

Vad är vi för land som inte kan få till ett mänskligt åldrande?

När Lotta Lundbergs åttioåriga väninna var ledsen och träffade en psykolog fick hon frågan om hur mycket leverpastej hon äter. Sverige kommer att dömas hårt för sin behandling av äldre, skriver Lundberg.

Lotta Lundberg
lotta.lundberg@svd.se

När vi städade ut min fars äldreboende i Uppsala hittade vi en garderob full av fågelfrön.

Innan han blev inläst och förvägrades besök i samband med pandemin hade mamma hängt upp ett fågelbord utanför hans fönster, så att han skulle ha något att titta på där han låg, ensam och förvirrad. Så att åtminstone

någon skulle komma på besök, om så bara en grå liten fågel.

Men fågeln kom aldrig. När mamma hade gått slängde man in fröerna i garderoben. Det var förbjudet att mata fåglarna.

När jag då grät handlade min förtvivlan inte bara om hans död, hennes obotliga kärlek, vårt unika liv och allt som kom emellan, i tårarna låg också ett raseri över omänsklighetens olidliga lätthet.

I min gråt vaknade det slags vrede som inte kan ställa någon till svars, för själlöshet går inte att anmäla till IVO, själlöshet räknas varken till vanvård, slarv eller inkompetens.

Att sluta se människan har bara blivit så ohyggligt – vanligt. Tröst ingår inte i new public management, skrev jag i min krönika i september 2020.

I dagarna rullar nya skanda-

ler fram från äldres situation i Sverige. Ett modigt sjukvårdsbiträde blir tvungen att leka "Uppdrag granskning" med hemlig mikrofon, för att få upprättelse.

Det är bara början. Mer kommer att komma. Diskussionerna om vem som visste, om alla visste, eller ingen visste, vad som pågick inom den svenska äldreomsorgen kommer att spöka många år. Och svaret kommer att vara det samma som i Tyskland efter kriget: tillräckligt många visste.

När en god vän tar mod till sig och hoppar över sin generations idéer och tabun om att klara sig själv även i kris, ringer hon Världen. Världens bästa vård.

Hon är ledsen och vill söka nya perspektiv på negativa händelser som inträffat under livet och försöka få en bättre förståelse för varför det blev som det blev. Berätta om det senaste årets förluster och snurriga relationer. Hon är åttio år och vill också försöka göra något bra av det liv hon lever nu.

Hon får träffa en psykolog som håller stadigt i sin manual. Istället för att få berätta om hur hon har det får hon frågor om hur ofta hon motionerar, hur mycket leverpastej hon äter, om hon dricker för mycket kaffe, om hon kan sova eller funderar på att ta sitt liv.

Standardfrågor prickas av på papper med penna. Sedan får hon gå hem. Tack och hej, leverpastej.

Psykologen har varken befogenheter eller arbetsbeskrivning att sträcka sig längre. Det är så vi mäter hälsa.

Detta slags vård har majoriteten röstat fram. Tyckt vara adekvat. Samtidigt som larmrapporter om den psykiska ohälsan väller in. Och var tionde svensk äter lyckopiller.

Världens bästa vård, hävdar man.

Är jag en illojal förrädare om jag påpekar att psykoterapi är gratis i Tyskland?

Samtal är inte bara utbyte av information. Samtal anses läkande. Till och med utvecklande.

Och kors i taket, på sikt, blir det billigare för samhället.

Samariterhemmet i Uppsala är ett av få initiativ som verkar ha begripit att man utvecklas ända

in i kaklet. Att växande pågår så länge vi andas. Om vi vill. Och att vägen till växande själar börjar i samtalet.

Att vara ledsen efter en närståendes väg in i demensdimman eller ut i döden är ingen sjukdom.

I samma veva som ålderismen på allvar visade sitt riktigt fula tryne – och ovetet med att bunta ihop alla över sjuttio till en grupp utan inbördes skillnader och behov – öppnade också Samariterhemmets Samtalsmottagning för äldre.

Där erbjuds man möta – än så länge bara digitalt – en terapeut som är ålderskompetent.

Ålderskompetens innebär att man har kunskap om äldre och åldrande, att man själv är över sextio och därför har gemensamma referensramar om hur till exempel föräldragenerationen fungerade. De som lärde sig tacka för lönen och niga när doktorn kom.

rötter i vårt samhälle att själen satts på undantag.

Tänk att få ett moget möte.

Att få tala med någon som förstår hur det känns när minnet sviker och namn börjar försvinna. Som begriper hur åldrande leder till att försvaren blir skörare och upplevelser av tidigare övergivenhet aktiveras. Och tidigare smärtpunkter kanske väcks.



Att vara ledsen efter en närståendes väg in i demensdimman eller ut i döden är ingen sjukdom.

Ålderskompetens innebär också att man har en aning om hur enormt provocerande det kan vara att behöva sitta i en kyrka och få förklarar för sig på vilken sida psalmen står, en psalm som man kan utantill.

Eller gå till en läkare som inte är torr bakom öronen, som talar till en som vore man imbecill. Daddar. Frågar om man äter leverpastej. Som har mage att förneka en hel värld av livserfarenhet.

Det är obarmhärtigt att bli underkastad.

Tänk att få tala med en livslevande människa som inte drar fram ett receptblock när man berättar om livet. Utan som själv har levat det. Samtal där inte känslor medikaliseras. Utan är något vanligt, som alla bär på.

Den som kommer med hela famnen fylld med gråt behöver inte mer blodtrycksmedicin. Den behöver någon som lyssnar, med det tredje örat, där man hör även det som inte sägs.

Det måste vara en lisa att få tala med någon som kan genomskåda den ålderism som har så djupa



Foto: Bengt Ekman/TT



När mamma hade gått slängde man in fröerna i garderoben. Det var förbjudet att mata fåglarna.

När sjukdomar sätter en oåterkallelig stoppskylt för det man planerat och tänkt sig.

Därtill alla förluster. Att ha tvingats lämna sitt arbete.

Hur paniken tilltar när man inte orkar. Ambivalensen inför att tycka att det är skönt att vara ifred samtidigt som man är rädd för ensamheten. När telefonen tystnar. När anhöriga och vänner blir svårt sjuka. Och dör.

Hur skadad, kraftlös och nästintill död en människa än är, lever hon fortfarande och behöver möjlighet att dela sitt inre med någon. Ta locket av bördorna. Inse vad tigandet ställer till.

I samtal kan man dryfta känslan av att tiden som finns kvar att leva är begränsad, vilket kan innebära att man fattar modet att snabbt ta itu med sina svårigheter. Det finns inte så mycket att förlora, men desto mer att vinna.

Med samtalens hjälp kan man komma ur gamla tankebanor och öppna upp för nya tänkesätt.

Trots att medierna är fyllda av åldrande och död handlar det mesta om hur man ska förneka och undvika den. Även om stegen mot döden föregås av tecken på lidande, smärtor, beroende och hjälplöshet är ålderdomen ingen sjukdom.

Hur hamnade vi i denna förnekelse av åldrandet? Vilka är det som sätter agendan där vi främst fokuserar på utseende, aktivitet och sysselsättning – ännu mera krav, som tonåringar?

Är detta fyrtyalisternas, den så kallade rekordgenerationens sista legacy?

Vad är det här för land där vi inte kan få till ett mänskligt åldrande?

Där tanter får finnas, även de som gråter. Och inte spelar golf.

Det är kroppen som multnar, inte själen. Sluta sätta den på undantag. Är det rädslan för döden som gör oss själlösa?

Men rädslan för döden hindrar aldrig döden, den hejdar livet. ■