

# Ellen



Ellen är en 20 år och studerar idrottsvetenskapligt program på universitetet i Umeå och tränar friidrott strax under elitnivå. Det är hennes drömutbildning som hon kämpat hårt för att komma in på, men studietakten är hög och hon känner sig lite osäker i en ny stad långt hemifrån.

När hon kom hem till föräldrarna i Kalmar i slutet av höstterminen ser de att hon har rasat mycket i vikt den senaste tiden. De blir oroliga och undrar om hon kanske är sjuk eller har ätstörningsproblem. Ellen tror inte det, säger att det nog bara beror på att hon börjat äta helt veganskt den senaste tiden. Men hon tycker att hon är väldigt trött och frusen och vill ha hjälp med tröttheten, för om hon fortsätter att vara så här trött klarar hon inte studietakten och de resultat på tentor som hon behöver. Hon har en relation med en studiekamrat sedan en tid tillbaka som bekymrar henne men hon vill inte berätta mer om det, säger att det är för privat.

Hon har vänt sig till studenthälsa på universitetet, men där var det så lång väntetid, och hon behöver verkligen få mer energi så hon kan klara kursen, och vänder sig därför till vårdcentralen.

# Hamid



Hamid är 18 år och kom från Eritrea i våras. Han har inga anhöriga i Sverige och bor nu på ett boende för ensamkommande ungdomar i Huddinge. Han är orolig för sin familj som är kvar i Eritrea, har ofta svårt att sova och tänker på sin mamma som är ensam med hans fem syskon efter att pappan försvunnit. Och så får han ofta bilder i huvudet från den hemska båtresan över medelhavet. Han som aldrig hade sett ett hav överhuvudtaget och inte kan simma var så rädd på den proppfulla båten som höll på att kantra flera gånger i de höga vågorna. De som körde båten bara skrek åt dem att sitta stilla, ett barn föll över bord och de vägra de vända om. Han såg barnet försvinna i vågorna och barnets far som skrek förtvivlat och försökte få båten att vända. Hur ska han få bort bilderna ur huvudet, han orkar inte se dem igen och igen.

Josef som arbetar på boendet ringer till vårdcentralen åt Hamid. Han berättar att Hamid är orolig och undviker att umgås med de andra ungdomarna på boendet, han har svårt att koncentrera sig vilket bl a gör att svenskundervisningen går dåligt trots att Hamid väldigt gärna vill lära sig. Därför talar han i huvudsak tigrinja, endast lite svenska. Han sover också oroligt och nattpersonalen har berättat att han ofta vaknar med mardrömmar. Han har ofta ont i magen, och är rädd att det kan var något farligt.

# Liljana



Liljana är sjuksköterska och starkt engagerad i vårdutveckling och förbättringsarbete. Hon har bland annat utvecklat och själv haft en roll som patientsäkerhetsansvarig sjuksköterska på sin klinik. Det senaste halvåret har hon haft allvarliga sömnproblem och känt sig allt mer energilös, trött och okoncentrerad. Ibland känner hon att hon inte orkar kliva ur sängen på morgonen, eller överhuvudtaget, och några gånger har hon fått be en granne ta barnen till och från skola och barnomsorg.

Liljana är ensamstående med tre barn mellan 3 och 8 år. Barnens pappa har en ny familj med ett nytt litet barn, och träffar bara barnen varannan helg. Den äldsta pojken har problem i skolan, hamnar ofta i bråk och skolan tycker på att han ska utredas. Liljana tror också att det skulle vara bra om han fick träffa någon, men vet inte vart hon ska vända sig, och vet inte hur hon ska orka driva på så han får en tid.

## Jens

Jens är 43 år och frilansjournalist. Han är gift med Pia sedan 4 år och de har båda barn sedan tidigare. Det har visat sig att de ser ganska olika på uppfostran och att barnen inte trivs ihop. Det har lett till allt mer konflikter hemma, och Jens är orolig för att äktenskapet ska spricka.

Han tycker att han aldrig lyckas med relationer, tänker mycket på det tidigare äktenskapet med barnens mamma som inte höll eftersom hon inte orkade med hans ständiga oro och "gnäll" som hon kallade det när han bekymrade sig för om han skulle kunna fortsätta försörja sig som frilans, att han var för gammal för det, att ingenting var roligt och att han nog är en dålig pappa eftersom han har mycket konflikter med den äldsta dottern.

Nu tycker han att han misslyckas med det mesta och att livet inte känns meningsfullt. Har druckit mer alkohol än vanligt den sista tiden, men tycker inte att han har några problem med det. Pratar om att det skulle vara bäst om han inte levde längre, och Pia ställde därför ultimatumet att han skulle söka psykiatri, annars orkar hon inte fortsätta tillsammans. Det gjorde han och de hänvisade till primärvården. Jens tycker det är konstigt att prata psyke med sin läkare på vårdcentralen som han tidigare bara träffat för en halsfluss och en envis hosta, och vet inte riktigt vad han ska säga.



## Kristina

Kristina är 52 år arbetslös sedan några år tillbaka. Hennes två vuxna barn har till största delen växt upp hos sin pappa och vill inte ha så mycket kontakt med Kristina.

Efter att ha arbetat som handläggare på ett försäkringsbolag, där hon trivts bra men haft flera sjukskrivningar för ryggproblem, blev hon övertalig i en omorganisation och har sedan dess varit arbetslös. Efter det lyckades hon inte få något nytt jobb. Det alkoholmissbruk som hon lyckats hantera ganska bra under den tid hon arbetade ökade, och hon dricker nu varje dag och äter både lugnande och smärtstillande tabletter. Hon har en privat läkare på stan som skriver ut läkemedel till henne för hennes onda rygg och oro. Han är snäll, men har inte så mycket tid att prata med henne, ofta har de bara telefonkontakt när hon behöver förnya sina recept.

