Vänd dig först till vårdpersonal som har undersökt dig. Därefter till chefen för verksamheten.

● **Patientnämnden** – ger råd och stöd, informerar om dina rättigheter i vården och guidar dig vidare till rätt instans. För kontakt - fråga vårdpersonalen där du fått vård eller besök ditt landstings hemsida.

● **IVO** – Inspektionen för vård och omsorg - för anmälan om vårdskada eller allvarliga händelser.

Patientorganisationer - kan ofta vägleda och ge råd.

● **Diskrimineringsombudsmannen, DO** – för anmälan om diskriminering på grund av kön, könsidentitet, sexuell läggning, ålder, etniska tillhörighet, funktionsförmåga eller religion.]

● **För mer info:** www.1177.se (Sök: "om man inte är nöjd med vården"). Information finns på olika språk.

Farad uppskattar möjligheten att kunna äta bra mat och ta hand om sig i Sverige.

– Jag har bott långa perioder i flyktingläger och på kalla platser med dålig mat. Här dricker jag varm mjölk med honung och ingefära, lagar varm lammgryta och klär mig i termobyxor. I ryggsäcken har jag alltid paracetamol och en starkare variant på recept tillsammans med en burk gelatinpulver. Det blandar jag i vatten och dricker varje dag, efter ett tips från Youtube.

Kvällar och morgnar är värken som värst. Han rör sig allt långsammare. Farad vet att han ofta behöver vila, men inte för länge. Sitter han för lång stund blir han stel. Om han promenerar mer än en halvtimme värker vaderna.

– Jag kan min kropp nu och anpassar vardagen därefter.

SNART RESER HAN TILL Pakistan i hopp om att diagnosticeras. En månad planerar han att stanna. Han har inga förhoppningar längre om att få en diagnos i Sverige. "Det anses inte sannolikt att han har en reumatisk sjukdom", enligt ett utlåtande. Han tycker att det är för svårt att träffa rätt läkare, dessutom ska alla besök hos en specialist gå via sjuksköterska och läkare.

– Det tar för lång tid att börja om igen. Varför skulle något bli annorlunda om jag försökte få

hjälp på nytt, säger han.

– Jag vet inte hur jag ska kunna få en diagnos i Sverige. Det finns ingen möjlighet för mig här. I Pakistan är det lättare. Där måste jag betala för att få hjälp, men jag får åtminstone möjlighet att snabbt träffa en specialist. I Afghanistan och Pakistan görs allt för att patienten ska bli fri från symptom. Läkarna ger sig inte. Här i Sverige går allt så långsamt.

Sjukvårdspersonalen säger bara att allt ser bra ut, att inget mer kan göras. Jag hoppas få en utredning och rätt diagnos i Pakistan.

Farad har inga förhoppningar om bot. Han är inställd på att leva med värken. Däremot hoppas han att en diagnos kan hjälpa honom att hantera symptomen bättre i framtiden, och att smärtlindringen blir mer effektiv.

FÖRR JOBBADE HAN på restaurang. Han sprang omkring i åtta timmar och ansvarade för disken, men värken blev för svår och han blev tvungen att säga upp sig. Som arbetslös fick han kontakt med arbetsförmedlingens handläggare. De förstod inte hans besvär och orsaken till varför han slutade restaurangjobbet, berättar han. Handläggaren föreslog ofta arbete inom restaurang eller lager. Förståelse för att värken påverkade hans arbetsförmåga

"Specialisten såg inte någon anledning att träffa mig. Allt såg bra ut. Jag kanske var känslig för kyla, fick jag höra från allmänläkaren."





Farad lyssnar på sin mamma och tar hand om kroppen med termobyxor och varma grytor när det är kallt.

”Jag blandar gelatinpulver i vatten och dricker varje dag, efter ett tips från Youtube.”



saknades, han ville helst ha ett kontorsjobb.

Sedan ett år tillbaka arbetar Farad som integrationshandläggare på ett boende för ensamkommande flyktingbarn.

– Här bor fem till åtta barn. Jag hjälper dem med läxor, får iväg dem till skolan, jobbar som tolk ibland och lagar mat. När jag stått upp en stund ges jag möjlighet att sätta mig ned. Jag trivs här ute på landsbygden, det är inte så stressigt.

Omgivningen uppmanar honom ibland att träna, men efter ett fall under ett träningspass har han blivit försiktig. Dessutom minns han ett gympapass som blev en katastrof. Han har i stället hittat sin egen träningsform.

– Jag bor på tredje våningen. När jag tittar på film pauser jag, öppnar ytterdörren och går nedför trapporna och vänder upp igen. Gång på gång. Jag kan inte se hela filmen direkt, då blir musklerna alldeles stela, säger han.

I väntan på visum till Pakistan packar han ryggsäcken med värktabletter och gelatinpulver på väg till arbetet med de ensamkommande barnen. Han har lärt sig om biverkningar och försöker avstå smärtstillande, men under intensiva arbetsperioder måste den akuta värken lindras.

Han upplever inte att han har fått stöd från någon i kampen för diagnos.

– Youtube och Google har hjälpt mig. Jag söker efter orsak, råd om smärtlindring och tips på hur jag ska hantera värk i leder och muskler. I perioder mår jag ju bra, men värken är inte längre årstidsbunden. Nu har jag ont även på sommaren. Jag behöver hitta en annan lösning än tabletter. Tills vidare följer jag mammas råd och håller mig varm i termobyxor och lagar varma grytor. ◀