



Bjørn Egge
Generalmajor

PTSD – en erfaring av de sjeldne

Alt var så underlig omkring meg. Var jeg kommet på feil klode? Menneskene jublet og alle var glade. Jeg følte ingen glede. Jeg var redd. Dette var jo bare en liten pause. Krigen kom jo til å fortsette. Det var ingenting å juble for.

Jeg kom av toget i slutten av mai 1945 etter tre år som Nacht und Nebel-fange i Tyskland. Tre år som gjennomsyret kropp og sinn. Jeg forsøkte å unngå heltene som kom fra krigen med medaljer og fine uniformer. Jeg hadde jo bare vært en passiv fange, jeg hadde ikke bidratt til seieren. De tre lange årene hadde tatt fra meg enhver form for selvtilitt. Tatt på vei til England for å fortsette krigstjenesten. Sprengt i luften og plukket opp i Nordsjøen. Straffet for innsatsen. Selvbildet banket ut av meg. Nå ville jeg helst synke i jorden og forsvinne.

Så ble jeg rammet av en sterk skyldfølelse. Hvorfor skulle *jeg* overleve og ikke Calle, Jonas og Kåre og alle de andre vennene som bukket under? Kunne jeg ha gjort mer for å holde dem i live? Jeg var nok et dårlig menneske som ennå levde. Jeg burde vel i solidaritet ha gått samme veien som de andre som ble igjen der nede.

Av dem som overlevde, ble de fleste tause og innesluttete, klarte ikke å få i stand et normalt forhold til sine omgivelser. Jo, jeg var også som alle de andre, plaget av mareritt, om natten kom fangevokterne og hentet oss og fortsatte plagingen.

Langsamt gikk det opp for meg at disse jublende menneskene rundt meg ikke ante noe om hva vi hadde gjennomgått. De fortalte om sine bragder, og vi ble selvsagt imponert. Men jeg kunne fortelle om en annen side av krigen som heltene ikke hadde peiling på. Jeg hadde jo personlig vært i et helvete og møtt djevelen selv og

hans plageånder. Jeg kunne fortelle hvor heslig det var der nede, hvor rått og hensynsløst de oppførte seg. Det ble til en besettelse. Jeg *måtte* bare fortelle til enhver som kom i min vei.

Men så skjønte jeg etter hvert at de ikke var interessert i *min* historie. De var mer interessert i å fortelle sin egen. Alle som opplevde tiden 1940–45 hadde subjektivt sett vært med på det verste i deres liv. Det hendte at de kvalte en gjesp mens jeg fortalte, og øynene flakket. Da sluttet jeg å fortelle og lot de andre prate. Jeg plaget kanskje andre i den tiden, men det hadde en gunstig virkning på meg selv. Selvbildet ble gradvis styrket, marerittene ebbet ut og jeg fikk følelsen av at jeg begynte å bli noenlunde normal igjen.

Høsten 1945 ble jeg tatt opp som kadett på Krigsskolen. Det innebar en velordnet og gjennomstrukturert tilværelse fra tidlig morgen til sent på kveld. Det hjalp betraktelig. Kronen på verket var vel da jeg fikk gjennomslag for å organisere en Røde Kors-ekspedisjon til Tyskland for å lete etter mine døde fangekamerater. Vi fant de fleste av dem og førte dem hjem til Norge. Da fikk jeg en god følelse for å ha medvirket til å oppfylle deres siste ønske. De ville alle bli begravet i norsk jord.

På et senere tidspunkt i livet fikk jeg vite at jeg hadde lidd av noe fint som de kalte PTSD («post traumatic stress disorder», posttraumatisk stresslidelse). Professor Leo Eitinger og andre gode mennesker med ham hadde forsket på KZ-syndromet, det gjaldt oss som hadde vært utsatt for lang tids isolasjon og ekstrem underernæring. Det hjalp meg også da jeg fikk vite at vår kjente krisepsykiater Lars Weisæth brukte meg som eksempel på «vellykket mestring» – «han som helbredet seg selv» – i sine fore-

lesninger for studentene. Og sist, men ikke minst, ble jeg lykkelig gift med verdens skjønneste pike, det var den aller beste kuren – anbefales!

Heldigvis står vi i dag bedre rustet til å hjelpe soldater som kommer tilbake etter endt utenlandstjeneste med psykiske problemer. Før avreisen får de en innføring i hvordan de skal takle psykiske påkjenninger. Når de kommer hjem, blir de som har behov, henvist til kyndig behandling.

Det mangler imidlertid meget på en fullt tilfredsstillende ordning. Når soldatene dimitteres fra Forsvaret, er de prisgitt det sivile psykiske helsevern. Da må de stille seg i køen på et område der det er stor mangel på ressurser. Det arbeides nå intenst med saken. Vi kan bare håpe på at det blir funnet en brukbar ordning for dem som har vært villige til å ofre liv og lemmer for en god sak.

I neste nummer:

- Sykmelding, selvforståelse og arbeidsevne
- Kunnskap om PSA-test og prostatakreft
- Klinisk legemiddelutprøving
- Egenkontroll ved antikoagulasjonsbehandling
- Hematopoetiske stamceller fra navlestrengsblod
- Legemiddelinteraksjoner