

Namn: Mona Bergvall

Ålder: 49 år

Familj: man och två barn, 18 och 20 år, katt

Bostad: lägenhet i Älvsjö

Yrke: ekonomiassistent, grafisk formgivare och egen företagare (www.bergvalltextobild.com)

Mona har levt fullt ut .. TROTS HJÄRTFEL

Mona Bergvall har haft ett händelsefullt liv, både vad gäller sjukdomar men även privat. I boken "Livets pussel" beskriver hon delar av sin livshistoria. Hon föddes med matstrupe och luftstrupe som gick omlott vilket gjorde att hon inte kunde äta. När man då gjorde ett ingrepp för att korrigera detta upptäcktes ett hjärtfel.

TEXT | PERNILLA BLOOM

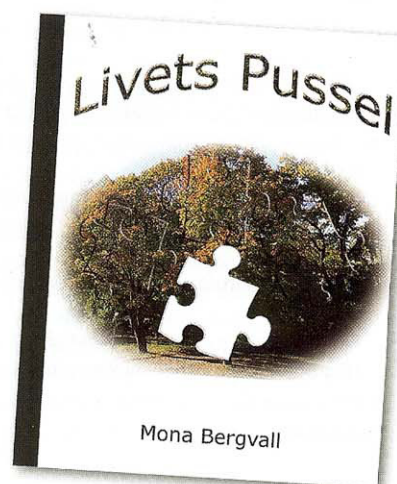
Vid 1,5 års ålder opererades Mona för första gången. Man upptäckte hjärtfel och vid sex års ålder genomgick hon sin första hjärtoperation.

– Under uppväxten när hjärtat fortfarande växte kunde jag inte vara med på gymnastiken i skolan och mina föräldrar var nog extra omhändertagande, säger Mona. Det har sporrat mig till att visa att jag klarar av det mesta, trots mitt hjärtfel.

Inför hennes andra hjärtoperation,

som 17-åring, gjordes flera undersökningar. När hon låg nedsövd hamnade ena armen i en så konstig vinkel att den förlamades och hon fick träna upp den under ett halvår för att återfå normal funktion igen. Dessutom fick hon fel typ av blod, vilket gjorde att hon efter operationen kissade svart blod. Hon fick då dricka extra mycket vatten för att kissa ut det.

– Jag har nog varit lite av en försökkanin. Tack och lov tror jag att man har



Mona Bergvalls bok om sin sjukdom.

lärt av misstagen och att det inte skulle hända idag. När jag var gravid för första gången sa läkaren att jag hade 50 procenters chans att överleva förlossningen. Man genomförde noggranna kontroller och jag klarade att föda både ett och två barn utan problem. Jag tyckte att det var en risk värd att ta.

Vid 40-årsålder fick hon sitt första av många förmaksflimmer och har genomgått ett tiotal elkonverteringar.

– Jag har lärt mig att leva med förmaksflimmer. Det enda jag kan känna är att jag blir extra trött vid ansträngning, som att gå i trappor. Fast å andra

Ordlista

Elkonvertering - att man under narkos påverkar hjärtat med elektrisk energi för att ändra hjärtats rytm.

Förmaksflimmer - det leder till att hjärtats övre hjärtrum (förmak) slår på ett snabbt och okontrollerat sätt (flimmer). Detta okoordinerade, snabba förmaksslag påverkar blodflödet genom hjärtat vilket orsakar en oregelbunden puls och ibland en fladdrande känsla i bröstet.



*Man kan ofta
göra mer än
vad man tror*

Mona strävar efter att utveckla sitt företag och att skriva ytterligare en bok.

sidan borde jag nog motionera lite mer och då kanske det skulle bli lättare.

Under årens lopp har hon fått ett underbart bemötande i vården, men i vissa stunder har hon funderat på om läkaren eller sjuksköterskan har valt fel yrke.

– Ett starkt minne var när jag skulle sövas för elkonvertering och en akutläkare sa: du ska bara veta hur mycket du kostar vården. Då kände jag mig utlämnad. Nu går jag på kontroll en gång per år och har stort förtroende för min hjärtläkare och husläkare.

Boken skrev Mona till att börja med för att skriva av sig allt hon varit med om. Efter tio år av bearbetning blev det en bok främst till andra med hjärtfel och anhöriga.

– Jag vill förmedla till andra att det går att leva fullt ut trots en sjukdom. Man kan ofta göra otroligt mycket mer än vad man tror och det gäller att se

Monas tips på att gå vidare

- Hitta ljuspunkterna och fokusera på dem.
- Gör roliga saker och gärna tillsammans med andra.
- Se möjligheterna.

Monas råd efter hjärtfelsdiagnos

- Fråga, fråga och fråga.
- Sök information från annat håll (internet, böcker).
- Prata med andra.
- Ta stöd av hjärtorganisationer.

möjligheterna istället för alla svårigheter. Det är klart att man får tycka synd om sig själv och jag har också mörkare stunder, men det gäller att inte fastna där, utan att ta sig upp och gå vidare.

Mona tycker att hon har gjort sitt bästa för att leva fullt ut och menar att det blir vad man själv gör det till.

– Jag hanterar svårigheter med självironi, men var och en får hitta sitt sätt att hantera sorger och problem.

Monas nuvarande mål är att utveckla sitt företag och att skriva ytterligare en bok.

– Jag fortsätter inom samma tema, men med en fördjupning kring barndomen och tonårstiden och om hur alkoholen har påverkat mig genom åren.

Mer information kring hjärtproblem fås via: www.hjartebarn.org, www.hjart-lung.se, www.hjart-lungfonden.se, www.1.6miljonerklubben.com