Hon tänker mycket på vad hon ska göra med resten av sitt liv, om hon någonsin kommer att få ett arbete igen. Hon vill det, har både många år kvar att arbeta, och saknar att ha ett jobb att gå till och arbetskamrater. För ett par veckor sedan gick hon till arbetsförmedlingen, men vände i dörren för hon blev så osäker, det satt så många i väntrummet och hon visste inte hur hon skulle göra. Hon har också besvär med magen sedan lång tid och oroar sig för att det kan vara cancer.

Nu har hon ringt till vårdcentralen för att hon känner sig ledsen och ensam och att hon behöver någon att prata med. Finns det kanske någon kurator eller psykolog där undrar hon.



## Sören

Sören är 75 år och bor utanför Vetlanda på en gård tillsammans med sin fru Kerstin sedan många år tillbaka. Kerstin har ringt vårdcentralen för att hon är orolig för Sören, och inte vet vad hon ska göra. Kerstin och Sören har inga barn och få vänner och släktingar, så hon känner sig också ensam med sin oro.

Kerstin berättar att Sören sedan en tid tillbaka allt mer börjat tala om att saker har försvunnit och att han tror att det är någon som kommer in i huset när han sover. Ibland tycker han också att maten smakar konstigt, och undrar oroligt om inte Kerstin också känner det, eller om det kan vara så att hon gjort något med maten. Ibland tror jag att han håller på att bli helt tokig, säger Kerstin. Hon har försökt förklara för honom att det bara är fantasier, och ibland tror han på henne och blir rädd för varför han tänker så konstigt. Men nästa dag kan han åter vara övertygad om att det är på riktigt. Sören har länge druckit mycket men ändå kunnat sköta sina dagliga sysslor på gården, men nu när han inte arbetar längre dricker han allt mer och blir ibland aggressiv. Kerstin blir ibland rädd för honom, men svarar undvikande på frågan om ifall han slagit henne.

För ett par år sedan fick Sören prostatacancer, som upptäcktes tidigt. Han får behandling för den som fungerar bra enligt läkaren, men själv undrar han om läkaren verkligen berättar sanningen för honom.

Han säger att han inte tänker gå till vårdcentralen, och är lite misstänksam mot dom.



## Sofia

Sofia är 69 år, ursprungligen från Irak och bor tillsammans med sin man i ett radhus i Norrköping. Sofia har fram till pension arbetat som förskolelärare, ett arbete hon tyckte mycket om, men har till och från varit sjukskriven då hon haft mycket ångest. Pensionärlivet har varit bra hittills, och hon har tillbringat mycket tid tillsammans med barnbarnen som tycker att hon är världens bästa farmor, vilket hennes söner också uppskattat mycket.

Nu har hon fått mer ångest när hennes make Hussein börjat bli dement. Han har allt mer återgått till att tala kurdiska, och Sofia är bekymrad över att de som han träffar i vården inte förstår honom. Hon är också orolig för deras två söner. De arbetar alldeles för mycket, och en av dem har problem i sitt äktenskap misstänker hon. Nu är Sofia orolig för att inte räkna till för dem och barnbarnen när Hussein behöver allt mer hjälp av henne. Hon träffar vänner och släktingar alltmer sällan eftersom hon inte känner att hon kan vara hemifrån så länge, och också tycker att det är lite svårt att bjuda hem folk när hon inte vet hur Hussein kommer att må då.

Sofia söker sig ofta till vårdcentralen för magont och smärtor i ryggen, hon är orolig för att det kan vara något allvarligt med hennes magont, och vad som skulle hända med maken om hon inte kan finnas för honom. Sofia tar lugnande och sömntabletter ibland, men är också orolig för att hon ska sova så tungt av sömntabletterna så hon inte vaknar om Hussein går upp på natten.



## Gunnar

Gunnar är 85 år och bor ensam i en lägenhet på södermalm i Stockholm. Han har bott på söder hela sitt liv och trivs bra där. Fram till pension arbetade han som plåtslagare, och han har i alla år varit engagerad i facket och politiken och tyckt om att gå promenader på stan. För ett år sedan dog hans hustru Britta hastigt.

Dottern Annika bor i Sundsvall. Hon är orolig för sin pappa, och ringer till hans husläkare och berättar att när hon träffade pappa förra veckan tyckte hon att han hade gått ner en hel del i vikt. Han pratade om att allt känns meningslöst, och att ingen hör av sig, vara sig från släktingar, vänner eller politiken. Och dom flesta är ju ändå döda, det enda han bli inbjuden till är begravningar säger han. Han sitter mest hemma, promenader orkar han inte längre eftersom han har KOL och värk i sina leder. Han går bara ner till kiosken och köper kvällstidningen.

Gunnar har hemtjänst, Samira som kommer två gånger i veckan, handlar mat och städar. Gunnar tycker om Samira och brukar prata med henne medan hon städar lägenheten. Då har han också berättat för henne att han tycker de dagar då hon kommer är de bästa stunderna i veckan, annars känns det mesta meningslöst och att det vore lika bra om han vore död, han har kvar tillräckligt många av Brittias gamla sömntabletter för att kunna sova för alltid. Samira har sagt till honom att han borde gå till sin husläkare, för det finns hjälp att få när man känner sådär, men Gunnar säger att dom ju ändå inte kan förändra något och göra Britta levande igen.

