

Mitt liv med Polio

Hva jeg har opplevd
som barn

Mitt liv med
senskader
(Postpolio)

1



Egyptisk kalksteinstavle fra det 18. dynasti (ca. 1403 – 1365 f.Kr.) Hans høyre bein er atrofisk og foten i typisk spissfotstilling, karakteristisk for poliomyelitt.

2

Om meg

- Jeg er født i juni 1950. Oppvokst på Sinsen i Oslo.
- Da jeg var tre år fikk jeg Polio, og ble lagt inn på Ullevål sykehus.



3

- **Jeg var tre måneder på sykehuset, og det var en veldig vond tid.**
- **Når jeg kom hjem var jeg hver dag på Sofies Minde for trening strekking og testing.**

4

- **Vi skulle fortrest mulig tilbake til normalt liv, og være minst like bra som andre.**
- **Da jeg var i tiårsalderen anså jeg meg som frisk. Kunne ha mye vondt i beina.**
- **Året jeg fylte 47, fikk jeg store problemer. Senskader eller Postpolio**
- **Etter ett halv år fikk jeg beskjed om å begynne med rullestol.**

5

- **Jeg måtte begynne med Botox i 2000 p.g.a. store kramper i beina.**
- **I 2002 ble det ett forsøk med Behandlingsreiser for oss med Polio.**
- **I 2010 måtte jeg begynne med pustehjelp på natta.**
- **Formen ble dårligere og dårligere, og i 2015 bestemte jeg meg for å slutte og jobbe, men det ble ikke slik.**

6

Trykkbølger

- Legen som var på Behandlingsreiser kjente meg veldig godt.
- Han hadde satt sammen to forskningsrapporter og trodde kanskje dette kunne ha en virkning på oss med senskader.
- En skal ikke gi seg, er noe som har fulgt meg hele livet.

7

Trening

Viktig:

Hver enkelt må finne sin måte å trene på, men jeg har erfart at alle kan gjøre noe. Viktig ikke gi opp.

8

Vaksinering

Det er viktig at alle revaksinerer seg
Dette gjelder alle også de som har hatt polio som barn

9

*Tusen takk for at jeg fikk komme
og informere litt om Polio og
sensskader etter polio.*

10